

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования

КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий
Кафедра социальной педагогики и социальной работы

ВОЛОШИНА ВАЛЕРИЯ МИХАЙЛОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Влияние навыков самоорганизации на профессиональное самоопределение
старшекласников

Направление подготовки 44.03.02. Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы «Социальная педагогика»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
д.пед.наук, профессор Фурьева Т.В.

Руководитель
кан.тех.наук, доцент Николаева Ю.С.

Дата защиты

Обучающийся
Волошина В.М.

Оценка

Красноярск 2023

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования

КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий

Кафедра социальной педагогики и социальной работы

ВОЛОШИНА ВАЛЕРИЯ МИХАЙЛОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Влияние навыков самоорганизации на профессиональное самоопределение
старшекласников

Направление подготовки 44.03.02. Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы «Социальная педагогика»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

д.пед.наук, профессор Фурьева Т.В.

Руководитель

кан.тех.наук, доцент Николаева Ю.С.

Дата защиты

Обучающийся

Волошина В.М.

Оценка _____

Красноярск 2023

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОЦЕССА САМООРГАНИЗАЦИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ САМООПРЕДЕЛЕНИИ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ	7
1.1. Самоорганизация в профессиональном самоопределении	7
1.2. Особенности развития навыков самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников	12
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1	17
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ФОРМИРОВАНИЮ САМООРГАНИЗАЦИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ САМООПРЕДЕЛЕНИИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ.....	19
2.1. Диагностика актуального уровня профессионального самоопределения и уровня сформированности навыков самоорганизации	19
2.2. Изучение и анализ влияния компонентов самоорганизации на профессиональное самоопределение старшеклассников.....	29
2.3. Организация работы по формированию самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников	40
2.4. Интерпретация полученных результатов о сформированности самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников.....	46
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2	52
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	54
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	57
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	61

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В современной педагогической теории и практике все более значимой становится проблема самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников. Профессиональное самоопределение представляет собой важную жизненную задачу в старшем школьном возрасте. Кроме того, существует общественный запрос на активных, целеустремленных, творческих людей, осознающих свой профессиональный выбор, способных к эффективной самоорганизации, реализующих личностный потенциал в выбранном виде деятельности.

В современной ситуации обучения старшеклассники характеризуются неопределенностью представлений о мире профессий и их возможностях. Авторы научных статей Н.Г. Попрядухина, Т.В.Калинина, Э.Г.Патрикеева и др. в своих исследованиях делают вывод о том, что профессиональные предпочтения старшеклассников не сформированы, вследствие чего, выбирая профессию и начиная обучаться ее основам, учащиеся испытывают состояние неудовлетворенности.

Существующая трудность диктует необходимость создания условий, в которых старшеклассники смогут формировать свои профессиональные предпочтения, осознанно подходить к организации процесса профессионального самоопределения, совершенствовать свои умения и навыки. На основе этого образование нацелено развивать в обучающемся навыки постановки цели, планирования, анализа, что в последствии поможет им сделать правильный выбор в будущей профессиональной деятельности.

Данные вопросы самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников представлены в работах Л.П. Бугеовой, М.Р. Гинзбурга, И.С. Кона, Е.А. Климова, С.П. Крягжде, Л.В. Махлеевой, Н.С. Пряжникова, и др. Исследователи отмечают необходимость организации работы со старшими подростками таким образом, чтобы актуализировать их самостоятельность, активность, инициативность в плане выбора профессии, освоения навыков, формирования профессионально важных качеств. Для этого необходимо развивать

навыки самоорганизации, направленные в том числе на профессиональное самоопределение, чтобы дети смогли не только выбрать сферу профессиональной деятельности, но и составить поэтапный план действий, как и каким образом им обучиться этой профессии, чтобы добиться своей цели.

Исходя из данных утверждений, мы исследуем влияние сформированности навыков самоорганизации на выбор будущей профессии старшеклассников и разработаем развивающую программу, направленную на развитие всех составляющих процесса самоорганизации в рамках профессионального самоопределения.

Объект исследования: самоорганизация в профессиональном самоопределении

Предмет исследования: навыки самоорганизации как средство профессионального самоопределения старшеклассников

Цель исследования: на основе анализа психолого-педагогической литературы разработать, теоретически обосновать и проверить опытно-экспериментальным путем развивающую программу, направленную на усовершенствование навыков самоорганизации в рамках профессионального самоопределения десятиклассников.

