



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

**Психолого-педагогическое сопровождение профессионального  
самоопределения подростков**

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

Проверка на объём заимствований:  
46 % авторского текста

Работа рекомендована к защите  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2025 г.

Зав. кафедрой ПППО и ПМ  
Н. Ю. Корнеева Корнеева Н. Ю.

Выполнил:  
Студент группы ЗФ-309-187-2-1  
Минх Инна Юрьевна

Научный руководитель:  
доктор пед. наук, профессор  
Уварина Наталья Викторовна

Челябинск  
2026

## Содержание

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	3
<b>ГЛАВА I ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СЕМООПРЕДЕЛЕНИЯ ПОДРОСТКОВ ...</b>	15
1.1 Анализ проблемы профессионального самоопределения подростков в отечественной психолого-педагогической литературе .....	15
1.2 Возрастные и психологические особенности как условие успешного профессионального самоопределения подростков .....	24
1.3 Модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в образовательной организации .....	28
<b>ГЛАВА II ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО АПРОБАЦИИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СЕМООПРЕДЕЛЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ</b> .....	43
2.1 Методология, методики исследования и результаты констатирующего этапа .....	43
2.2 Описание и реализация программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков .....	66
2.3 Результаты апробации модели психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в образовательной организации и оценка её эффективности .....	89
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	100
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ</b> .....	103
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 1</b> Диагностический инструментарий .....	112
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 2</b> Результаты исследования психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в МБОУ «СОШ № 42 г. Челябинска» .....	122
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 3</b> Программа формирующей работы по психолого-педагогическому сопровождению профессионального самоопределения подростков .....	126
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 4</b> Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков .....	144

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В современном высокотехнологичном мире спектр профессий необычайно широк, и требования к специалистам постоянно растут. В связи с этим выбор профессии становится сложным и ответственным шагом, особенно для подростков 8-9 классов, которые находятся на пороге взрослой жизни. Исходя из этой проблемы, профессиональное самоопределение молодёжи становится первостепенной задачей специалистов в области образования и психологии, а также важной составляющей социокультурного окружения. Для эффективного психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков необходимо разрабатывать перспективные методики, учитывающие не только индивидуальные особенности обучающихся, но и социальную защищённость молодого поколения в рамках многоуровневой системы профессиональной подготовки.

Одним из перспективных направлений является организация комплексного сопровождения подростков, которое включает в себя различные способы получения ими необходимых знаний, а также разработку интегрированной информационной системы на уровне регионального и муниципального образовательного пространства. Важную роль в процессе профессионального самоопределения играет развитие личностной активности подростков. Формирование инициативности, ответственности и креативности способствует свободному и успешному интегрированию в новое общество, в том числе в условиях стремительно меняющегося рынка труда.

Наряду с этим психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения должно быть направлено на развитие следующих ключевых компетенций:

– самопознание и саморегуляция (обучающиеся должны обладать способностью осознавать свои интересы, склонности, возможности и

ограничения, это позволит им делать осознанный выбор профессии, соответствующий их индивидуальным особенностям);

- ориентация в мире профессий (для того, чтобы сделать правильный выбор, необходимо иметь представление о широком спектре существующих профессий, их содержании, условиях труда и требованиях к специалистам);

- принятие решений (подростки должны уметь оценивать различные варианты, анализировать информацию и принимать взвешенные решения относительно своего профессионального будущего);

- планирование профессиональной карьеры (после выбора профессии необходимо разработать план дальнейших действий, который будет включать в себя получение образования, профессиональное развитие и карьерный рост);

- поиск работы и трудоустройство (обучающиеся должны быть подготовлены к поиску работы и успешному прохождению собеседований).

Кроме того, они должны понимать свои права и обязанности как работники. Для успешной реализации процесса психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения необходимо тесное взаимодействие образовательных организаций, служб занятости, социальных партнёров и родителей (законных представителей) будущих выпускников. Только в условиях совместной работы можно обеспечить всестороннюю поддержку молодежи и создать условия для их успешной профессиональной реализации.

Однако вопрос самоопределения подростков в контексте психолого-педагогического сопровождения остаётся мало исследованным. Поэтому важно исследовать, какие факторы и какие подходы к психолого-педагогическому сопровождению способствуют более успешному процессу самоопределения подростков.

В отечественной психологии основополагающие идеи, заложившие фундамент для развития теоретических основ и практических аспектов

психологического сопровождения, были выдвинуты классиками: Б. Г. Ананьевым, Т. Г. Тихомировой, А. К. Марковой, Э. Ф. Зеера, Л. С. Выготским, С. Н. Чистяковой, Н. С. Пряжниковым, А. Е. Голомшток, А. П. Болтуновым, И. Н. Шпильрейном, В. А. Сухомлинским, Н. И. Непомнящей, Е. А. Климовым, Д. Сьюпер. Их работы по изучению личности, развития, деятельности и психодиагностики создали теоретическую базу для формирования концепции психологического сопровождения.

Психологическое сопровождение представляет собой комплекс мероприятий, направленных на создание благоприятных условий для личностного и профессионального развития человека. Основной целью психологического сопровождения является раскрытие и развитие внутреннего потенциала личности, а также формирование у неё необходимых компетенций и навыков для успешной адаптации, и самореализации в динамично меняющейся среде. Существуют различные виды психологического сопровождения, каждый из которых имеет свои особенности и цели:

- психологическое сопровождение образовательного процесса (включает поддержку подростков в учебной деятельности, формирование мотивации, развитие познавательных способностей);

- профессиональное психологическое сопровождение (ориентировано на развитие профессиональных компетенций, формирование устойчивости к стрессовым ситуациям, повышение профессиональной самооценки);

- психологическое сопровождение личностного развития (направлено на повышение самосознания, развитие саморегуляции и самоэффективности, формирование адекватной самооценки).

Необходимость непрерывного совершенствования психологического сопровождения обусловлена изменениями социальной среды, потребностями общества и развитием научно-технического прогресса. Основные направления совершенствования включают в себя:

- Разработку и внедрение новых методов и технологий психологического сопровождения.

- Увеличение доступности и охвата психологической поддержки для различных категорий.

- Подготовку высококвалифицированных специалистов в области психолого-педагогического сопровождения.

- Разработку научных основ и программ для комплексного психолого-педагогического сопровождения на всех этапах жизненного пути.

В настоящее время наблюдается ряд тенденций в развитии психологического сопровождения:

- Интеграция психологического сопровождения в различные сферы деятельности (образование, здравоохранение, бизнес).

- Использование дистанционных и онлайн-технологий в предоставлении психологической поддержки.

- Появление новых методов и методик, основанных на современных достижениях психологической науки.

- Повышение востребованности в психологическом сопровождении в связи с ростом психологических проблем в современном обществе.

Для эффективного психолого-педагогического сопровождения подростков необходимо разработать индивидуальные программы поддержки, которые будут учитывать интересы, способности и потребности каждого будущего выпускника. Важно также учитывать изменения на рынке труда и предоставлять информацию о востребованных профессиях. Организация мастер-классов, тренингов, кураторств, профориентационных мероприятий помогает подросткам получить более ясное представление о своих возможностях и выбрать наиболее подходящую для себя профессию. Такие мероприятия также способствуют развитию коммуникативных навыков и самоопределению личности.

Таким образом, организация системы психолого-педагогического сопровождения выпускников является важным шагом для успешного

профессионального самоопределения молодежи и их последующей интеграции в общество.

**Цель исследования:** разработать и апробировать модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в образовательной организации.

**Объект исследования:** профессиональное самоопределение подростков в образовательной организации.

**Предмет исследования:** психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения подростков в образовательной организации.

**Гипотеза исследования:** психолого-педагогическое сопровождение подростков по профильному самоопределению, включающее профвыезды в ЮМК, Парк «Россия – Мои Горизонты», участие в конкурсах «Профессионалы», Чемпионат профессионального мастерства, посещение выставки для абитуриентов в СУЗы и ВУЗы, организацию профпроб у социальных партнёров, и активную работу специалистов образовательной организации (социальный педагог, педагог-психолог, классный руководитель, учителя), способствует повышению уровня осознанности профессионального выбора (пониманию своих интересов, способностей, требований рынка труда и соответствия выбранной профессии) и увеличению статистически значимого количества обучающихся, определившихся с будущей профессией, у подростков в течение учебного года.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать различные подходы к профессиональному самоопределению в отечественной психолого-педагогической литературе.
2. Описать какие факторы и техники оказывают наибольшее влияние на процесс профессионального самоопределения подростков в образовательной организации.

3. Разработать модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в образовательной организации.

4. Провести апробацию модели психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в образовательной организации.

**Теоретико-методологическим фундаментом исследования** выступает глубинное понимание психологии человека, рассматривающее его как динамично развивающуюся личность и активного творца собственной судьбы в потоке жизни. Этот подход, укоренённый в акмеологической перспективе (т.е. профессиональное развитие, стремление к успеху и совершенству, желание саморазвиваться и самосовершенствоваться), подчеркивает неразрывную связь между теоретическими построениями и практическим воплощением знаний. В основе лежат фундаментальные принципы современной психологической науки, раскрывающие социальную обусловленность развития личности через призму деятельности, общения и профессиональной подготовки, разработанные такими выдающимися учёными, как Б. Г. Ананьев, Г. М. Андреева, А. А. Леонтьев, А. Н. Леонтьев, Б. Ф. Ломов, В. Д. Шадриков и другие.

Особое значение придаётся идеям акмеологического подхода, представленным в трудах А. А. Бодалева, А. А. Деркача, В. Г. Зазыкина, О. В. Москаленко, В. М. Дьячкова, О. С. Анисимова, В. С. Агапова, Л. В. Темновой, В. Л. Хайкина и других исследователей. Концепция жизненного и профессионального самоопределения подростков, разработанная К. А. Абульхановой-Славской, Е. А. Климовым, Н. С. Пряжниковым, также играет важную роль. Кроме того, используются современные идеи гуманистической психологии и педагогики, подчеркивающие ценность личности и её потенциал. В исследовании нашли своё отражение результаты теоретических работ, посвящённых проблемам профессионального становления личности в образовательной среде, а также принципы моделирования профессиональной

психологической подготовки личности, разработанные Л. Н. Захаровой, В. А. Пономаренко и В. В. Рыжовым.

### **Положения, выносимые на защиту.**

Модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в МБОУ «СОШ № 42 г. Челябинска», основанная на интеграции диагностических методов, активных форм профессиональной ориентировки (участие в конкурсных мероприятиях, чемпионатах профессионального мастерства, выездных практиках, ярмарках вакансий и учебных заведений), интерактивных технологий и индивидуальной поддержки педагогов-психологов, социального педагога и классных руководителей.

Предлагаемая модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков обеспечивает значительный рост осознанности профессионального выбора подростков: повышается понимание ими своих интересов, способностей, требований рынка труда и соответствий собственной личности избранной профессии, а также увеличивается доля подростков, уверенно выбравших будущую профессию в течение учебного года.

Эффективность предложенной модели, выраженную в увеличении числа подростков, успешно принявших осознанное решение о профессиональном будущем, снижении уровня неопределённости и тревоги в процессе выбора профессии, улучшении качества консультационных услуг и повышении удовлетворённости самих обучающихся процессом сопровождения.

**Научная новизна** проведённого исследования заключается в следующем:

– на основе теоретического анализа психолого-педагогической литературы раскрыто содержание и дано авторское определение понятия «психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения подростков»;

– выявлены и описаны основные факторы и эффективные психолого-педагогические техники, оказывающие значимое влияние на процесс профессионального самоопределения подростков в условиях образовательной организации;

– разработана модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков, учитывающая возрастные особенности, образовательную среду и взаимодействие всех участников образовательного процесса.

**Практическая значимость** проведённого исследования определяется его ориентированностью на решение актуальных задач, стоящих перед системой образования в условиях модернизации и индивидуализации образовательного процесса, а также на обеспечение условий для эффективного профессионального самоопределения подростков.

Разработанная в ходе исследования модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков имеет практико-ориентированный характер и может быть использована в образовательных организациях различного типа и уровня. Модель прошла апробацию в рамках формирующего эксперимента, что подтвердило её эффективность и пригодность к применению в реальных условиях образовательного пространства. Внедрение данной модели в практику работы образовательных учреждений позволяет – повысить уровень осознанности профессионального выбора подростков, усилить индивидуализацию сопровождения с учётом личностных особенностей, интересов и склонностей обучающихся, активизировать участие педагогов, педагогов-психологов, социальных партнёров и родителей (законных представителей) в процессе формирования профессиональной направленности личности подростка, создать условия для раннего выявления профессиональных предпочтений и формирования адекватной самооценки и профессиональных намерений, обеспечить системный и целенаправленный подход к сопровождению

обучающихся на этапе выбора профиля обучения, профессии или жизненного пути в целом.

**Методы исследования:** метод теоретического анализа научной литературы по проблеме профессионального самоопределения подростков, метод моделирования (учитывающие возрастные и индивидуальные особенности, и образовательную среду), эмпирические методы: вербально-коммуникативные методы (анкетирование, интервьюирование подростков, педагогов и родителей (законных представителей) с целью выявления особенностей профессионального выбора и факторов, влияющих на него), метод тестирования (применение психодиагностических методик для оценки уровня сформированности профессионального самоопределения, личностных качеств и интересов подростков), метод психолого-педагогического эксперимента (проведение формирующего эксперимента, направленного на проверку эффективности разработанной модели сопровождения), методы математико-статистического анализа (количественный и качественный анализ полученных эмпирических данных, обработка и интерпретация результатов исследования).

**Методы математической статистики:** для количественной обработки и интерпретации полученных эмпирических данных использовались методы математико-статистического анализа. Статистическая обработка проводилась с использованием пакета программ Statistica 6.0, разработанного компанией StatSoft. Программа имеет русифицированный интерфейс и предоставляет широкие возможности для анализа информации большого объема.

В рамках исследования применялся t-критерий Стьюдента для определения статистически значимых различий между выборками, а также для оценки эффективности психолого-педагогического воздействия. Применение данного критерия позволяло выявить достоверные различия между показателями до и после проведения формирующего эксперимента, что способствовало объективной оценке результатов исследования.

**Экспериментальная база исследования:** Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 42 г. Челябинска». Обучающиеся 8-9 классов.

**Этапы проведения исследования.** Исследование проводилось в несколько последовательных этапов, каждый из которых был направлен на решение конкретных задач и реализацию общей логики научного поиска.

**Первый этап — теоретико-методологический (подготовительный).**

На данном этапе была проведена всесторонняя теоретическая проработка проблемы профессионального самоопределения подростков. Изучалась отечественная психолого-педагогическая литература, посвящённая вопросам профессионального развития личности, специфике подросткового возраста, а также условиям и механизмам сопровождения процесса профессионального выбора в образовательной среде. В ходе анализа были определены ключевые научные подходы, раскрыты теоретические основы понятия «профессиональное самоопределение» и «психолого-педагогическое сопровождение». Сформулированы цель, объект, предмет и гипотеза исследования, уточнены методологические основания и понятийный аппарат.

Также были разработаны инструменты эмпирического исследования: подобраны валидные и надёжные психодиагностические методики, позволяющие исследовать уровень сформированности профессионального самоопределения, интересов, склонностей и личностных характеристик подростков. Составлен детальный план организации экспериментальной работы, включающий диагностический, формирующий и контрольный этапы.

**Второй этап — констатирующий (аналитический).**

Цель данного этапа заключалась в изучении возрастных и психологических особенностей проявления профессионального самоопределения у обучающихся подросткового возраста. Была проведена эмпирическая диагностика, включающая тестирование, анкетирование, интервьюирование и наблюдение за подростками в условиях образовательной организации. Полученные данные подвергались количественному и

качественному анализу с использованием методов математико-статистической обработки, в том числе с применением программы Statistica 6.0. Особое внимание уделялось выявлению факторов, оказывающих влияние на процесс профессионального выбора, а также уровню сформированности личностных и мотивационных компонентов профессионального самоопределения. Анализ результатов позволил выделить основные проблемы и затруднения, с которыми сталкиваются подростки в процессе профессионального самоопределения, что послужило основой для проектирования модели сопровождения.

**Третий этап — формирующий и обобщающий (практико-ориентированный).**

На заключительном этапе была разработана модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков, адаптированная к условиям конкретной образовательной организации. Модель включала в себя цели, задачи, принципы, этапы и содержание сопровождения, а также механизмы взаимодействия между участниками образовательного процесса (классный руководитель, социальный педагог, педагог-психолог, учителя, родители (законные представители), социальные партнёры и обучающиеся). Разработанная модель прошла апробацию в рамках формирующего эксперимента, в ходе которого проводились специальные мероприятия, тренинговые занятия, консультации и индивидуальные профориентационные сессии с подростками. После завершения формирующего этапа была проведена контрольная диагностика, позволившая оценить изменения, произошедшие в уровне профессионального самоопределения участников. Итоги эксперимента показали статистически значимые позитивные сдвиги, подтверждающие эффективность предложенной модели сопровождения.

В завершение были систематизированы, обобщены и интерпретированы результаты исследования, сформулированы выводы, подтверждающие выдвинутую гипотезу.

**Структура выпускной квалификационной работы.** Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав (теоретической и практической), заключения, списка литературы и приложений.

# ГЛАВА I ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

## 1.1 Анализ проблемы профессионального самоопределения подростков в отечественной психолого-педагогической литературе

Проблема профессионального самоопределения подростков является одним из ключевых аспектов в рамках отечественной психолого-педагогической литературы. В условиях стремительно меняющегося социального и экономического окружения процесс выбора профессии становится особенно актуальным. Психологи и педагоги уделяют значительное внимание факторам, влияющим на профессиональное самоопределение, таким как личностные особенности подростков, социальное окружение и доступные ресурсы информации.

Формирование первых научных подходов к профориентации связано с именами А. П. Болтунова и И. Н. Шпильрейна, которые заложили основы системного изучения профессионального самоопределения. В этот период акцент делался на выборе профессии, исходя из психофизиологических особенностей человека. Болтунов, опираясь на идеи экспериментальной психологии, разработал методы диагностики способностей, которые позволяли определить склонности индивида к той или иной деятельности [10, с.223]. Шпильрейн, в свою очередь, подчеркивал важность учёта социальных и экономических факторов, влияющих на профессиональный выбор [76, с.116]. Их работы стали отправной точкой для дальнейшего развития профориентации как научной дисциплины, где ключевым стал принцип соответствия индивидуальных характеристик требованиям профессии. Этот подход заложил фундамент для создания более сложных моделей, учитывающих не только физиологические, но и психологические, социальные и культурные аспекты профессионального самоопределения.

По мнению Е. А. Климова: «профессиональное самоопределение – предполагает более конкретную деятельность, определяемую специфическим предметом, условиями, средствами труда, а также спецификой межличностных производственных отношений ответственности за данную работу, что связано с самим определением профессии как ограниченного вида деятельности; понимаемое как одно из важнейших проявлений субъекта деятельности, рассматривается на двух взаимосвязанных, но различных уровнях: гностическом (в форме перестройки сознания, включая самосознание) и практическом (в форме реальных изменений социального статуса, места человека в системе отношений между людьми)» [34, с.456].

В своих работах Е. А. Климов делает акцент: «в рамках классификации стадии профессионального самоопределения со стадиями формирования личности подростков. Стадия оптации – это период подготовки к жизни, к труду, сознательного и ответственного планирования, выбора профессионально пути, каждая классификация определяет фазы профессионального развития, опираясь на особенности личностного развития в каждом периоде, так как профессиональное самореализация это лишь сфера самореализации личностной компетентности, а это значит, что определённые особенности формирования человека в подростково-юношеском возрасте найдут своё отражение в профессиональном самоопределении» [33, с.160].

«Направленность», согласно мнению Н. И. Непомнящей, также играет важную роль в формировании личности. Она определяет цели и задачи, к которым стремится молодой человек, его убеждения и жизненные приоритеты. «Направленность» может быть, как внутренней, связанной с индивидуальным мировоззрением и ценностями, так и внешней, обусловленной социокультурным контекстом и внешними обстоятельствами [45, с.22].

В целом, понятия «направленность» и «ценности» важны для понимания личности и её поведения. Они помогают объяснить, почему молодые люди

делают те или иные выборы, как они строят свою жизнь и какие ценности для них наиболее значимы.

Б. Г. Ананьев утверждает в своих работах, что: «самосознание формируется в процессе осознания отношения человека к самому себе. Он рассматривает личность как активного субъекта труда, общения и познания — совокупности качеств, создающих структуру индивидуума как деятеля. Индивидуальное сознание и его структура являются результатом совместного развития, взаимодействия и труда, многогранной конвергенции этих элементов. Таким образом, человек предстаёт как субъект самореализации своего внутреннего потенциала через общение, познание и труд, которые предполагают принятие ролей и взаимодействие с внешним миром, включая профессиональную деятельность, целиком встроенную в систему трудовых отношений. Деятельность формирует субъекта на протяжении своего осуществления, превращаясь в самобытное личностное качество благодаря индивидуальному отношению. Множество видов деятельности и отражений в детстве образует массив опыта, служащий основой для формирования различных уровней личностных компонентов. Однако приобретение опыта не ограничивается только активностью; взаимодействие с внешним миром может быть, как активным, так и пассивным, отображаясь во внутренних переживаниях и эмоциях, цепь жизненных обстоятельств «ситуация развития личности», представляя личность как результат социальных взаимодействий, отражённых в её внутреннем бытии» [4, с.282].

В. А. Сухомлинский и А. Е. Голомшток – известные педагоги, которые в своих работах затрагивали тему профессиональной направленности личности. Согласно их взглядам, профессиональное самоопределение начинается с раннего детства и является важной частью развития личности [17, с.160].

В. А. Сухомлинский отмечал в своих трудах: «что важно помочь каждому подростку раскрыть свои таланты и склонности, чтобы он мог выбрать профессию, соответствующую его способностям и интересам,

призывая к развитию самосознания и самоопределения, чтобы человек мог осознанно выбрать своё место в обществе и профессию, к которой он будет стремиться».

А. Е. Голомшток также подчеркивал важность профессиональной направленности в развитии личности. Он выделял несколько этапов этого процесса: поиск и выбор профессии, соответствие профессии индивидуальным особенностям личности, развитие профессиональных навыков и компетенций. Голомшток подчеркивал: «что каждый человек должен стремиться к самореализации в профессиональной деятельности, чтобы чувствовать удовлетворение от своей работы». Таким образом, развитие теории профессиональной направленности личности привело к пониманию важности самоопределения и самореализации в профессиональной сфере. Эти педагоги подчеркивали, что профессиональное самоопределение является неотъемлемой частью развития личности, которая способствует достижению счастья, успеха и гармонии в жизни человека.

Д. Сьюпер поддерживает идею о том, что люди различаются по складу личности и уникальным возможностям, и поэтому выбирают себе профессии, в которых смогут наиболее эффективно использовать свои знания и умения. Он подчеркивает, что профессиональный выбор — это не просто случайное решение, а результат глубокого самоанализа, осознания своих сильных сторон, интересов и ценностей. Сьюпер утверждает: «что процесс выбора карьеры — это динамичный и непрерывный путь, который может меняться на протяжении жизни в зависимости от личностного роста, опыта и изменяющихся обстоятельств». Он также акцентирует внимание на важности соответствия между индивидуальными характеристиками человека и требованиями профессии, что способствует не только профессиональной успешности, но и личной удовлетворенности. Таким образом, Сьюпер видит профессиональное самоопределение как ключевой элемент гармоничного развития личности, где каждый человек стремится найти свое место в мире труда, реализуя свой потенциал и достигая самореализации.

Н. С. Пряжников рассматривает профессиональное самоопределение как: «самостоятельное и осознанное нахождение смыслов выполняемой работы и всей жизнедеятельности в конкретной культурно-исторической (социально-экономической) ситуации» [53, с.128]. Он выделяет пять уровней профессионального самоопределения:

На первом уровне профессионального самоопределения осуществляется формирование профессиональной готовности, которая включает в себя осознание своих интересов, способностей, ценностей и жизненных целей. На этом этапе молодые люди начинают осознавать смыслы и цели своей будущей профессиональной деятельности.

На втором уровне профессионального самоопределения происходит конкретный профессиональный выбор. Подросток выбирает определённое направление деятельности, которое соответствует его интересам, способностям и целям.

Третий уровень профессионального самоопределения связан с освоением выбранной профессии. Обучающийся изучает профессиональные навыки и знания, необходимые для успешного выполнения своей работы.

На четвертом уровне профессионального самоопределения происходит профессиональная адаптация, подросток находится в процессе интеграции в рабочую среду, адаптируется к новым условиям и требованиям профессии.

На пятом уровне профессионального самоопределения происходит самореализация в профессии. Здесь подросток достигает определённых успехов в своей профессиональной деятельности, реализует свои таланты и способности, достигая своих личных и профессиональных целей.

С. Н. Чистякова в своих трудах определяет профессиональное самоопределение как: «процесс формирования личностью своего отношения к профессионально-трудовой среде и способ её самореализации» [72, с.157]. Выделяя следующие компоненты: когнитивный компонент включает в себя осознание личностью своих способностей, интересов, ценностей, а также знаний о мире профессий, их специфике и требованиях. Это основа для

осмысленного выбора, позволяющая молодым людям оценить свои возможности и перспективы; мотивационно-потребностный компонент отражает внутренние побуждения личности, её стремление к профессиональной деятельности, удовлетворению потребностей в самореализации, признании и развитии. Здесь важны как внешние стимулы (престиж, доход), так и внутренние (интерес, призвание); деятельностно-практический компонент предполагает активное включение личности в профессиональную среду через обучение, практику, трудовую деятельность. Это этап апробации выбора, где подростки проверяют свои ожидания и корректируют их в соответствии с реальностью. Таким образом, профессиональное самоопределение — это динамичный процесс, требующий гармоничного взаимодействия всех компонентов для достижения успешной самореализации.

Когнитивный компонент по мнению Э. Ф. Зеера, включает: «знания о мире профессий — понимание многообразия профессиональной деятельности, её специфики, требований и перспектив; знания о выбранной профессии — глубокая осведомлённость о содержании, условиях труда, карьерных возможностях и социальной значимости профессии; знание своих профессиональных способностей — осознание своих сильных и слабых сторон, интересов, склонностей и уровня подготовки; самооценка — адекватное восприятие своих возможностей, уверенность в выборе и готовность к профессиональному развитию» [24, с.479]. Э. Ф. Зеера считает, что эти элементы и формируют основу для осознанного выбора профессии, способствуя гармоничному вхождению в профессиональную среду и успешной реализации личности.

А. К. Маркова, известный специалист в области психологии труда и профессионального развития, выделяет мотивационно-ценностный компонент профессиональной деятельности, который включает следующие элементы: профессиональные интересы — направленность личности на определённую профессиональную деятельность, стремление к познанию и

развитию в выбранной сфере; склонности — предрасположенность к определённым видам деятельности, которая проявляется в желании заниматься ими и достигать успеха; убеждения — устойчивые взгляды и представления подростка о своей профессии, её значимости и роли в обществе; профессиональные ценности — значимые для личности аспекты профессиональной деятельности, такие как творчество, самореализация, материальное благополучие, социальная польза и т.д. [40, с.230].

Психологический подход предполагает анализ индивидуальных особенностей подростков, их мотивации и стремлений. В этом контексте важным является использование различных методов диагностики, которые помогут выявить личностные черты, интересы и предрасположенности. Согласно исследованиям, Т. Г. Тихомировой, важно не только определить интересы подростка, но и стимулировать его к рефлексии, что позволит более глубоко осознать собственные амбиции и желания.

Педагогический подход к профессиональному самоопределению подростков включает в себя использование активных методов обучения и профориентационной работы в образовательных учреждениях. Программа профориентации должна быть многофункциональной и включать как теоретические, так и практические компоненты. Это может включать экскурсии на рабочие места, встречи с представителями различных профессий и проведение мастер-классов.

Исследования показывают, что желание подростков найти своё место в мире профессий связано не только с активным поиском информации о возможных карьерных путях, но и с внутренними переживаниями, связанными с идентичностью. Важно отметить, что поддержку подростков в этом процессе могут оказать как семья, так и образовательные учреждения, социальные партнёры, предоставляя адекватную информацию и создавая условия для самореализации.

Анализ различных методик и подходов, позволяет выделить эффективные стратегии, способствующие формированию у подростков

осознанного отношения к выбору профессии. Учитывая многообразие факторов, влияющих на данный процесс, требуется комплексный подход, учитывающий индивидуальные особенности каждого подростка.

Одним из ключевых методов поддержки подростков в процессе профессионального самоопределения являются профессиональные консультации. Специалисты, такие как психологи и социальные партнёры, наставники могут помочь молодым людям осознать свои предпочтения и интересы, а также определить их сильные и слабые стороны. Индивидуальный подход в ходе таких консультаций позволяет подросткам глубже понять себя и свои возможности, что, в свою очередь, способствует более осознанному выбору профессии.

Кроме того, важную роль играют практические занятия и стажировки, которые предоставляют подросткам возможность попробовать себя в различных областях. Эти практические опыты помогают не только проверить теоретические знания на практике, но и сформировать реальные представления о профессиях, что значительно снижает уровень неопределенности. Взаимодействие с профессионалами и опытным наставниками обогащает общественное сознание молодежи и расширяет горизонты.

Не менее значимым является и влияние современных технологий и Интернет-ресурсов. Онлайн-платформы и курсы способны обеспечить доступ к информации и образовательным материалам, которые помогут подросткам сделать осознанный карьерный выбор. Однако важно, чтобы подростки умели критически оценивать получаемую информацию и не становились жертвами поверхностного восприятия профессий. С формированием цифровой грамотности они смогут ориентироваться в многообразии возможностей, что важно для их будущего.

Часто подростки сталкиваются с давлением со стороны семьи или ровесников при выборе профессии, что может привести к неуместным решениям. Важно, чтобы специалисты помогали молодым людям не только

исследовать свои интересы, но и развивать уверенность в себе при принятии решений. Поддержка родителей также играет ключевую роль; открытые диалоги о разных направлениях в профориентации и возможность способствовать более гармоничному самоопределению подростков.

К тому же, в условиях быстро меняющегося рынка труда крайне важно развивать навыки адаптивности и креативности. Программы по профессиональной ориентации должны включать элементы гибкого мышления, формирования личной ответственности и готовности к изменениям. Эти качества помогут подросткам успешно курсировать между различными профессиональными концепциями и выстраивать карьеру. В итоге, комбинированный подход, объединяющий консультации, практический опыт и использование технологий, создаёт благоприятные условия для профессионального самоопределения подростков. Развитие их внутреннего потенциала и умение ориентироваться в профессиях — это инвестиции не только в их будущее, но и в будущее общества в целом [60, с.10].

Не менее важным аспектом является внедрение программ опытного наставника, где подростки могли бы взаимодействовать с профессионалами из различных секторов. Это не только позволит молодым людям получить представление о реальных условиях труда, но и прокладывает мост между теоретическими знаниями и практическими навыками. Менторы (опытные наставники) могут оказать поддержку в развитии необходимых компетенций, а также стать примером уверенности и настойчивости в достижении целей.

Кроме того, стоит обратить внимание на использование цифровых платформ для профессиональной ориентации. Интерактивные ресурсы, онлайн-курсы и вебинары могут предоставлять доступ к информации о современных профессиях, трендах и возможностях. Это расширяет горизонты и даёт возможность подросткам изучать альтернативные пути, которые могут быть ранее недоступны или незнакомы [65, с.124].

Наконец, создание поддерживающих сообществ среди сверстников также усиливает уверенность в собственном выборе. Обсуждение карьерных

интересов в дружеской и непринужденной атмосфере способствует более осознанному самоопределению. Социальная поддержка помогает преодолевать страхи и сомнения, позволяя подросткам принимать обоснованные и уверенные решения относительно своей будущей карьеры.

Итак, подводя итог, можно сказать, что анализ проблемы профессионального самоопределения подростков показал, что это многоэтапный и многогранный процесс, который зависит как от внутренних факторов (психологических особенностей), так и от внешних (социальной среды и образовательной системы). Педагоги и родители играют ключевую роль в поддержке подростков на этом пути, помогая им обрести уверенность в своих силах и осуществить свой выбор. Поддержка со стороны окружающих может сделать процесс выбора профессии более осознанным и активным, а значит, способствовать формированию успешной и удовлетворённой личности в будущем. Исследование данного вопроса требует внимательного отношения и понимания механизмов, действующих в воспитании и образовании, чтобы максимально эффективно реализовать потенциал каждого подростка в его профессиональном самоопределении.

## 1.2 Возрастные и психологические особенности как условие успешного профессионального самоопределения подростков

Профессиональное самоопределение подростков — это важный процесс, который открывает перед ними двери в мир взрослой жизни. В этот период они сталкиваются с множеством вопросов, касающихся будущей профессии, личных интересов и способностей. Возрастные и психологические особенности играют ключевую роль в этом процессе. Давайте более подробно разберем, как они влияют на выбор профессии и самоопределение подростков. Подростковый возраст, как правило, определяется периодом с 12 до 18 лет, хотя границы могут варьироваться. В этот важный этап жизни происходят значительные изменения как в физическом, так и в психологическом плане.

Рассмотрим возрастные особенности:

**Физическое развитие** – в подростковом возрасте происходит бурный рост и развитие организма. У мальчиков и девочек наблюдаются различия в темпах роста, что может влиять на самооценку и уверенность в себе. Подростки могут испытывать сильные эмоции, связанные с изменениями в теле, что, в свою очередь, может влиять на их выбор профессии. Например, стремление к профессиям, связанным с физической активностью, может быть связано с хорошей физической формой и уверенностью в своих силах.

**Социальная адаптация** – важным аспектом подросткового возраста является активная работа над социальной идентичностью. Подростки начинают искать своё место в социуме, определяться с ценностями и целями. Это может быть связано с желанием быть признанным среди сверстников, что также влияет на их профессиональные предпочтения (например, желание выбрать модную или популярную профессию).

Профессиональное самоопределение подростков связано с их психологическими особенностями, которые могут оказать влияние на выбор карьеры и успешное развитие в выбранной сфере. Некоторые из основных психологических аспектов, которые могут играть решающую роль в процессе профессионального самоопределения подростков, давайте разберём подробнее:

Влияние личностных черт:

1. **Влияние эмоционального состояния** – подростки часто сталкиваются с различными стрессами — от учёбы до проблем в отношениях с окружающими. Это эмоциональное состояние может влиять на их способности к выбору профессии. Подростки, находящиеся в эмоциональной нестабильности, могут не видеть реальных возможностей и принятия адекватных решений. Например, высокий уровень стресса может вызвать у подростка желание укрыться от общества, что ведёт к избеганию поиска работы или учебного заведения.

**2. Влияние самооценки** – самооценка является ключевым фактором в процессе профессионального самоопределения. Подростки с высоким уровнем самооценки чаще всего обладают большей уверенностью в своих способностях и склонными к рискованным выборам. В то же время подростки с низкой самооценкой могут избегать выбора профессии и стремиться к более безопасным вариантам. Например, они могут предпочесть стабильную работу, даже если она не соответствует их интересам.