Гипотеза исследования заключается в предположении о том, что развитие навыков самоорганизации будет оказывать положительное влияние на профессиональное самоопределение старшеклассников, так как они научатся:

- формулировать своё предпочтение в профессиональном самоопределении в конкретную цель
- планировать собственную деятельность на пути к цели
- проводить анализ рынка труда и определять актуальность каждой профессии
- изучать свои внутренние ресурсы, личностные характеристики и сравнивать их с будущей профессиональной деятельностью

- развивать волевые усилия и самоконтроль, которые будут способствовать достижению поставленной цели

В соответствии с целью, объектом, предметом и гипотезой были определены **задачи исследования:**

1. Провести теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников.
2. Изучить особенности развития самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников.
3. Провести диагностику актуального уровня профессионального самоопределения и уровня сформированности навыков самоорганизации
4. Выявить и проанализировать влияние компонентов самоорганизации на профессиональное самоопределение старшеклассников.
5. Разработать и апробировать развивающую программу по развитию навыков самоорганизации в рамках профессионального самоопределения десятиклассников с помощью формирующего эксперимента.
6. Интерпретировать данные экспериментальной работы

Методологическая основа исследования – концепция поэтапного выбора профессионального пути в периодизации Е.А. Климова; подходы к изучению вопросов самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников (Л.П. Буева, М.Р. Гинзбург, И.С. Кон, С.П. Крягжде, Л.В. Махлеева, Н.С. Пряжников, Е.Ю. Пряжникова и др.).

Практическая значимость исследования состоит в том, что разработана и апробирована развивающая программа по развитию навыков самоорганизации в рамках профессионального самоопределения старшеклассников, которая может быть внедрена в образовательный процесс школы на уровне среднего общего образования. Полученные результаты могут быть использованы в образовательной практике для поиска новых способов помощи детям с профессиональным

самоопределением, так как данная проблема со временем не теряет своей актуальности.

Методы исследования:

- Теоретические – анализ психологической и педагогической литературы;
- Эмпирические – формирующий эксперимент, анкетирование, тестирование; методы количественной и качественной обработки данных экспериментальной работы
- Статистические – определение взаимосвязи методом корреляционного анализа (статистический метод Пирсона).

База исследования: муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя школа №91». В исследование приняли участие 43 обучающихся десятого класса.

Структура работы представлена введением, двумя главами, заключением, библиографическим списком и приложениями. Основная часть работы изложена на 56 страницах, включает 8 таблиц и 8 диаграмм.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОЦЕССА САМООРГАНИЗАЦИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ САМООПРЕДЕЛЕНИИ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

1.1. Самоорганизация в профессиональном самоопределении

Проблему самоорганизации в контексте структурирования своей жизни рассматривали многие психологи давнего времени С.Л. Рубинштейн, Е.А. Климов, Л.С.Выготский и т.д., но сейчас данная проблема не теряет своей актуальности и многие современные ученые (С.С.Амирова, Н.Г. Милорадова, А.Д.Ишков) изучают процесс самоорганизации с различных сторон, что порождает множество подходов к пониманию данного определения.

Таблица 1 – Подходы к пониманию определения процесса самоорганизации

Наименование подхода	Определение
Личностный подход	М.А. Пахмутова: «Самоорганизация – это процесс упорядочение и активизации качеств, необходимых для оптимальной реакции на вызовы внешнего мира.» [27, с. 140].
Деятельностный подход	Ю.А. Цагарелли: «Самоорганизация – процесс сознательного и целенаправленного конструирования своей личности исходя из имеющегося эталонного представления и результатов самооценки. Процесс самоорганизации характеризуется теми путями, которые личность прокладывает для достижения целей своего развития.» [35, с. 341]
Интегральный подход (личностно- деятельностный)	А.Д.Ишков «Самоорганизация – осознанная работа человека над собой в целях совершенствования интеллектуальных, эмоциональных и морально-волевых черт характера в деятельности, направленной на разрешение общественно и лично значимых задач» [14]. С.Л. Рубинштейн: «Самоорганизация - сформированная способность человека управлять собственными ресурсами, устанавливать равновесие между внешним влиянием среды, внутренними состояниями и своим поведением [30].
Технический подход	Ученые разрабатывают способы и техники, увеличивающие результативность деятельности человека. Полагается, что самоорганизация личности достигается только четким

	планированием времени (Г.А. Архангельский, Н.М. Варшавский, Н.П. Ерастов.) [18].
Акмеологический подход	О.С. Анисимова: «Самоорганизация- процесс введения норм поведения в деятельность за счет рефлексивного механизма и следование требованиям этих норм» [3]

Понятие самоорганизации тесно связано с понятием саморегуляции личности, которая задействуется, когда на пути к достижению поставленной цели появляются внешние или внутренние препятствия. По мнению А.С. Ромена, саморегуляция является структурным компонентом волевой регуляции, позволяющим человеку двигаться выбранным путем в саморазвитии, преодолевая трудности, осознанно организуя свои действия. Если человек способен мобилизовывать свои волевые усилия, встречая трудности и преодолевая их, у него высокий уровень саморегуляции, потребности в саморазвитии, во внешних и внутренних преобразованиях. И напротив, если человек не способен эффективно преодолевать препятствия, регулируя свои эмоции и поведение, он характеризуется низким уровнем саморегуляции, сниженной потребностью в саморазвитии и реализации своего потенциала [34].

Сформированная система саморегуляции является необходимой базой для развития навыка самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников.

Профессиональное самоопределение является многомерным процессом, в современных трудах рассматриваемым с разных сторон. Во-первых, это серия общественных задач, стоящих перед человеком, которые ему необходимо последовательно решить в течение определенного возрастного периода. Во-вторых, речь идет о процессе принятия решений, с помощью которых человек создает баланс своих предпочтений и склонностей, согласовывая с потребностями существующей системы разделения труда. И наконец, это процесс формирования индивидуального стиля жизни человека, частью которого является профессиональная деятельность [16].

Многие авторы выдвигают свои мнения на смысл профессионального самоопределения.

Н.В.Зенина определяет профессиональное самоопределение личности как сформированность профессиональных и жизненных целей, адекватность самооценки своей социальной компетенции, владение методами конструирования своего профессионального развития [12].

В.Е. Столяренко, Л.Д. Столяренко утверждают, что профессиональное самоопределение – это процесс, который охватывает весь период профессиональной деятельности личности: от первых возникновений профессиональных намерений до полного выхода из трудовой жизни [23].

Е.А.Климов: «Профессиональное самоопределение - важнейшее проявление социальной активности субъекта. Процесс включения человека в профессиональное сообщество и более широко - в социальное сообщество». [19]

По мнению Э.Ф. Зеера, верный выбор профессии позволяет человеку быть удовлетворенным результатом своего труда, что способствует дальнейшему профессиональному росту, творчеству, принося радость [11]. Для этого важно на начальном этапе выстроить профессиональный план, выбрать учебное заведение, где можно обучаться по данной профессии. Профессиональный план должен включать в себя знание о непосредственном содержании труда в выбранном виде профессии, о перспективах развития в ней. Именно опираясь на профессиональный план, юноши и девушки способны осознавать собственную пригодность, реально оценивать свои возможности поступления в учебное заведение, понимать социальную значимость выбранной профессии, видеть перспективы карьерного роста в ней [4]. Для построения профессионального плана требуются хорошо сформированные навыки самоорганизации, которые помогут выстроить четкий и последовательный маршрут к достижению цели.

В трудах Е.А. Климова описание личного профессионального плана согласуется со специфическим образом будущего, что представляет собой важный психический регулятор процесса выбора и становления профессионала. Руководить данным процессом, по Е.А. Климову, значит прилагать собственные

усилия в построении, коррекции именно внутренних его регуляторных компонентов [19].

В базовые характеристики профессионального плана Е.А. Климов включает: характеристику определенности, ясности плана (как психического образа); характеристику полноты представлений; характеристику устойчивости (во временном промежутке, по отношению к внешним воздействиям); характеристику реалистичности взглядов; характеристику логической обоснованности и внутренней согласованности; характеристику согласованности с явно выраженными склонностями, что будет моделировать выбранную сферу деятельности и способствовать формированию навыка самоорганизации [19].

Н.С. Пряжниковым обобщен опыт изучения проблемы профессионального самоопределения. Основу профессионального самоопределения, по его мнению, составляют следующие психологические факторы: понимание ценности общественно-полезного труда; знание социально-экономической ситуации в стране; осознание необходимости получить профессиональную подготовку для полноценного самоопределения; общая ориентация в мире профессий; умение различать собственные интересы и склонности; умение видеть дальнюю профессиональную цель (мечту); полноценное знание о выбираемых целях; понимание своих внутренних препятствий, которые могут осложнить достижение цели [28].