**3. Влияние социального окружения** – друзья (одноклассники), родители (законные представители) и педагоги (предметники), педагоги-психологи, социальные партнёры могут оказать весомое влияние на процесс самоопределения. Подростки часто ищут одобрения своих близких и могут поддаваться давлению со стороны сверстников. Негативное мнение окружающих может заставить молодого человека отвергнуть интересы и таланты, которые могут привести к успешной карьере. С другой стороны, поддержка со стороны семьи, педагогического коллектива и социальных партнёров может помочь подросткам оценить свои способности и сделать осознанный выбор [42].

Основной задачей подростков становится осознание своих интересов и способностей. Важно, чтобы подростки обладали достаточной информацией о различных профессиях, стандартных требованиях и возможностях карьерного роста. Образование играет важную роль в процессе профессионального самоопределения. Специальные программы, курсы и тренинги способны расширить кругозор подростков, знакомя их с различными аспектами профессиональной жизни. Учебные профессиональные заведения и социальные партнёры (предприятия) должны оказывать поддержку в выборе профессии, предлагая курсы, мастер-классы, встречи с представителями различных направлений. Это поможет наглядно подросткам не только определиться с выбором, но и увидеть свои сильные стороны.

Современные технологии открывают новые горизонты для получения информации. Будущие выпускники могут пользоваться интернетом для

поиска информации о карьере, чтения статей, просмотра видео с опытом людей, связанных с их интересами. флешмобы, подкасты и колледжи (училища) — отличные способы, помогающие в определении профессионального направления. Однако подросткам важно критически оценивать информацию, чтобы не попасть на ложные ресурсы.

Стажировки (практики) — это ценный инструмент для получения практического опыта и знакомства с рабочими процессами. Они дают подросткам возможность оценить свои умения и лучше понять потребности рынка труда. Волонтерство позволяет развивать навыки команды, создавать социальные связи и даже находить направление для дальнейшей карьеры. Подростки, которые были активны, принимали осознанно участие в этом аспекте, как правило, становятся более уверенными в своих предпочтениях.

Получение обратной связи — важный этап в процессе профессионального самоопределения. Осознанное отношение к собственному опыту помогает подросткам выявить свои сильные и слабые стороны. Рефлексия позволяет молодым людям осознавать, что они могут делать лучше и к чему могли бы стремиться. Педагоги-психологи, родители (законные представители) и наставники могут поддержать подростков, создавая им среду для открытого обсуждения их стремлений и страхов.

Итак, подытожим, профессиональное самоопределение подростков — это многогранный процесс, который во многом зависит от возрастных и психологических особенностей. Поддержка со стороны родителей (законных представителей), педагогов-психологов, педагогов (предметников) и социальных партнёров, а также доступ к достаточному количеству информации могут значительно увеличить шансы подростков на успешный выбор профессии. Учитывая все эти факторы, можно строить осознанное и поддерживающее пространство, способствующее развитию будущих специалистов. Процесс формирования профессиональной идентичности — это не только о выборе пути, но и о создании устойчивых жизненных

ориентиров, ценностей, интересов молодых людей, которые будут служить основой для дальнейшего успешного профессионального роста.

### 1.3 Модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в образовательной организации

Проблема профессионального самоопределения подростков становится всё более актуальной в современном обществе. В условиях быстро меняющегося мира, где технологии и профессии стремительно развиваются, крайне важно создавать целенаправленную модель психолого-педагогического сопровождения, которая бы учитывала индивидуальные потребности каждого подростка. В данной статье мы рассмотрим основные аспекты такой модели, включая роль педагогов, наставников, родителей (законных представителей) и социальных партнеров в процессе профессиональной ориентации школьников [58, с.105].

Профессиональное самоопределение подростков является важнейшей задачей образовательной системы, особенно в контексте школьного образования. На данном этапе жизни подростки сталкиваются с необходимостью выбора будущей профессии, что в значительной степени определяет их дальнейшую жизненную траекторию. Однако, в силу психологических и социальных особенностей возраста, этот процесс сопровождается различными трудностями и неопределённостью. В связи с этим, создание эффективной модели психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения становится актуальной задачей для школьного образования [41, с.137].

Под подростковым возрастом подразумевается период от 11 до 18 лет, когда происходит интенсивное развитие личности. Это время, когда юные люди формируют свои интересы, ценности и цели. Профессиональное самоопределение в этом контексте означает осознанный выбор профессии,

который будет обусловлен как внутренними факторами (интересами, способностями, темпераментом), так и внешними условиями (социальной средой, семейными ожиданиями, рыночными условиями). Разработка модели психолого-педагогического сопровождения должна учитывать эти аспекты, а также осознавать, что подростки находятся на стадии активного поиска себя, что делает процесс самоопределения весьма сложным. Общественные требования и давление могут затруднить этот выбор и привести к избежанию или откладыванию окончательного решения. Процесс профессионального самоопределения является многогранным и сложным. Он включает в себя несколько ключевых этапов, таких как осознание личных интересов и склонностей, определение собственных возможностей и желаемых жизненных целей. На основе теорий профессиональной ориентации (например, теории Г. Шульца, Е. Климова и др.) можно выделить несколько важных аспектов профессионального самоопределения подростков:

1) **Интересы и склонности.** Подростки в этом возрасте начинают осознавать свои предпочтения, что требует создания условий для их выявления и анализа.

2) **Социальная ситуация развития.** Профессиональное самоопределение часто зависит от социальных факторов: мнения окружающих, влияния семьи, общества и культуры.

3) **Личностная идентичность.** Выбор профессии связан с самоопределением личности, что отражается в её ценностях, интересах и мотивации.

4) **Образовательная система.** Роль школьного образования в профессиональном самоопределении подростков велика: оно создаёт условия для формирования навыков, знаний и компетенций, необходимых для дальнейшего профессионального выбора.

**Роль педагогов и психологов в сопровождении.** Педагоги и школьные психологи играют центральную роль в процессе профессионального самоопределения подростков. Они способны не только предоставить

необходимые знания, но и создать комфортные условия для обсуждения различных профессиональных возможностей. Педагоги могут укрепить мотивацию обучающихся, предлагая им реальные примеры успешных людей, которые смогли реализовать свои мечты. Они также могут организовать обсуждения, семинары и открытые уроки, которые помогут подросткам расширить свой кругозор и повысить уровень самопознания [67, с.149].

Педагоги-психологи выполняют важную функцию в эмоциональной поддержке подростков. Они помогают справляться с тревогой и напряжением, связанными с выбором профессии, а также помогают создавать положительное самоощущение у подростков. Поддержка со стороны профессионала может значительно повысить уверенность одного в собственном выборе.

**Влияние родителей на процесс профессионального самоопределения.** Родители (законные представители) – это первые и часто наиболее значимые наставники для подростков. Их роль в процессе профессионального самоопределения неопределима. Они могут помочь детям понять свои интересы, способности и возможности. Как именно?

1) **Поддержка интересов.** Законные представители могут наблюдать за увлечениями и хобби своих детей и поддерживать их развитие. Это может быть решение записаться на кружок, платные курсы или стажировки.

2) **Обсуждение и анализ.** Уделять время общению с детьми на тему будущей профессии, обсуждать, что им интересно, сколько людей работает в этой области и какие навыки требуются.

3) **Например,** родители (законные представители) могут стать примером для своих детей, показывая, как рассматривают выбор профессии и каким образом трудятся над достижением своих целей.

**Социальные партнёры как ресурс для подростков.** Социальные партнёры, такие как профессиональные организации, колледжи и университеты, также играют важную роль в профессиональном самоопределении. Создание партнёрских отношений между школами и

такими учреждениями позволяет расширить кругозор подростков и предоставить им доступ к различным ресурсам и возможностям.

**Постоянная связь с образовательными учреждениями.**

Профориентационные консультации, мастер-классы и дни открытых дверей помогают обучающимся принимать более осознанные решения о своём будущем.

**Стажировки и практики.** Социальные партнёры могут предложить подросткам возможность пройти практику, что даст им реальный опыт работы и представление о выбранной профессии.

**Участие в социальных проектах.** Это помогает подросткам развивать социальные навыки, учиться работать в команде и выявлять свои способности в различных ситуациях.

**Модель психолого-педагогического сопровождения.** Создание эффективной модели психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков предполагает интеграцию работы педагогов, родителей (законных представителей) и социальных партнёров. Важные элементы этой модели:

1. **Индивидуальный подход.** Каждый подросток уникален и имеет свои особенности, потребности и интересы. Педагоги и психолог используют различные методики (тесты интересов, карьерные ориентации, анкетирования, интервью) и разрабатывают индивидуальные программы поддержки и сопровождения.

2. **Психологическая поддержка.** Психологическая поддержка в виде консультаций, тренингов и групповой работы для педагогов и родителей (законных представителей) играет ключевую роль в успешной профессиональной ориентации обучающихся. Такие меры помогают взрослым лучше понимать потребности подростков, их страхи и сомнения, связанные с выбором будущей профессии. Педагоги, вооруженные знаниями и практическими навыками, могут эффективнее направлять подростков, учитывая их индивидуальные особенности и интересы. Родители (законные

представители), в свою очередь, получают инструменты для поддержки своих детей, помогая им преодолевать внутренние барьеры и укреплять уверенность в себе. Групповая работа создаёт пространство для обмена опытом, где участники могут делиться успехами и находить решения сложных ситуаций. В результате подростки чувствуют себя более защищёнными и мотивированными, что способствует их осознанному выбору профессионального пути и успешной адаптации в будущем.

3. **Информационная поддержка.** Подросткам необходимо иметь достаточно информации о профессиональных возможностях и требованиях на рынке труда. Педагоги и психологи должны обеспечить подростков актуальной информацией и помочь им разобраться в своих интересах и способностях.

4. **Поддержка социального окружения.** Родители (законные представители), педагоги и друзья играют важную роль в процессе профессионального самоопределения подростков. Педагоги и психологи должны сотрудничать с социальным окружением подростка, чтобы создать благоприятные условия для успешного выбора профессии.

5. **Развитие навыков самопознания и саморефлексии.** Молодым людям необходимо умение анализировать свои интересы, цели и способности для успешного выбора профессии. Педагоги и психологи должны помогать подросткам развивать навыки самопознания и саморефлексии.

Модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в образовательной организации должна учитывать взаимодействие всех участников образовательно-воспитательного процесса. Учителя, классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог, родители (законные представители) и социальные партнёры должны совместно создавать поддерживающую и развивающую среду для подростков, позволяющую им уверенно двигаться к своей профессиональной цели. Решение проблем, связанных с самоопределением, требует

комплексного подхода и активного вовлечения всех представителей образовательного процесса.

Представленная модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в МБОУ «СОШ № 42 г. Челябинска» направлена на эффективное сопровождение профессионального самоопределения подростков в условиях профильного обучения и профильных классов. Актуальность модели обусловлена необходимостью помощи подросткам в осознанном выборе будущей профессии, соответствующей их интересам, склонностям и потребностям современного рынка труда. В условиях динамично меняющегося мира, профессиональное самоопределение становится ключевым фактором успешной самореализации личности.

Профильное обучение – это организация образовательного процесса, ориентированная на индивидуализацию обучения и социализацию обучающихся, учитывающая реальные потребности рынка труда, отработку гибкой системы профилей. В его рамках происходит углубленное изучение отдельных предметов, ориентированных на практическое применение полученных знаний. Его цель – создание условий для осознанного выбора и освоения будущей профессиональной деятельности.

Профильные классы – это форма организации обучения, при которой содержание образовательных программ ориентировано на определённую профессиональную область. В данной модели выделены:

- инженерный класс (технологический профиль): ориентирован на углубленное изучение математики, физики, информатики, технологии, т.е. подготовка к будущей инженерной деятельности в различных отраслях;

- психолого-педагогический класс (гуманитарный профиль): направлен на углубленное изучение психологии, педагогики, русского языка и литературы, т.е. подготовка к профессиям, связанным с образованием, социальной помощью, консультированием;

– спортивный класс (универсальный профиль): нацелен на развитие спортивных способностей, поддержание здоровья и формирование здорового образа жизни, т.е. подготовка к спортивной карьере или к профессиям, связанным со спортом и физической культурой. Данная модель исследования представлена на рисунке 1.

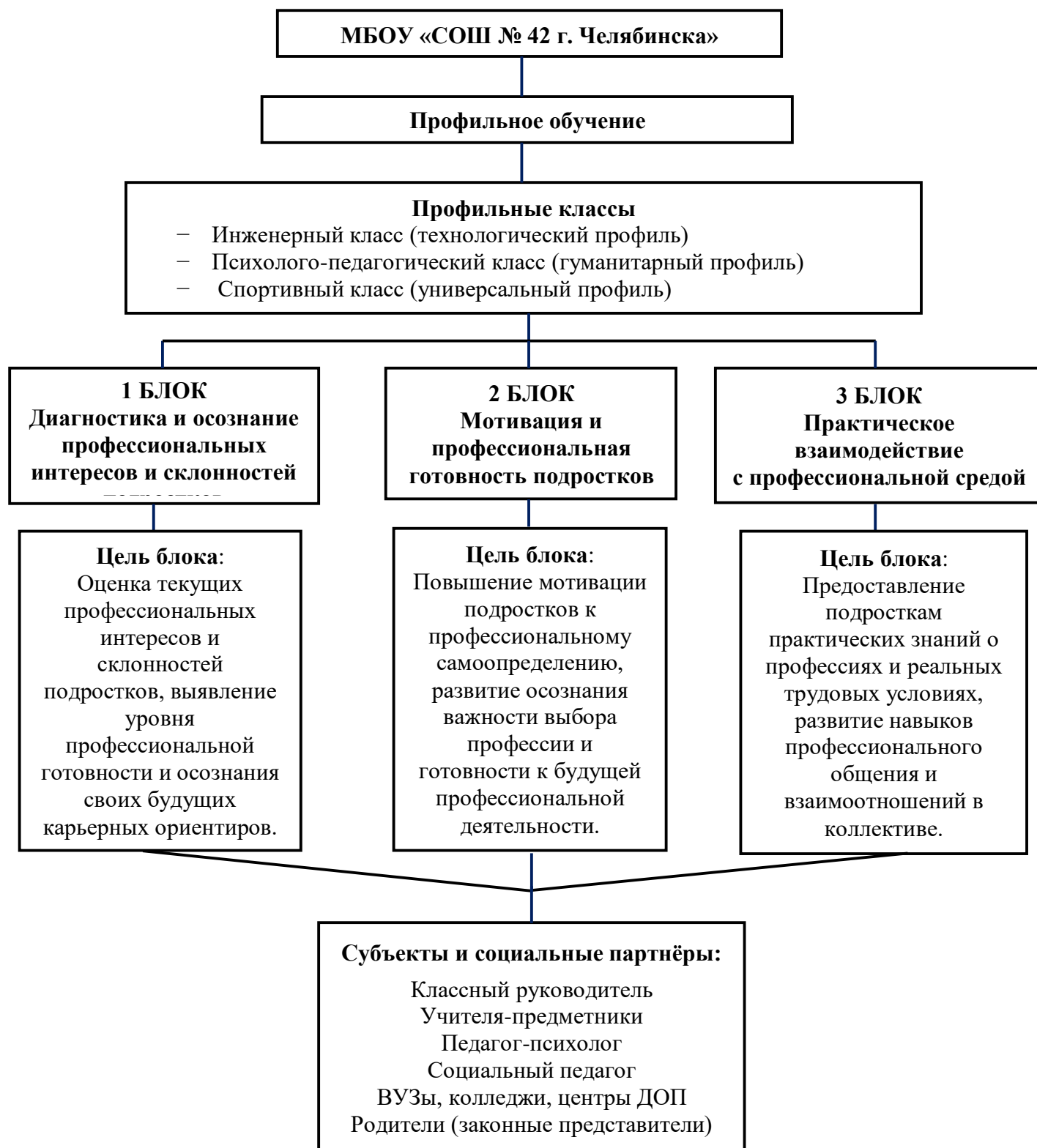


Рисунок 1 – Модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в МБОУ «СОШ № 42 г. Челябинска»

Далее для разработки модели психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в образовательной организации выделены три ключевых блока, каждый из которых включает в себя определённые цели, задачи и участников. Эти блоки будут направлены на комплексное сопровождение подростков в процессе их профессионального становления.

Функциональными блоками модели психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в образовательной организации являются диагностика и осознание профессиональных интересов и склонностей подростков, мотивация и профессиональная готовность подростков, практическое взаимодействие с профессиональной деятельностью.

**Блок 1. Диагностика и осознание профессиональных интересов и склонностей подростков.**

Задачи блока:

- проведение диагностики профессиональных интересов, склонностей и личных предпочтений подростков;
- определение уровня готовности подростков к выбору профессии;
- помощь подросткам в осознании своих сильных и слабых сторон для дальнейшего профессионального развития.

Классный руководитель – эта главная фигура, которая взаимодействует с обучающимися, координирует профориентационную работу, обсуждение результатов с подростками, инициирует профориентационные встречи и беседы.

Учителя – эта педагоги-предметники, которые формируют у обучающихся интерес к предметной области и осознанного выбора, т.е.

интегрируют профориентационные элементы в содержании учебных дисциплин, помогают будущим выпускникам выбрать направления дополнительного образования и профессиональной деятельности.

Педагог-психолог – проводит индивидуальную консультацию и групповые тренинги, психодиагностику помогая им выявить сильные стороны, определить профессиональные склонности и преодолеть трудности, связанные с выбором будущей профессии.

Социальный педагог – проводит оценку социальных факторов, которые могут влиять на выбор профессии (среда, окружение, внешние ориентиры).

Социальные партнёры (представители профессий, работодатели, образовательные учреждения) – проводят профориентационные беседы, экскурсии и мастер-классы.

Родители (законные представители) – играют важную роль в поддержке профессионального самоопределения подростков, оказывают помощь в сборе информации о профессиях, обсуждают с детьми их интересы и возможности карьерных путей.

В этом блоке основные действия: проведение диагностик с использованием методик Е. А. Климова «Дифференциально-диагностический опросник», А. Е. Голомшток «Карта интересов», А. П. Чернявской «Профессиональная готовность», подростковый интеллектуальный тест ПИТ СПЧ; проведение бесед, индивидуальных консультаций по выявлению сильных сторон, интересов и мотивов подростков, групповые тренинги для подростков, где они могут обсуждать свои предпочтения, получать обратную связь от педагогов и специалистов.

## **Блок 2. Мотивация и профессиональная готовность подростков.**

Задачи блока:

- развитие интереса и мотивации к профессиональной деятельности;
- формирование у подростков готовности к выбору профессии и осознания её значимости;

– укрепление уверенности подростков в их силах и способностях через позитивное подкрепление и поддержку со стороны педагогов и родителей (законных представителей).

Классный руководитель – организует встречи с представителями различных профессий, проводит классные часы на темы выбора профессии и профессионального роста.

Учителя – используют свои уроки и внеклассные мероприятия для углубления профессиональных знаний, показывают связь школьных предметов с будущими профессиями.

Педагог-психолог – проводит индивидуальные консультации по вопросам выбора профессии, работает с мотивацией подростков через когнитивные и эмоциональные тренинги, формирует уверенность в своих силах.

Социальный педагог – оказывает помощь в преодолении сомнений и страхов в профессиональном самоопределении.

Социальные партнёры (работодатели, наставники) – реальные встречи и стажировки, позволяющие подросткам увидеть реальные профессиональные задачи и условия труда.

Родители (законные представители) – оказывают поддержку подросткам в процессе профессионального выбора, помогают в преодолении трудностей на пути к самостоятельности и взрослости.

Во втором блоке основные действия: проведение мотивационных тренингов, лекций и бесед с подростками, стимулирующих к профессиональной активности; работа с родителями (законными представителями) для создания поддерживающей атмосферы в семье; реализация проектов «Профессия будущего» с участием подростков, где они могут изучить различные профессии через реальные примеры.

### **Блок 3. Практическое взаимодействие с профессиональной средой.**

Задачи блока:

- оказание подросткам возможности знакомиться с реальной профессиональной средой через практические занятия, стажировки, экскурсии;
- развитие профессиональных навыков и компетенций, необходимых для успешного начала карьерного пути;
- формирование навыков профессионального общения, принятия решений в условиях неопределённости.

Модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков включает взаимодействие различных субъектов и социальных партнеров, таких как:

Классный руководитель – координирует взаимодействия между школьниками, образовательными учреждениями и работодателями.

Учителя-предметники – помогают обучающимся увидеть связь учебных предметов с миром профессий, развивают профессионально важные качества обучающихся.

Педагог-психолог – проводит психодиагностику, консультации, тренинги по профессиональному самоопределению, оказывает индивидуальную поддержку обучающимся, также помогает в адаптации подросткам к новым условиям на стажировках и в реальной профессиональной среде, поддерживает в процессе самореализации.

Социальный педагог – выявляет социальные факторы, влияющие на профессиональный выбор, оказывает поддержку обучающимся, находящимся в трудной жизненной ситуации (ТЖС).

Социальные партнёры (ВУЗы, колледжи, центры ДОП (дополнительного образования)) – предлагают программы профессиональной ориентации, проводят дни открытых дверей, мастер-классы, конкурсы профессионального мастерства.

Родители (законные представители) – участвуют в профориентационной работе, оказывают поддержку своим детям в выборе профессии, помогают им в реализации их профессиональных планов.

В третьем блоке основные действия это: организация стажировок, визитов на предприятия, мастер-классов с участием профессионалов; проведение встреч с потенциальными работодателями и специалистами из разных отраслей; внедрение в программу образовательной организации элементов, имитирующих реальную профессиональную деятельность (например, проектная работа, школьные производственные мастерские).

Таким образом, данная модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в МБОУ «СОШ № 42 г. Челябинска» весьма актуальна по нескольким причинам:

1) Изменчивость рынка труда, то есть современный рынок труда характеризуется высокой динамичностью, появлением новых профессий и исчезновением устаревших. Подросткам сложно самостоятельно ориентироваться в этом многообразии и сделать правильный выбор.

2) Важность осознанного выбора, иными словами, неосознанный выбор профессии может привести к разочарованию, неудовлетворённости работой, снижению мотивации к обучению и профессиональному развитию.

3) Возрастные особенности, точнее, подростковый возраст – это период активного формирования личности, определения жизненных ценностей и планов. Своевременная и квалифицированная помощь в профессиональном самоопределении способствует гармоничному развитию подростка.

4) Социальный заказ, иными словами, общество заинтересовано в том, чтобы молодые люди выбирали профессии, соответствующие их способностям и потребностям рынка труда, что способствует экономическому развитию страны.

Подводя итог, можно сказать, что представленная модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков представляет собой комплексный и эффективный инструмент, направленный на помощь, обучающимся в осознанном выборе будущей профессии, развитии профессиональных навыков и готовности к успешной

адаптации в современном мире труда. Её реализация требует совместных усилий учителей-предметников, педагогов-психологов, социальных педагогов, родителей (законных представителей) и социальных партнёров.

## Выводы по I главе

Первая глава «Теоретико-методологические основы профессионального самоопределения подростков» выпускной квалификационной работы посвящена анализу теоретических и методологических основ профессионального самоопределения подростков. В ходе анализа отечественной психолого-педагогической литературы были выделены ключевые аспекты и подходы к данной проблеме.

В параграфе 1.1 «Анализ проблемы профессионального самоопределения подростков в отечественной психолого-педагогической литературе» представлена историческая ретроспектива развития профориентации, начиная с первых научных подходов, заложенных А. П. Болтуновым и И. Н. Шпильрейном, до современных концепций, предложенных Е. А. Климовым, Н. С. Пряжниковым, С. Н. Чистяковой и другими исследователями. Рассмотрены различные классификации стадий профессионального самоопределения, подчеркивается важность учёта личностных особенностей подростков, их интересов, способностей и ценностей. Также отмечается влияние социального окружения и современных технологий на процесс выбора профессии. В завершение параграфа делается вывод о необходимости комплексного подхода к профессиональному самоопределению, учитывающего индивидуальные особенности каждого подростка и предполагающего активное участие родителей, педагогов и социальных партнёров. Подчеркивается, что поддержка со стороны окружающих делает процесс выбора профессии более осознанным и активным.

В параграфе 1.2 «Возрастные и психологические особенности как условие успешного профессионального самоопределения подростков» анализируются возрастные и психологические особенности подростков в контексте профессионального самоопределения. Подробно рассматриваются физические изменения, социальная адаптация и влияние личностных черт

(эмоционального состояния, самооценки, социального окружения) на выбор профессии. Особое внимание уделяется роли образования, современных технологий и практического опыта (стажировок, наставничество) в формировании профессиональной идентичности подростков. В заключение параграфа подчеркивается важность осознанного отношения к собственному опыту, получения обратной связи и поддержки со стороны взрослых для успешного выбора профессии.

В параграфе 1.3 «Модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в образовательной организации» представлена концептуальная модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков. Обосновывается необходимость целенаправленной модели, учитывающей индивидуальные потребности каждого подростка и интегрирующей усилия педагогов, родителей (законных представителей) и социальных партнёров. Описываются ключевые теоретические и организационные аспекты модели, включая цели, задачи и этапы реализации. Представлена пошаговая структура, включающая диагностику, мотивацию и практическое взаимодействие с профессиональной средой. Подчеркивается важность индивидуального подхода, психологической поддержки, информационной поддержки и поддержки социального окружения.

Таким образом, главная идея первой главы заключается в необходимости комплексного подхода к профессиональному самоопределению подростков, который должен основываться на глубоких знаниях о возрастных и психологических характеристиках данной группы, а также включать эффективные инструменты педагогического сопровождения. Эту работу следует продолжать в дальнейших главах, углубляя изучение практических аспектов и конкретных методик, которые помогут реализовать предложенную модель в образовательной практике.

## **ГЛАВА II ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО АПРОБАЦИИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

### **2.1 Методология, методики исследования и результаты констатирующего этапа**

В современном образовательном процессе важным аспектом является поддержка и сопровождение подростков в их профессиональном самоопределении. Психолого-педагогическое исследование, проводимое в образовательной организации, направлено на выявление и решение проблем, связанных с выбором профессии, профессиональной ориентацией и социализацией обучающихся.

Психолого-педагогическое исследование — это систематический процесс сбора и анализа информации о психологических и педагогических аспектах, влияющих на процесс обучения и развития обучающихся. В контексте профессионального самоопределения подростков, такое исследование охватывает следующие ключевые цели: выявление уровня готовности подростков к выбору профессии (насколько осознанно подростки подходят к выбору своей дальнейшей жизненной деятельности), определение факторов, влияющих на профессиональную ориентацию (внутренние и внешние факторы: интересы, способности, семейные традиции, социальные устои), разработка и апробация психолого-педагогических методов сопровождения (создание модели психолого-педагогического сопровождения, которая поможет подросткам эффективно ориентироваться в мире профессий).

В ходе опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения

подростков в МБОУ «СОШ № 42 г. Челябинска» была выделена экспериментальная группа и контрольная группа, состоящие из подростков возраста 14-15 лет. Всего в исследовании участвовало 60 респондентов.

Экспериментальная группа проходила специальную программу, направленную на развитие навыков профессионального самоопределения, которая включала в себя различные формы работы: профвыезды в ЮМК, Парк «Россия – Мои Горизонты», посещение выставки для абитуриентов в СУЗы и ВУЗы, организацию профпроб у социальных партнеров, тренинговые занятия, индивидуальные консультации. Целью этих мероприятий было помочь подросткам осознать свои интересы, склонности и возможности, а также сформировать адекватное представление о профессиях и требованиях к ним.

Контрольная группа не подвергалась специальному вмешательству и продолжала обучаться по обычной программе. Это позволяло сравнить результаты и оценить эффективность психолого-педагогического сопровождения в экспериментальной группе.

Исследование включало несколько этапов, таких как диагностический инструментарий исходного уровня профессионального самоопределения:

1. Дифференциально-диагностический опросник Е. А. Климова представляет собой ценнейший инструмент, целью которого является диагностика профессиональной ориентации и самоопределения личности. Этот опросник был разработан с акцентом на выявление индивидуальных особенностей, интересов и склонностей подростков в контексте их будущей профессиональной деятельности. А. А. Азбель, в свою очередь, осуществил модификацию этого инструмента, адаптировав его к современным условиям и требованиям образовательного процесса, что позволило расширить его практическое применение и повысить надежность получаемых результатов. Первоначально, разработка самого опросника осуществлялась с акцентом на выявление понимания подростками собственных качеств, потребностей и интересов, которые могут повлиять на их выбор профессии. Этот инструмент включает в себя множество вопросов, направленных на глубокое осмысление

своих пожеланий и предпочтений, что в свою очередь помогает специалистам – педагогам-психологам и педагогам – лучше понять, какие направления в профессиональной деятельности могут быть наиболее актуальными для каждого конкретного подростка.

Модификация А. А. Азбель добавляет новые элементы, позволяя более тонко настроить диагностику под специфические группы подростков, включая разнообразие их интересов, уровень готовности к профессиональной деятельности и социальные условия, в которых они находятся. Эта адаптация особенно важна в условиях динамично меняющегося общества, где требования к специалистам постоянно эволюционируют, а молодежь сталкивается с массой информации и зачастую не знает, как правильно ориентироваться в разнообразии карьерных путей. Опросник не только выявляет текущие интересы и склонности, но и даёт возможность проектировать дальнейшие шаги в образовательной и профессиональной траектории подростков, что является крайне важным в рамках их личностного развития. В результате применения данного инструмента, педагоги и педагоги-психологи способны не только на уровне диагностики, но и в контексте практического сопровождения, предлагать более точные и обоснованные рекомендации по выбору профессии, что, безусловно, является значительным вкладом в процесс их профессионального самоопределения.

Таким образом, дифференциально-диагностический опросник Е. А. Климова (в модификации А. А. Азбель), представляет собой интегративный подход, который позволяет глубокое понимание профессиональной идентичности подростков и создаёт основу для их успешного будущего в мире быстро меняющихся экономических реалий.

Цель: определение профессиональных склонностей и интересов личности, а также выявление желаемых и реальных профессиональных предпочтений.

Опросник состоит из блока вопросов, которые направлены на оценку профессиональных интересов, потребностей, навыков и предпочтений.

Респондент отвечает на утверждения, выбирая уровень согласия по предложенной шкале (например, от «полностью не согласен» до «полностью согласен»).

Обработка результатов: результаты опросника интерпретируются по кодовым значениям, которые соответствуют различным профессиональным родам и направлениям. На основании набранных баллов составляются профили, позволяющие определить сильные и слабые стороны личности, а также оптимальные области для карьерного роста или профессионального обучения.

2. Методика «Профессиональная готовность», разработанная А. П. Чернявской, представляет собой важнейший инструмент для оценки уровня готовности подростков к профессиональному самоопределению. Важно отметить, что, учитывая динамичность и изменчивость требований современной профессиональной среды, данная методика помогает не только оценить актуальное состояние готовности, но и определить зоны, требующие дополнительного внимания и работы.

Методика включает в себя ряд показателей, таких как мотивация к профессиональному самоопределению, наличие умений и навыков, соответствующих выбранному профессиональному направлению, а также уровень осведомлённости о возможностях, которые открываются перед подростками в ходе их будущей профессиональной деятельности. Подростки, проходя данное тестирование, могут более чётко осознать свои интересы и склонности, что является критически важным этапом в процессе формирования профессиональной идентичности. В процессе применения методики достаточно актуальным оказывается обсуждение её результатов, которые могут, в свою очередь, служить основой для индивидуальных консультаций. Это означает, что педагоги и педагоги-психологи могут более глубоко анализировать полученные данные для выстраивания индивидуальных траекторий развития подростков. Важно понимать, что каждый результат методики не является окончательным: это лишь отправная

точка для дальнейшей работы с подростком, что подчеркивает необходимость комплексного подхода к вопросам профессионального самоопределения.

Подводя итог, можно отметить, что методика «Профессиональная готовность» А. П. Чернявской не только помогает выявить текущее состояние готовности подростков к профессиональному выбору, но и выступает в качестве важного инструмента для построения индивидуальных образовательных маршрутов. Применение этой методики способствует активизации интереса подростков к исследованию различных профессиональных сфер и, как следствие, помогает настойчиво следовать к выбору своего будущего, что создаёт базу для более успешной интеграции в профессиональную жизнь.

Цель: оценка уровня профессиональной готовности и способности личности к выполнению профессиональных задач и адаптации в профессиональной среде, проявление личностных качеств, способствующие профессиональной успешности.

Обработка результатов: результаты обрабатываются с использованием количественного анализа, где баллы по различным критериям компилируются в общий профиль профессиональной готовности. Эти профили способствуют пониманию уровня готовности, а также выявляют области, требующие улучшения или дополнительной работы.

В данной методике профессиональная готовность рассматривается по критериям:

**Автономность** – это важное психологическое и философское понятие, которое описывает способность личности к самоопределению. В контексте профессиональной жизни автономный человек принимает решения, которые соответствуют его внутренним убеждениям и целям, а не внешним давлениям.

Основные характеристики автономного человека:

1) Самостоятельность и идентичность – автономный человек способен отделить свои собственные цели от целей других, включая родителей (законных представителей) и значимых людей, и имеет чёткое

представление о своей идентичности. Он понимает, к какому сообществу принадлежит и каким образом желает развиваться.

2) Стремление к развитию и ответственности – важной характеристикой является желание развивать навыки и знания в какой-либо области, автономный человек осознаёт, что успех требует усилий и принимает на себя ответственность за свои поступки и выбор.

3) Накопление опыта – реализация автономности требует накопления жизненного и профессионального опыта. Это включает самостоятельное планирование своих действий и умение решать жизненные проблемы, а также способность адаптировать свои действия в соответствии с требованиями общества.

4) Профессиональная прогнозируемость – автономные люди могут предсказывать свой профессиональный путь на основе накопленного опыта и устойчивых предпочтений, имеют чёткое представление о своих карьерных целях и путях их достижения.

5) Инициатива и активность – автономность проявляется в инициативности людей в получении информации о возможностях и активном выборе своего профессионального пути. Они проявляют творчество и изобретательность в своих карьерных решениях.

6) Реализм и компромиссы – уровень реализма в принятых карьерных решениях критичен. Автономные люди понимают свои возможности и могут делать компромиссы между желаниями и реальными условиями, в которых существуют.

Формирование автономности обычно начинается в юношеском возрасте и продолжается в зрелые годы. Для этого необходимы следующие этапы: независимость от родителей (сознание своей независимости, как в действиях, так и в мыслях); переход к самодетерминации (освобождение от внешнего контроля и грамотное самоуправление); чёткое видение себя (понимание и стремление к своему идеалу в жизни и карьере).

Таким образом, автономность является ключевым аспектом личностного роста и профессиональной самоидентификации, что в свою очередь может существенно влиять на уровень удовлетворенности жизнью и карьерой.

**Информированность** о мире профессий и умение соотнести информацию со своими особенностями являются ключевыми факторами при выборе профессии. Чтобы сделать обоснованный выбор, человеку необходимо обладать объёмным набором знаний, который можно разделить на два уровня.

Информация о мире профессий в целом:

- подразделение профессий (осознание классификации профессий по различным критериям, таким как предмет труда, цели труда и используемые орудия);
- общие трудовые и производственные термины (понимание понятий, связанных с трудовой культурой, дисциплиной и основами организации труда);
- отдельные профессии (знакомство с основными профессиями, их особенностями и требованиями);
- способы получения профессии (знание о том, как можно получить образование, кабинетные навыки поиска работы, советы по удержанию на рабочем месте и возможности профессионального роста).