Проанализировав мнения авторов о профессиональном выборе и изучив тему самоорганизации, можно сказать о том, что развитие навыков самоорганизации будет являться решаемым фактором в профессиональном самоопределении, так как мало владеть информацией о мире профессий, необходимо уметь работать с полученными знаниями. Не только знать кем я хочу стать, но и найти место, где я этому смогу обучиться, что мне для этого необходимо, какие ресурсы у меня уже имеются. Для реализации всего причисленного важно владеть навыками самоорганизации, которых на сегодняшний день не хватает современным старшеклассникам, поэтому наше исследование направлено на развитие навыков самоорганизации в рамках профессионального самоопределения.

В исследовании процесса самоорганизации мы опираемся на А.Д.Ишкова, рассматривающий самоорганизацию в рамках интегрального подхода.

В профессиональном самоопределении мы ссылаемся на Н.В.Зенину, которая в своём определении говорит о том, что при выборе профессии важно ориентироваться на требования социума, сформировать цель и владеть методами планирования своего профессионального роста, всё это отражает характеристики процесса самоорганизации.

На основе всего выше сказанного можно сделать вывод. Существует несколько подходов к изучению понятия «самоорганизация». Данный процесс активно взаимодействует с саморегуляцией личности, которая в свою очередь является основой для развития навыка самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников. Профессиональное самоопределение – это сложный многоэтапный процесс, как и самоорганизация, но зачастую эти два процесса взаимозависимы друг от друга, потому что, владея навыками постановки цели, анализа ситуации, планирования и т.д. старшеклассник сделает более осознанный выбор в профессиональной сфере деятельности.

1.2. Особенности развития навыков самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников

Формирование самоорганизации личности особенно значимо для старшего школьного возраста. Именно в этот период проблемы самоопределения, самореализации, самосовершенствования, поиск идеала в осознанном отношении к миру выступают основными жизненными потребностями.

Рассматривая старший школьный возраст, за основу мы берем возрастную периодизацию Д.Б.Эльконина, в которой автор делит подростковый возраст на средний школьный возраст 11-15 лет, и старший школьный возраст, либо ранний юношеский возраст 15-17 лет. В этот период основным новообразованием считаются: формирование личных ценностей и планов на будущее, устройство мировоззрения, развитие навыков самообразования и самопознания [37].

Л. И. Божович указывала, анализируя подростковый возраст, на его неоднородность: «Подростковый возраст характеризуется в первой его фазе (12—14 лет) появлением способности ориентироваться на цели, выходящие за границы нынешнего дня. На второй фазе (14—17 лет) - осознанием собственного места в будущем, т. е. рождением жизненной перспективы: в нее входит и представление о собственном желаемом Я, и о том, что он хочет совершить в собственной жизни» [8].

По мнению И.С. Кона, старший школьный возраст – это период осмысления своего положения и отношений в окружении, в обществе; период формирования навыка самоорганизации, рефлексии относительно жизненного пути, стремления к самореализации себя [20].

В периодизации, опирающейся на представления о ведущих типах деятельности, Е.А. Климов обозначает стадию оптации (подготовка к трудовой деятельности, планирование и выбор пути профессионального развития). В периоде от 11-12 до 14-18 лет юноши и девушки овладевают социально-значимыми ценностными представлениями, выстраивают собственные образцы построения жизненных планов, проводят самоанализ, соотнеся себя со взрослым миром с его правилами и порядком. В этот возрастной период происходит активное

формирование фундамента моральных, социальных и профессиональных мотивов личности, формируется способность к осознанной организации своей деятельности [19].

Описываемые авторами новообразования старшего подросткового возраста соответствуют формированию навыков самоорганизации. Доктор психологических наук, А.К. Осницкий, утверждает о том, что существенные преобразования в возникновении у обучающихся навыка самоорганизации прослеживаются в подростковом к юношескому возрасту. В этот момент в сознании старшеклассника в некоторой мере сформирована система представлений о своих возможностях:

1) в целеобразовании и целеудержании - старшекласснику необходимо уметь не только формулировать цели, но и удерживать их до осуществления;

2) в моделировании - старший подросток должен уметь отметить условия, значимые для реализации цели, найти объект, соответствующий этому предмету, который способен принести пользу;

3) в программировании –старшеклассник необходимо подобрать соответствующие цели деятельности и соотнести их с условиями. Далее спроектировать изменение среды, используя все возможные ресурсы и установить поочередность всех манипуляций;

4) в оценивании – старшей подросток должен овладеть навыками анализа всех итогов своих действий. Здесь появляются критерии оценки результатов.

5) в коррекции – старшеклассник вносит изменения, в случае если деятельность не соответствует предъявляемым условиям [26].

Помимо этого, в период раннего юношества определяющую роль для подростка начинает играть профессиональное самоопределение. Представления старшеклассников о будущем базируются на их жизненных смыслах и ценностных ориентациях, которые начинают закладываться в подростковом возрасте в процессе интимно-личностного общения, и закрепляются в раннем юношеском возрасте. На их основе появляется представление о результате, то есть образ цели.

Главное отличие цели от желаний и мечты - это наличие плана достижения этой цели [19].

Построение планов, как уже говорилось ранее, представляет собой психологическое новообразование старшего школьного возраста. В соответствии с этим, благополучность жизненного проектирования определяется системой действий саморегуляции и целеполагания в предыдущих возрастных ступенях. Намечать цели и пути их достижения, устанавливать приоритеты, осуществлять контроль за своим временем и управлять им, уметь принимать решения – важные задачи, решение которых непосредственно зависит от способности саморегуляции и как уже упоминалось ранее, саморегуляция является основным элементом для развития навыков самоорганизации [23].

Также в русле изучения проблемы самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников важным фокусом внимания является понятие мотивации. Мотивация – это процесс психической регуляции деятельности под воздействием конкретного мотива; совокупная система процессов, которые отвечают за деятельность человека. В структуре личности мотивация понимается как движущая сила в поведении и деятельности человека. [35]. С точки зрения Х. Хекхаузена, различия между мотивом и мотивацией состоят в следующем: мотив обозначает потребность, побуждение. Мотивы формируются в процессе индивидуального развития в виде относительно устойчивого оценочного отношения человека к окружающему миру [34].

У каждого человека мотивы имеют свою силу и проявления. Поведение в конкретной ситуации мотивируется не всяким возможным мотивом, а тем, который в данном случае наиболее связан с достижением цели. Когда цель достигнута, один мотив уступает место другому мотиву [7].

Э.С. Чугунова обозначает определенные типы, характеризующие мотивацию в плане освоения профессиональной деятельности:

1. Доминантный тип (характеризуется устойчивым интересом к профессии, что находит отражение в эмоциональной включенности в процесс обучения, освоения нового материала; человек стремится глубоко изучать объект познания,

значимым становится получение новых знаний о нем с целью формирования целостного видения).

2. Ситуативный тип (характеризуется преобладающим влиянием жизненных ситуаций, не всегда согласующихся с тем, что интересно самому человеку. Мотивация, таким образом, является ситуативной, опираясь на разного рода обстоятельства, актуальные и требующие внимания).

3. Конформистский (суггестивный) тип (характеризуется преобладанием влияния со стороны социума (человеку советуют родные, друзья, знакомые) [36].

Проведенные психологические исследования показывают, что 25% старшеклассников склонны выбирать профессию под влиянием социального воздействия (советов друзей), для 17% – важен совет родителей, на 9% учащихся влияют СМИ, на выбор 9% оказывают влияние малозначительные факторы (близость к дому и т.д.). То есть, суммарно профессиональная мотивация старшеклассников в ходе выбора профессии отличается в основном конформистским типом, это происходит из-за того, что у старшеклассников не хватает навыков изучить рынок труда самостоятельно [21].

Как отмечает Г.М. Андреева, юность – «это период наиболее интенсивного принятия жизненно важных решений» [5, с.119]. Принятие решения – это волевой акт формирования последовательности действий, ведущих к достижению цели» [5с. 292]. На протяжении всего периода обучения в старших классах школьники вынуждены принимать важные решения, которые в последствии могут серьёзно повлиять на их дальнейшую жизнь: выбор экзаменов, выбор профессии, выбор института, чтобы не совершить серьёзной ошибки в будущем учителя стараются проводить разные профориентационные мероприятия, возить на выставки профессий, где ученики смогли бы набраться поверхностной практики в том или ином виде деятельности.