Информация об отдельных профессиях или группах профессий: условиям работы (знания о физических и социально-экономических условиях, в которых проходит трудовая деятельность); требованиям к работнику (характеристики, которые необходимы для успешной профессиональной деятельности (психофизиологические, познавательные, личностные); уровню образования (информация о необходимых образовательных квалификациях и местах, где можно получить соответствующее образование); перспективах роста (понимание дальнейших возможностей и карьерного роста в рамках выбранной профессии).

Ключевым аспектом при выборе профессии является способность находить и использовать информацию. Начиная с начальной школы, учащиеся должны осваивать навыки поиска информации о профессиях, чтобы избежать ошибок и затруднений при выборе будущей карьеры. В этом контексте именно отсутствие знаний о доступных источниках информации может стать серьезным препятствием.

Однако даже самая полная информация не будет иметь значения, если человек не готов её воспринять и сопоставить с собственными особенностями, интересами и склонностями. Адекватное усвоение информации о профессиях зависит от уровня самосознания, способностей к самооценке и готовности к изменениям. Важнейшие факторы, влияющие на выбор профессии: личностные характеристики (интересы, склонности, способности и ценности); готовность к принятию информации (открытость к новому опыту и желание улучшать свои навыки).

Таким образом, эффективный выбор профессии требует комплексного подхода: устойчивого объёма информации о профессиях, индивидуального анализа своих особенностей, а также активного использования источников информации.

**Принятие решений** — ключевой аспект профессиональной жизни, который требует внимательного подхода и тщательной оценки альтернатив. Процесс выбора решения многогранен и включает в себя последовательность этапов, которые помогают человеку осознанно подойти к этому важному шагу.

Этапы процесса принятия решения по Дж. Крумбольтцу:

– сбор возможных вариантов решения (важно генерировать разнообразные идеи, которые могут включать как реальные, так и гипотетические решения, запись всех предложений позволяет легче анализировать их в дальнейшем);

- сбор информации по каждому варианту решения (чем больше информации о каждом варианте, тем увереннее можно будет принимать решение);
- исследование шансов успешности в каждой альтернативе (основное внимание уделяется реалистичности предложенных решений, важно задать себе вопрос, осуществим ли данный вариант на практике);
- связь каждой альтернативы с целями и ценностями человека (не меньшее значение имеют личные принципы, нормы и жизненные цели, при выборе решения необходимо учитывать эти факторы, чтобы избежать конфликта между профессиональными задачами и личными убеждениями);
- разработка конкретного плана действий и определение факторов, способствующих или препятствующих реализации решения (формирование чёткого плана, который даст возможность предвидеть возможные трудности и выработать стратегии для их преодоления);
- формулировка плана действий для новых возможностей и развития (принятое решение не должно ограничивать возможности или препятствовать личному и профессиональному росту, важно ориентироваться на долгосрочные цели).

Качества и навыки, способствующие эффективному принятию решений: любознательность (готовность углубляться в детали и собирать новую информацию); предвидение (умение предсказывать потенциальные проблемы и заранее готовить альтернативы); здравый смысл (способность соединять информацию с реальной проблемой и делать осмысленные выводы); решительность (сделать выбор и нести за него ответственность); делегирование полномочий (эффективное распределение задач и обязанностей в команде); планирование (умение разрабатывать конкретные и осуществимые планы действий); оценка риска (способность анализировать риски и потенциальные последствия решений); ответственность за риск (готовность принять на себя последствия принятых решений); контроль

(умение следить за выполнением плана и корректировать действия по мере необходимости).

Принятие решений — это сложный и многослойный процесс, который требует как аналитического подхода, так и развития личных качеств. Успешное решение проблем основывается на способности чётко структурировать этапы принятия решения, оценивать альтернативы и не бояться брать на себя ответственность за последствия. Только такая осознанная практика поможет достигать желаемых результатов как в профессиональной, так и в личной жизни.

**Планирование** профессиональной жизни — это важный аспект, который требует тщательного подхода и анализа, как описано в приведенной информации. Давайте более подробно рассмотрим ключевые этапы и эмоциональные аспекты, связанные с принятием карьерных решений.

Согласно рекомендациям Ли и Лейбовиц рассмотрим таблицу, отражающую этапы планирования профессионального пути:

Этап	Описание
Самоанализ	Оценка собственных интересов, навыков, ценностей и личных качеств.
Исследование	Сбор информации о различных профессиях, отраслях и возможностях, включая требования и перспективы.
Формулирование целей	Установление краткосрочных и долгосрочных карьерных целей, включая краткий и долгосрочный план действий.
Обучение и развитие	Определение необходимых знаний и навыков, поиск образовательных курсов, тренингов и других возможностей для развития.
Реализация плана	Принятие активных шагов для достижения поставленных целей, таких как поиск работы, стажировки, волонтерство и сетевое взаимодействие.
Оценка и корректировка	Регулярное пересмотрение планов и целей, анализ прогресса и внесение корректив в стратегии на основе полученного опыта.

Планирование профессионального пути — это не однократное действие, а долгосрочный и динамичный процесс, требующий постоянного анализа и эмоциональной устойчивости. Важно не только собирать информацию и разрабатывать стратегию, но и управлять своими эмоциями, чтобы принимать более осознанные и современные решения, которые окажут влияние на будущее профессиональное развитие.

**Эмоциональное отношение** – это то, как человек эмоционально воспринимает и реагирует на необходимость выбора профессии и всё, что с этим связано. Эмоции играют ключевую роль в процессе принятия карьерных решений. Они могут как подталкивать к выбору, так и затягивать его. Важно отметить следующие моменты:

- 1) Отношение к различным вариантам:
  - Нравится ли подростку определённая профессия?
  - Вызывает ли она у него интерес, энтузиазм, или наоборот, отторжение и страх?
- 2) Отношение к процессу принятия решения:
  - Готов ли подросток планировать, анализировать, собирать информацию?
  - Или он избегает этого, испытывая дискомфорт и тревогу?
- 3) Отношение к ответственности:
  - Осознает ли подросток, что выбор профессии – это его ответственность?
  - Готов ли он взять на себя последствия своего выбора?
- 4) Эмоциональный настрой:
  - Насколько подросток оптимистичен, уравновешен и способен справляться с неудачами?

Положительное эмоциональное отношение, характеризующееся оптимизмом, уравновешенностью и готовностью к активным действиям, способствует более осознанному профессиональному выбору. Негативное же отношение, напротив, может затянуть процесс принятия решения и привести к ошибочному выбору.

3. Опросник «Карта интересов» А. Е. Голомшток представляет возможность оценить различные области интересов подростков, что способствует более целенаправленному профориентационному консультированию. Опросник структурирован таким образом, чтобы максимально эффективно выявлять предпочтения и склонности подростков в

разных сферах деятельности. Базируясь на современных теоретических подходах к пониманию интересов, данный опросник состоит из множества вопросов, которые могут быть сгруппированы по темам, отражающим различные области, такие как гуманитарные науки, технические дисциплины, творчество и предпринимательство. Это позволяет молодым людям не только осознать свои предпочтения, но и установить взаимосвязь между интересами и потенциальными сферами профессиональной деятельности.

Структура опросника включает в себя как открытые, так и закрытые вопросы, что способствует более глубокому анализу полученных данных. Открытые вопросы позволяют респондентам выразить свои мысли и предпочтения более свободно, в то время как закрытые вопросы упрощают процесс обработки результатов. Такой подход к организации материала делает исследование более комплексным, так как позволяет учитывать не только явные интересы, но и скрытые тенденции, которые могут выявиться в процессе заполнения опросника. Он, в свою очередь, призван не только регистрировать интересы, но и помочь подросткам в самоопределении, выявить их склонности. Использование этой методики в рамках исследования по профессиональному самоопределению подростков даёт возможность проанализировать не только индивидуальные предпочтения, но и выделить общие тенденции среди целевой группы. Этот инструмент оказывается довольно эффективным для формирования представления о том, какие виды деятельности привлекают молодежь, что в свою очередь открывает дополнительные возможности для разработки программ профориентации. При более детальном анализе данных, собранных с помощью «Карты интересов», можно выявить значимые корреляции между интересами и успешностью в избранной профессии. Сложность и многогранность интересов подростков в современных условиях требуют от исследователя не только точности в вопросах, но и гибкости в интерпретации результатов. Этот опросник выступает, своего рода, «путеводителем» для подростков, позволяя понять, где могут быть точки пересечения их личных интересов и

потребностей, существующих на рынке труда. Он становится мостом между личностными ощущениями и реальными возможностями, что, в свою очередь, вдохновляет и мотивирует обучающихся к более целенаправленным шагам в их профессиональном самоопределении.

Таким образом, опросник «Карта интересов» является неотъемлемой частью инструментария, используемого в исследовании и сопровождающая процесс формирования профессионального самоопределения подростков, создавая основы для дальнейших шагов в их образовательной и профессиональной карьере.

Цель: выявление интересов и склонностей личности, что может помочь в выборе профессионального пути или сфере деятельности.

Обработка результатов: результаты анализируются путём суммирования оценок по каждой категории интересов, производится сопоставление полученных данных с профессиональными категориями, что позволяет составить «карту интересов» и предложить респонденту возможные направления для дальнейшего изучения или карьерного роста.

4. Подростковый интеллектуальный тест ПИТ СПЧ представляет собой уникальный инструмент, разработанный для диагностики и оценки интеллектуальных способностей подростков. Интеллект – это ключевой компонент в процессе выбора профессии, поскольку именно он во многом определяет способности к обучению, овладению новыми знаниями и навыками. В контексте профессионального самоопределения важно понимать, какими именно интеллектуальными ресурсами располагает подросток и как их можно использовать для достижения результатов в будущей профессиональной деятельности. Методика проведения теста достаточно проста и включает несколько этапов.

Во-первых, перед началом тестирования подростков знакомят с целями исследования, объясняя, что результаты будут служить не столько для оценивания, сколько для их личного развития. Это снижает уровень тревожности и способствует откровенности в ответах. Процедура

тестирования включает набор заданий, которые проверяют ряд когнитивных функций: логическое мышление, память, внимание и креативность. Задания варьируются по сложности, что позволяет охватить широкий спектр умственных способностей и давать полноценную картину интеллектуального потенциала. Важно отметить, что результаты, полученные в процессе тестирования, не являются единственным критерием профессионального самоопределения подростка. Тем не менее, они способны значительно помочь, позволяя выявить сильные и слабые стороны, а также наметить пути дальнейшего развития. Например, тест может показать, что подросток обладает выдающимися способностями в области аналитического мышления, что может быть подсказкой к выбору профессий, связанных с анализом данных или научной деятельностью.

Таким образом, подростковый интеллектуальный тест ПИТ СПЧ представляет собой важный элемент в системе психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения. Он не просто фиксирует данные о текущем уровне интеллекта, а обогащает процесс выбора профессии необходимыми знаниями о личностных качествах подростка, помогая сформировать более осознанное и целенаправленное отношение к будущему. В условиях быстро меняющегося мира, где информированность и способность к обучению становятся важнейшими профессиональными навыками, подобные инструменты являются незаменимыми для успешной интеграции подростков в профессиональную жизнь.

Цель: оценка уровня интеллектуального развития подростков и их когнитивных способностей.

Методика имеет 4 равноценных параллельных формы (А, Б, В, Г), каждая из которых состоит из 11 субтестов, предназначенных для диагностики различных интеллектуальных функций:

1 Субтест «Осведомлённость» (информированность) – определяет степень приобщения к культуре, познавательные интересы, объём долговременной памяти.

2 Субтест «Скрытые фигуры» – измеряет такие важные интеллектуальные качества, как гибкость восприятия, независимость от поля зрения.

3 Субтест «Пропущенные слова» – отражает способность к оперированию вербальным материалом, понимание содержания, скорость восприятия текста.

4 Субтест «Арифметические задачи» – способность к концентрации активного внимания, развитие практического математического мышления.

5 Субтест «Понятливость» – умение строить умозаключения на основе жизненного опыта, наблюдательность, здравый смысл, логичность суждений.

6 Субтест «Исключение изображений» – гибкость мышления, способность к инсайту, умение находить перцептивно-логические связи.

7 Субтест «Аналогии» – чувство языка, комбинаторно-логическое мышление, способность находить приблизительные решения. Комбинаторные способности – беглость и гибкость мышления, сочетающиеся с хорошо развитой оперативной памятью, хорошее владение операциями перебора всевозможных вариантов.

8 Субтест «Числовые ряды» – развитие индуктивного мышления, умение оперировать числами, а также способность улавливать ритм. Индуктивное мышление – это когда на основании одного или нескольких частных фактов или наблюдений делаем обобщение, выводим общее правило.

9 Субтест «Умозаключение» – дедуктивное мышление, способность оперировать упорядоченной информацией, помехоустойчивость суждений. Дедуктивное мышление – это метод мышления, следствием которого является логический вывод, в котором частное заключение выводится из общего. Цепь умозаключений (рассуждений), где звенья (высказывания) связаны между собой логическими выводами.

10 Субтест «Геометрическое сложение» – образное мышление, пространственное воображение, перцептивно-комбинаторные способности.

11 Субтест «Заучивание слов» – эффективность процессов памяти (такую память часто называют промежуточной или оперативной), способность к сосредоточению, выносливость к умственной нагрузке.

В каждом субтесте по 14 заданий; в каждом задании представлены 5 вариантов ответа, из которых верен только один. Общее число заданий в каждой форме составило 154.

Общий уровень интеллекта описывается как средняя норма при  $90 \leq IQ \leq 109$ . Диапазоны  $80 \leq IQ \leq 89$  и  $110 \leq IQ \leq 119$  характеризуются, соответственно, как сниженная норма и хорошая норма. Если интегральные показатели лежат в пределах  $70 \leq IQ \leq 79$  и  $120 \leq IQ \leq 129$ , то используются определения: низкий и высокий интеллект, соответственно. Наконец, уровень интеллекта в 130 баллов и выше считается очень высоким.

В процессе обработки данных, полученных в результате психолого-педагогического исследования, важнейшую роль играют методы математической статистики, среди которых особое место занимает t-критерий Стьюдента. Этот метод необходимо применять для проверки значимости различий между средними значениями двух выборок, что позволяет сделать выводы о влиянии психолого-педагогического сопровождения на профессиональное самоопределение подростков. Причём, t-критерий, будучи широко используемым инструментом, требует от исследователя чёткого понимания условий своего применения и интерпретации результатов. Результирующая статистика позволяет сравнивать средние значения групп, например, той, которая прошла психолого-педагогическое сопровождение, и контрольной группы, не подвергавшейся аналогичному воздействию. Применяя t-критерий, исследователь стремится установить, являются ли полученные различия статистически значимыми, что, в свою очередь, подтверждает или опровергает гипотезу о эффективности предлагаемой программы. Конечно, использование t-критерия требует предварительной проверки на гомогенность дисперсий. Если дисперсии окажутся равными, применяется стандартный t-критерий; в противном случае –

модифицированный. Важно отметить, что с увеличением объёма выборки становится легче выявить даже малозначимые различия между средними значениями, что требует осторожного подхода к интерпретации полученных результатов, чтобы не впасть в ошибку «ложной значимости». Следует также обратить внимание на уровень значимости (порог  $\alpha$ ), который обычно устанавливается на величину 0,05 или 0,01. Если полученное р-значение оказывается меньше этого уровня, результирующее отличие признаётся статистически значимым. Однако, необходимо помнить, что статистическая значимость не всегда подразумевает практическую значимость, что важно учитывать при разборе итогов исследования.

Таким образом, тщательная проработка методологии, включая выбор и использование статистических методов, выступает основополагающим аспектом, влияющим на достоверность и надёжность результатов исследования, что, безусловно, должно стать целью любого ученого, посвящающего себя области психолого-педагогического сопровождения.

Цель: статистическая оценка гипотезы о существовании различий между группами подростков по выбранным параметрам (например, уровень профессиональной готовности, интересы и т.д.).

В современных условиях актуальность изучения профессиональной подготовки и готовности подростков к будущей деятельности возрастает. Для этого важным этапом является повышение уровня профессионально значимых качеств. В исследовании участвовали 60 подростков в возрасте от 14 до 15 лет, разделённых на контрольную и экспериментальную группы по 30 человек. Контрольная группа не подвергалась никакому воздействию со стороны исследователей, в то время как экспериментальная группа принимала участие в целенаправленных занятиях и мероприятиях, направленных на развитие профессиональных навыков и интеллектуального потенциала.

Результаты диагностики по методике «Дифференциально-диагностический опросник» Е. А. Климова (на констатирующем этапе) представлены на рисунке 2 в [Приложение 2, таблице 1].

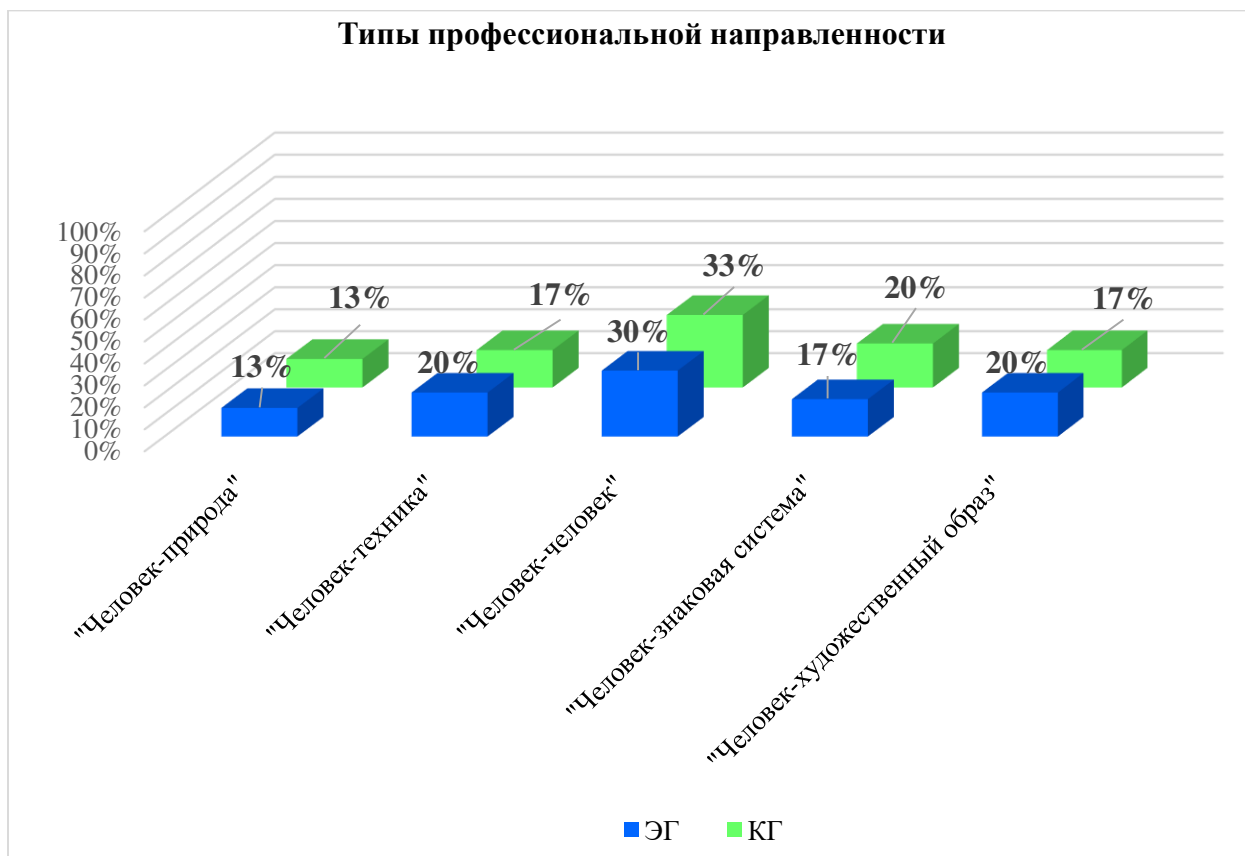


Рисунок 2 – Распределение респондентов по типам профессиональной направленности по методике Е. А. Климова

Анализируя результаты на констатирующем этапе, можно увидеть, что в обеих группах преобладает тип профессиональной направленности «Человек-человек» экспериментальная группа составляет – 30% (9 респондентов), контрольная группа составляет – 33% (10 подростков). Также можно отметить, что большинство подростков не имеют ярко выраженной профессиональной направленности, у 23 респондентов (37% от общей выборки) выявлены одинаковые предпочтения к двум и более типам профессиональной направленности.

Результаты диагностики по методике «Карта интересов» А. Е. Голомштока (констатирующий этап) представлены на рисунке 3 в [Приложение 2, таблице 2].

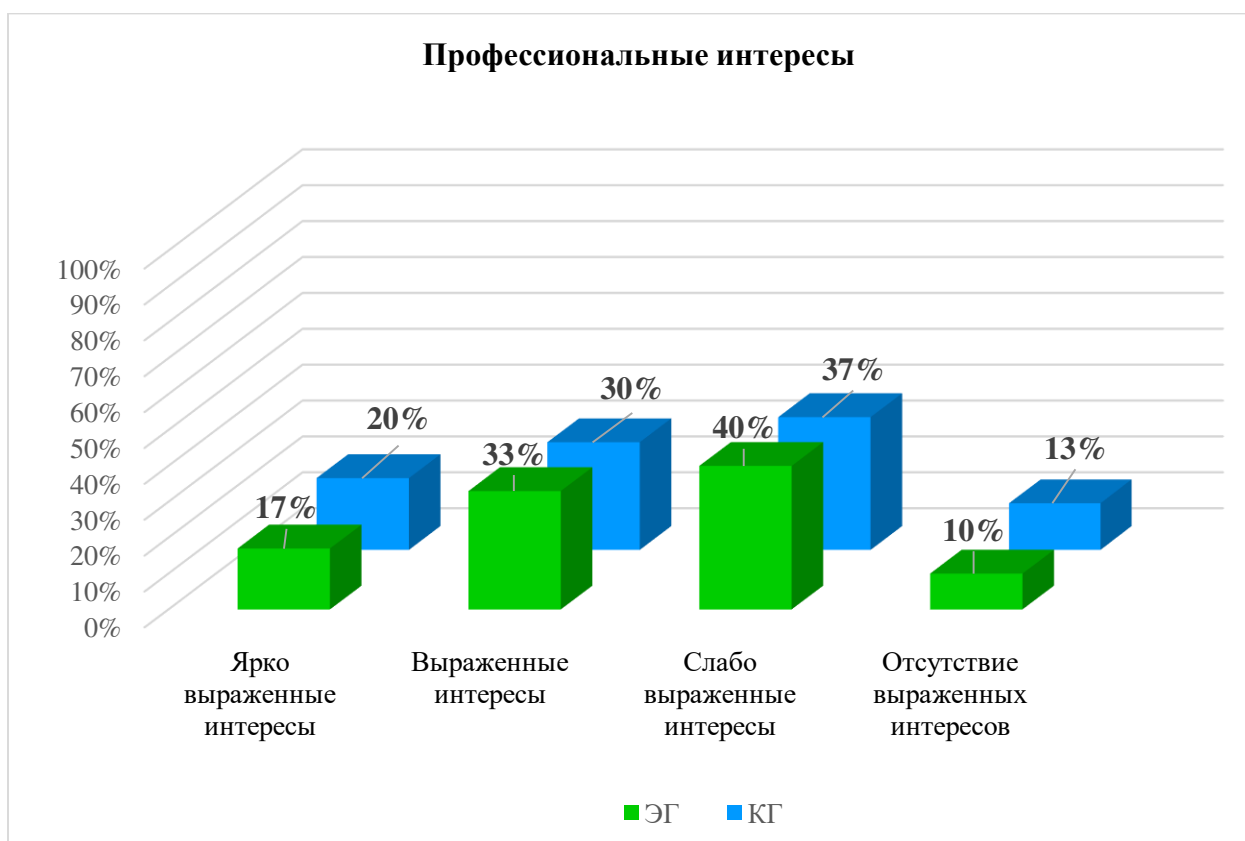


Рисунок 3 – Распределение респондентов по профессиональным интересам по методике «Карта интересов» А. Е. Голомштока

На диаграмме представлены результаты исследования профессиональных интересов, сравнивающие две группы ЭГ и КГ. Общая картина свидетельствует о том, что в обеих группах преобладают слабо выраженные профессиональные интересы, ЭГ демонстрирует 40% (12 респондентов), а КГ – 37% (11 респондентов). Но при этом ЭГ демонстрирует несколько более активную позицию в категориях выраженные интересы 33% (10 респондентов) и 10% (3 респондента) отсутствие выраженных интересов по сравнению с КГ. Полученные данные служат отправной точкой для дальнейшего анализа эффективности формирующего этапа исследования и позволяют оценить динамику изменений в выраженности интересов под воздействием экспериментальной методики.

На этапе констатирующего эксперимента были получены данные по методике А. П. Чернявской «Профессиональная готовность», представленные на рисунке 4 в [Приложение 2, таблице 3].

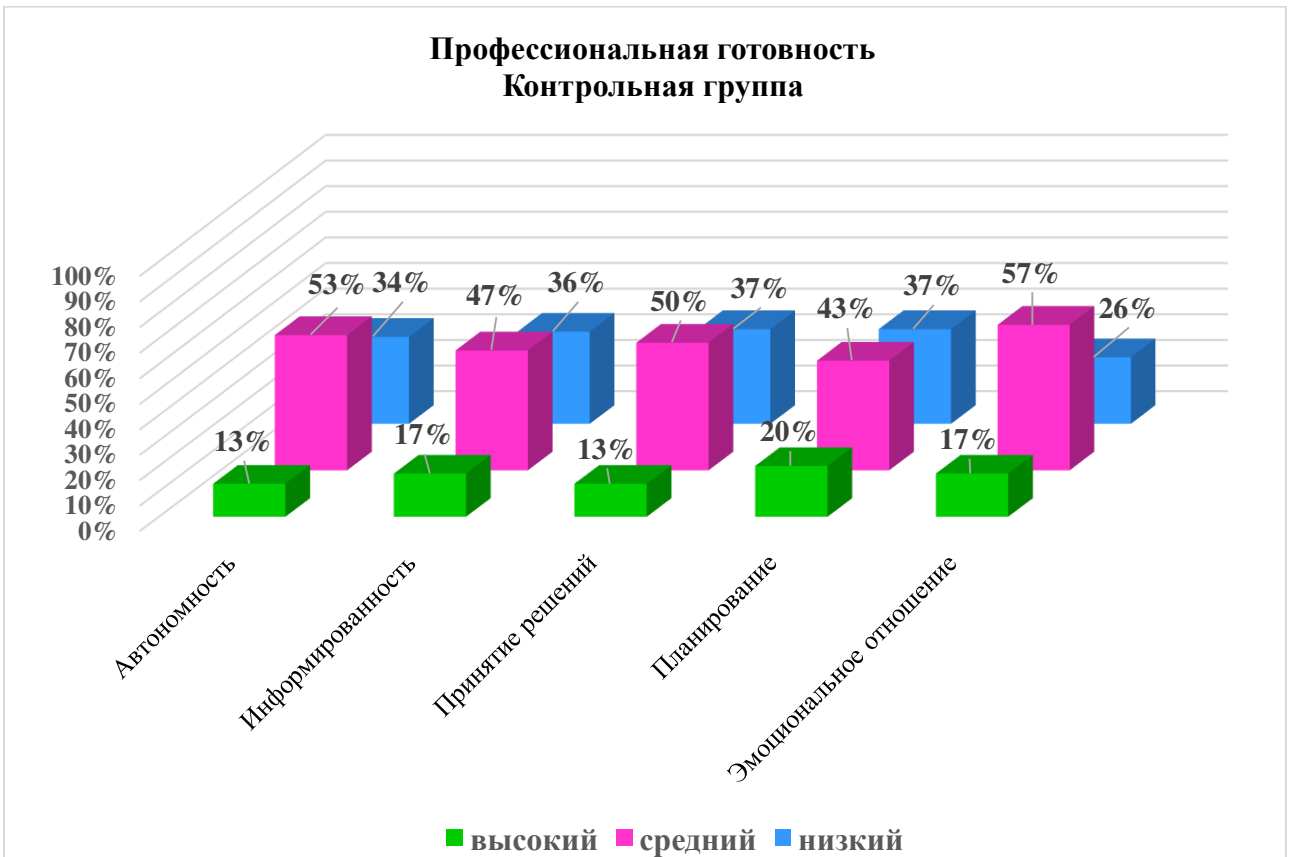


Рисунок 4 – Распределение респондентов по уровню профессиональной готовности по методике «Профессиональная готовность» А. П. Чернявской

Анализируя результаты на констатирующем этапе, по уровню профессиональной готовности, мы видим, что:

Автономность в ЭГ наблюдается более сбалансированное распределение: 17% — низкий, 50% — средний, 33% — высокий уровень. В КГ преобладает средний уровень 13% — низкий, 53% — средний, 34% — высокий, что свидетельствует о более однородной структуре профессиональной автономности.

Информированность в обеих группах структура схожа, с преобладанием среднего уровня готовности. Однако ЭГ демонстрирует чуть более высокие показатели на высоком уровне – 17% по сравнению с КГ – 13%, что указывает на тенденцию к более высокой информированности респондентов.

Принятие решений, в этой сфере отмечается наиболее высокая доля низкого уровня в ЭГ — 44% и 36% в КГ. Это может свидетельствовать о необходимости целенаправленных мер по развитию навыков принятия решений у респондентов ЭГ.

Планирование, демонстрирует относительно равномерное распределение в обеих группах с преобладанием среднего уровня готовности.

Эмоциональное отношение, наиболее высокие результаты по среднему уровню в обеих группах, при этом КГ демонстрирует более выраженную концентрацию на данном уровне – 57%, чем в ЭГ – 53%, что свидетельствует о стабильности эмоциональной сферы в обеих группах.

С целью обоснования возможности отвержения исходного предположения об отсутствии различий между результатами диагностических процедур, полученными в рамках исследования, и для подтверждения наличия статистически значимых расхождений между исследуемыми группами, был выполнен математико-статистический анализ данных. В качестве инструмента анализа использовался t-критерий Стьюдента. Результаты расчёта t-критерий Стьюдента представлены в [Приложение 2, таблице 4].

Между результатами диагностики экспериментальной и контрольной группами на констатирующем этапе существуют статистически значимые различия по большинству показателей профессиональной готовности.

Статистически значимые различия ( $p < 0.05$ ):

«Автономность» ( $t=2.50$ ): респонденты ЭГ продемонстрировали более высокий уровень самостоятельности по сравнению с КГ.

«Принятие решений» ( $t=2.20$ ): участники ЭГ демонстрируют более развитые навыки принятия решений.

«Эмоциональное отношение» ( $t=2.12$ ): в ЭГ зафиксировано более позитивное эмоциональное восприятие профессиональной деятельности.

«Неопределенность профессиональной направленности» ( $t=-4.10$ ): в ЭГ был значительно ниже, указывая на более чёткое понимание своих профессиональных целей и задач.

Статистически незначимые различия ( $p > 0.05$ ):

«Информированность» ( $t=1.35$ ): уровень осведомлённости по профессиональным вопросам не продемонстрировал существенных различий между ЭГ и КГ.

«Планирование» ( $t=1.40$ ): навыки планирования профессиональной деятельности развиты сравнимым образом в обеих группах.

«Выраженность профессиональных интересов» ( $t=1.70$ ): расхождения в профессиональных интересах не достигают статистической значимости.

В результате статистического анализа, выполненного с использованием t-критерия Стьюдента, было установлено, что нулевая гипотеза отклоняется для четырёх из семи исследуемых показателей, что указывает на наличие статистически значимых различий между группами. Экспериментальная группа показала более высокие результаты по ключевым параметрам профессиональной готовности, таким как «Автономность», «Принятие решений», «Эмоциональное отношение» и уровень «Неопределенности в профессиональной направленности». Статистическое подтверждение эффективности воздействия свидетельствует о успешности применяемых

методов в экспериментальной группе. Результаты имеют высокую практическую значимость, так как выявленные различия касаются критически важных компонентов профессиональной готовности.

Результаты диагностики по Подростковому интеллектуальному тесту ПИТ СПЧ (констатирующий этап) на рисунке 5 в [Приложение 2, таблице 5,6].

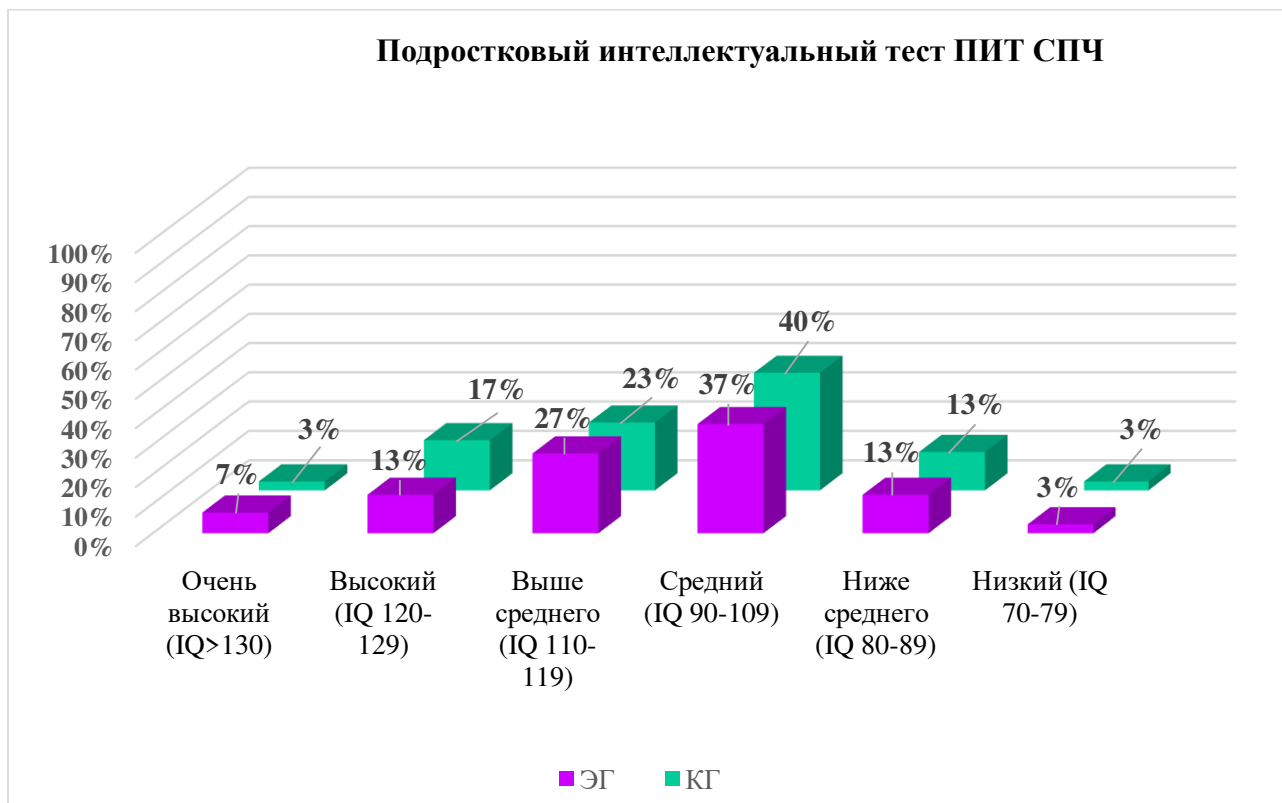


Рисунок 5 – Распределение респондентов по уровню интеллектуального развития подростков по Подростковому интеллектуальному тесту ПИТ СПЧ

Анализируя результаты подросткового интеллектуального теста, ПИТ СПЧ на констатирующем этапе, видно, что в ЭГ несколько больше подростков с уровнем интеллекта «выше среднего» и «очень высоким», что может указывать на положительное влияние условий или образовательной среды, в которой респонденты обучаются. В ЭГ наблюдается несколько большая доля участников с «очень высоким» IQ – 7% (2 респондента) по сравнению с КГ – 3% (1 респондент). В КГ немного большая доля участников с «высоким» IQ – 17% (5 респондентов), чем в ЭГ – 13% (4 респондента). Доля участников с «низким» и «ниже среднего» IQ одинакова в обеих группах.