Самым эффективным способом для развития навыка самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников может осуществляться с помощью тренинговой работы. Тренинговая работа в этом отношении создает возможность «проживания» ситуаций, встречающихся в жизни и учебной

деятельности, и способствует формированию осознанности старшеклассников. Социально-психологический тренинг позволяет старшеклассникам познавать себя, свои личностные особенности, подкрепляя теоретические знания практическим опытом, что поможет им сравнить свои личностные характеристики с критериями на определенную должность [32].

Проанализировав всю специфику развития самоорганизации в старшем школьном возрасте можно сделать вывод. Типичными новообразованиями для старшего подросткового возраста являются: определение собственных жизненных ценностей, планов на будущее, представление о том, что он хочет совершить в собственной жизни и каким профессиональным видом деятельности будет заниматься. Выделяемые новшества у старшеклассников подтверждают такие авторы как Д.Б.Эльконин и Л. И. Божович, Е.А. Климов и др, но, чтобы старшеклассник делал осознанный выбор, который положительно повлияет на его будущее, нужно развивать навыки самоорганизации с помощью тренинговой работы.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

Подводя итог рассмотренным в первой главе вопросам, сформулируем основные выводы.

В результате теоретического анализа было изучено пять подходов к пониманию процесса самоорганизации. Личностный подход понимает самоорганизацию, как набор качеств человека, которые активизируются, чтобы организовать деятельность. В деятельностном подходе самоорганизация – это многоступенчатый процесс, для которого необходим определенный навык и умения. Интегральный подход соединяет в себе характеристики личностного и деятельностного подхода. Технический подход отвечает за создание новых методик по организации времени. Акмеологический подход занимается рефлексивной самоорганизацией, т.е. разбор причин и затруднений, которые в последствии исправляются человеком.

Сформированная система саморегуляции является необходимой базой для развития навыка самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников.

Профессиональное самоопределение является многомерным процессом, но главная особенность - наличие четких представлений и профессиональный план.

В исследовании процесса самоорганизации мы опираемся на А.Д.Ишкова, рассматривающий самоорганизацию в рамках интегрального подхода. В профессиональном самоопределении мы ссылаемся на Н.В.Зенину, которая в своём определении говорит о том, что при выборе профессии важно ориентироваться на требования социума, сформировать цель и владеть методами планирования своего профессионального роста, всё это отражает характеристики процесса самоорганизации.

Для старшеклассников профессиональное самоопределение является одной из задач возрастного этапа. Старшему подростку необходимо принять важное решение, которое сможет повлиять на его будущее. Также на выбор профессии влияет тип мотивации (доминантный тип – устойчивый интерес к профессии; ситуативный тип - характеризуется преобладающим влиянием жизненных

ситуаций; конформистский тип - характеризуется преобладанием влияния со стороны социума). Статистика показала, что у старшеклассников преимущественно конформистский тип, потому что не хватает навыков самостоятельного анализа для поиска информации, поэтому важно развивать навыки самоорганизации, чтобы в дальнейшем сделать осознанный выбор в профессиональной сфере деятельности.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ФОРМИРОВАНИЮ САМООРГАНИЗАЦИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ САМООПРЕДЕЛЕНИИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

2.1. Диагностика актуального уровня профессионального самоопределения и уровня сформированности навыков самоорганизации

На основании результатов современных научных исследований на тему самоорганизации в профессиональном самоопределении мы выделили компоненты для исследования актуального состояния выделяемых процессов у старшеклассников.

В области профессионального самоопределения мы опираемся на Н.В.Зенину, которая выделяет четыре составляющих данного процесса: эмоциональный, когнитивный, оценочно-рефлексивный и операционно-деятельностный.

Таблица 2 – Компоненты профессионального самоопределения (Н.В.Зенина)

Компонент	Описание компонента
Эмоциональный	Отражает отношение детей к профессиональной деятельности и структуру профессиональных интересов
Когнитивный	Наличие системных представлений о мире профессий и местах их обучения, сформированность представлений о востребованных в регионе профессиях, наличие умений адекватно оценить структуру рынка труда
Операционно-деятельностный	Владение методами конструирования личного плана профессионального развития: использование алгоритма составления плана, умение намечать корректные, реальные, измеримые цели, планировать действия по их достижению, оценивать продвижение к поставленной цели, осуществлять коррекцию разработанного плана карьерного роста
Оценочно-рефлексивный	Представляется адекватной самооценкой своей социальной компетенции, т.е. способность принимать решения и делать выбор, готовность нести ответственность за свой выбор, осознание требований социума и их анализ с точки зрения поставленных целей профессионального развития, умение прогнозировать развитие своих мотивационных, интеллектуальных, эмоционально-волевых особенностей в выбранной сфере профессиональной деятельности.

В процессе самоорганизации за основу берём «Голографическую модель самоорганизации» А.Д.Ишкова, который рассматривает процесс самоорганизации с позиции личностно-деятельностного подхода и выделяет четыре функциональных компонента - целеполагание, анализ ситуации, планирование, коррекция и два личностных компонента – волевые усилия и самоконтроль [13].

Таблица 3 – Компоненты процесса самоорганизации (А.Д.Ишков)

Компонент	Описание компонента
Целеполагание	Способностью человека к формированию модели желаемого и пониманию каким должен стать конечным результат.
Анализ ситуации	Способность человека выявлять внутренние и внешние ресурсы, позволяющие добиться цели. Сопоставление имеющихся противоречий и отслеживание всех уже произошедших изменений для поиска причин неудачи и успеха
Планирование	Способность распределять собственную деятельность на шаги и организовывать своё время. С помощью планирования человек формулирует определенные задачи на каждом этапе деятельности, которые ему нужно выполнить и подбирает средства и методы, которые понадобятся для достижения цели.
Коррекция	Способность человека при изменении ситуации вносить поправки в цель деятельности и в планы своих действий. По необходимости заменять средства и методы на более эффективные. Если в имеющейся реальности нет расхождения с намеченным ранее планом, то идет закрепление достигнутого.
Самоконтроль	Понимается как индивидуальные особенности контроля, оценки своих действий, психических процессов и состояний. Сбор информации о том, как происходит выполнение плана, отслеживание полученных результатов и соотношение своих возможностей, опираясь на личностные характеристики человека.
Волевые усилия	Рассматривается как индивидуальная характеристика человека, заключающаяся в управлении собственными действиями, психическими состояниями и процессами. Демонстрация умения преодолевать возникающие на пути препятствия.

Изучая компоненты профессионального самоопределения Н.В.Зениной, можно заметить характерные черты процесса самоорганизации А.Д.Ишкова:

- В когнитивном компоненте рассматривается способность к изучению рынка труда, выявление актуальных профессий для общества и мест, где можно обучиться данной профессии, т.е. ярко отражен компонент самоорганизации «Анализ ситуации», за счет которого индивид получает необходимую ему информацию.
- Операционно-деятельный компонент говорит о построении личного профессионального плана развития и в точности имеет в себе такие составные части процесса самоорганизации, как «Целеполагание» (формулирования цели), «Планирование» (логичность и поэтапность собственных действий), «Коррекция» (изменение деятельности в связи с трудностями).
- В оценочно-рефлексивном компоненте изучается способность к рефлексии своих личностных характеристик для этого активно используется компонент самоорганизации «Самоконтроль», который в последствии помогает соотнести личность индивида с будущей профессиональной деятельностью.
- Эмоциональный компонент отвечает за распознавание своих эмоций по отношению к той или иной профессиональной деятельности, т.е. в данном случае происходит оценка своего внутреннего состояния, за что также отвечает компонент самоорганизации «Самоконтроль».

Далее для определения уровня сформированности выделяемых компонентов нами были отобраны три стандартизированные методики и разработана одна нестандартизированная (анкета «Моя будущая профессия»). С методиками можно ознакомиться ниже.

Таблица 4 – Методики, измеряющие компоненты профессионального самоопределения и процесса самоорганизации у обучающихся десятого класса

Процесс	Компонент	Методика
---------	-----------	----------

Профессиональное самоопределение (Н.В.Зенина)	Эмоциональный	Опросник профессиональной готовности Л.Н.Кобардовой (стандартизированная методика)
	Когнитивный	Опросник для выявления готовности школьников к выбору профессии В.Б.Успенского (стандартизированная методика)
	Оценочно- рефлексивный	Анкета «Моя будущая профессия» (нестандартизированная методика)
	Операционно- деятельностный	
Самоорганизация (А.Д. Ишков)	- Целеполагание - Анализ ситуации - Планирование - Коррекция - Волевые усилия - Самоконтроль	Опросник «Диагностика особенностей самоорганизации-39» Ишков А.Д. (стандартизированная методика)

Эмоциональный компонент измерялся с помощью методики «Опросник профессиональной готовности» Л.Н.Кобардовой, которая отражает отношение детей к профессиональной деятельности по интересам и склонностям. В методике имеется три шкалы «умение», «отношение», «пожелание», которые можно изучать как по отдельности, так и вместе. В данном случае нас интересует шкала «отношение», поэтому объектом исследования выступает только она.