По результатам анализа средних баллов по субтестам в [Приложение 2, таблице 6]. ЭГ показывает немного более высокие результаты по большинству параметров, особенно в субтестах «Умозаключение», «Осведомленность», «Арифметические задачи» и «Скрытые фигуры», что может говорить о большей развитости вербально-логического мышления и обобщающих способностей.

У КГ несколько выше показатели по субтестам «Аналогии», «Числовые ряды», «Исключение изображений», «Пропущенные слова», «Заучивание слов», «Понятливость» и «Геометрическое сложение», но разница не является значительной.

Общий IQ в ЭГ выше на 0.9 балла, что также подтверждает наличие небольшой, но положительной динамики в интеллектуальном развитии.

Обе группы продемонстрировали нормальное распределение уровня интеллекта, без значительных отклонений в сторону низких или высоких уровней.

ЭГ показала немного более высокие интегральные показатели, особенно в заданиях, требующих навыков анализа, классификации и обобщения. Это может свидетельствовать о потенциальном положительном влиянии педагогических условий, методов сопровождения или образовательной программы, реализуемой в ЭГ.

## 2.2 Описание и реализация программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков

Программа психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков «ПРОФориентир: вместе к выбору» представляет собой комплексную и многогранную инициативу, направленную на оптимизацию процесса выбора профессионального пути молодых людей в условиях образовательной организации.

Цель программы: создание условий для формирования у подростков осознанного и информированного подхода к выбору профессии, оказание поддержки в принятии решений, связанных с построением индивидуального профессионального пути.

Задачи программы:

- выявление и развитие личностных и профессиональных интересов обучающихся;
- формирование адекватной самооценки;
- помощь в определении сильных и слабых сторон;
- предоставление информации о рынке труда и требованиях к различным профессиям.

Содержание программы включает в себя как теоретическую, так и практическую часть, где подростки смогут не только познакомиться с основами профессионального самоопределения, но и реализовать свои навыки в реальных ситуациях. Программа охватывает различные мероприятия, такие как тренинги, мастер-классы, индивидуальные консультации и групповые обсуждения. Эти мероприятия организованы таким образом, чтобы каждый участник программы имел возможность участвовать, выражать свои мысли, получать новые знания и навыки. Следует также отметить, что программа организована на принципах многоуровневого взаимодействия – это как прямой контакт с подростками, так и активное сотрудничество с родителями (законными представителями), педагогами и социальными партнёрами. Такой подход обеспечивает более стабильную поддержку подростка в процессе выбора профессии, поскольку вовлекает в этот процесс не только самих обучающихся, но и взрослых, играющих ключевую роль в их жизни.

В рамках программы предусмотрены психологические тренинги, которые направлены на развитие личной эффективности. Эти тренинги способствуют формированию навыков самоорганизации, управлению временем и стрессом, а также помогают подросткам лучше понять, какие профессии могут соответствовать их уникальным качествам и интересам.

Участие в таких мероприятиях позволит подросткам не только узнать о себе больше, но и увидеть, как их качества могут быть применены в будущей профессиональной среде. Кроме того, программа включает в себя профориентационные игры, которые в увлекательной форме помогут подросткам осмыслить разнообразие доступных профессий. Такие игры, как «Я выбираю будущее» или «Профи-квест: Мир профессий XXI века», созданы с учётом актуальности и интересов подростков и позволят им более глубоко погрузиться в реальные сценарии профессиональной деятельности. Это поможет развить креативное мышление и способность принимать решения в различных ситуациях. Индивидуальные консультации играют не менее важную роль в программе. На таких встречах подростки смогут получить персонализированные рекомендации, основанные на их уникальных интересах и возможностях. Это индивидуальное сопровождение позволит каждому обучающемуся построить свой личный профессиональный маршрут.

Важнейшей частью программы является взаимодействие с социальными партнёрами, что предоставляет подросткам уникальную возможность увидеть рабочие процессы на предприятиях и в организациях изнутри. Экскурсии на такие объекты не только расширяют их представления о мире профессий, но и помогают установить связи между теорией и практикой. Наставничество, которое является важной составляющей программы, позволяет подросткам находить опору и поддержку со стороны более опытных специалистов, что создает атмосферу доверия и уверенности в собственных силах. Образовательные мероприятия, такие как день открытых дверей и профессиональные пробы, дают возможность подросткам на практике испытать выбранные профессии и лучше понять, что именно они хотят делать в будущем. Это обеспечивает более осознанный подход к выбору своей дальнейшей судьбы, что, конечно же, очень важно в столь серьезный период их жизни.

Мастер-класс «Профессиональное самоопределение подростков» представляет собой значимый и актуальный элемент программы

формирования профессионального самоопределения молодежи. В ходе данного мероприятия участникам – педагогам, подросткам, родителям (законным представителям) – предлагается уникальная возможность глубже понять суть процесса выбора профессии, осознать важность личной идентичности и мотивации в этом зачастую непростом пути. Чего же ждут участники?

Во-первых, это возможность взаимопонимания, взаимодействия, обсуждения актуальных вопросов между всеми заинтересованными сторонами. Целью мастер-класса является содействие подросткам в осознании собственных интересов и способностей, которые, в свою очередь, помогут им сформировать представление о будущей профессиональной деятельности. Участники занятия будут вовлечены в активную работу, где применяются различные методики: от групповых дискуссий до индивидуальных упражнений по самоанализу и выявлению собственных предпочтений в профессиональной сфере. Темы, которые будут озвучены, касаются не только выбора определённой профессии, но и формулирования жизненных целей, поиска смысла в выбранной деятельности. Мастер-класс, как правило, имеет структурированный план, который включает в себя как теоретическую часть, так и практические задания. Сначала, в вводной части, будут рассмотрены основные аспекты профессионального самоопределения: что это такое, какие факторы влияют на выбор профессии, как окружающая среда, родительские установки и культура влияют на процесс выбора. Здесь важно отметить, что каждая молодая личность уникальна, и именно это разнообразие будет основой для обсуждения идентичности и самовыражения.

Во второй части мастер-класса, участники будут разделены на группы для работы над конкретными кейсами – реальными жизненными ситуациями, с которыми они могут столкнуться. Это всё будет направлено на формирование критического мышления и позволяло бы каждому подростку проанализировать свои варианты выбора, взаимодействуя с мнением других. Следует привлечь внимание к играм и деталям: как определить свои сильные

и слабые стороны, как использовать полученные знания и навыки для успешного продвижения к цели.

В заключительной части мастер-класса будут запланированы вопросы и ответы, где у участников будет возможность задать интересующие их вопросы, получить советы и рекомендации от квалифицированных экспертов и практиков. Кроме того, на этом этапе произойдёт обмен опытом между родителями (законными представителями) и педагогами, что создаст расширенное пространство для осознания их роли в процессе профориентации подростков. Участники уйдут с новыми знаниями, ресурсами и идеями, которые помогут не только им самим, но и их близким в поисках достойного места в современном профессиональном мире.

Родительский клуб: «Профориентация – это совместный путь родителей и подростков к будущей профессии» – это пространство, где родители подростков могут обмениваться опытом, делиться мыслями и находить поддержку в процессе профориентации своих детей. В рамках клуба происходит обсуждение вопроса: как помочь подросткам осознать свои интересы и выбрать правильный путь в будущее, а также каким образом роль родителей может стать определяющим фактором в этом важном процессе. Каждая встреча клуба посвящена различным аспектам профориентации: от получения информации о современных профессиях до обсуждения методов поддержки подростков в их стремлении к самовыражению и самореализации. На встречах родительского клуба участники смогут не только услышать теорию, но и участвовать в практических семинарах. Специальные приглашённые эксперты и успешные специалисты расскажут о своих профессиях, о том, что стоит за их выбором и как они достигли успеха в своей карьере. Участники познакомятся с методами выявления склонностей и интересов своих детей, а также обсудят, каким образом они могут поддерживать их в поиске подходящей профессии. Одной из ключевых тем станет важность создания атмосферы доверия в семье, где подросток сможет открыто делиться своими страхами и надеждами. Не менее значимой частью

работы клуба будет обсуждение различных стереотипов и мифов, связанных с профессиями. Порой родители (законные представители) имеют предвзятое мнение о тех или иных направлениях, что может негативно сказаться на выборе их ребёнка. Здесь важно разрушить эти стереотипы, предоставить объективную информацию о перспективах и возможностях, которые предлагает каждая профессия, а также продемонстрировать динамичность современного рынка труда.

Цель родительского клуба — не только информировать, но и мотивировать родителей. Участие в обсуждениях позволит родителям не только подчеркнуть свою активную позицию в жизненном пути своего ребёнка, но и поощрить подростков развивать свои интересы и участвовать в различных дополнительных занятиях, встречах с профессионалами, экскурсиях. Вместе они смогут сформировать общий видение профориентации, где каждая семья станет активно присутствовать в выборе будущего своего ребенка. Важно отметить, что родительский клуб будет включать в себя элементы взаимодействия друг с другом, совместные проекты и активности, которые позволят родителям (законным представителям) не только узнать что-то новое, но и наладить связь друг с другом, что, в свою очередь, создаст уникальную поддержку: ведь там, где есть единомышленники, действует особая энергия. Родительский клуб — это живая площадка для обсуждения, обмена и совместного поиска ответов на вопросы, которые волнуют каждого родителя в этом непростом процессе профориентации.

Психоэмоциональный тренинг «Личная эффективность и мотивация» представляет собой уникальную возможность для подростков не только осознать свои внутренние ресурсы, но и развить их, получая ценные навыки, которые будут востребованы в будущей профессиональной деятельности. Этот тренинг направлен на формирование ключевых качеств, необходимых для успешной интеграции в динамичный мир труда, где личная эффективность и высокая мотивация играют исключительную роль.

В ходе мероприятия участники будут погружены в атмосферу поддержки и взаимопонимания; они смогут делиться своими переживаниями, стремлениями и личными целями. Создание безопасного пространства для открытого общения, где каждый сможет высказаться и быть услышанным, станет основой для формирования уверенности в своих силах. Необходимо отметить, что такой подход работает не только на уровне индивидуальных амбиций, но и способствует формированию здоровой командной атмосферы, где каждый чувствует свою значимость. Тренинг включает в себя различные практические упражнения, направленные на развитие самосознания. С помощью мастер-классов по методам самопрезентации, активного слушания и конструктивной критики участники научатся не просто говорить о своих интересах, но и слушать других, учитывая их мнение в процессе выстраивания собственного профессионального пути. В дополнение к этому, практические занятия будут включать визуализацию целей: участники создадут личные карты успеха, обозначая ключевые шаги к достижениям, как в учебе, так и в личной жизни. Не менее важным элементом тренинга станет работа с мотивацией. Подростки узнают о различных источниках мотивации, унесут с собой инструменты для поддержания мотивационного уровня даже в условиях трудностей. Это включает в себя изучение различных техник самомотивации, постановку краткосрочных и долгосрочных целей и разработку стратегий для их достижения. В рамках занятия они также смогут проанализировать, что мешает им достигать желаемого, и выработать личный план преодоления этих барьеров. Кроме того, значительное внимание будет уделено психологическим аспектам, связанным с преодолением неуверенности в себе. Участники проведут время в диалогах о страхах и сомнениях, получая обратную связь и поддержку от своих сверстников, что в свою очередь укрепит их эмоциональную устойчивость. Эта работа позволит подросткам не только говорить о своих переживаниях, но и преобразовывать их в зоны роста. Структура тренинга будет гибкой, с учётом потребностей группы.

В ходе обсуждения, коллективных упражнений и индивидуальной работы, подростки получают возможность раскрыть новые грани своей личности и узнать, как использовать личные сильные стороны для достижения успеха. Они уйдут с тренинга не только с новыми знаниями, но и с повышенной мотивацией к действию, сформировав представление о том, что они действительно могут изменить свою жизнь к лучшему.

Тренинг «Путь к успешной карьере: познай себя» представляет собой инновационную и многоуровневую программу, направленную на развитие самосознания и понимания индивидуальных склонностей подростков в контексте профессионального самоопределения. Основной задачей данного мероприятия является помощь участникам в осознании своих способностей, интересов и ценностей, что создаёт базу для выбора профессии, соответствующей их внутреннему миру.

В ходе тренинга подростки погружаются в процесс самопознания через целый ряд интерактивных заданий и упражнений, которые способствуют глубокому анализу личных предрасположений. Ключевыми элементами программы являются групповые обсуждения, ролевые игры, индивидуальные и коллективные рефлексии, а также различные тестирования, нацеленные на выявление сильных и слабых сторон. Участники имеют возможность делиться своими мыслями, получать обратную связь и формировать более чёткое представление о своих желаниях и потребностях. Тренинг разрабатывался с учётом психологических особенностей подростков, их эмоциональной восприимчивости и стремления к самовыражению. В процессе обучения используются игровые элементы, что делает занятия более увлекательными и нестандартными; этот подход позволяет участникам легко воспринимать и усваивать полученную информацию.

В результате, подростки не только получают знания о возможных направлениях своей профессиональной деятельности, но и учатся работать в команде, развивать навыки общения и критического мышления. Используя креативные техники, ведущий тренинга стимулирует активность участников,

побуждает их исследовать новые перспективы и, возможно, перечеркнуть старые стереотипы о себе. Особое внимание уделяется тому, как различные жизненные обстоятельства могут повлиять на выбор профессии; это позволяет подросткам понять, что любой путь имеет свои плюсы и минусы и что важно делать осознанный выбор, основываясь на собственных ценностях.

В заключительной части тренинга обучающиеся составляют индивидуальные карты своей профессиональной траектории, что даёт им возможность визуализировать шаги и этапы, необходимые для достижения поставленных целей. Этот инструмент не только помогает структурировать информацию, но и служит источником вдохновения и мотивации. Тренинг «Путь к успешной карьере: познай себя» является значительным этапом в жизни подростков, помогает им осознать свою индивидуальность и подготовиться к активному выбору своей профессиональной траектории.

Профориентационные игры «Я выбираю будущее» направлены на содействие формированию у обучающихся более осознанного подхода к выбору будущей профессии, расширение их представлений о различных сферах деятельности и развитии индивидуальных склонностей. В процессе проведения игр участники имеют возможность погрузиться в различные сценарии профессиональной жизни, что способствует развитию не только профессиональных ориентиров, но и жизненных навыков.

В рамках игры каждый подросток получает уникальную возможность «примерить» на себя разные профессии. Они взаимодействуют в группах, где анализируют, обсуждают, высказывают свои мнения о выбранных ролях и ситуациях. Это создаёт атмосферу сотрудничества, позволяет каждому участнику проявить активность и инициативу. Задачи, которые стоят перед командой в ходе игрового процесса, формируют навыки коллективной работы, что крайне важно в современном мире. Участники учатся не только принимать решения, но и доводить задумки до конца, что подготавливает их к реальным условиям профессиональной деятельности.

Игровая форма повышает вовлечённость и интерес подростков к теме профориентации, делая процесс познания более увлекательным. Кроме того, элементы игры, такие как конкурсы, викторины и ситуации, приближенные к реальным профессиональным вызовам, помогают развивать креативное мышление и способность к адаптации в различных условиях. Это привносит в обучение элемент соревновательности, который мотивирует подростков к достижениям, заставляя их глубже осмыслять каждый шаг на пути к выбору профессии.

В ходе игры ведущий создаёт условия, способствующие рефлексии – осмыслению произошедшего, что позволяет участникам лучше понимать свои предпочтения и интересы. Ведётся обсуждение полученных впечатлений и выводов, где подростки могут поделиться своим опытом, а также задать вопросы о том, что их интересует больше всего. Это даёт возможность не только услышать мнение других, но и сравнить свои мысли с чужими, оценить свои желания и предпочтения. Профориентационные игры «Я выбираю будущее» объединяют игровые элементы с обучением, предоставляя уникальную платформу для развития профессиональных ориентиров, что способствует созданию надежной основы для успешного будущего молодежи.

Профориентационная игра «Профи-квест: Мир профессий XXI века» направлена на масштабное расширение представлений подростков о современных профессиях, актуальных в условиях быстро меняющегося мира. Участники погружаются в увлекательный и интерактивный процесс, что, в свою очередь, способствует более глубокому осознанию собственных интересов, склонностей и возможностей. Данная игра может кардинально изменить восприятие подростками профессиональной деятельности, предоставляя им возможность самостоятельно исследовать множество вариантов карьерного развития. Игра «Профи-квеста» включает в себя множество заданий и испытаний, каждая из которых связана с определённой профессией или сферой деятельности. Задания закладывают основы для

командной работы, так как совместное решение задач помогает развивать коммуникативные навыки и навыки взаимодействия.

Этапы игры разнообразны: от разгадывания загадок и получения информации о профессии, до моделирования трудовых процессов с использованием ролевых игр. Таким образом, подростки не только информируются о текущих требованиях к различным специальностям, но и могут на практике ощутить, каково это — быть, например, инженером, дизайнером, программистом или даже представителем творческих профессий. Интересной особенностью «Профи-квеста» является использование технологий, что позволяет сделать процесс обучения более интерактивным. В процессе решения задач дети сталкиваются с проблемами, с которыми им придется иметь дело в будущем. Так, например, возникают ситуации, в которых необходимо проявить креативность, находить нестандартные решения и принимать ответственные решения. Наставники, а также профессионалы из разных областей, выступающие в роли экспертов, готовы поделиться своим опытом и поддержать участников в решении заданий.

После завершения всех этапов игры, проводится обсуждение, на котором ребята делятся своими впечатлениями, обсуждают, что они узнали нового и важного для себя. Это не только укрепляет полученные знания, но и помогает сформировать более осознанное отношение к выбору будущей профессии. Игра, таким образом, становится не просто развлекательным мероприятием, но и важным шагом на пути к самостоятельному профессиональному самоопределению, углубляя взаимодействие между участниками и миром профессий. Всевозможные ресурсы, используемые в процессе игры, нацелены на формирование глубокой связи с реальным миром труда и его многообразием, обеспечивая подросткам возможность сделать более осознанный выбор в будущем.

На индивидуальной консультации «Мои интересы и возможности» акцентируется внимание на том, как осознание собственных интересов и возможностей может значительно повлиять на процесс выбора будущей

профессии. Каждый подросток уникален, и именно поэтому важно уделить время индивидуальной работе, что позволит глубже понять, какие факторы влияют на их решения и стремления.

В ходе консультации специалист помогает обучающимся разобраться в системах ценностей, определить свои сильные и слабые стороны, а также осознать, какие профессиональные сферы могут оказаться наиболее привлекательными. Процесс консультации включает в себя использование различных методик: тестирование на выявление склонностей, обсуждение ролевых игр, а также анализ жизненных ситуаций, способствующих формированию профессионального выбора. На каждом этапе консультирования подростки получают возможность открыто высказать свои мысли и переживания, что играет ключевую роль в стимулировании их личностного роста. На консультации рассматриваются не только интересы подростка, но и те возможности, которые предоставляет современный рынок труда. Специалисты обращают внимание на динамику профессий, трансформации в требованиях работодателей, что позволяет несовершеннолетним более осознанно подходить к процессу выбора своей будущей деятельности. Это создаёт взаимосвязь между интересами, востребованностью профессий, а также личными навыками. Составляющая индивидуальной консультации – это рекомендации по дальнейшей профориентации, где обсуждаются дополнительные курсы, секции или стажировки, которые могут помочь закрепить полученные знания и навыки. Помимо этого, подростки получают информацию о возможностях волонтерства и стажировок, что в свою очередь откроет для них дополнительные горизонты. Важным аспектом является создание атмосферы доверия и поддержки, где подросток не чувствует давления и может свободно выражать свои сомнения и страхи. Это требует от специалиста внимательности, эмпатии и качественного слушания – умений, которые способствуют формированию положительного опыта сотрудничества. Индивидуальная консультация предоставляет собой богатый опыт и знания,

направленные на развитие уверенности в себе и своих способностях, открывая новые перспективы на горизонте будущего.

Индивидуальная консультация «Личный профессиональный маршрут» данный блок нацелен на углубленное взаимодействие с каждым подростком, предоставляя уникальную возможность создать индивидуализированный подход к его будущей карьере. Индивидуальная консультация обычно проходит в формате «лицо к лицу», что создаёт атмосферу доверия, способствующую откровенному общению и внимательному восприятию.

Консультант, обладая необходимыми навыками и опытом, проводит диагностику личных интересов и склонностей подростка. Это может включать в себя разнообразные методы: от тестирования на профориентацию и выявления сильных сторон до беседы о том, что действительно интересно, чем бы хотелось заниматься в жизни. Консультант не просто говорит, что можно сделать, а, задавая наводящие вопросы, помогает подростку самостоятельно определить свой профессиональный путь. К примеру, вот несколько вопросов: «Что вы цените в других людях?» или «Какое образование, по вашему мнению, нужно для достижения ваших целей?». Эти вопросы помогают глубже разобраться в себе и осознать, какие действия следует предпринять для реализации своих стремлений.

Следующим этапом является разработка «Личного профессионального маршрута». Это, по сути, индивидуальный план действий, который включает ключевые шаги, такие как выбор учебного заведения, потенциальные стажировки, участие в профессиональных мероприятиях и многое другое. На данном этапе консультант помогает создать чёткую и последовательную дорожную карту, что особенно важно для подростков, которые могут ощущать себя потерянными среди множества доступных направлений. Консультации могут также включать элементы мотивации, когда специалист акцентирует внимание на значимости каждого шага и помогает преодолеть страхи и сомнения, часто возникающие при выборе профессии. Индивидуальная консультация «Личный профессиональный маршрут» представляет собой не

просто набор данных. Это своего рода связующее звено между увлечениями подростка и требованиями сегодняшнего рынка труда, что в итоге помогает формировать более осознанное и уверенное отношение к выбору профессионального пути, способствуя тем самым успешному будущему.

Экскурсии «Изнутри: реальные профессии нашего региона» представляют собой значимый и наполненный информацией проект, нацеленный на знакомство подростков с профессиональной средой, условиями труда и особенностями разнообразных специальностей. Участники имеют возможность не только наблюдать за работой профессионалов, но и задавать вопросы, что способствует более глубокому пониманию профессий, которые они могут рассматривать в будущем. Каждая экскурсия формируется с учётом интересов и увлечений подростков, что делает её максимально актуальной и увлекательной. В программу включены тщательно организованные визиты на различные предприятия — производственные компании, учреждения сферы услуг, медицинские учреждения и другие. При этом внимание уделяется не только изучению самих профессий, но и ознакомлению с процессами, лежащими в их основе.

Участники экскурсии получают возможность прогуляться по территории предприятия, заглянуть в производственные цеха и увидеть на практике работу специалистов разных профессий. Это фактически открывает для них «закулисье» мира профессий, демонстрируя многообразие и сложность различных аспектов трудовой деятельности. Ключевым элементом программы экскурсии становится общение с профессиональными представителями, которые делятся своим опытом, рассказывают о своих карьерных путях, источниках вдохновения и мотивации, а также дают советы по избеганию распространённых ошибок в начале карьеры.

В ходе экскурсии предусмотрены интерактивные элементы, такие как опросы среди подростков, где они высказывают свои мнения или задают вопросы в формате «дискуссионного клуба». Такой подход позволяет подросткам не просто быть зрителями, но стать активными участниками

процесса сенсорного и эмоционального восприятия информации. В завершение экскурсии участники делятся своими впечатлениями, высказываются, какие профессии кажутся им наиболее привлекательными и почему. Это не только помогает закрепить полученные знания, но и вдохновляет их на дальнейшее изучение интересующих направлений.

Наставничество «Мой профессиональный наставник» – это инновационный проект, нацеленный на развитие у подростков навыков самопознания, целеполагания и профессионального самоопределения через взаимодействие с опытными специалистами из различных областей. Этот проект представляет собой не просто программу, а уникальную возможность для молодежи познакомиться с реальностью профессий, увидеть их изнутри и получить важную информацию для выбора будущей карьеры.

В рамках проекта подростки смогут стать подопечными профессионалов, готовых поделиться своим опытом, как успехами, так и неудачами. Наставники проводят своих подопечных через серию уникальных мероприятий, включая индивидуальные консультации и групповые тренинги с практическими заданиями. Ключевым аспектом является создание комфортной атмосферы взаимного доверия, где подростки открыто делятся своими мыслями, сомнениями и амбициями относительно будущего. У подростков возникают страхи и предвзятости по поводу выбора подходящей деятельности, но благодаря наставническому общению с профессионалами, они смогут развеять сомнения, укрепить уверенность и получить поддержку в принятии перспективных решений.

Каждая встреча с наставником проходит в формате интерактивного общения: подростки задают вопросы, получают обратную связь на свои идеи и советы по самосовершенствованию. Это отличный шанс для подростков понять не только механизмы работы в выбранной профессии, но и те личные качества, которые необходимы для успешного карьерного роста. Наставники, в свою очередь, делятся своими многолетними знаниями и, вновь открывают для себя некоторые аспекты своей профессии. В завершении комплекса

мероприятий, подростки предоставляют результаты своей работы и делятся достижениями с другими участниками.

Данный проект предлагает целостный взгляд на проблемы профессионального самоопределения, поддерживая интересы и потребности подростков. Программа призвана наладить взаимосвязь между индивидуальными карьерными запросами и реальностью современного рынка труда. В заключение, реализация программы может привести к улучшению социально-психологического климата в образовательной организации, что, скорее всего, окажет положительное влияние на процесс обучения и воспитания учеников.

Этапы программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков представляют собой многогранный процесс, требующий последовательности и тщательной проработки каждого аспекта.

На первом этапе важным является анализ существующих условий и ресурсов образовательной организации: оценка кадрового потенциала, наличие необходимых материалов, а также выявление актуальных потребностей целевой аудитории—подростков. Этот этап предполагает активное участие администрации и педагогического состава, чья поддержка очень важна для успешной реализации программы. После того как ресурсы и потребности диагностированы, следует переход к подготовке кадров. На данном этапе необходимо организовать курс повышения квалификации для педагогов и педагогов-психологов, который позволит им овладеть современными методами и технологиями психолого-педагогического сопровождения. Необходимо уделить внимание не только теоретическому материалу, но и организовать практические тренинги, на которых участники смогут развивать навыки, необходимые для работы с подростками, включая консультирование, проведение групповых занятий и использование диагностических методик.

Следующий этап включает в себя выбор и адаптацию методических материалов. Ключевым аспектом этого процесса является создание банка ресурсов, содержащего методики, тесты и практические задания, подходящие для работы с подростками. Эти материалы должны не только иметь научное обоснование, но и учитывать возрастные и индивидуальные особенности участников программы. Изучение, анализ существующих исследований и надежных источников информации станет основой для создания качественного контента, который сможет привлечь и заинтересовать подростков. Также важно продумать алгоритм внедрения программы в образовательный процесс, который может включать регулярные встречи, семинары, занятия и индивидуальные консультации, на которых подростки могли бы получить поддержку и информацию о различных профессиях. Важно тщательным образом составить расписание, чтобы занятия не пересекались с основными образовательными моментами и позволяли подросткам сосредоточенно участвовать. Наконец, не следует забывать об оценке первых этапов внедрения: нужно фиксировать изменения и результаты, чтобы внести необходимые коррективы в работу программы, основываясь на реальном опыте. Ведь только на основе собранных данных и обратной связи возможно разработать более эффективные стратегии. Этот цикл – анализ, подготовка, внедрение и оценка – должен стать важной частью функционирования программы психолого-педагогического сопровождения, что обеспечит её устойчивое развитие и соответствие актуальным запросам подростков в области профессионального самоопределения.

В рамках программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков предусмотрены разнообразные мероприятия, направленные на выявление и развитие профессиональных интересов, а также на формирование необходимых компетенций для успешной социализации. Каждое из мероприятий структурировано таким образом, чтобы подростки могли не только получить теоретические знания, но и применить их на практике.

Первым ключевым мероприятием в программе является серия тренингов, цель которых — способствовать осознанию подростками собственных склонностей и потенциальных профессиональных направлений. Эти тренинги включают в себя интерактивные занятия, деловые игры, групповые обсуждения и ролевые игры, что создает условия для активного вовлечения участников. Важно не просто сказать: «вот какие профессии существуют», но и создать пространство для внутренней работы, размышлений и обмена мнениями. Мы предлагаем использовать методику «Мир профессий», где подростки не только знакомятся с различными специальностями, но и обсуждают, какие качества личности необходимы для их освоения, каково значение выбранной профессии в обществе.

Следующим компонентом программы являются экскурсии на предприятия и в образовательные учреждения, которые соответствуют интересам подростков. Личное знакомство с реальной профессиональной средой обеспечивает возможность для участников увидеть «изнутри» работу различных профессий; это создаёт более полное представление о особенностях и требованиях работы в конкретной сфере. Важно, чтобы подростки могли пообщаться с профессионалами, задать им вопросы и получить практическую информацию о ходе карьерного роста.

Кроме того, в рамках программы мы используем метод проектной работы, в ходе которой подростки самостоятельно разрабатывают проекты, связанные с их интересами и выбранными профессиями. Это не только развивает критическое и творческое мышление, но и учит работать в команде, ставить цели и решать задачи. Результатом проектной работы может стать, например, создание презентации о профессии, анализ рынка труда или разработка социальной инициативы, что позволяет углубить знания и навыки в выбранной области. Кроме того, обратная связь играет важную роль. Мы активно собираем мнения участников о каждом из мероприятий: что понравилось? Какие трудности возникли? Что бы хотели изменить? Это позволяет не только адаптировать программу в соответствии с запросами

самих подростков, но и оценивать степень её эффективности с точки зрения формирования у подростков устойчивых профессиональных намерений.

Мероприятия, предусмотренные в программе психолого-педагогического сопровождения, создают комплексный подход к профессиональному самоопределению подростков, объединяя теорию и практику, а также учитывая индивидуальные интересы и потребности участников. Это формирует у подростков не только уверенность в собственном выборе, но и готовность к дальнейшему профессиональному развитию.

В рамках программы предусмотрены психологические тренинги, которые направлены на развитие личной эффективности. Эти тренинги способствуют формированию навыков самоорганизации, управлению временем и стрессом, а также помогают подросткам лучше понять, какие профессии могут соответствовать их уникальным качествам и интересам. Участие в таких мероприятиях позволит подросткам не только узнать о себе больше, но и увидеть, как их качества могут быть применены в будущей профессиональной среде. Кроме того, программа включает в себя профориентационные игры, которые в увлекательной форме помогут подросткам осмыслить разнообразие доступных профессий. Эти игры, такие как «Я выбираю будущее» или «Профи-квест: Мир профессий XXI века», созданы с учетом актуальности и интересов подростков и позволят им более глубоко погрузиться в реальные сценарии профессиональной деятельности. Это поможет развить креативное мышление и способность принимать решения в различных ситуациях. Индивидуальные консультации играют не менее важную роль в программе. На таких встречах подростки смогут получить персонализированные рекомендации, основанные на их уникальных интересах и возможностях. Это индивидуальное сопровождение позволит каждому обучающемуся построить свой личный профессиональный маршрут, который соответствует его личным aspirations и реальным условиям на рынке труда.

Важнейшей частью программы является взаимодействие с социальными партнёрами ЮУМК проект «Образовательная индустрия будущего» обучение по программе «Основы профессии», что предоставляет подросткам уникальную возможность увидеть рабочие процессы на предприятиях и в организациях изнутри. Экскурсии на такие объекты не только расширяют их представления о мире профессий, но и помогают установить связи между теорией и практикой. Наставничество, которое является важной составляющей программы, позволяет подросткам находить опору и поддержку со стороны более опытных специалистов, что создает атмосферу доверия и уверенности в собственных силах. Образовательные мероприятия, такие как день открытых дверей, конкурс профессиональные пробы «Я выбираю», цель конкурса – популяризация и продвижения востребованных в регионе профессий через прохождение обучающимися профессиональных проб, поставленные задачи – развитие у обучающихся навыков решения практических задач в конкретных профессиональных ситуациях; формирование основ профессионального мышления; содействию профессиональному самоопределению обучающихся в соответствии с их интересами, склонностями и потребностями, дают возможность подросткам на практике испытать выбранные профессии и лучше понять, что именно они хотят делать в будущем. Это обеспечивает более осознанный подход к выбору своей дальнейшей судьбы, что, конечно же, очень важно в столь серьезный период их жизни.

Программа формирования профессионального самоопределения представляет собой целостный и многосторонний процесс, который охватывает основные аспекты подготовительного профессионального выбора, включая как теоретические, так и практические элементы, позволяя подросткам уверенно шагнуть на путь к своей профессиональной реалии.

В ходе реализации программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков были достигнуты значительные позитивные изменения в их внутреннем состоянии,

а также в понимании ими своих профессиональных предпочтений. Прежде всего, наблюдалось повышение уровня осознания подростками собственной индивидуальности – они стали более активно осмыслять свои интересы, склонности и сильные стороны, что сыграло ключевую роль в их дальнейшем развитии. Следует отметить, что значительное число участников программы продемонстрировало увеличение самооценки и уверенности в своих силах. Вопросы, которые ранее вызывали у молодых людей замешательство и неуверенность, теперь воспринимаются гораздо более конструктивно. Это связано с тем, что в процессе работы применялись методы, направленные на формирование позитивного имиджа себя и своих возможностей – через групповые обсуждения, индивидуальные консультации и тренинги, подростки учились ставить перед собой конкретные цели и искать пути их достижения.

Программа также фокусировалась на развитии таких навыков, как командное взаимодействие и эмоциональная грамотность. По результатам опросов и анкетирования, подростки отмечали, что стали лучше понимать друг друга, их готовность к сотрудничеству возросла, что способствовало созданию поддерживающей и доверительной среды. Важно подчеркнуть, что такие изменения оказали положительное влияние не только на их отношения друг с другом, но и на взаимодействие с педагогическим составом. Предварительные результаты апробации программы указывают на значительное снижение уровня тревожности среди подростков, что сообщает о психоэмоциональном комфорте участников. Эти данные были подтверждены с помощью количественных и качественных измерений, осуществленных в ходе исследования.

В результате самостоятельного анализа и обратной связи, подростки начали активно делиться своими мыслями и переживаниями о будущем, что демонстрирует растущую вовлеченность в процесс профессионального самоопределения. Важным аспектом успеха программы стало осознание подростками их ответственности за собственный выбор — они начали отмечать, что готовы принимать взвешенные решения, а не плыть по течению.

Этот переход к сознательному выбору профессии был отмечен как одним из самых перспективных результатов данной работы.

Таким образом, можно констатировать: программа психолого-педагогического сопровождения не только актуализировала потребности подростков в самоопределении, но и стала катализатором их как личного, так и профессионального роста, открыв новые горизонты для их будущего!

Обсуждение обратной связи от участников программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков представляет собой ключевой аспект анализа её эффективности и направления дальнейших улучшений. В ходе реализации программы был собран объёмный массив данных, полученных в результате анкетирования, интервью, а также устных отзывов от подростков и педагогов. Эти данные не только иллюстрируют влияние реализуемых мероприятий на участников, но и раскрывают множество перспектив в плане оптимизации подходов к профессиональному самоопределению подростков в образовательной среде.

На первом этапе анализа обратной связи было зафиксировано, что большинство подростков отмечало повышение уровня уверенности в себе, осознания своих интересов и склонностей, что является важным фактором на пути к успешному самоопределению. Особенно впечатляющими были результаты тех, кто активно участвовал в практических занятиях, где применялись игровые методики, позволяющие подросткам в неформальной обстановке исследовать разные профессии, создавая при этом благоприятный контекст для самовыражения. Некоторые подростки высказывали желание углубиться в изучение конкретных областей, что указывает на наличие потенциальных лидеров, способных внести вклад в дальнейшее развитие своей профессиональной идентичности. Однако, несмотря на позитивные изменения, также были выявлены аспекты, требующие доработки. Например, подростки упоминали о недостаточной информированности по ряду профессий, что подчеркивает необходимость расширения базы знаний о современном рынке труда. В дальнейшем это может позволить реализовать

более целенаправленные и детализированные мероприятия, направленные на устранение пробелов в понимании профессий, которые могут быть привлекательны для различных групп подростков. Обсуждая возможности улучшения, участники программы также указывали на необходимость включения в программу дополнительных интерактивных форматов, таких как мастер-классы от практикующих специалистов или посещение предприятий, что может значительно обогатить опыт участников. Обратная связь от педагогов также показала, что хотя программа была воспринята положительно, они выдвигают идеи по более широкому вовлечению родителей (законных представителей) в процесс профессионального самоопределения подростков. Эффективная поддержка со стороны родителей (законных представителей) может оказать значительное влияние на мотивацию и желание подростков исследовать разные профессиональные сферы. Следовательно, возможно, стоит рассмотреть внедрение в программу отдельного модуля, ориентированного на работу с семейными системами и их участие в процессе.

Установление непрерывного диалога между всеми заинтересованными сторонами позволит не только эффективно отслеживать результаты, но и вносить актуальные изменения, которые будут способствовать формированию у подростков более чёткого понимания своей профессиональной идентичности и направления в будущем [Приложение 3].

Таким образом можно сделать вывод: Программа психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков «ПРОФориентир: вместе к выбору» представляет собой комплексную инициативу, направленную на осознанный профессиональный выбор. Она включает разнообразные мероприятия, такие как тренинги, мастер-классы, игры, консультации, взаимодействие с социальными партнерами, экскурсии и наставничество. Программа нацелена на развитие самосознания подростков, формирование навыков самоорганизации, повышение уверенности в себе, а также на предоставление информации о

рынке труда и различных профессиях. Отзывы участников показывают положительное влияние программы на их профессиональное самоопределение и личный рост. Для дальнейшего совершенствования предлагается расширить взаимодействие с родителями (законными представителями) и включить больше интерактивных форматов, таких как мастер-классы и посещения предприятий, а также расширить базу знаний о современном рынке труда.

### 2.3 Результаты апробации модели психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в образовательной организации и оценка её эффективности

В данном параграфе представляются результаты апробации модели психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков, реализованной в МБОУ «СОШ № 42 г. Челябинска». Основная цель данного этапа – выявить динамику изменений и оценить, насколько эффективно проведённое психолого-педагогическое сопровождение сказалось на формировании профессионального самоопределения у подростков. В начале программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков «ПРОФориентир: вместе к выбору» было проведено первичное тестирование с использованием заранее выбранных методик, что позволило собрать достоверные данные относительно уровня профессиональной готовности и интересов респондентов. На этом этапе значительное внимание уделялось не только количественным показателям, но и качественным – оценивались личные предпочтения, мотивация и общая удовлетворённость подростков процессом самоопределения. Результаты данного заранее проведённого тестирования зафиксировали изначальные проблемы и недостатки, требующие внимания. После завершения программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков «ПРОФориентир: вместе к выбору», состоящей из различных

этапов, направленных на развитие профессионального самоопределения, вновь была проведена серия тестов, аналогичных первоначальным. Полученные данные были подвергнуты тщательному анализу, чтобы сопоставить их с результатами, фиксированными до начала программы.

В ходе статистической обработки значительное внимание уделялось выявлению разниц между средними показателями в разных категориях – по интересам, по уровню профессиональной готовности, а также по различным психологическим характеристикам. Один из важных аспектов анализа заключается в том, что в ходе формирующего эксперимента мы увидели не только количественные изменения, но и глубокие качественные сдвиги, например, наблюдалось значительное смещение в приоритетах подростков, в том числе рост интереса к определённым профессиям и более осознанный подход к выбору дальнейшего пути. Кроме того, респонденты стали более активно выражать свои мысли о будущем, что также является важным показателем эффективного психолого-педагогического сопровождения.

Эффективность модели оценивалась посредством сравнения изменений в экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) группах по ряду показателей, характеризующих профессиональную направленность, интересы, интеллектуальные способности и уровень профессиональной готовности подростков.

В рамках реализации программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков «ПРОФориентир: вместе к выбору» проследили динамику изменений в уровне выраженности профессиональной направленности с помощью «Дифференциально-диагностического опросника» Е. А. Климова, представлено на рисунке 6 [Приложение 4, таблица 11].

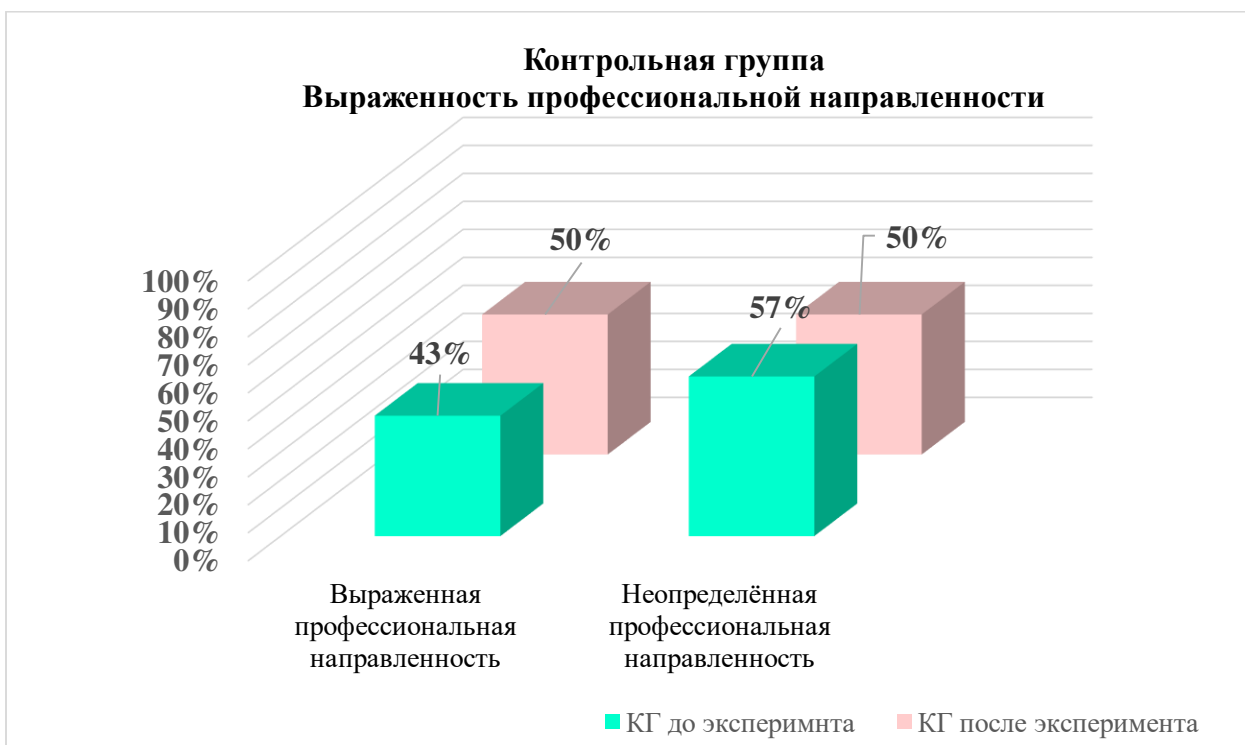
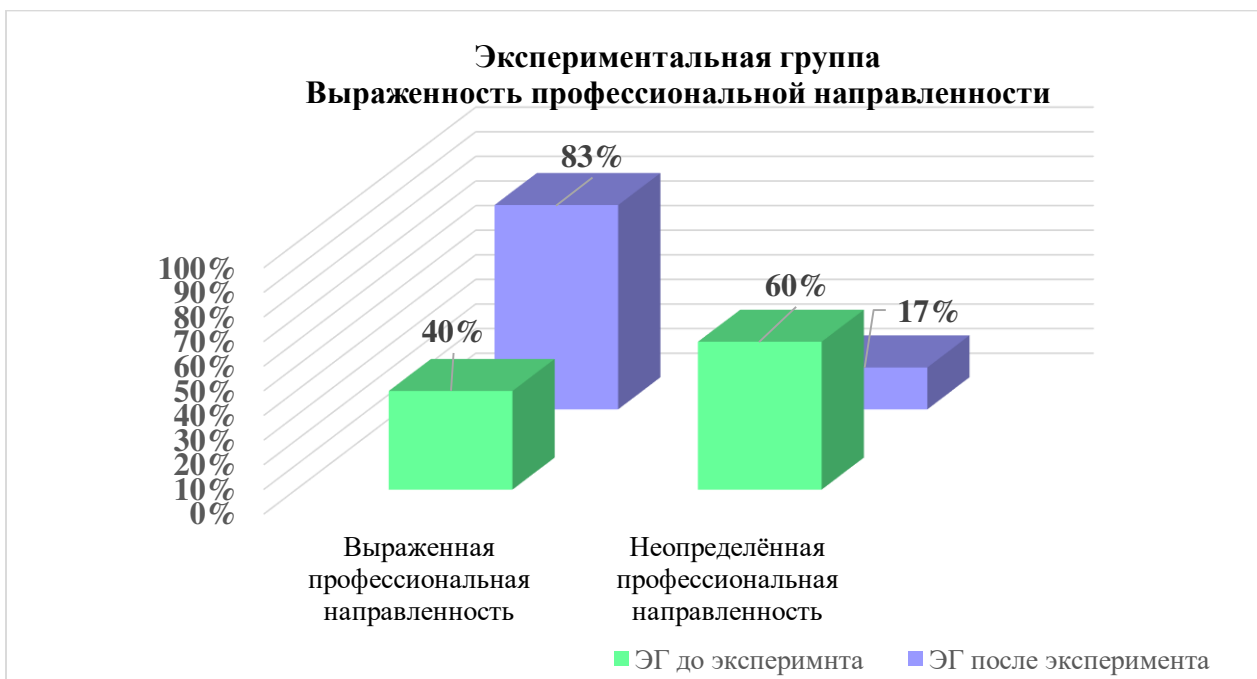
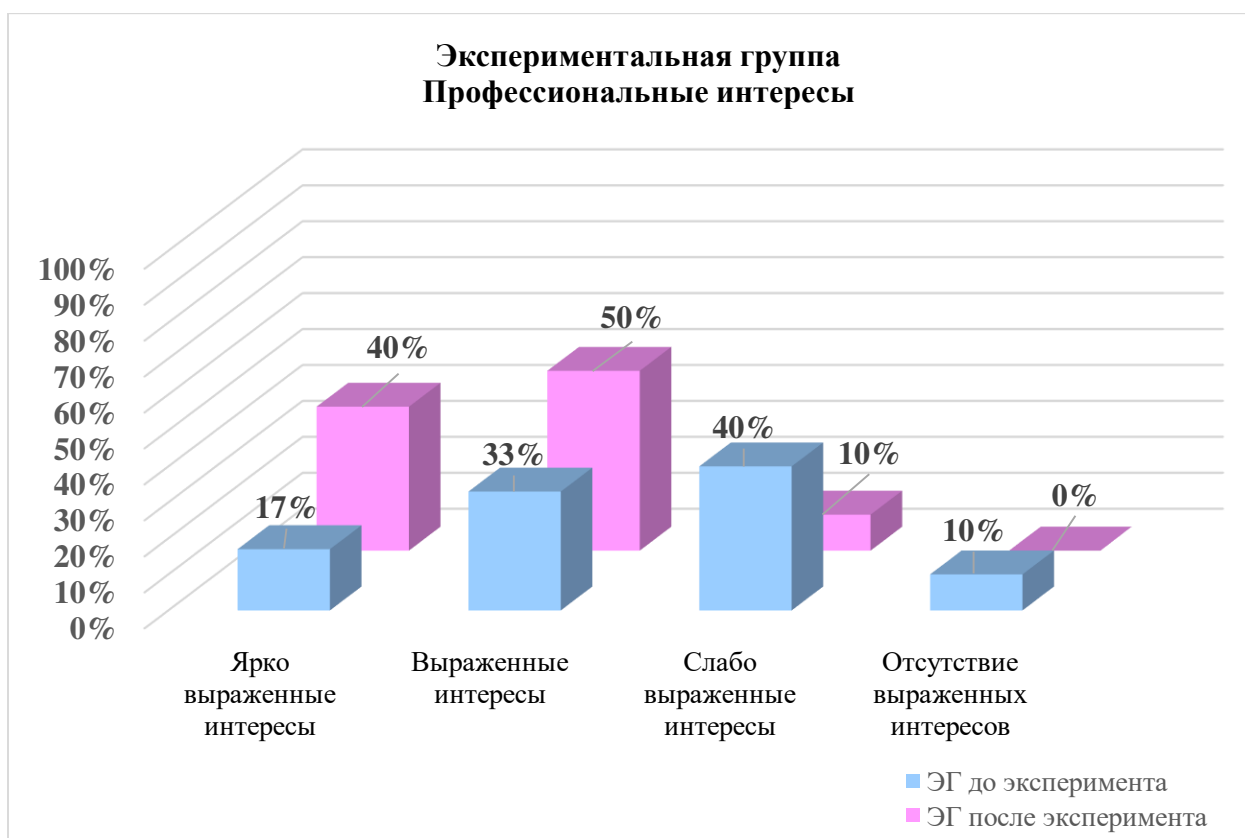


Рисунок 6 – Уровень выраженности профессиональной направленности на контрольном этапе исследования ЭГ и КГ

Профессиональная направленность, использование методики Е. А. Климова не выявило существенных изменений в распределении типов профессиональной направленности между группами. Однако, ключевое изменение наблюдается в выраженности этой направленности – ЭГ доля подростков с выраженной профессиональной направленностью увеличилась с

40% (12 респондентов) до 83% (25 респондентов), а с неопределённой – значительно снизилась с 60% (18 подростков) до 17% (5 подростков). В КГ динамика менее выражена: рост с 43% (13 респондентов) до 50% (15 респондентов) и снижение с 57% (17 подростков) до 50% (15 подростков) соответственно. Это указывает на то, что модель способствует не столько переориентации подростков на другие типы профессий, сколько осознанию и укреплению имеющихся склонностей.

В рамках реализации программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков «ПРОФориентир: вместе к выбору» проследили динамику изменений уровня выраженности интересов с помощью методики «Карта интересов» А. Е. Голомштока, представлено на рисунке 7 [Приложение 4, таблица 8].



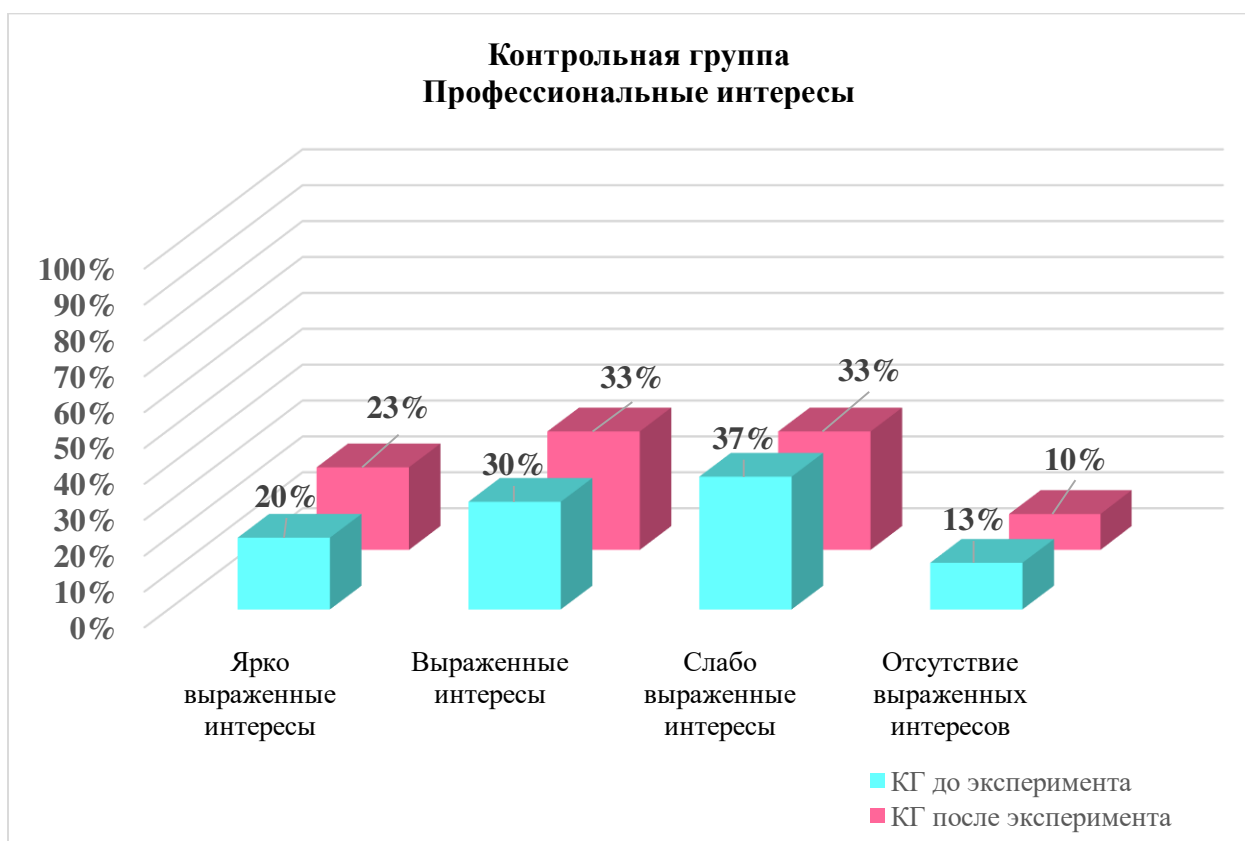


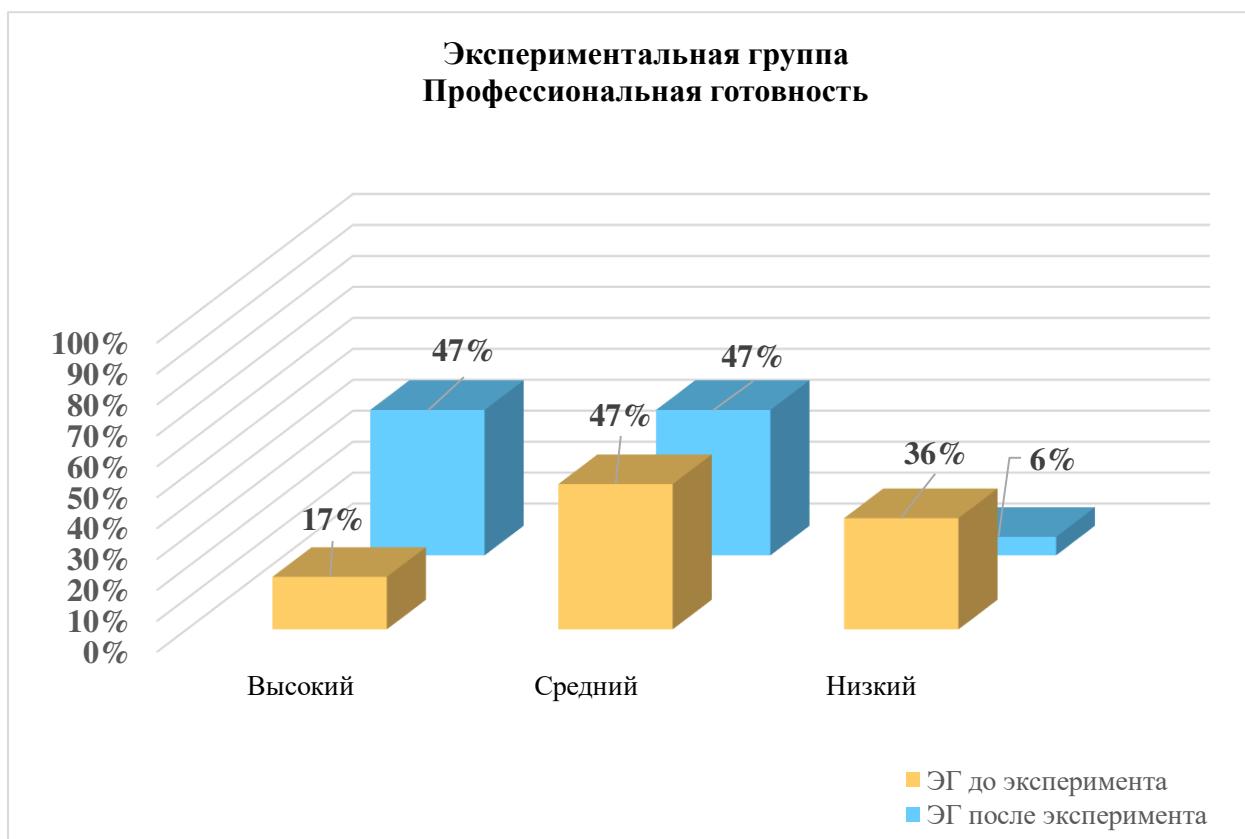
Рисунок 7 – Уровень выраженности профессиональных интересов на контрольном этапе исследования ЭГ и КГ

Профессиональные интересы, данные, полученные с помощью «Карты интересов» А. Е. Голомштока, демонстрируют значительное улучшение показателей в ЭГ увеличение количества респондентов с ярко выраженными до 40% (12 респондентов) и выраженными до 50% (15 респондентов) интересами, а также полное отсутствие подростков с отсутствием выраженных интересов, говорит о том, что модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков эффективно стимулирует интерес к профессиональной деятельности и помогает подросткам определить свои приоритеты.

Интеллектуальные способности, результаты диагностики по ПИТ СПЧ не показали существенных различий в общем уровне интеллекта между группами [Приложение 4, Таблицы 9 и 10]. Однако, незначительное повышение средних баллов по субтестам в ЭГ может указывать на косвенное положительное влияние модели психолого-педагогического сопровождения

профессионального самоопределения подростков на развитие когнитивных функций. Важно отметить, что данная модель не направлена на повышение уровня интеллекта как такового, но может способствовать более эффективному использованию имеющихся интеллектуальных ресурсов при выборе профессии.

В рамках реализации программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков «ПРООриентир: вместе к выбору» проследили динамику изменений уровня профессиональной готовности с помощью методики «Профессиональная готовность» А. П. Чернявской, представлено на рисунке 8 [Приложение 4, таблица 13, 14].



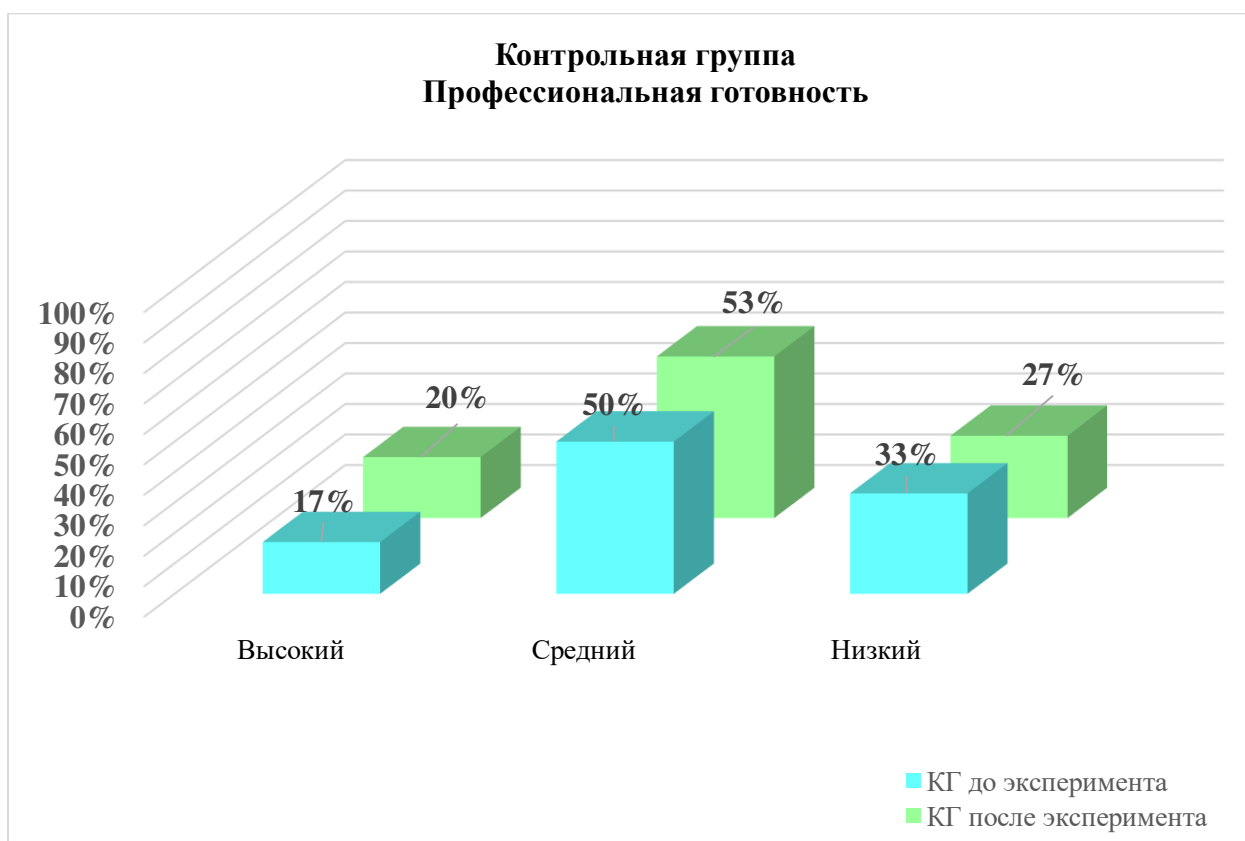


Рисунок 8 – Уровень профессиональной готовности до и после формирующего эксперимента ЭГ и КГ

На контрольном этапе ЭГ демонстрирует значительно более высокие результаты по всем шкалам (автономность, информированность, принятие решений, планирование, эмоциональное отношение). Динамика изменений внутри группы также подтверждает эффективность модели психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков. В ЭГ доля подростков с высоким уровнем профессиональной готовности возросла с 17% (5 респондентов) до 47% (14 респондентов), а с низким уровнем – снизилась с 36% (11 подростков) до 6% (2 подростка). В КГ динамика изменений значительно менее выражена. Сводная таблица наглядно демонстрирует различия в уровне развития отдельных шкал у подростков в ЭГ и КГ после проведения формирующего эксперимента [Приложение 4, таблица 15].

Статистическая значимость, математическая обработка результатов с использованием *t*-критерия Стьюдента, демонстрирует статистически

значимые различия ( $p < 0.05$ ) между ЭГ и КГ по всем ключевым исследуемым показателям: автономность, информированность, принятие решений, планирование, эмоциональное отношение, выраженность и неопределенность профессиональных интересов. Данный результат подтверждает статистическую значимость результатов и исключает случайный характер полученных различий между группами [Приложение 4, таблица 13]. Сравнение показателей в ЭГ и КГ до и после формирующего эксперимента также выявило статистически значимые улучшения внутри каждой группы, однако, в ЭГ эти изменения выражены гораздо сильнее, что подтверждает эффективность разработанной модели [Приложение 4, таблицы 14, 15].

Таким образом, апробация модели психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков показала её эффективность в условиях МБОУ «СОШ № 42 г. Челябинска». Модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков оказывает положительное влияние на формирование осознанной профессиональной направленности, развитие профессиональных интересов, повышение уровня профессиональной готовности подростков.

Полученные результаты позволяют рекомендовать данную модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков к внедрению в образовательных организациях с целью повышения эффективности работы по профессиональному самоопределению подростков. Результаты исследования вносят вклад в теорию и практику психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков, предлагая эффективную модель, основанную на эмпирических данных и подтверждённую статистически значимыми результатами.

## Выводы по II главе

Вторая глава выпускной квалификационной работы посвящена описанию и анализу опытно-экспериментальной работы, направленной на апробацию разработанной в первой главе модели психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков.

В параграфе 2.1 «Методология, методики исследования и результаты констатирующего этапа» детально описывается методология, методики и методы статистической обработки данных, также приводятся результаты констатирующего этапа эксперимента. Обосновывается выбор экспериментальной и контрольной групп, а также используемых диагностических инструментов (Дифференциально-диагностический опросник Е. А. Климова, методика «Профессиональная готовность» А. П. Чернявской, опросник «Карта интересов» А. Е. Голомштока и Подростковый интеллектуальный тест ПИТ СПЧ). Определены экспериментальная и контрольная группы, состоящие из подростков 14-15 лет (60 респондентов). Подробно рассматриваются критерии оценки профессиональной готовности подростков, такие как автономность, информированность, принятие решений, планирование и эмоциональное отношение. В заключение параграфа приводятся результаты первичной диагностики, демонстрирующие исходный уровень профессионального самоопределения в обеих группах. Анализ данных констатирующего этапа с использованием t-критерия Стьюдента выявил статистически значимые различия между экспериментальной и контрольной группами по ряду показателей. В частности, ЭГ (экспериментальная группа) продемонстрировала более высокие результаты по ключевым параметрам профессиональной готовности: автономность, принятие решений и эмоциональное отношение.

В параграфе 2.2 «Описание и реализация программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков» представляется подробное описание самой программы

психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков «ПРОФОриентир: вместе к выбору», включая её цели, задачи, содержание, этапы реализации и перечень используемых форм и методов работы. Программа предусматривает как индивидуальную, так и групповую работу с подростками, а также активное взаимодействие с родителями (законными представителями), педагогами, социальными партнёрами (ЮМК, Парк «Россия – Мои Горизонты», посещение выставки для абитуриентов в СУЗы и ВУЗы, организацию профпроб у социальных партнеров). Особое внимание уделяется развитию у подростков навыков самоанализа, целеполагания, планирования и принятия решений. Подробно описано содержание мастер- класса «Профессиональное самоопределение подростков», раскрываются цели, содержание и формы проведения диагностического занятия «Мои профессиональные компетенции», тренинга «Твоя профессиональная карьера» и консультации психолога. Делается вывод о важности систематической и целенаправленной работы по профессиональному самоопределению подростков в образовательной организации.

В параграфе 2.3 «Результаты апробации модели психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в образовательной организации и оценка её эффективности» проводится сравнительный анализ результатов контрольной и экспериментальной группы на этапе формирующего эксперимента. Анализируется динамика показателей по методикам «Дифференциально-диагностический опросник» Е. А. Климова, «Карта интересов» А. Е. Голомштока и «Профессиональная готовность» А. П. Чернявской. Статистический анализ полученных данных подтверждает эффективность разработанной профориентационной программы для подростков «ПРОФОриентир: вместе к выбору», что проявляется в увеличении числа респондентов, демонстрирующих высокий уровень осознанности при выборе профессионального направления.

Резюмируем, что глава 2 закладывает основу для дальнейшего анализа эффективности программы психолого-педагогического сопровождения. На констатирующем этапе исследования были выявлены исходные данные об уровне профессионального самоопределения подростков в экспериментальной и контрольной группах, а также подтверждены статистически значимые различия между группами по некоторым показателям профессиональной готовности. Это создаёт предпосылки для оценки динамики изменений после реализации программы в ЭГ (экспериментальной группе).

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведённое исследование было посвящено разработке и апробации модели психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в образовательной организации. Актуальность данной темы обусловлена необходимостью подготовки подростков к осознанному и ответственному выбору профессии в условиях динамично меняющегося рынка труда.

В первой главе был проведён теоретический анализ проблемы профессионального самоопределения подростков в психолого-педагогической литературе. Были рассмотрены различные подходы к пониманию профессионального самоопределения, выделены факторы, влияющие на этот процесс, и определены основные направления психолого-педагогической поддержки подростков в выборе профессии.

Профессиональное самоопределение – это сложный и многогранный процесс, включающий в себя осознание своих интересов, способностей, ценностей и целей, а также анализ требований рынка труда.

На профессиональное самоопределение подростков оказывают влияние как внутренние (индивидуальные особенности), так и внешние факторы (социальная среда, семья, образовательная организация).

Эффективное психолого-педагогическое сопровождение должно учитывать возрастные и психологические особенности подростков, а также предусматривать индивидуальный подход к каждому обучающемуся.

Разработана модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков, которая включает такие компоненты, как профвыезды, посещение выставок, организацию профпроб, тренинговые занятия, индивидуальные консультации.

Представлено описание опытно-экспериментального исследования по апробации разработанной модели психолого-педагогического сопровождения. Был проведён констатирующий этап, в рамках которого была осуществлена

диагностика уровня профессиональной готовности подростков в экспериментальной и контрольной группах.

На констатирующем этапе исследования были выявлены исходные данные об уровне профессионального самоопределения подростков в экспериментальной и контрольной группах, а также подтверждены статистически значимые различия между группами по некоторым показателям профессиональной готовности.

Предложенная модель психолого-педагогического сопровождения и её апробация в реальных условиях образовательной организации подтвердили её эффективность в создании условий для повышения уровня осознанности профессионального выбора у подростков.

Комплексный подход к сопровождению, включающий разнообразные формы и методы работы, позволяет учитывать индивидуальные особенности и потребности каждого подростка.

Результаты проведённого исследования подтвердили гипотезу о том, что психолого-педагогическое сопровождение, включающее профвыезды, посещение выставок, организацию профпроб, тренинговые занятия, индивидуальные консультации, способствует повышению уровня осознанности профессионального выбора и увеличению количества подростков, определившихся с будущей профессией.

Разработанная модель психолого-педагогического сопровождения может быть использована в образовательных организациях для повышения эффективности работы по профессиональной ориентации подростков. Материалы исследования могут быть полезны педагогам-психологам, классным руководителям, социальным педагогам и другим специалистам, занимающимся вопросами профессионального самоопределения подростков.

Дальнейшие исследования могут быть направлены на изучение влияния различных факторов (социально-экономических, региональных и др.) на процесс профессионального самоопределения подростков. Также перспективным является разработка и апробация новых методов и технологий

психолого-педагогического сопровождения, учитывающих современные тенденции развития рынка труда и интересы молодёжи.

В целом, проведённое исследование внесло вклад в развитие теории и практики профессионального самоопределения подростков и может быть использовано для повышения качества образования и подготовки молодежи к успешной профессиональной деятельности.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова, Г. С., Юдчиц, Ю. А. Возрастная психология. Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2022. — 544 с.
2. Александрова, Н. С. Психологическое сопровождение профессионального самоопределения молодежи в условиях цифровой экономики : монография / Н. С. Александрова, В. А. Петров. – Санкт-Петербург : Изд-во СПбГЭУ, 2022. – 240 с.
3. Ананьев, Б. Г. О проблемах современного человекознания [Текст] / Борис Герасимович Ананьев. - 2-е изд. - Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2021. – 260 с.
4. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Борис Герасимович Ананьев. – 3-е изд. - СПб. [и др.] : ПИТЕР, 2021. - 282 с.
5. Андреева, К. И. Особенности профессионального самоопределения современных подростков // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Психология и педагогика. — 2023. — № 1. — С. 56—69.
6. Беляева, А. П. Профессиональная ориентация в современной школе: методическое пособие / А. П. Беляева, В. С. Иванов. – Москва : Просвещение, 2023. – 208 с.
7. Билет в будущее. [Электронный ресурс] - Режим доступа: <http://proforientator.ru> – (Дата обращения: 10.10.2025).
8. Блинов, В. И. Методология педагогических исследований: учебное пособие / В. И. Блинов, В. В. Сергеев. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 222 с.
9. Богданова, А. В. Современные подходы к профессиональной ориентации школьников : статья / А. В. Богданова // Педагогическое образование в России. – 2024. – № 2. – С. 112–118.
10. Болтунов, А. П. Система профориентационной работы в выпускных классах общеобразовательной школы / А. П. Болтунов. – Москва //

История советской психологии труда: 20-30-годы XX века : тексты / ред. В. П. Зинченко, В. М. Мунипов, О. Г. Носкова. – Москва : Издательство Московского университета, 2023. – С. 223-229.

11. Борисова, М. В. Проблемы возрастной психологии подростков и молодежи. — Волгоград: Перемена, 2021. — 320 с.

12. Васильева, О. С. Психология здоровья человека : учебник для вузов / О. С. Васильева, Ф. Р. Филатов. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 365 с.

13. Вукович, Г. Рынок труда/ Г. Вукович, И. Гелета.– М.: Феникс, 2023.–240 с.

14. Выготский, Л. С. Педагогическая психология/ Л. С. Выготский.– М.:АСТ; Астрель, 2021.–672 с.

15. Выготский, Л. С. Психология развития. Избранные труды/ Л. С. Выготский.–М.: Юрайт, 2022–302 с.

16. Глуханюк, Н. С. Общая психология : учебное пособие для вузов / Н. С. Глуханюк. – 3-е изд., стер. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 333 с.

17. Голомшток, А. Е. Выбор профессии и воспитание личности школьника : Воспит. концепция проф. ориентации / А. Е. Голомшток. - Москва : Педагогика, 2020. – 160 с.

18. Григорьева, М. В. Инновационные технологии в профориентационной работе : методическое пособие / М. В. Григорьева, С. А. Захарова. – Санкт-Петербург : КАРО, 2024. – 144 с.

19. Григорьева, Я. О. Социально-психологические условия эффективности учебно-воспитательного процесса современной средней школы: Дис. ... доктора педагогических наук. Ростов-на-Дону, 2020. — 350 с.

20. Егоров, И. В. Профессиональное самоопределение школьников в условиях профильного обучения // Вопросы психологии образования. — 2021. — № 3. — С. 117—132.

21. Загвязинский, В. И. Методология и методы психолого-педагогического исследования: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб.

заведений/ В. И. Загвязинский, Р. Атаханов.—5-е изд. испр.— М.: Академия, 2022. – 208 с.

22. Зайцева, Е. В. Психологические барьеры профессионального самоопределения : монография / Е. В. Зайцева. – Самара : ПГСГА, 2023. – 144 с.

23. Зеер, Э. Ф. Профориентология: теория и практика: учеб. пособие для высшей школы/ Э.Ф. Зеер, А. М. Павлова, Н. О. Садовникова.— М.: Академический проект, Фонд «Мир», 2023.—192 с.

24. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального образования [Текст] : учебное пособие для вузов / Э. Ф. Зеер ; Российская академия образования, Московский психолого-социальный институт. - 2-е изд., перераб. - Москва : Издательство Московского психолого-социального института ; Воронеж : МОДЭК, 2023. - 479 с.

25. Зеер, Э. Ф. Психология профессий / Под ред. А.А. Деркач. — Москва : Академия, 2020. — 384 с.

26. Зеер, Э. Ф. Профориентология: Теория и практика : учебное пособие / Э. Ф. Зеер, А. М. Павлова, Н. О. Садовникова. — Москва : Академический Проект, 2020. — 192 с. — ISBN 978-5-8291-2724-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/132580> (дата обращения: 07.01.2025).

27. Зеер, Э. Ф. Личностно ориентированное профессиональное образование [Текст] / Э.Ф. Зеер, Г.М. Романцев // Педагогика : Научно-теоретический журнал. - 2022. - № 3. - С. 16-21.

28. Иванова, С. В. Мотивация на 100%: А где же у него кнопка? / С. В. Иванова. – 4-е изд. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2023. –288 с.

29. Ильин, Е. П. Психология подросткового возраста. Учебное пособие. — СПб.: Питер, 2023. — 352 с.

30. Ильичева, М. В. Психологическое сопровождение профессионального самоопределения учащихся средних классов:

Автореферат дис. ... кандидата психологических наук. Нижний Новгород, 2022. — 24 с.

31. Калинина, Н. В. Методология и методы психологического исследования : учебник для вузов / Н. В. Калинина. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 291 с.

32. Кирьякова, А. В. Концептуализация проблем профессионального самоопределения подростков в психолого-педагогической науке // Вестник Оренбургского государственного педагогического университета. — 2022. — № 3. — С. 98–112.

33. Климов, Е. А. Как выбрать профессию [Текст] : Книга для выпускников средней школы и их родителей / Е. А. Климов. - Москва : Просвещение, 2020. - 160 с.

34. Климов, Е. А. Психология профессионала [Текст] : Избранные психологические труды / Гл. ред. Д. И. Фельдштейн. - М. : МПСИ ; Воронеж : МОДЭК, 2023. - 456 с.

35. Козлова, Л. М. Индивидуальные траектории профессионального самоопределения подростков в современном обществе // Человек и общество. — 2023. — № 1. — С. 135–148.

36. Комарова, Ю. В. Технология проектирования моделей психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков // Ученые записки Казанского федерального университета. — 2022. — № 4. — С. 145–156.

37. Курбатов, А. Р. Особенности профессионального самоопределения подростков в условиях инновационных изменений в российском образовании // Мир науки, культуры, образования. — Барнаул, 2021. — № 3. — С. 121–130.

38. Леонтьев, Д. А. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего / Д. А. Леонтьев, Е. В. Шалобанова. // Вопросы психологии. – 2021. – № 1. – С.57-66.

39. Макарова, Н. Ю. Организация психологической поддержки профессионального выбора обучающимися школ // Молодежь и образование XXI века. — 2022. — № 2. — С. 89—101.
40. Маркова, А. К. Психология профессионализма / А. К. Маркова. — М. : Знание, 2020. — 230 с.
41. Минх, И. Ю. Модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в образовательной организации // Современная психология и педагогика: проблемы и решения: сб. ст. по матер. ХС междунар. науч.-практ. конф. № 1(87). — Новосибирск: СибАК, 2025. — С. 137-142.
42. Минх, И. Ю. Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения подростков // Научное сообщество студентов XXI столетия. ГУМАНИТАРНЫЕ НАУКИ: сб. ст. по мат. СXXXVII международная студенческая науч.-практ. конференция № 5(137). URL: [https://sibac.info/archive/guman/5\(137\).pdf](https://sibac.info/archive/guman/5(137).pdf) (дата обращения: 05.10.2025)
43. Митина, Л. М. Психология личностно-профессионального развития субъектов образования / Л. М. Митина. — Москва : Московский психолого-социальный институт, 2021. — 416 с.
44. Мухина, В. С. Возрастная психология : феноменология развития, детство, отрочество : учебник для вузов / В. С. Мухина. — 10-е изд., перераб. и доп. — Москва : Академия, 2022. — 640 с.
45. Непомнящая, Н. И. Ценность как центральный компонент психологической структуры личности / Н. И. Непомнящая, М. Е. Каневская // Вопросы психологии: изд. / ред. А. А. Смирнов, О. А. Конопкин. — 2020. 22 с.
46. Новикова, Д. Е. Роль педагогов-психологов в процессе формирования профессиональных ориентаций подростков // Образование и наука. — 2021. — № 5. — С. 123—138.
47. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология : учебник для вузов / Л. Ф. Обухова. — 12-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 460 с.

48. Павлов, В. А. Профильное обучение и профессиональная подготовка учащихся // Вестник ЧГПУ. — 2022. — № 4. — С. 143–154.

49. Перевозчикова, Е. Л. Развитие мотивационной сферы подростка в образовательном пространстве школы // Современные проблемы науки и образования. — 2020. — № 4. — С. 147—162.

50. Приказ Министерства просвещения РФ от 17 июня 2021 г. № 357 «Об утверждении порядка оказания психолого-педагогической помощи детям школьного возраста».

51. Примерная программа воспитания и социализации обучающихся основной школы (одобрена Минпросвещения России). — Москва, 2022.

52. Прохорова, О. Г. Психолого-педагогические условия эффективного профессионального самоопределения старшеклассников // Российский психологический журнал. — 2022. — № 4. — С. 153–167.

53. Пряжников, Н. С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения: учебное пособие / Н. С. Пряжников. — 6-е изд., стер. — Москва : Академия, 2023. — 128 с.

54. Пряжников, Н. С. Профориентация в системе управления человеческими ресурсами [Текст]: методическое пособие работникам профориентационных центров, профконсультантам, студентам вузов, педагогам учреждений начального и среднего профессионального образования, работникам психологическим служб учебных заведений, учителям старшей ступени школы / Н. С. Пряжников. - Москва : Академия, 2022. — 286 с.

55. Реан, А. А. Психология личности : учебник для вузов / А. А. Реан. — Санкт-Петербург : Питер, 2022. — 288 с.

56. Рогов, Е. И. Выбор профессии: Становление профессионала [Текст] : научно-популярная литература / Е. И. Рогов. - Москва : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2023. - 333 с.

57. Савченков, А. В. Анализ особенностей профессионального самоопределения подростков в условиях современного российского

образования // Наука и образование Южного Урала. — Челябинск, 2022. — № 4. — С. 67–76.

58. Савченков, А. В., Иванов, П. А. Проектирование модели психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в средней школе // Вопросы современной науки и практики. Университет имени В. И. Вернадского. — 2021. — № 3. — С. 105–117.

59. Савченков, А. В., Леушканова, О. Ю., Уварина, Н. В. Разработка цифровой среды психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения обучающихся колледжа // Вестник Нижневартковского государственного университета. 2025. № 2(70). С. 113-121.

60. Савченков, А. В., Уварина, Н. В. Подготовка будущих педагогов к воспитательной деятельности в организациях среднего профессионального образования: конативно-деятельностный компонент // Современная высшая школа: инновационный аспект. – 2020. – Т. 12. – № 3. С. 10-20.

61. Садыкова, А. Р. Формирование готовности к профессиональному самоопределению у студентов вуза : статья / А. Р. Садыкова // Казанский педагогический журнал. – 2024. – № 3. – С. 108–113.

62. Сергеева, А. М. Практико-ориентированный подход в сопровождении профессионального самоопределения обучающихся в школе // Школьные технологии. — 2022. — № 6. — С. 123—135.

63. Сергеева, О. Н. Педагогическое сопровождение личностного развития обучающихся старших классов общеобразовательных учреждений. — Самара: Издательство Самарского университета, 2020. — 208 с.

64. Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии [Текст] / Е. В. Сидоренко. - Санкт-Петербург : Речь, 2023. - 350 с.

65. Уварина, Н. В. Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения подростков в образовательной среде // Педагогическое образование и воспитание. — Челябинск, 2023. — № 2. — С. 124–135.

66. Уварина, Н. В., Иванова, Е. А. Формы и методы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков // Современные подходы к воспитанию и развитию школьников. Материалы всероссийской научно-практической конференции. — Челябинск: Юж.-Урал. гос. гуман.-пед. ун-т, 2022. — С. 87–95.

67. Уварина, Н. В., Толстова, Г. Б. Профессиональное самоопределение школьников: теоретическое обоснование и практический опыт реализации // Современная высшая школа: инновационный аспект. — 2023. — Т. 15. — № 1. С. 149-158.

68. Уварина, Н. В., Савченков, А. В., Пахтусова, Н. А., Корнеева, Н. Ю. Развитие социального партнёрства: воспитание гибких навыков молодежи региона. М. : Первое экономическое издательство, 2021. — 236 с.

69. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (редакция 2023).

70. Чернышёва, Л. В. Модели сопровождения профессионального самоопределения подростков в школах Москвы // Образовательные стратегии и инновации. — 2022. — № 4. — С. 97–112.

71. Чистякова, С. Н. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников [Текст] : методическое пособие / С. Н. Чистякова. - М. : Академия, 2023. - 128 с.

72. Чистякова, С. Н. Основы профессиональной ориентации школьников [Текст] : учеб. пособие / С. Н. Чистякова; Под ред. В. А. Сластенина. - М. : Просвещение, 2023. - 112 с.

73. Чистякова, С. Н. Профессиональная ориентация школьников: организация и управление [Текст] / С. Н. Чистякова, Н. Н. Захаров. - М. : Педагогика, 2020. - 157 с.

74. Чистякова, С. Н. Проблема формирования готовности подростков к проектированию образовательно-профессионального маршрута в контексте компетентностного подхода / С. Н. Чистякова, Н. Ф. Родичев // Педагогическое образование в России. — 2021. — №5. — С. 129-135.

75. Шеховцова, Л. Психологическое сопровождение выбора профессии в школе [Текст] : [учебно-методическое пособие] / Л. Шеховцова, О. Шеховцов. - Ростов-на-Дону : Феникс ; Санкт-Петербург : Северо-Запад, 2021. - 175 с.

76. Шпильрейн, И. Н. Профессиональный отбор: очерк методов и достижений / И. Н. Шпильрейн. - М. ; Л. : Экон. жизнь, 2020. - 116 с.

77. Щукина, Т. Г. Методика психолого-педагогического сопровождения детей подросткового возраста в образовательных учреждениях. — Новосибирск: Новосибирский государственный педагогический университет, 2021. — 280 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Диагностический инструментарий

### «Карта интересов» А. Е. Голомшток

Опросник разработан А.Е. Голомштоком. Предназначен для изучения интересов и склонностей школьников старших классов в различных сферах деятельности. Голомшток выделяет 23 таких сферы: физика, математика, химия, астрономия, биология, медицина, сельское хозяйство, филология, журналистика, история, искусство, геология, география, общественная деятельность, право, транспорт, педагогика, рабочие специальности, сфера обслуживания, строительство, легкая промышленность, техника, электротехника.

**Инструкция:** для определения ведущих интересов Вам предлагается перечень вопросов. Если Вам очень нравится то, о чём спрашивается в вопросе, в бланке ответов рядом с его номером поставьте два плюса («++»), если просто нравится – один плюс («+»), если не знаете, сомневаетесь – ноль («0»), если не нравится – один минус («-»), а если очень не нравится – два минуса («--»). Отвечайте на вопросы, не пропуская ни одного из них.

Текст опросника

Любите ли Вы? Нравится ли Вам? Хотели бы Вы

1. Знакомиться с жизнью растений и животных.
2. Занятия и чтение книг по географии.
3. Читать художественную или научно-популярную литературу о геологических экспедициях.
4. Уроки и книги по анатомии и физиологии человека.
5. Выполнять ежедневную домашнюю работу.
6. Читать научно-популярную литературу о физических открытиях, жизни и деятельности выдающихся физиков.
7. Читать об открытиях в химии или о жизни и деятельности выдающихся химиков.
8. Читать технические журналы.
9. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области электроники и радиотехники.
10. Знакомиться с разными металлами и их свойствами.
11. Узнавать о разных породах древесины и об их практическом применении.
12. Узнавать о достижениях в области строительства.
13. Читать книги, смотреть фильмы о водителях различных видов транспорта (автомобильного, железнодорожного и т.д.).
14. Читать книги, смотреть фильмы о летчиках.
15. Знакомиться с военной техникой.
16. Читать книги об исторических событиях.
17. Читать произведения классиков русской и зарубежной литературы.
18. Читать и обсуждать публицистические статьи и очерки.
19. Обсуждать текущие дела и события в учебном заведении, городе, стране.
20. Интересоваться педагогической работой.
21. Читать книги, смотреть фильмы о работе милиции.
22. Заботиться о порядке в собственных вещах, красивом виде помещения.
23. Читать книги из серии «Занимательная математика».
24. Изучать экономическую географию.
25. Заниматься иностранным языком.
26. Знакомиться с жизнью выдающихся художников, историей искусства.
27. Знакомиться с жизнью выдающихся артистов, встречаться с ними, коллекционировать их фотографии.
28. Знакомиться с жизнью и творчеством выдающихся музыкантов, с вопросами теории музыки.

29. Читать спортивные газеты, журналы, литературу о спорте.
30. Изучать биологию, ботанику, зоологию.
31. Знакомиться с различными странами по книгам и телепередачам.
32. Читать о жизни и деятельности знаменитых геологов.
33. Интересоваться достижениями медицины.
34. Посещать с экскурсиями предприятия легкой промышленности.
35. Читать книги из серии «занимательная физика».
36. Изучать химические явления в природе.
37. Знакомиться с новейшими достижениями техники.
38. Интересоваться работой радиотехника, электрика.
39. Знакомиться с различными измерительными инструментами, используемыми в процессе металлообработки.
40. Наблюдать за изготовлением изделий из дерева (например, мебели).
41. Наблюдать за работой строителей.
42. Читать литературу о средствах передвижения.
43. Читать книги, смотреть фильмы и телепередачи о морях.
44. Читать книги, смотреть фильмы и телепередачи на военные темы, знакомиться с историей крупных сражений.
45. Обсуждать текущие политические события в стране и за рубежом.
46. Читать литературно-критические статьи.
47. Слушать радио, смотреть теленовости и тематические телепередачи.
48. Узнавать о событиях, происходящих в городе, стране.
49. Объяснять учащимся трудные для понимания вопросы.
50. Справедливо рассудить поступок знакомого или литературного героя.
51. Обеспечивать семью продуктами, организовывать питание членов семьи.
52. Читать научно-популярную литературу об открытиях в математике, о жизни и деятельности выдающихся математиков.
53. Интересоваться экономическими передачами по телевидению.
54. Читать художественную литературу на иностранном языке.
55. Заниматься художественным оформлением праздников.
56. Посещать театр.
57. Слушать оперную или симфоническую музыку.
58. Посещать спортивные соревнования, смотреть спортивные передачи.
59. Посещать дополнительные занятия по биологии.
60. Посещать дополнительные занятия по географии.
61. Коллекционировать минералы.
62. Изучать функции организма человека, причины возникновения и способы лечения болезней человека.
63. Готовить обед дома.
64. Осуществлять демонстрацию физических опытов.
65. Участвовать в организации опытов с химическими веществами.
66. Ремонтировать различные механизмы.
67. Производить замеры в электросетях с помощью приборов (вольтметра, амперметра).
68. Конструировать различные предметы и детали из металла.
69. Художественно обрабатывать дерево (вырезать, выпиливать).
70. Набрасывать эскизы или выполнять чертежи строительных объектов.
71. Проявлять интерес к автомобильному транспорту.
72. Увлекаться парашютным спортом, авиамоделизмом.
73. Заниматься спортивной стрельбой.
74. Изучать историю возникновения различных народов и государств.
75. Писать стихи.
76. Наблюдать за проведением и жизнью других людей.

77. Выполнять организационную общественную работу.
78. Проводить время с маленькими детьми, заниматься и играть с ними.
79. Устанавливать дисциплину среди сверстников.
80. Наблюдать за работой работников сферы обслуживания (повар, официант, продавец).
81. Участвовать в математических олимпиадах.
82. Просматривать экономические обзоры в газетах и журналах.
83. Слушать радиопередачи на иностранном языке.
84. Посещать музеи, художественные выставки.
85. Публично выступать.
86. Играть на музыкальном инструменте.
87. Участвовать в спортивных соревнованиях.
88. Наблюдать за ростом и развитием животных, растений.
89. Сбирать книги по географии.
90. Посещать краеведческий музей.
91. Вникать в работу врача, фармацевта.
92. Шить для себя.
93. Интересоваться физикой.
94. Интересоваться химией.
95. Работать с техникой.
96. Знакомиться с устройством электроаппаратуры.
97. Заниматься слесарным делом.
98. Выполнять столярные работы.
99. Принимать участие в отделочных ремонтных работах.
100. Помогать милиции в работе с пешеходами по правилам уличного движения.
101. Быть членом гребных и яхт-клубов.
102. Участвовать в военизированных играх.
103. Знакомиться с историческими местами.
104. Быть членом литературного клуба.
105. Наблюдать за ведением журналистами телепередач.
106. Публично выступать с сообщениями и докладами.
107. Организовывать работу детей.
108. Устанавливать скрытые причины поступков и поведения людей.
109. Оказывать различные услуги другим людям.
110. Решать сложные математические задачи.
111. Точно вести расчет своих денежных средств.
112. Посещать курсы по изучению иностранного языка.
113. Заниматься в художественной секции.
114. Участвовать в художественной самодеятельности.
115. Посещать музыкальную школу.
116. Заниматься в спортивной секции.
117. Участвовать в биологических олимпиадах и конкурсах.
118. Путешествовать.
119. Принимать участие в геологической экспедиции.
120. Ухаживать за больными.
121. Посещать кулинарные конкурсы и выставки.
122. Участвовать в конкурсных мероприятиях по физике.
123. Решать сложные задачи по химии.
124. Разбираться в технических схемах и чертежах.
125. Разбираться в сложных радиосхемах.
126. Знакомиться с новой техникой, наблюдать за работой промышленного оборудования.

127. Мастерить что-нибудь из дерева своими руками.
128. Помогать в строительных работах.
129. Принимать участие в обслуживании и ремонте автомобиля.
130. Мечтать о самостоятельных полетах на самолете.
131. Строго выполнять распорядок дня.
132. Публично выступать с докладами на исторические темы.
133. Работать с литературными источниками.
134. Принимать участие в дискуссиях, конференциях.
135. Организовывать и проводить коллективные мероприятия.
136. Обсуждать вопросы воспитания детей и подростков.
137. Помогать работникам милиции.
138. Постоянно общаться с различными людьми.
139. Принимать участие в математических олимпиадах, конференциях.
140. Интересоваться вопросами ценообразования, начисления заработной платы.
141. Общаться на иностранном языке.
142. Участвовать в художественных выставках.
143. Принимать участие в театральных постановках.
144. Участвовать в музыкальных конкурсах.
145. Регулярно тренироваться и участвовать в спортивных соревнованиях.
146. Выращивать растения, ухаживать за домашними животными.
147. Проводить топографическую съемку местности.
148. Совершать длительные, трудные походы.
149. Интересоваться деятельностью медицинских работников.
150. Шить, кроить, создавать модели одежды.
151. Решать сложные задачи по физике.
152. Посещать с экскурсиями химические предприятия.
153. Участвовать в выставках технического творчества.
154. Ремонтировать аудиотехнику.
155. Работать на станке.
156. Выполнять по чертежам столярные работы.
157. Принимать сезонное участие в строительстве.
158. Изучать правила дорожного движения для водителей.
159. Изучать морское дело.
160. Читать воспоминания главнокомандующих и полководцев.
161. Знакомиться с историческими местами родного края.
162. Писать рассказы.
163. Писать заметки или очерки в газету.
164. Выполнять общественные поручения.
165. Организовывать детские игровые и праздничные мероприятия.
166. Изучать законодательные документы, гражданское право.
167. Удовлетворять потребности людей в тех или иных услугах.
168. Выполнять математические расчеты по формулам.
169. Интересоваться проблемами региональной экономики.
170. Участвовать в олимпиадах по иностранному языку.
171. Посещать художественные музеи.
172. Играть на сцене в спектаклях.
173. Слушать классическую музыку.
174. Помогать преподавателю физкультуры в проведении занятия.

Обработка и интерпретация результатов

За каждый знак «+» в бланке ответов проставляется +1 балл, за каждый знак «-» проставляется -1 балл, за нулевой ответ - 0 баллов. В каждом из 29 столбцов бланка ответов подсчитывается количество положительных и отрицательных баллов.

Исходя из структуры бланка ответов определяются следующие виды профессиональных интересов (по столбцам).

Чем больше положительных ответов в столбце, тем выше степень выраженности интереса к данному виду профессиональной деятельности.

1. Биология	11. Деревообработка	20. Педагогика
2. География	12. Строительство	21. Юриспруденция
3. Геология	13. Транспорт	22. Сфера обслуживания
4. Медицина	14. Авиация, морское дело	23. Математика
5. Легкая и пищевая промышленность	15. Военные специальности	24. Экономика
6. Физика	16. История	25. Иностранные языки
7. Химия	17. Литература	26. Изобразительное искусство
8. Техника	18. Журналистика	27. Сценическое искусство
9. Электро и радиотехника	19. Общественная деятельность	28. Музыка
10. Металлообработка		29. Физкультура и спорт

уровни выраженности:

от -12 до -6 – высшая степень отрицания данного интереса;

от -5 до -1 – интерес отрицается;

от +1 до +4 – интерес выражен слабо;

от +5 до +7 – выраженный интерес

от +8 до +12 – ярко выраженный интерес.

### Бланк ответов к опроснику «Карта интересов»

Ф.И.О. \_\_\_\_\_ возраст \_\_\_\_\_ дата заполнения \_\_\_\_\_

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	
30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	
59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	
88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	
117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	
146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	

**Дифференциально-диагностический опросник Е. А. Климов  
(модификация А. А. Азбель)**

Инструкция: предположим, что после соответствующего обучения вы способны одинаково успешно выполнять любую работу. В таблице приведен список различных видов работы. Если бы вам пришлось выбирать лишь одну работу из каждой пары в этом списке, что бы вы предпочли? Выберите один вид работы из каждой пары и отметьте его номер в бланке ответов.

Текст опросника

1а. Ухаживать за животными.	1б. Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать).
2а. Помогать больным людям, лечить их.	2б. Составлять таблицы, схемы, программы вычислительных машин.
3а. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок.	3б. Следить за состоянием, развитием растений.
4а. Обрабатывать материалы (дерево, ткань, пластмассу и т.д.).	4б. Доводить товары до потребителя (рекламировать, продавать).
5а. Обсуждать научно-популярные книги, статьи.	5б. Обсуждать художественные книги.
6а. Выращивать молодняк животных какой-либо породы.	6б. Тренировать сверстников (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных).
7а. Копировать рисунки, изображения, настраивать музыкальные инструменты.	7б. Управлять каким-либо грузовым, подъемным, транс портным средством (подъемным краном, машиной и т.п.).
8а. Сообщать, разъяснять людям нужные для них сведения в справочном бюро, во время экскурсии и т.д.	8б. Художественно оформлять выставки, витрины, участвовать в подготовке концертов, пьес и т.п.
9а. Ремонтировать изделия, вещи (одежду, технику), жилище.	9б. Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках.
10а. Лечить животных.	10б. Выполнять расчёты, вычисления.
11а. Выводить новые сорта растений.	11б. Конструировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома и т.д.).
12а. Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, поощрять, наказывать.	12б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок).
13а. Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности.	13б. Наблюдать, изучать жизнь микробов.
14а. Обслуживать, налаживать медицинские приборы и аппараты.	14б. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.п.
15а. Составлять точные описания, отчёты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.	15б. Художественно описывать, изображать события наблюдаемые или представляемые.
16а. Делать лабораторные анализы в больнице.	16б. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение.
17а. Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий.	17б. Осуществлять монтаж здания или сборку машин, приборов.
18а. Организовывать культпоходы людей в театры, музеи, на экскурсии, в туристические путешествия и т.п.	18б. Играть на сцене, принимать участие в концертах.
19а. Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания.	19б. Заниматься черчением, копировать карты, чертежи.
20а. Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада.	20б. Работать на машинах (пишущая машина, компьютер, телетайп, телефакс).

Запишите свои ответы в таблицу

Группы профессий				
Человек-природа	Человек-техника	Человек-человек	Человек-знаковая система	Человек-художественный образ
1а	1б	2а	2б	3а
3б	4а	4б	5а	5б
6а		6б		7а
	7б	8а		8б
	9а		9б	
10а			10б	
11а	11б	12а	12б	13а
13б	14а	14б	15а	15б
16а		16б		17а
	17б	18а		18б
	19а		19б	
20а			20б	

Ключ к тесту

Типы профессий	Номера вопросов
Человек-природа	1а, 3б, 6а, 10а, 11а, 13б, 16а, 20а
Человек-техника	1б, 4а, 7б, 9а, 11б, 14а, 17б, 19а
Человек-человек	2а, 4б, 6б, 8а, 12а, 14б, 16б, 18а
Человек-знаковая система	2б, 5а, 9б, 10б, 12б, 15а, 19б, 20б
Человек-художественный образ	3а, 5б, 7а, 8б, 13а, 15б, 17а, 18б

## Методика «Профессиональная готовность» А. П. Чернявская

Инструкция: испытуемым предлагается ряд утверждений об особенностях их представлений о мире профессий. Если они согласны с тем, что написано в утверждении, то в бланк листа ответов ставят знак «+», если не согласны – знак «-». Ответить необходимо на все вопросы. Искренность ответов даёт возможность более чётко определить те проблемы, которые следует решить для более удачного профессионального самоопределения подростка.

### Опросник

1. Я отношусь к тем людям, которые выбирают не конкретную профессию, а уровень образования.
2. Я не принимаю серьёзных решений мгновенно.
3. Когда мне нужно решиться на какое-то важное дело, я самым серьёзным образом оцениваю свои способности.
4. Я знаю, в каких условиях я буду работать.
5. Я анализирую своё прошлое.
6. Я тяжело переношу неудачи в жизни.
7. Я знаю обязанности, которые я буду выполнять на работе.
8. Меня обязательно будут уважать за мои знания и опыт.
9. Я ищу в прошлом истоки того, что со мной происходит в настоящем.
10. Мне не нравится, что поиск дела по душе требует больших усилий.
11. Все мои действия подчинены определённым целям.
12. У меня вошло в привычку думать о том, что со мной происходило раньше.
13. По моему мнению, знание будущей работы до мельчайших подробностей не гарантирует от разочарований.
14. Я приложу все усилия, чтобы иметь высокие знания и навыки хотя бы в одной области (практической или теоретической).
15. У меня стало привычкой анализировать важные события моей жизни.
16. Я ничего не делаю без причины.
17. Меня вполне устраивает моя пассивность.
18. Я задумываюсь о том, что меня ждёт в будущем.
19. Я предпочитаю спокойную, малоответственную работу.
20. Я отношусь к тем людям, которые поступают необдуманно.
21. Я буду менять места работы до тех пор, пока не найду то, что мне нужно.
22. Первая же крупная неудача может «выбить меня из седла».
23. Я не задумываюсь о своём будущем.
24. Я не выберу работу, требующую большой отдачи.
25. Я знаю самого себя.
26. Я буду добиваться своего, даже если это вызовет недовольство родных и близких.
27. Чем больше профессий я знаю, тем легче мне будет выбирать.
28. Мне не нравится быть самостоятельным.
29. Я не собираюсь заранее планировать уровень образования, который я хотел бы получить.
30. Меня страшат ситуации, в которых я должен сам принимать решения.
31. Я не жалею времени на обдумывание вариантов сложных математических задач.
32. Когда меня постигают неудачи, я начинаю думать, что ни на что не способен.
33. Я не представляю себя работником, решающим производственные и личные проблемы, связанные с производством.
34. Я вряд ли смог бы выполнить производственные задания без помощи руководителя.
35. Мне трудно узнать о перспективах, которые даёт та или иная профессия.
36. Я считаю, что интуиция основана на знании.
37. Чтение справочников о профессиях ничего мне не даёт.
38. У меня нет устойчивых взглядов на моё профессиональное будущее.
39. В моей жизни мало успехов.
40. Я стремлюсь целенаправленно узнавать о профессиях, учебных заведениях и местах работы.
41. Я очень беспокоюсь, смогу ли я справиться с трудностями, а может, и неудачами в своей профессиональной жизни.
42. Я признаю только обдуманный риск.

43. Многие мои планы срываются из-за моей неуверенности в себе.
44. Я отношусь к тем людям, которые живут настоящим.
45. Я с детства привык доводить начатое до конца.
46. Я боюсь делать важные шаги в своей жизни.
47. Я знаю, что мне интересно.
48. Было время, когда я строил образ «идеальной профессии» без конкретного названия.
49. Когда я иду на компромисс, у меня портится настроение.
50. Я готов приложить много усилий, чтобы добиться того, что мне нужно.
51. Я знаю, чего я добьюсь в жизни.
52. Я могу назвать профессии, которые интересовали меня в детстве.
53. Я мало задумываюсь о своей жизни.
54. Я не могу определить своего отношения к тому, что мне необходимо принимать решения.
55. В оценке профессий эмоции для меня играют большую роль.
56. Если я чего-то очень захочу, я преодолею любые препятствия.
57. У меня нет определённых требований к будущему.
58. При принятии решений я полагаюсь на интуицию.
59. Мне не нравится, когда от меня требуют инициативы и активности.
60. Я знаю, что у меня есть такие черты характера, которые совершенно необходимы для моей профессии.
61. Я – соломинка, влекомая течением жизни.
62. Когда я думаю о том, что мне нужно выбирать профессию и место работы (учёбы), у меня портится настроение.
63. При выборе из двух или нескольких возможностей я полагаюсь на ту, которая внешне более привлекательна.
64. Своим поведением в настоящем я строю фундамент для будущего.
65. Если что-то помешает мне получить выбранную профессию, я легко поменяю её на другую.
66. Я никогда не задумываюсь, по каким законам устроен мир профессий.
67. Я считаю, что люди, которые много достигли в жизни, знали, почему они поступали так, а не иначе.
68. Практическая работа (в кружках, на УПК, практике) очень помогла мне в понимании мира профессий.
69. Я с трудом уживаюсь с другими людьми.
70. Я сознательно стремлюсь к достижению намеченных целей.
71. Любой совет, данный мне со стороны, может поколебать мой выбор профессии.
72. Я знаю, что для меня в жизни важно.
73. Я не доверяю тому, что написано в книгах о профессиях.
74. Я планирую свою жизнь хотя бы на неделю вперёд.
75. Я знаю, почему я выбрал именно эту профессию.
76. Лучший способ познакомиться с профессией – поговорить с тем, кто по ней работает.
77. Мне не нравится, когда много думают о будущем.
78. В учебном заведении я получу все необходимые знания и больше никогда учиться не буду.
79. Я знаю область, в которой я добьюсь больших успехов, чем в других.
80. Заранее известных способов изучения мира профессий не существует.
81. Мне не нравится, когда много рассуждают о том, кем быть.
82. Мне трудно спланировать свою жизнь даже на неделю вперёд.
83. Я считаю, что в обществе все равны по своему положению.
84. Большинство сведений о профессиях я воспринимаю как ненужные.
85. Фактически я выбрал (выбираю) учебное заведение, не думая, где я буду работать после его окончания.
86. Мне всё равно, будут ли уважать меня на работе как профессионала.
87. В своих поступках я всегда опираюсь на проверенные сведения.
88. Всё, что со мной происходит, - дело случая.
89. Мне не хочется брать на себя ответственность за выбор профессии.
90. В важных решениях я не иду на компромиссы.
91. Я не доверяю рекламе профессий.
92. Я не понимаю причин многих моих поступков.

93. Мои самооценки совпадают с тем, как оценивают меня друзья.  
 94. Я не понимаю самого себя.  
 95. Я начинаю нервничать, когда задумываюсь о том, что меня ожидает.  
 96. Мой опыт показывает, что от анализа своих мыслей и переживаний пользы мало.  
 97. Я не знаю, как осуществить свой профессиональный выбор.  
 98. Я могу отказаться от многого, сейчас ценного для меня, ради перспективных профессиональных целей  
 99. Я представляю, каким я буду через 10 лет.

Ключ

Автономность (А)

<b>№</b>	8	14	19	24	30	34	45	50	53	57
<b>Знак</b>	+	+	-	-	-	-	+	+	-	-
<b>№</b>	61	65	71	75	78	83	86	92	94	96
<b>Знак</b>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Информированность (И)

<b>№</b>	1	4	7	13	21	27	35	37	40
<b>Знак</b>	+	+	+	-	+	+	-	-	+
<b>№</b>	48	66	68	73	76	80	84	91	
<b>Знак</b>	+	-	+	-	-	-	-	-	

Принятие решений (Р)

<b>№</b>	2	3	11	16	20	25	31	36	42	47
<b>Знак</b>	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+
<b>№</b>	51	56	58	63	67	72	79	87	90	93
<b>Знак</b>	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+

Планирование (П)

<b>№</b>	5	9	12	15	18	23	29	38	44	52
<b>Знак</b>	+	+	+	+	+	-	-	-	-	+
<b>№</b>	60	64	70	74	82	85	88	97	98	99
<b>Знак</b>	+	+	+	+	-	-	-	-	+	+

Эмоциональное отношение (Э)

<b>№</b>	6	10	17	22	26	28	32	33	39	41	43
<b>Знак</b>	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-
<b>№</b>	46	49	54	55	59	62	69	77	81	89	95
<b>Знак</b>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в МБОУ «СОШ № 42 г. Челябинска»

Таблица 1 – Распределение типов «Профессиональной направленности» подростков по методике Е. А. Климова на констатирующем этапе

Тип профессиональной направленности	Экспериментальная группа (n=30)		Контрольная группа (n=30)	
	кол-во чел.	%	кол-во чел.	%
Человек-природа	4	13%	4	13%
Человек-техника	6	20%	5	17%
Человек-человек	9	30%	10	33%
Человек-знаковая система	5	17%	6	20%
Человек-художественный образ	6	20%	5	17%

Таблица 2 – Распределение профессиональных интересов подростков по методике «Карта интересов» А. Е. Голомштока на констатирующем этапе

Уровень выраженности интересов	Экспериментальная группа (n=30)		Контрольная группа (n=30)	
	кол-во чел.	%	кол-во чел.	%
Ярко выраженные интересы	5	17%	6	20%
Выраженные интересы	10	33%	9	30%
Слабо выраженные интересы	12	40%	11	37%
Отсутствие выраженных интересов	3	10%	4	13%

Таблица 3 – Распределение по шкале профессиональной готовности подростков по методике «Профессиональная готовность» А. П. Чернявской на констатирующем этапе

Шкала	Экспериментальная группа (n=30)			Контрольная группа (n=30)		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Автономность	17%	50%	33%	13%	53%	33%
Информированность	13%	43%	43%	17%	47%	37%
Принятие решений	10%	47%	43%	13%	50%	37%
Планирование	17%	40%	43%	20%	43%	37%
Эмоциональное отношение	20%	53%	27%	17%	57%	27%

Математическая обработка результатов исследования с помощью t-критерия Стьюдента на констатирующем этапе

Расчёт t-критерия Стьюдента, используем по формуле, где мы будем сравнивать средние значения двух независимых групп:

$$t = \frac{X_1 - X_2}{\sqrt{(S^2_{pooled} \times (\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}))}}$$

где:

X<sub>1</sub> — средний балл экспериментальной группы

X<sub>2</sub> — средний балл контрольной группы

$S^2_{\text{pooled}}$  – объединённая дисперсия

$n_1$  — количество участников в группе – 30 респондентов

$n_2$  — количество участников в группе – 30 респондентов.

Формула объединённой дисперсии:

$$S^2_{\text{pooled}} = \frac{[(n_1 - 1) \times S_1^2 + (n_2 - 1) \times S_2^2]}{(n_1 + n_2 - 2)}$$

$n_1$  — количество участников в группе – 30 респондентов

$n_2$  — количество участников в группе – 30 респондентов.

$df = n_1 + n_2 - 2 = 58$  – степень свободы

$p$ -значение – 0.05, 0.01

Произведём расчёт  $t$ -критерия на примере показателя:

1) «Автономность»

1. Объединённая дисперсия

$$S^2_{\text{pooled}} = \frac{[(n_1 - 1) \times S_1^2 + (n_2 - 1) \times S_2^2]}{(n_1 + n_2 - 2)} = \frac{[(30 - 1) \times 1.8^2 + (30 - 1) \times 1.6^2]}{(30 + 30 - 2)} = 2.89$$

2. Стандартная ошибка

$$SE = \sqrt{(2.89) \times \left(\frac{1}{30} + \frac{1}{30}\right)} = 0.44$$

3.  $t$ -эмпирическое

$$t - \text{эмпер.} = \frac{7.2 - 6.1}{0.44} = 2.5$$

$t$ -эмп. = 2.5 >  $t$ -крит. = 2.00 – различие значимо

2) «Информированность»  $t$ -эмп. = 1.35 <  $t$ -крит. = 2.00 – различие незначимо

3) «Принятие решений»  $t$ -эмп. = 2.2 >  $t$ -крит. = 2.00 – различие значимо

4) «Планирование»  $t$ -эмп. = 1.4 <  $t$ -крит. = 2.00 – различие незначимо

5) «Эмоциональное отношение»  $t$ -эмп. = 2.12 >  $t$ -крит. = 2.00 – различие значимо

6) «Выраженность профессиональных интересов»

$t$ -эмп. = 1.7 <  $t$ -крит. = 2.00 – различие незначимо

7) «Неопределённость профессиональной направленности»

$t$ -эмп. = - 4.1 >  $t$ -крит. = 2.00 – различие значимо

Сформулируем гипотезы:

$H_0$ : Статистически значимых различий между средними значениями показателей профессиональной готовности в экспериментальной и контрольной группах не существует ( $\mu_1 = \mu_2$ ).

$H_1$ : Существуют статистически значимые различия между средними значениями показателей профессиональной готовности в экспериментальной и контрольной группах ( $\mu_1 \neq \mu_2$ ).

Следовательно, гипотеза принимается  $H_1$ : Существуют статистически значимые различия между средними значениями показателей профессиональной готовности в экспериментальной и контрольной группах ( $\mu_1 \neq \mu_2$ ).

Таблица 4 – Результаты расчёта t-критерия Стьюдента методики «Профессиональная готовность» А. П. Чернявской на констатирующем этапе

Показатель	Экспериментальная Группа (n=30)	Контрольная группа (n=30)	Стандартные отклонения в группах		Объединенная дисперсия $S^2_{pooled}$	Стандартная ошибка разности средних SE	t- эмп.	t- крит.	p- значение	Вывод
	средний балл	средний балл	S <sub>1</sub>	S <sub>2</sub>						
Автономность	7.2	6.1	1.8	1.6	2.89	0.44	2.5	±2.00	<0.05	значимо
Информированность	8.5	7.8	2.1	1.9	4.00	0.52	1.35	±2.00	>0.05	незначимо
Принятие решений	6.8	5.9	1.5	1.7	2.56	0.41	2.2	±2.00	<0.05	значимо
Планирование	7.9	7.2	1.9	2.0	3.71	0.5	1.4	±2.00	>0.05	незначимо
Эмоциональное отношение	8.1	7.0	2.2	1.8	4.00	0.51	2.12	±2.00	<0.05	значимо
Выраженность профессиональных интересов	7.6	6.8	1.7	1.9	3.24	0.47	1.7	±2.00	>0.05	незначимо
Неопределённость профессиональной направленности	4.2	5.8	1.4	1.6	2.25	0.39	-4.1	±2.00	<0.01	значимо

Таблица 5 – Результаты диагностики по Подростковому интеллектуальному тесту ПИТ СПЧ на констатирующем этапе

Уровень интеллекта	Экспериментальная группа (n=30)		Контрольная группа (n=30)	
	кол-во чел.	%	кол-во чел.	%
Очень высокий (IQ>130)	2	7%	1	3%
Высокий (IQ 120-129)	4	13%	5	17%
Выше среднего (IQ 110-119)	8	27%	7	23%
Средний (IQ 90-109)	11	37%	12	40%
Ниже среднего (IQ 80-89)	4	13%	4	13%
Низкий (IQ 70-79)	1	3%	1	3%

Таблица 6 – Средние значения по субтестам подросткового интеллектуального теста ПИТ СПЧ на констатирующем этапе

Субтест	Экспериментальная группа (n=30)	Контрольная группа (n=30)
	средний балл	средний балл
Осведомлённость	8.6	8.4
Скрытые фигуры	8.8	8.7
Аналогии	8.3	8.5
Умозаключение	9.1	8.9
Числовые ряды	8.2	8.4
Арифметические задачи	8.5	8.3
Исключение изображений	8.4	8.6
Пропущенные слова	8.3	8.8
Геометрическое сложение	8.7	8.8
Заучивание слов	8.2	8.4
Понятливость	8.4	8.5
Общий IQ	103.8	102.9

ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа формирующей работы по психолого-педагогическому сопровождению профессионального самоопределения подростков

**«ПРОФориентир: вместе к выбору»**

Тема мероприятия	Цель мероприятия	Длительность мероприятия
<b>Работа с педагогами</b>		
Мастер-класс на тему: «Профессиональное самоопределение подростков»	Цель мастер-класса: 1. Познакомить педагогов с основными концепциями профессионального самоопределения подростков. 2. Предложить практические упражнения, которые помогут подросткам выявить свои интересы и склонности. 3. Разработать методы индивидуальной и групповой работы с подростками по вопросам выбора профессии. 4. Оценить роль педагога в процессе самоопределения подростков.	60 минут
<b>Работа с родителями (законными представителями)</b>		
Родительский клуб на тему: «Профориентация – это совместный путь родителей и подростков к будущей профессии»	Цель родительского клуба: помочь родителям понять роль их участия в процессе профориентации своих детей, а также научить их основным инструментам и техникам.	90 минут
<b>Работа с подростками (обучающимися)</b>		
Психоэмоциональный тренинг «Личная эффективность и мотивация»	Цель: помочь подросткам развить уверенность в себе и повысить мотивацию к выбору профессии.	5 занятий по 60 минут
Тренинг «Путь к успешной карьере: познай себя»	Цель: помочь подросткам определить свои способности, интересы и склонности, соотнести их с выбором профессии.	3 занятия по 40 минут
Профориентационные игры «Я выбираю будущее»	Цель: помочь подросткам осознать важность выбора профессии, развить навыки принятия решений.	60 минут
Профориентационная игра «Профи-квест: Мир профессий XXI века»	Цель: расширить представления о современном рынке труда и требованиях к профессиям	60 минут
Индивидуальная консультация «Мои интересы и возможности»	Цель: помочь подростку осознать свои интересы, склонности, способности и соотнести их с миром профессий	60 минут
Индивидуальная консультация «Личный профессиональный маршрут»	Цель: составление индивидуального плана профессионального развития с учётом личностных особенностей и образовательных возможностей	60 минут
<b>Взаимодействие социальных партнёров</b>		
Экскурсии на предприятия и в организации «Изнутри: реальные профессии нашего региона»	Цель: познакомить подростков с особенностями рабочей среды и производственными процессами, дать возможность увидеть профессионалов в действии.	

Наставничество «Мой профессиональный наставник»	Цель: организовать долгосрочное взаимодействие подростка с профессионалом для передачи опыта и знаний.	
День открытых дверей «Образование для успешного будущего»	Цель: познакомить с возможностями профессионального образования, условиями поступления и обучения.	
Профессиональный пробы «Первые шаги в профессии»	Цель: дать подросткам возможность выполнить простейшие профессиональные действия под руководством специалистов.	

### **Работа с педагогами** **Мастер-класс на тему: «Профессиональное самоопределение подростков»**

Работа с педагогами в контексте профессионального самоопределения подростков представляет собой актуальную и важную задачу в современных образовательных организациях. Подростковый возраст – это период, когда юноши и девушки начинают формировать свои жизненные ориентиры, исследовать возможности своей будущей профессиональной деятельности и понимать свои интересы и способности. В этом процессе педагоги играют ключевую роль, направляя подростков и помогая им сделать осознанный выбор. В рамках мастер-класса, рассмотрим как теоретические аспекты, так и практические методы, которые помогут педагогам в данной работе. Длительность нашего мастер-класса составит 60 минут, что позволит глубже погрузиться в тему и активно вовлечь педагогов в обсуждение и практические задания.

#### **Цель мастер-класса:**

1. Познакомить педагогов с основными концепциями профессионального самоопределения подростков.
2. Предложить практические упражнения, которые помогут подросткам выявить свои интересы и склонности.
3. Разработать методы индивидуальной и групповой работы с подростками по вопросам выбора профессии.
4. Оценить роль педагога в процессе самоопределения подростков.

**Целевая аудитория:** педагогический коллектив.

**Оборудование и материал для работы:** проектор и экран (презентация), листы бумаги, ручки и карандаши для выполнения упражнений, фломастеры, стикеры, раздаточный материал.

**Длительность мастер-класса:** 60 минут.

**Введение.** Обозначение темы и цели мастер-класса.

**Теоретическая часть мастер-класса** начинается с обоснования важности профессионального самоопределения подростков. В это время молодые люди находятся на перепутье, когда им необходимо определить свои жизненные приоритеты и выбрать направление, которое будет определять их будущее. Система образования, учитывающая эти особенности, следует особенностям возрастной психологии и потребности детей в самовыражении. Профессиональное самоопределение можно рассматривать как процесс выбора профессии, основанный на личных интересах, ценностях, способностях и социальной среде. Это сложный путь, который начинается с осознания себя и своих сильных и слабых сторон. На этом этапе очень важно, чтобы педагоги помогали подросткам развивать критическое мышление и умение анализировать свои желания и возможности.

Психологи выделяют несколько ключевых аспектов, влияющих на процесс профессионального самоопределения. Во-первых, это возрастные кризисы, такие как кризис идентичности, возникающий в подростковом возрасте. Подростки ищут

подтверждения своей индивидуальности, что влияет на их выбор профессии. Во-вторых, социальное окружение, включая семью и друзей, также играет значительную роль в формировании профессиональных ориентиров. Также современные технологии и социальные сети, они активно формируют представления подростков о различных профессиях. Важно, чтобы педагоги были готовы обсуждать эти вопросы с подростками и помогать им критически оценивать информацию.

**Практическая часть мастер-класса** включает в себя разнообразные групповые и индивидуальные задания. Мы начнём с введения в упражнения, которые способствуют раскрытию потенциала подростков.

### **Упражнение 1 «Профессиональный портрет»**

**Цель:** выявление интересов и склонностей участников мастер-класса.

**Инструкция:** каждому участнику предлагается нарисовать «профессиональный портрет», который включает в себя – символы профессий, которые его интересуют, качества, которые он считает важными для успешной профессиональной деятельности, личностные характеристики, которые он считает своими сильными сторонами.

**Обратная связь:** участники делятся своими рисунками в малых группах. Это создаёт пространство для обсуждения и анализа возможных профессий.

- Что вам понравилось в упражнении?
- Достаточно ли времени было отведено на выполнение этого упражнения?
- Насколько комфортной была атмосфера во время выполнения упражнения?

### **Упражнение 2 «Профессии будущего»**

**Цель:** формирование у участников мастер-класса осознание того, что нужно быть гибкими и готовыми к изменениям в будущем, а также развивать навыки командной работы, исследования тенденций на рынке труда и изучения профессий, которые могут стать востребованными в будущем.

**Инструкция:** каждая группа получает список различных профессий и должна изучить, какие навыки и знания они требуют, а также как подростки могут к ним подготовиться.

**Обратная связь:** группы представляют свои результаты всем участникам, обмениваясь мнениями и идеями.

- Что было для вас наиболее полезным/ценным в этом упражнении?
- Какие личные инсайты у вас возникли в процессе работы?

### **Упражнение 3 «Дерево решений»**

**Цель:** помочь участникам визуализировать пути к достижению своей профессиональной цели, исследовать необходимые навыки и образование, а также рассмотреть альтернативные варианты для достижения успеха в выбранной профессии, участники научатся анализировать свои карьерные цели, принимать обоснованные решения и развивать стратегическое мышление.

**Инструкция:** участники делятся на небольшие группы – по 5 человек. Каждая группа обсуждает и выбирает одну профессию, на которой сосредоточится в ходе упражнения. На большом листе бумаги нарисуйте основную ветку, представляющую выбранную профессию, от основной ветви проведите дополнительные ветви, отражающие: (необходимое образование, основные навыки и качества, которые понадобятся в профессии, возможные пути карьерного роста).

Каждая группа представляет и обсуждает своё «Дерево решений», задавая друг другу вопросы:

- «Какие шаги необходимо предпринять, чтобы достичь своей цели?»
- «Какие альтернативные пути могут привести к желаемому результату?»
- «Какие навыки можно развивать параллельно, чтобы повысить свои шансы на успех?»

**Обратная связь:**

- Что нового узнали для себя?
- Какие вдохновения и идеи появились?
- Как можно применить эти знания на практике?

**В заключительной части мастер-класса** стоит обсудить важную роль, которую играют педагоги в процессе профессионального самоопределения. Логическим завершением нашего занятия станет обсуждение методов поддержки подростков в выборе профессии. Педагог должен не только давать знания, но и заниматься ориентированием подростков, поддерживать их в поисках, лучше понимать их возможности и интересы. Эмпатия и умение слушать – это важные черты, которыми должен обладать учитель. Рекомендации по психологической поддержке подростков помогут педагогам становиться не только наставниками, но и надёжными опорами. Это включает в себя активное слушание, обсуждение их страхов и ожиданий, а также помощь в преодолении трудностей и неудач. Важно создать в классе безопасную и поддерживающую атмосферу. Это позволит подросткам свободно делиться своими желаниями и страхами, а также быть открытыми к новым идеям и знаниям.

**В завершение мастер-класса** следует подчеркнуть, что работа с педагогами по вопросу профессионального самоопределения подростков – это шанс не только для самих педагогов развить свои навыки, но и для подростков использовать свой потенциал на полную катушку. С помощью правильно организованной работы, анализа информации и поддержки со стороны взрослых, подростки смогут найти своё призвание и сделать осознанный выбор, который приведёт их к успешной жизни.

Эта задача требует постоянного внимания и обновления знаний в области психологии, социологии и педагогики. Педагоги, прошедшие этот мастер-класс, будут лучше подготовлены к этой важной миссии, получив новые идеи и методы работы, которые помогут подросткам в их будущем.

Благодарю вас за совместную работу!

**Работа с родителями (законными представителями)  
Родительский клуб  
на тему: «Профориентация – это совместный путь  
родителей и подростков к будущей профессии»**

**Цель родительского клуба:** помочь родителям понять роль их участия в процессе профориентации своих детей, а также научить их основным инструментам и техникам.

**Задачи родительского клуба:**

1. Обсуждение вопросов профориентации в семье.
2. Предоставление информации о современных профессиях и требованиях к ним.
3. Разработка навыков совместного анализа интересов и способностей подростков.
4. Формирование понимания о том, как поддерживать и мотивировать ребенка в процессе выбора профессии.

**Целевая аудитория:** родители (законные представители) подростков.

**Оборудование и материал для работы:** проектор и экран (презентация), листы бумаги, ручки и карандаши для выполнения упражнений, раздаточный материал, анкеты.

**Длительность:** 90 минут.

**Введение.** Приветствие и знакомство с участниками родительского клуба. Обозначение темы, цели и задач.

**Теоретическая часть родительского клуба** (презентация). Представлены 4 блока и рассмотренные вопросы:

1. **Основы профориентации:**
  - Что такое профориентация?
  - Зачем нужна профориентация подросткам и родителям (законным представителям)?
  - Влияние интересов и склонностей на выбор профессии.
2. **Роль родителей в профориентации:**
  - Как поддержать подростка в выборе профессии?
  - Важность открытого общения и доверия.
  - Способы совместного исследования профессий.
3. **Современные профессии:**
  - Обзор востребованных профессий на рынке труда.
  - Тенденции и изменения в профессиях (например, цифровизация, удаленная работа).
4. **Возрастные особенности подростков:**
  - Неустойчивость интересов и желаний.
  - Стремление к самостоятельности и независимости.
  - Влияние мнения сверстников.

#### **Упражнение 1 «Самоанализ для родителей»**

**Цель:** осознание родителями (законными представителями) своих собственных взглядов на профессиональную деятельность, которые могут влиять на советы, даваемые подросткам.

**Инструкция:** родителям (законным представителям) предлагается заполнить небольшую анкету, направленный на осознание собственных ценностей, профессиональных интересов и установок, связанных с выбором профессии:

- «Какую работу вы считаете успешной?»
- «Что для вас важно в работе?»
- «Какие качества вы цените в своих детях?»

**Обратная связь:** обмен мнениями по результатам самоанализа (по желанию).

- «Что вы нового узнали о себе в процессе выполнения задания?»
- «Как ваши собственные профессиональные убеждения могут влиять на выбор вашего ребенка?»

#### **Упражнение 2 «Создание личной дорожной карты»**

**Цель:** помочь родителям (законным представителям) определить конкретные шаги, которые они могут предпринять для поддержки своих подростков в выборе профессии.

**Инструкция:** этапы выполнения (на экране)

1. Определите индивидуальные цели (вспомните свои шансы и возможности, которые вы хотите предоставить своему ребенку в процессе выбора профессии, запишите 2-3 конкретные цели, которые вы хотите достичь).

2. Идентифицируйте действия (подумайте о том, какие действия вы можете предпринять для достижения этих целей, например, обсуждение профессиональных интересов, организация встреч с профессионалами, поддержка в выборе образовательного направления и т.д., запишите 2-3 конкретных действия для каждой цели).

3. Составьте план (создайте временные рамки для выполнения каждой из ваших действий, определите, когда и как вы будете их реализовывать, например, каждый месяц обсуждать с подростком его интересы, запишите ваш план в удобном для вас формате, например, в документе, на листе бумаги и т.д.).

4. Обсудите с подростком (поделитесь своими записями и планами с вашим подростком, при обсуждении вы можете помочь выявить его интересы и предпочтения, а также установить доверительный диалог).

5. Оцените результаты (создайте систему оценки выполнения вашего плана, например, раз в месяц анализируйте, что получилось, а что можно улучшить в вашем взаимодействии).

**Обратная связь:**

- Какие цели вы определили для себя в процессе поддержки подростка?
- Какие конкретные действия вам удалось придумать для достижения этих целей?
- Как вы планируете эффективно обсуждать выбранные действия с ребёнком?
- Что изменилось в вашем восприятии роли родителя в выборе профессии вашего ребёнка?
- Какие трудности вы ожидаете при выполнении вашего плана, и как вы собираетесь их преодолеть?
- Как вы будете оценивать степень выполнения вашего плана? Какие индикаторы успеха вы можете выделить?
- Какие новые идеи или подходы к выбору профессии возникли у вас в процессе выполнения упражнения?
- Как вы думаете, как ваше участие повлияет на мотивацию и уверенность вашего ребёнка в выборе профессии?

**Упражнение 3 «Карта интересов»**

**Цель:** развитие навыков работы в команде среди родителей (законных представителей), а также стимулирование обсуждения и понимания интересов и склонностей подростков, что поможет в дальнейшем выборе профессии и реализации потенциала.

**Инструкция:** родители (законные представители) делятся на группы по 5 человек. Каждой группе предлагается придумать «Карту интересов» для воображаемого подростка. Необходимо обсудить и записать: хобби и увлечения, например, рисование, спорт, чтение; личностные качества, например, хорошие коммуникативные навыки, терпение, креативность; интересы в области науки, искусства, социальной сферы и т.д.

После составления карты интересов, группы должны подумать и обсудить, какие профессии могут соответствовать представленным интересам и качествам и записать предложенные профессии. Затем каждая группа поочередно представляет свою «Карту интересов» и выбранные профессии остальным участникам. Каждый член группы имеет возможность внести комментарий или выступить. После всех выступлений проводится общее обсуждение, в котором отмечают, какие интересы и профессии чаще всего упоминались, какие профессии были наиболее оригинальными и почему.

**Обратная связь:**

- Как вы считаете, насколько представители вашей группы учитывали разнообразие интересов при создании карты?
- Возможно, кто-то из вас предложил профессию, которая вам самому/самой кажется интересной. Поделитесь, почему вы выбрали именно эту профессию?
- Были ли в группе мнения, которые противоречили друг другу? Как вы их разрешили?
- Какие качества, по вашему мнению, важны для успешной карьеры в выбранных профессиях?
- Есть ли профессии, которые, по вашему мнению, не были рассмотрены, хотя могли бы подойти к интересам вашего подростка?
- Какое значение имеет поддержка родителей (законных представителей) в выборе профессии для подростков по вашему мнению?
- Как вы собираетесь использовать полученную информацию в дальнейшем?

**В конце встречи** важно дать родителям (законным представителям) понимание, что профориентация – это длительный процесс, который требует времени, внимания и терпения. Чем больше родители будут вовлечены, тем легче будет их детям в будущем.

Профорентация подростков – это важная тема, требующая усилий и вовлечённости со стороны родителей (законных представителей). Создание родительского клуба, посвящённого этой теме, станет прекрасной возможностью для совместного обучения и обмена опытом. Педагог-психолог выполняет здесь ключевую роль, направляя и поддерживая родителей в их стремлении правильно подготовить своих детей к будущей профессии.

Организация таких мероприятий поможет не только наладить коммуникацию между родителями и подростками, но и создать атмосферу доверия и сотрудничества. В конечном итоге это совместное путешествие станет основой для успешного выбора профессии и построения карьерного пути, который принесёт удовлетворение и успех в жизни каждого подростка.

Подведение итогов родительского клуба.

Ответы на вопросы родителей (законных представителей).

Обратная связь по встрече:

- Что было полезным?
- Что можно улучшить?
- Какие темы хотелось бы обсудить в будущем?

Благодарю вас за совместную работу!

### **Работа с подростками (обучающимися)**

#### **Психоэмоциональный тренинг «Личная эффективность и мотивация»**

**Цель:** Осознание собственных ресурсов, формирование позитивной мотивации к профессиональному самоопределению, развитие навыков целеполагания и планирования.

**Целевая аудитория:** подростки 14-15 лет, находящиеся на этапе выбора профессионального пути.

**Формат:** групповой тренинг, включающий интерактивные упражнения, дискуссии, элементы самоанализа и рефлексии.

**Продолжительность:** 5 занятий по 60 минут каждое.

**Общая инструкция для тренинга:**

– создание безопасной и доверительной атмосферы: на каждом занятии подчеркивается важность уважительного отношения друг к другу, конфиденциальности и открытости.

– Активное участие: поощряется активное участие всех участников в упражнениях и дискуссиях.

– Самоанализ и рефлексия: предусматривается время для индивидуальной рефлексии и самоанализа после каждого упражнения.

– Практическая направленность: упор делается на применение полученных знаний и навыков в реальной жизни и процессе профессионального самоопределения.

#### **Занятие 1 «Я и мои ресурсы. Осознание потенциала»**

**Цель:** осознание собственных сильных сторон, способностей и интересов как основы для успешного профессионального самоопределения.

**Введение:** приветствие, знакомство, установление правил работы в группе.

##### **Упражнение 1 «Мои сильные стороны»**

**Цель:** осознание своих сильных сторон и повышения уровня самооценки.

**Инструкция:** уединитесь, запишите 5-10 своих сильных сторон, например, можно использовать личные качества (доброта, ответственность и т.д.), профессиональные навыки (умение работать в команде, лидерство и т.д.). Подготовить краткое описание к обсуждению, каждый участник делится своими сильными сторонами и примерами.

**Обратная связь:**

- Что вы нового сегодня для себя узнали?

### Упражнение 2 «Колесо интересов»

**Цель:** определение ключевых сфер интересов в различных аспектах жизни.

**Инструкция:** нарисовать большой круг на листе бумаги, разделить круг на несколько равных секторов (например, 6-8), каждый из которых будет представлять определённую сферу вашей жизни, такие сферы как: личные интересы (хобби, увлечения), карьера и профессиональное развитие, здоровье и фитнес, отношения и семья, образование и самосовершенствование, финансовое благополучие, социальные и волонтерские активности, духовное развитие.

В каждом секторе запишите конкретные интересы или увлечения, которые вас привлекают, например, личные интересы (чтение книг, путешествия, кулинария); карьера (IT, менеджмент, креативные профессии); здоровье (фитнес, йога, здоровое питание).

Оцените каждый интерес по шкале от 1 до 10 в зависимости от того, насколько он важен для вас в данный момент. Это поможет увидеть, на что стоит сосредоточиться.

Посмотрите на ваше «Колесо интересов». Обратите внимание на то, какие сферы могут быть недооценены или требуют большего внимания. Подумайте о том, как вы можете развивать эти интересы и находить время для их реализации. Выберите несколько ключевых сфер, в которые вы хотели бы вложить больше времени и усилий, установите конкретные цели и задачи для каждой из этих сфер.

Обратная связь:

- Что нового я узнал о себе?

### Занятие 2 «Мотивация: двигатель к успеху»

**Цель:** Осознание различных видов мотивации, определение собственных мотивов и ценностей, связанных с профессиональной деятельностью.

#### Мини-лекция «Внутренняя и внешняя мотивация»

**Введение:** профессиональное самоопределение подростков — это ключевой этап в их жизни, который требует особого внимания и поддержки. Одна из важнейших составляющих этого процесса — понимание мотивации. Мотивация — это внутренний двигатель, который побуждает человека к действиям.

#### Презентация: 1. Внутренняя мотивация

Внутренняя мотивация исходит из личных интересов, стремлений, ценностей и увлечений. Это та сила, которая ведет человека к действию потому, что он находит в этом удовольствие или смысл.

Увлечение любимым предметом, желание развиваться в определенной области, стремление к самовыражению.

Подростки, которые мотивированы внутренне, чаще всего более устойчивы к внешним давлениям и способны на более глубокое самоосознание.

#### 2. Внешняя мотивация

Внешняя мотивация обусловлена внешними факторами, такими как награды, признание, социальный статус и давление со стороны родителей или сверстников.

Получение хороших оценок для похвалы родителей, стремление к статусу среди сверстников, материальные стимулы.

Внешняя мотивация может быть эффективной в краткосрочной перспективе, но зачастую недостаточно стабильна и может привести к выгоранию.

#### 3. Взаимосвязь внутренней и внешней мотивации

Важно понимать, что внутренняя и внешняя мотивация не являются взаимоисключающими. Наилучшие результаты в профессиональном самоопределении достигаются, когда внешние стимулы поддерживают, а не подавляют внутренние стремления подростков.

### Упражнение 1 «Мои ценности в работе»

**Цель:** определение своих профессиональных ценностей.

**Инструкция:** каждый участник получает лист бумаги и пишет список из 5-8 ценностей, которые важны по вашему мнению в работе, например, командная работа, творчество, уважение, карьерный рост, зарплата, результативность, ответственность, повышение квалификации. Затем проранжировать в порядке важности.

Создать небольшие группы 3-5 человек, обсудить и поделиться, почему каждая из них так важна для вас, выяснить, если у вас есть схожие ценности, какие ценности вызывают разногласия, и почему, подумайте, как ваши ценности могут влиять на выбор профессии и профессиональное самоопределение.

**Обратная связь:**

- Что вас мотивирует на достижение целей?
- На сколько полезным было это занятие?

### **Занятие 3 «Профориентация и интересы»**

**Цель:** всестороннее развитие в осознанном выборе своего жизненного и карьерного пути.

#### **Игра «Ассоциации с профессиями»**

**Инструкция:** участники садятся в круг и по очереди называют профессию, объясняют с чем эта профессия у них ассоциируется, например, врач-забота, учитель-знания, инженер-техника и т.д.

#### **Круглый стол – дискуссия «Мир профессий. Что важно при выборе профессии?»**

**Инструкция:** работа в группе, участникам предлагаются темы для обсуждения: что такое профессия и почему она важна? Какие факторы влияют на выбор профессии? Как личные интересы и склонности соотносятся с профессиональной деятельностью? Роль образования и опыта в выборе профессии? Изменения на рынке труда: как они влияют на выбор профессии?

Обсуждение совместное. Какие профессии вам интересны и почему? Как вы думаете, какие качества важны для разных профессий? Какой ваш идеальный рабочий день в увиденной вами профессии? Какие существуют стереотипы о профессиях, и как они могут повлиять на ваш выбор?

#### **Упражнение «Мои интересы и склонности»**

**Инструкция:** раздать участникам листы бумаги и ручки, лист бумаги разделить на две колонки «Интересы» запишите, что вам интересно, например, музыка, наука, спорт и т.д. и «Склонности» запишите то, в чём себя чувствуете, т.е. способности, например, математика, искусство, коммуникация, лидерство и т.д. Далее обсуждаете с соседом и выявляете общие интересы, участники делятся своими открытиями о себе с группой, как ваши интересы и склонности могут помочь вам в выборе профессии?

#### **Игра «Профессии в мире»**

**Инструкция:** участники делятся на группы и получают задания представить и объяснить выбранную ими профессию. Это может быть сделано через короткие инсценировки, плакаты или устные презентации.

Обратная связь:

- Что нового узнали о профессиях, о себе и своих интересах?
- Что вам больше всего понравилось?

### **Занятие 4 «Преодоление страхов и сомнений»**

**Цель:** преодоление своих страхов и сомнений при выборе профессии, развитие уверенности в себе и научиться справляться с негативными эмоциями.

#### **Упражнение «Покажи эмоцию»**

**Инструкция:** участники встают в круг, ведущий называет эмоцию, например, страх, радость, сомнение и называет количество «очков», которые они должны показать, участники должны выразить эту эмоцию с помощью мимики и жестов, не используя слов, после демонстрации эмоций ведущий спрашивает о том, что чувствовали участники, когда показывали ту или иную эмоцию.

### **Дискуссия. Что такое страх и сомнение?**

**Цель:** понять природу страхов и сомнений, обсудить их влияние на действия и решения.

**Инструкция:** ведущий задаёт вопросы для обсуждения.

- Как вы понимаете термины «страх» и «сомнение»?
- Как эти эмоции проявляются в вашей жизни?
- Какие примеры можете привести, когда страх или сомнения мешали вам принимать решения?
- Как вы считаете, почему страхи и сомнения появляются именно в контексте выбора профессии?

### **Упражнение «Мои страхи и сомнения при выборе профессии»**

**Цель:** осознание, что страхи не уникальны, изучение возможных путей их преодоления.

**Инструкция:** на листе бумаги участники пишут свои страхи и сомнения, связанные с выбором профессии, например, «Я не смогу найти работу», «Я не достоин этой профессии», участники делятся своими страхами в малых группах по 3-4 человека. Каждая группа выбирает один страх, который обсуждает и пытается найти способы его преодоления.

**Обратная связь:** каждая группа делится своими находками и выводами с остальной аудиторией, ведущий помогает обобщить информацию, выделяет наиболее распространенные страхи и сомнения, а также успешные стратегии их преодоления, участники могут задать вопросы или поделиться личными историями, если захотят.

- Что понравилось, что было полезно?
- Что бы вы улучшили?

### **Занятие 5 «Планирование будущего и принятие решений»**

**Цель:** понимание важности планирования и принятия решений в достижении личных и профессиональных целей.

#### **Игра «Комплимент»**

**Цель:** создать атмосферу поддержки и показать участникам, что взаимная похвала может укрепить отношения и повысить уверенность.

**Инструкция:** участники сидят в кругу, каждый игрок по очереди выражает комплимент соседу слева, используя фразу: «Я ценю в тебе...», участники могут делиться конкретными примерами или чертами, которые отмечают в других, игра продолжается до тех пор, пока каждый не получит комплимент.

#### **Упражнение «Мой план на ближайший год»**

**Цель:** научиться ставить чёткие и достижимые цели и разрабатывать конкретные шаги для их реализации.

**Инструкция:** раздать участникам листы бумаги и ручки, разделить лист на три колонки «Цель», «Шаги к достижению», «Сроки выполнения». Участники пишут свои цели, например, учебные, карьерные, личные и конкретные шаги, которые помогут достичь этих целей, а также устанавливают сроки выполнения. Обсуждение в малых группах, где участники могут поделиться своими планами и получить советы от других.

#### **Упражнение «Анализ моего дня»**

**Цель:** развить навыки саморефлексии и понять, как ежедневные действия влияют на достижение целей.

**Инструкция:** предложить участникам на неделе вести дневник, в который они будут записывать свои действия и ощущения. В конце недели они должны выбрать один день, который они проанализируют наиболее детально. Участники должны ответить на следующие вопросы:

- Какие решения я принял?
- Что мне удалось, а что нет?
- Какие выводы могу сделать для будущего?

**Обратная связь:**

- Что было наиболее полезным на занятии?
- Как вы планируете использовать полученные знания и навыки в будущем?
- Какие упражнения вам понравились больше всего и почему?

## **Тренинг**

### **«Путь к успешной карьере: познай себя»**

**Цель:** помочь подросткам лучше понять себя, свои сильные стороны, ценности и карьерные цели, чтобы построить успешную и осознанную карьеру.

**Целевая аудитория:** подростки 14-15 лет.

**Формат:** групповой тренинг, включающий интерактивные упражнения, дискуссии, элементы самоанализа и рефлексии.

**Продолжительность:** 3 занятия по 40 минут каждое.

#### **Занятие 1 «Самоанализ. Я – это кто? Открытие себя»**

**Цель:** помочь участникам осознать свои ключевые навыки, таланты, интересы и ценности, которые являются фундаментом для успешной карьеры.

#### **Упражнение «Колесо жизненного баланса»**

**Цель:** оценить удовлетворённость в различных сферах жизни, например, карьера, финансы, здоровье, отношения и т.д. и выявить области, требующие внимания.

**Инструкция:** нарисуйте круг, разделите его на сектора, соответствующие важным сферам вашей жизни. Оцените удовлетворённость каждой сферой по шкале от 1 до 10 (где 1 – совсем не удовлетворены, а 10 – полностью удовлетворены). Соедините точки, чтобы получилась «паутина». Проанализируйте форму «паутины» – насколько она ровная? Какие сферы проседают? Подумайте, какие шаги вы можете предпринять, чтобы улучшить ситуацию в наименее удовлетворительных сферах.

#### **Дискуссия. «Мои сильные стороны и как я могу их использовать в карьере»**

**Цель:** Обсуждение и осознание своих сильных сторон и их потенциала для карьерного роста.

**Инструкция:** разделитесь на небольшие группы. Каждый участник делится своими сильными сторонами (можно использовать результаты предыдущих упражнений). Группа обсуждает, как эти сильные стороны могут быть применены в различных карьерных сценариях. Каждая группа представляет свои выводы всей аудитории.

#### **Игра «Две правды и одна ложь»**

**Цель:** развитие навыков самопрезентации и выявление интересных фактов об одноклассниках.

**Инструкция:** каждый участник придумывает три факта о себе: два правдивых и один ложный. По очереди каждый участник озвучивает свои три факта. Остальные участники должны угадать, какой факт является ложным.

**Обратная связь:**

- Что сегодня интересного для вас было?
- Что нового сегодня вы узнали о себе?

## **Занятие 2 «Определение карьерных целей и путей их достижения. Карьерный компас: куда я иду?»**

**Цель:** помочь участникам сформулировать свои карьерные цели, разработать план действий и определить необходимые ресурсы для их достижения.

### **Упражнение «SMART – цели в карьере»**

**Цель:** научиться ставить конкретные, измеримые, достижимые, релевантные и ограниченные во времени карьерные цели.

**Инструкция:** выберите одну или несколько карьерных целей, которые вы хотите достичь. Проанализируйте каждую цель по критериям SMART:

S (Specific) – конкретная. Что именно вы хотите достичь?

M (Measurable) – измеримая. Как вы поймете, что достигли цели?

A (Achievable) – достижимая. Реально ли достичь этой цели с учётом ваших ресурсов и возможностей?

R (Relevant) – релевантная. Насколько эта цель важна для вас и соответствует вашим ценностям?

T (Time-bound) – ограниченная во времени. Когда вы планируете достичь этой цели?

Сформулируйте свои цели в формате SMART.

### **Игра «Карьерная лестница»**

**Цель:** развитие навыков планирования карьеры и понимания необходимых шагов для достижения желаемой позиции.

**Инструкция:** участники делятся на группы, каждая группа выбирает конкретную карьерную цель, например, стать руководителем отдела маркетинга. Группа должна определить шаги (ступени) необходимо для достижения цели, с указанием необходимых навыков, опыта и образования для каждого шага. Представление результатов.

### **Ролевая игра «Собеседование мечты. Встреча с работодателем»**

**Цель:** подготовка к собеседованию, отработка навыков самопрезентации и ответов на сложные вопросы.

**Инструкция:** разделитесь на пары: один участник – соискатель, другой – рекрутер. Рекрутер задаёт вопросы, характерные для собеседования на желаемую должность. Соискатель отвечает на вопросы, демонстрируя свои навыки и опыт. После окончания собеседования рекрутер даёт обратную связь соискателю, отмечая сильные стороны и области для улучшения. Поменяйтесь ролями.

#### **Обратная связь:**

- Что нового вы сегодня узнали?
- С чем сегодня вы уходите с занятия?

## **Занятие 3 «На пути к успеху: навыки и преодоление барьеров»**

**Цель:** определение и преодоление возможных препятствий на пути к карьерным целям.

### **Разминка «Комплименты»**

**Цель:** создание положительной атмосферы и повышение уверенности в себе.

**Инструкция:** участники становятся в круг. Каждый по очереди говорит комплимент соседу справа. Важно, чтобы комплимент был искренним и относился к личностным качествам или профессиональным навыкам.

### **Упражнение «SWOT – анализ своей карьеры»**

**Цель:** определить свои сильные и слабые стороны, возможности и угрозы для карьерного роста.

**Инструкция:** нарисуйте таблицу, разделённую на четыре сектора:

S (Strengths) – Сильные стороны. Какие у вас есть преимущества?

W (Weaknesses) – Слабые стороны. Что вам нужно улучшить?

O (Opportunities) – Возможности. Какие внешние факторы могут вам помочь?

T (Threats) – Угрозы. Какие внешние факторы могут помешать?

Заполните каждый сектор, отвечая на соответствующие вопросы. Проанализируйте результаты SWOT – анализа и разработайте план действий по укреплению сильных сторон, устранению слабых сторон, использованию возможностей и минимизации угроз.

### **Круглый стол «Барьеры и возможности»**

**Цель:** обсуждение типичных карьерных барьеров и способов их преодоления, обмен опытом и поиск решений.

**Инструкция:** организуйте обсуждение в формате круглого стола, предложите участникам поделиться своим опытом преодоления карьерных барьеров (например, отсутствие опыта, недостаток образования, дискриминация и т.д.). Вместе обсудите возможные стратегии и решения для преодоления этих барьеров. Сделайте выводы и сформулируйте рекомендации для участников.

**Обратная связь:**

- Насколько полезным для вас был этот тренинг?
- Какие занятия вам понравились больше всего?
- Что нового вы узнали о себе?
- Как вы планируете использовать полученные знания и навыки в будущем?
- Какие ваши предложения по улучшению тренинга?

### **Профориентационные игры «Я выбираю будущее»**

**Цель:** помочь подросткам осознать важность выбора профессии, развить навыки принятия решений.

#### **Профориентационная игра 1 «Карьерный компас»**

**Цель:** помочь участникам определить свои сильные стороны, интересы и соотнести их с различными профессиональными областями.

**Раздаточный материал:** подготовить карточки с описанием различных профессиональных областей, например, «Технологии и IT», «Искусство и дизайн», «Медицина и здравоохранение», «Бизнес и управление», «Образование и наука» и т.д.. На каждой карточке – краткое описание области и примеры профессий.

**Инструкция:** 1 этап. Самоанализ. Каждый участник получает лист бумаги и отвечает на вопросы работают в малых группах:

- Какие предметы в школе мне нравятся больше всего?
- Какие у меня есть хобби и увлечения?
- В чем я считаю себя сильным?
- Какие навыки у меня хорошо развиты?
- Что для меня важно в работе, например, высокая зарплата, возможность помогать людям, творческая самореализация, стабильность?

2 этап. Исследование областей. Участники изучают карточки с профессиональными областями.

3 этап. Сопоставление. Каждый участник выбирает 2-3 области, которые, по его мнению, наиболее соответствуют его интересам, сильным сторонам и ценностям.

4 этап. Презентация. Каждый участник кратко рассказывает о выбранных областях и объясняет, почему они ему интересны.

**Обратная связь:**

- Что нового вы узнали о себе в процессе игры?
- Какие профессиональные области показались вам наиболее привлекательными?
- Какие шаги вы можете предпринять, чтобы узнать больше об этих областях?
- Изменилось ли ваше представление о выборе профессии?

**Профориентационная игра 2 «Профессиональный квест»**

**Цель:** познакомить участников с различными профессиями через моделирование рабочих ситуаций и задач, развить навыки командной работы и принятия решений в условиях неопределенности.

**Рабочий материал:** для каждой команды подготовить набор «заданий-кейсов», моделирующих ситуации, с которыми сталкиваются представители разных профессий, например, для команды «врачей» – описание симптомов пациента и необходимость поставить диагноз, для команды «архитекторов» – чертёж здания и задача внести изменения с учётом определённых требований, для команды «маркетологов» – описание продукта и задача разработать рекламную кампанию.

**Инструкция:** участники делятся на команды. 1 этап. Каждая команда получает свой кейс. 2 этап. Решение кейса, команда обсуждает задание, распределяет роли, например, «аналитик», «генератор идей», «координатор» и совместно ищет решение. Можно использовать любые доступные ресурсы (интернет, справочники и т.д.). 3 этап. Презентация решения. Каждая команда представляет своё решение и объясняет логику своих действий. 4 этап. Обсуждение и оценка. Другие команды и ведущий задают вопросы, оценивают решения с точки зрения реалистичности, эффективности и креативности.

**Обратная связь:**

- Какая профессия была представлена в вашем кейсе? Что нового вы о ней узнали?
- Какие навыки вамгодились для решения кейса?
- С какими трудностями вы столкнулись? Как вы их преодолевали?
- Что вам понравилось больше всего в этой игре?
- Изменилось ли ваше отношение к какой-либо из профессий после этой игры?

**Профориентационная игра  
«Профи-квест: Мир профессий XXI века»**

**Цель:** познакомить участников с разнообразием современных профессий, развить навыки самопознания и помочь в выборе направления для дальнейшего профессионального самоопределения.

**Целевая аудитория:** подростки 14-15 лет.

**Оборудование и материал:** карточки с профессиями, описание заданий, листы для ответов, ручки, таймер.

**Продолжительность:** 60 минут.

**Инструкция:** ведущий приветствует участников и объясняет цель и правило игры. Не большая презентация о том, как изменился мир профессий и какие навыки сейчас особенно востребованы. Подчеркивается, что в игре нет правильных или неправильных ответов, главное – быть честным с собой и внимательно анализировать информацию. Ребята делятся на команды из 5-6 человек.

Карточки:

1. «Этот специалист как механик, только чинит он не машины, а людей! Он проводит операции, чтобы исправить болезни, травмы и другие проблемы со здоровьем.

Это может быть удаление аппендицита, замена сустава или даже пересадка органов.». Профессия: врач-хирург.

2. «Этот специалист создаёт компьютерные игры! Программирует персонажей, рисует миры, придумывает сюжеты и головоломки. Он – настоящий волшебник цифровой вселенной.». Профессия: IT-специалист (разработчик игр).

3. «Этот профессионал управляет одним из самых сложных и мощных аппаратов в мире – истребителем! Защищает воздушное пространство страны, выполняет боевые задачи, участвует в учениях.». Профессия: пилот истребителя.

4. «Этот специалист не просто рассказывает о прошлом, а делает его интересным и понятным для учеников. Помогает им анализировать события, понимать причины и следствия, формировать свое мнение.». Профессия: учитель истории.

5. «Этот профессионал защищает компьютеры, сети и данные от хакеров и вирусов. Он как телохранитель, только для информации.». Профессия: специалист по информационной безопасности – «Кибербезопасность».

### **Разминка «Угадай профессию»**

**Инструкция:** командам по очереди показывают карточки с описанием профессий без названия. Они должны угадать, о какой профессии идёт речь. За каждый правильный ответ — 1 балл.

### **Профориентационная игра «Профи-квест»**

**Инструкция:** команды проходят 5–6 станций, где выполняют задания, связанные с профессиями будущего: станция 1: «Цифровой мир» — распознать профессии, связанные с IT и технологиями. Станция 2: «Экология и устойчивость» – выбрать профессии, помогающие решать экологические проблемы. Станция 3: «Медицина будущего» – решить кейс по выбору медпрофессии в зависимости от ситуации. Станция 4: «Креатив и медиа» – составить мини-сценарий рекламного ролика по заданной профессии. Станция 5: «Сам себе профориентолог» – пройти мини-тест на интересы и обсудить результаты в команде. Станция 6: «Профи в действии» – инсценировать работу представителя профессии, которую вытянули случайно. За каждое выполненное задание начисляются баллы.

**Подведение итогов и обсуждение:** ведущий объявляет результаты, а затем предлагает участникам поделиться, что им было интересно и что нового они узнали.

**Обратная связь:** можно устно или через анкету

- Что нового узнали о профессиях XXI века?
- Какая профессия тебя заинтересовала и почему?
- Изменилась ли твоя точка зрения о том, кем ты хочешь стать?
- Что было самым интересным в игре?
- Какие задания тебе понравились больше всего?

### **Индивидуальная консультация «Мои интересы и возможности»**

**Цель:** помочь подростку осознать свои интересы, сильные стороны, возможности и наметить возможные направления для развития и будущего выбора.

**Продолжительность:** 60 минут.

**Структура консультации.**

1. Объяснение цели и структуры консультации.
2. Создание комфортной и доверительной атмосферы.
3. Обсуждение правил конфиденциальности.
4. «Что ты ожидаешь от этой консультации? Что тебе важно узнать или понять?»

**Беседа об интересах и увлечениях.**

- Чем тебе нравится заниматься в свободное время?
- Какие предметы в школе тебе интересны больше всего? Почему?

- О чём ты любишь читать, смотреть фильмы?
- Какие люди тебя вдохновляют? Почему?
- Есть ли у тебя хобби или увлечения?
- Какие профессии тебе кажутся интересными? Почему?

Ответы фиксируются (можно более углубленно и конкретно задать вопросы).

#### **Диагностика.**

- психологические тесты на выявление интересов;
- тесты на определение сильных и слабых сторон;
- анкета для самопознания, включающая вопросы о предпочтениях, ценностях и планах на будущее;
- проективные методики.

#### **Анализ результатов и обратная связь.**

- объяснение основных выводов и интерпретация результатов;
- сравнение результатов с ответами, полученными в ходе беседы;
- выявление противоречий или несоответствий (если есть) и их обсуждение;
- акцент на сильных сторонах и возможностях, выявленных в процессе диагностики;
- помощь в составлении плана действий для достижения поставленных целей.

#### **Завершение консультации.**

- подведение итогов консультации;
- ответы на вопросы подростка;
- обсуждение возможности повторных консультаций;
- позитивное завершение беседы, поддержка и вдохновение.

### **Индивидуальная консультация «Личный профессиональный маршрут»**

**Цель:** составление индивидуального плана профессионального развития с учётом личностных особенностей и образовательных возможностей.

**Продолжительность:** 60 минут.

#### **Структура консультации.**

1. Создание доверительной атмосферы.
2. Обсуждение успехов и трудностей в учёбе.
3. Выявление склонностей к различным видам деятельности.
4. Уточнение запроса подростка: чего хочет достичь в результате консультации.

#### **Диагностика.**

- тест на профессиональные интересы;
- карта ценностей в профессии;
- опросник профессиональной готовности;
- проективные методики.

#### **Практическое упражнение «Мой личный профессиональный маршрут».**

ФИО подростка	
Возраст/класс	
Дата консультации	
1. Самоанализ	
Сильные стороны	
Слабые стороны	
Интересы	
Увлечения	
2. Цели	
Краткосрочные	

(на 1-2 года)	
Среднесрочные (на 3-5 лет)	
Долгосрочные (на 5-10 лет)	
<b>3. Образование и курсы</b>	
Школа/Образовательное учреждение	
Дополнительные курсы/ кружки	
<b>4. Развитие необходимых навыков (программирование, иностранные языки, коммуникативные, работа в команде, решение проблем и т.д.)</b>	
Навык	
Навык	
<b>5. Практический опыт</b>	
Волонтерство/стажировка и	
Проекты	
Участие в конкурсах/олимпиадах	
<b>6. План действий</b>	
Шаги для достижения целей	
Сроки выполнения	
<b>7. Ресурсы и поддержка</b>	
Наставники/ профессионалы	
Платформы для саморазвития	
<b>8. Рефлексия и корректировка маршрута.</b>	
Как часто вы будете оценивать свой прогресс в достижении целей? (например, раз в месяц, раз в квартал, раз в год).	
Что удалось достичь?	
Какие навыки нужно развивать дальше?	
Будьте готовы к тому, что ваши интересы и цели могут меняться. Регулярно Пересматривайте свой план и вносите необходимые корректировки маршрута.	

**Анализ результатов и обратная связь.**

- обсуждение результатов диагностики;
- идентификация сильных и слабых сторон подростка;

- рассмотрений конкретных профессий;
- обсуждение необходимых качеств и навыков для этих профессий.

#### **Завершение консультации.**

- подведение итогов консультации;
- ответы на вопросы подростка;
- обсуждение возможности повторных консультаций, для более детальной проработки профессионального маршрута;
- позитивное завершение консультации, поддержка и вдохновение.

### **Взаимодействие социальных партнёров Экскурсии на предприятия и в организации «Изнутри: реальные профессии нашего региона»**

**Цель:** познакомить подростков с особенностями рабочей среды и производственными процессами, дать возможность увидеть профессионалов в действии.

#### **Обратная связь:**

Дискуссия «Что удивило и заинтересовало?»

### **Наставничество «Мой профессиональный наставник»**

**Цель:** организовать долгосрочное взаимодействие подростка с профессионалом для передачи опыта и знаний.

#### **Обратная связь:**

Совместный отчёт наставника и подростка о результатах взаимодействия, портфолио достижений.

### **День открытых дверей «Образование для успешного будущего»**

**Цель:** познакомить с возможностями профессионального образования, условиями поступления и обучения.

#### **Обратная связь:**

Индивидуальные консультации по образовательным маршрутам.

### **Профессиональный пробы «Первые шаги в профессии»**

**Цель:** дать подросткам возможность выполнить простейшие профессиональные действия под руководством специалистов.

#### **Обратная связь:**

Самооценка подростка по заранее разработанным критериям.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 4** Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения подростков в МБОУ «СОШ № 42 г. Челябинска»

Таблица 7 – Распределение типов «Профессиональной направленности» подростков по методике Е. А. Климова на контрольном этапе

Тип профессиональной направленности	Экспериментальная группа (n=30)		Контрольная группа (n=30)	
	кол-во чел.	%	кол-во чел.	%
Человек-природа	5	17%	4	13%
Человек-техника	7	23%	6	20%
Человек-человек	10	33%	10	33%
Человек-знаковая система	4	13%	5	17%
Человек-художественный образ	4	13%	5	17%

Таблица 8 – Распределение профессиональных интересов подростков по методике «Карта интересов» А. Е. Голомштока на контрольном этапе

Уровень выраженности интересов	Экспериментальная группа (n=30)		Контрольная группа (n=30)	
	кол-во чел.	%	кол-во чел.	%
Ярко выраженные интересы	12	40%	7	23%
Выраженные интересы	15	50%	10	33%
Слабо выраженные интересы	3	10%	10	33%
Отсутствие выраженных интересов	0	0%	3	10%

Таблица 9 – Результаты диагностики по Подростковому интеллектуальному тесту ПИТ СПЧ на контрольном этапе

Уровень интеллекта	Экспериментальная группа (n=30)		Контрольная группа (n=30)	
	кол-во чел.	%	кол-во чел.	%
Очень высокий (IQ>130)	2	7%	1	3%
Высокий (IQ 120-129)	5	17%	5	17%
Выше среднего (IQ 110-119)	9	30%	8	27%
Средний (IQ 90-109)	10	33%	11	37%
Ниже среднего (IQ 80-89)	1	10%	4	13%
Низкий (IQ 70-79)	1	3%	1	3%

Таблица 10 – Средние значения по субтестам подросткового интеллектуального теста ПИТ СПЧ на контрольном этапе

Субтест	Экспериментальная группа (n=30)	Контрольная группа (n=30)
	средний балл	средний балл
Осведомлённость	9.2	8.6
Скрытые фигуры	9.3	8.8
Аналогии	8.9	8.7
Умозаключение	9.4	9.1
Числовые ряды	8.5	8.6
Арифметические задачи	8.8	8.4

Исключение изображений	8.7	8.7
Пропущенные слова	8.9	8.8
Геометрическое сложение	9.1	8.9
Заучивание слов	9.0	8.6
Понятливость	8.9	8.7
Общий IQ	106.4	103.5

Таблица 11 – Изменения в выраженности профессиональной направленности

Показатель	Экспериментальная группа (n=30)		Контрольная группа (n=30)	
	До эксперимента	После эксперимента	До эксперимента	После эксперимента
Выраженная профессиональная направленность	40% 12 чел.	83% 25 чел.	43% 13 чел.	50% 15 чел.
Неопределённая профессиональная направленность	60% 18 чел.	17% 5 чел.	57% 17 чел.	50% 15 чел.

Таблица 12 – Распределение по шкале профессиональной готовности подростков по методике «Профессиональная готовность» А. П. Чернявской на контрольном этапе

Шкала	Экспериментальная группа (n=30)			Контрольная группа (n=30)		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Автономность	43%	47%	10%	17%	57%	26%
Информированность	50%	40%	10%	20%	50%	30%
Принятие решений	40%	53%	7%	17%	53%	30%
Планирование	17%	46%	7%	23%	47%	30%
Эмоциональное отношение	50%	43%	7%	20%	60%	20%

Таблица 13 – Распределение по уровням профессиональной готовности подростков в ЭГ по методике «Профессиональная готовность» А. П. Чернявской до и после эксперимента

Уровень	До эксперимента	После эксперимента	Динамика
Высокий	5 чел. (17%)	14 чел. (47%)	↑ +30%
Средний	14 чел. (47%)	14 чел. (47%)	-
Низкий	11 чел. (36%)	2 чел. (6%)	↓ -30%

Таблица 14 – Распределение по уровням профессиональной готовности подростков в КГ по методике «Профессиональная готовность» А. П. Чернявской до и после эксперимента

Уровень	До эксперимента	После эксперимента	Динамика
Высокий	5 чел. (17%)	6 чел. (20%)	↑ +3%
Средний	15 чел. (50%)	16 чел. (53%)	↑ +3%
Низкий	10 чел. (33%)	8 чел. (27%)	↓ -6%

Таблица 15 – Сводная таблица по результатам формирующего эксперимента в КГ шкала профессиональной готовности подростков по методике «Профессиональная готовность» А. П. Чернявской

Шкала	Экспериментальная группа (n=30)			Контрольная группа (n=30)		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Автономность	13%	53%	33%	17%	57%	26%
Информированность	17%	46%	37%	20%	50%	30%
Принятие решений	13%	50%	37%	17%	53%	30%
Планирование	20%	43%	37%	23%	47%	30%
Эмоциональное отношение	17%	56%	27%	20%	60%	20%

Математическая обработка результатов исследования  
с помощью t-критерия Стьюдента (сравнение ЭГ и КГ на контрольном этапе)

Расчёт t-критерия Стьюдента, используем по формуле, где мы будем сравнивать средние значения двух независимых групп:

$$t = \frac{X_1 - X_2}{\sqrt{(S^2_{pooled} \times (\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}))}}$$

где:

$X_1$  — средний балл экспериментальной группы

$X_2$  — средний балл контрольной группы

$S^2_{pooled}$  – объединённая дисперсия

$n_1$  — количество участников в группе – 30 респондентов

$n_2$  — количество участников в группе – 30 респондентов.

Формула объединённой дисперсии:

$$S^2_{pooled} = \frac{[(n_1 - 1) \times S_1^2 + (n_2 - 1) \times S_2^2]}{(n_1 + n_2 - 2)}$$

$n_1$  — количество участников в группе – 30 респондентов

$n_2$  — количество участников в группе – 30 респондентов.

$df = n_1 + n_2 - 2 = 58$  – степень свободы

p-значение – 0.005

Произведём расчёт t-критерия на примере показателя:

«Автономность»

Объединённая дисперсия

$$S^2_{pooled} = \frac{[(n_1 - 1) \times S_1^2 + (n_2 - 1) \times S_2^2]}{(n_1 + n_2 - 2)} = \frac{[(30 - 1) \times 0.8^2 + (30 - 1) \times 0.4^2]}{(30 + 30 - 2)} = 0.4$$

Стандартная ошибка

$$SE = \sqrt{0.4 \times \left(\frac{1}{30} + \frac{1}{30}\right)} = 0.163$$

t-эмпирическое

$$t - \text{эмпер.} = \frac{8.8 - 7.0}{0.163} = 11.04$$

«Информированность»

Объединённая дисперсия

$$S^2_{\text{pooled}} = \frac{[(n_1 - 1) \times S_1^2 + (n_2 - 1) \times S_2^2]}{(n_1 + n_2 - 2)} = \frac{[(30 - 1) \times 0.8^2 + (30 - 1) \times 0.4^2]}{(30 + 30 - 2)} = 1.89$$

Стандартная ошибка

$$SE = \sqrt{1.89 \times \left(\frac{1}{30} + \frac{1}{30}\right)} = 0.355$$

t-эмпирическое

$$t - \text{эмпер.} = \frac{9.6 - 8.5}{0.355} = 3.1$$

«Принятие решений»

Объединённая дисперсия

$$S^2_{\text{pooled}} = \frac{[(n_1 - 1) \times S_1^2 + (n_2 - 1) \times S_2^2]}{(n_1 + n_2 - 2)} = \frac{[(30 - 1) \times 0.4^2 + (30 - 1) \times 0.5^2]}{(30 + 30 - 2)} = 0.21$$

Стандартная ошибка

$$SE = \sqrt{0.21 \times \left(\frac{1}{30} + \frac{1}{30}\right)} = 0.118$$

t-эмпирическое

$$t - \text{эмпер.} = \frac{8.4 - 6.9}{0.118} = 12.7$$

«Планирование»

Объединённая дисперсия

$$S^2_{\text{pooled}} = \frac{[(n_1 - 1) \times S_1^2 + (n_2 - 1) \times S_2^2]}{(n_1 + n_2 - 2)} = \frac{[(30 - 1) \times 1.1^2 + (30 - 1) \times 0.8^2]}{(30 + 30 - 2)} = 0.93$$

Стандартная ошибка

$$SE = \sqrt{0.93 \times \left(\frac{1}{30} + \frac{1}{30}\right)} = 0.248$$

t-эмпирическое

$$t - \text{эмпер.} = \frac{9.6 - 8.5}{0.248} = 3.6$$

«Эмоциональное отношение»

Объединённая дисперсия

$$S^2_{\text{pooled}} = \frac{[(n_1 - 1) \times S_1^2 + (n_2 - 1) \times S_2^2]}{(n_1 + n_2 - 2)} = \frac{[(30 - 1) \times 0.9^2 + (30 - 1) \times 0.4^2]}{(30 + 30 - 2)} = 0.49$$

Стандартная ошибка

$$SE = \sqrt{0.49} \times \left( \frac{1}{30} + \frac{1}{30} \right) = 0.18$$

t-эмпирическое

$$t - \text{эмпер.} = \frac{8.9 - 7.8}{0.18} = 6.11$$

«Выраженность профессиональных интересов»

Объединённая дисперсия

$$S^2_{\text{pooled}} = \frac{[(n_1 - 1) \times S_1^2 + (n_2 - 1) \times S_2^2]}{(n_1 + n_2 - 2)} = \frac{[(30 - 1) \times 0.5^2 + (30 - 1) \times 0.5^2]}{(30 + 30 - 2)} = 0.25$$

Стандартная ошибка

$$SE = \sqrt{0.25} \times \left( \frac{1}{30} + \frac{1}{30} \right) = 0.129$$

t-эмпирическое

$$t - \text{эмпер.} = \frac{8.5 - 7.9}{0.129} = 4.65$$

«Неопределённость профессиональной направленности»

Объединённая дисперсия

$$S^2_{\text{pooled}} = \frac{[(n_1 - 1) \times S_1^2 + (n_2 - 1) \times S_2^2]}{(n_1 + n_2 - 2)} = \frac{[(30 - 1) \times 5^2 + (30 - 1) \times 1.9^2]}{(30 + 30 - 2)} = 14.3$$

Стандартная ошибка

$$SE = \sqrt{14.3} \times \left( \frac{1}{30} + \frac{1}{30} \right) = 0.977$$

t-эмпирическое

$$t - \text{эмпер.} = \frac{3.0 - 5.4}{0.977} = -2.46$$

Сформулируем гипотезы:

$H_0$  (нулевая гипотеза): Различия между средними значениями экспериментальной и контрольной групп статистически незначимы ( $\mu_1 = \mu_2$ ).

$H_1$  (альтернативная гипотеза): Различия между средними значениями экспериментальной и контрольной групп статистически значимы ( $\mu_1 \neq \mu_2$ ).

Следовательно, гипотеза принимается  $H_1$ :  $H_1$  (альтернативная гипотеза): Различия между средними значениями экспериментальной и контрольной групп статистически значимы ( $\mu_1 \neq \mu_2$ ).

Таблица 13 – Результаты t-критерия Стьюдента (сравнение ЭГ и КГ на контрольном этапе)

Показатель	Средний балл ЭГ (n=30)	Средний балл КГ (n=30)	Стандартные отклонения в группах		Объединенная дисперсия $S^2_{pooled}$	Стандартная ошибка разности средних SE	t-эмп.	t-крит.	p-значение	Вывод
			$S_1$	$S_2$						
Автономность	8.8	7.0	0.8	0.4	0.4	0.163	11.04	±2.00	<0.05	значимо
Информированность	9.6	8.5	1.6	1.1	1.89	0.355	3.1	±2.00	<0.05	значимо
Принятие решений	8.4	6.9	0.4	0.5	0.21	0.118	12.7	±2.00	<0.05	значимо
Планирование	9.1	8.2	1.1	0.8	0.93	0.248	3.6	±2.00	<0.05	значимо
Эмоциональное отношение	8.9	7.8	0.9	0.4	0.49	0.18	6.11	±2.00	<0.05	значимо
Выраженность профессиональных интересов	8.5	7.9	0.5	0.5	0.25	0.129	4.65	±2.00	<0.05	значимо
Неопределённость профессиональной направленности	3.0	5.4	5.0	1.9	14.3	0.977	-2.46	±2.00	<0.05	значимо

Таблица 14 – Результаты t-критерия Стьюдента (сравнение показателей ЭГ до и после формирующего эксперимента)

Показатель	Средний балл до эксперимента	Средний балл после эксперимента	Разность (d)	t-эмп.	t-крит.	p-значение	Вывод
Автономность	7.2	8.8	1.6	4.86	2.045	p<0.001	высоко значимо
Информированность	8.5	9.6	1.1	4.01	2.045	p<0.001	высоко значимо
Принятие решений	6.8	8.4	1.6	5.16	2.045	p<0.001	высоко значимо
Планирование	7.9	9.1	1.2	4.69	2.045	p<0.001	высоко значимо
Эмоциональное отношение	8.1	8.9	0.8	3.37	2.045	p<0.001	значимо
Выраженность профессиональных интересов	7.6	8.5	0.9	4.11	2.045	p<0.001	высоко значимо
Неопределённость профессиональной направленности	4.2	3.0	-1.2	-5.97	2.045	p<0.001	высоко значимо

Таблица 15 – Результаты t-критерия Стьюдента (сравнение показателей КГ до и после формирующего эксперимента)

Показатель	До эксперимента (n=30)	После эксперимента (n=30)	Разность (d)	t-эмп.	t-крит.	p-значение	Вывод
Автономность	6.1	7.0	0.9	4.85	2.045	p<0.001	значимо
Информированность	7.8	8.5	0.7	3.78	2.045	p<0.001	значимо
Принятие решений	5.9	6.9	1.0	5.41	2.045	p<0.001	значимо
Планирование	7.2	8.2	1.0	5.40	2.045	p<0.001	значимо
Эмоциональное отношение	7.0	7.8	0.8	4.32	2.045	p<0.001	значимо
Выраженность профессиональных интересов	6.8	7.9	1.1	5.94	2.045	p<0.001	значимо
Неопределённость профессиональной направленности	5.8	5.4	-0.4	-2.16	2.045	p<0.05	значимо