Ученикам необходимо ответить на 50 вопросов (Приложение А) и выставить соответствующие баллы от 0 до 2. Вопросы поделены на 5 сфер профессиональной деятельности: человек-человек, человек-техника, человек-знаковая система, человек-природа, человек – художественный образ. Далее по количественным результатам, обучающимся присваивается уровень сформированности эмоционального отношения к профессиональной сфере деятельности: 0-10 баллов по всем видам профессий – низкий; 11-16 баллов, хотя бы по одному виду – средний; 17-22 балла хотя бы по одному виду – высокий.

Когнитивный компонент изучался методикой «Опросник для выявления готовности школьников к выбору профессии» В.Б.Успенского. Опросник содержит 24 вопроса, на которые школьник дает либо положительный, либо отрицательный ответ (Приложение Б). Эта методика позволяет определить насколько хорошо школьник владеет знаниями о мире профессий, о том по какому принципу он выбирает ту или иную профессию

Оценочно-рефлексивный и операционно-деятельностный компоненты мы рассматриваем с помощью, разработанной нами анкеты «Моя будущая профессия», которая содержит в себе ряд открытых вопросов.

Анкета «Моя будущая профессия»:

1. Определился ли ты с будущей профессиональной деятельностью? Что повлияло на твой выбор?
2. Как ты думаешь, твой выбор будущей профессии актуален на данный момент?
3. Какие личностные особенности важны для данной профессии? Есть ли у тебя такие?
4. Есть ли у тебя личный план профессионального развития? Опиши его в подробной форме.

Каждый компонент изучался по определенным вопросам:

Оценочно-рефлексивный компонент – вопросы 1,2,3. Анкета показывает, что влияет на выбор профессии учеников, ориентируются ли они на требования общества при данном выборе и насколько развита способность к рефлексии своих личностных характеристик и характеристик для выбранной профессии.

Операционно-деятельностный компонент – вопрос 4. С помощью 4-го вопроса можно оценить насколько сформированы у старшеклассников навыки конструирования личного профессионального плана и чем они руководствуются при его составлении. При оценке результатов мы использовали таблицу с критериями для ответов и их оценки (Приложение В). При качественной обработке данных дополнительно ориентировались на результаты предыдущих методик.

Для изучения навыков самоорганизации использовалась методика «Диагностика особенностей самоорганизации-39» Ишков А.Д., которая позволяет выявить уровень сформированности таких компонентов как целеполагание, коррекция, анализ ситуации, планирование, т.е навыки самоорганизации, которые используются для конструирования личного плана профессионального развития и для достижения любой цели в жизни, кроме деятельностных составляющих, методика показывает две личностные характеристики, позволяющие оценить способность действовать по своему плану и не отходить от него – это самоконтроль и волевые усилия.

Опросник состоит из 39 утверждений, которые старшеклассники должны оценить от -3 до 3 на сколько они согласны с высказыванием (Приложение Г).

Далее по каждой шкале «сырые баллы» переводятся в звезды, где затем можно определить уровень сформированности каждого компонента процесса самоорганизации.

Для изучения общего уровня сформированности навыков самоорганизации необходимо найти среднее арифметическое всех компонентов.

После подсчета всех методик мы определяем общий уровень сформированности процесса профессионального самоопределения по разработанной нами таблице.

Таблица 5 – Критерии и уровни сформированности компонентов профессионального самоопределения

Уровни	Компонент			
	Эмоциональный	Когнитивный	Операционно-деятельностный	Оценочно – рефлексивный
	Показатели			
Низкий (0 баллов)	Отсутствует понимание своих эмоций, чувств, мотивов и интересов; не	Не знает о мире профессий и возможностях их получения	Не владеет методами конструирования личного плана профессионального развития	Навыки рефлексии личностных характеристик и оценки будущей профессиональной

	сформировано отношение к профессиональной деятельности			деятельности отсутствуют
Ниже среднего (1 балл)	Присутствует слабое понимание своих эмоций, чувств, мотивов; мало сформировано отношение к профессиональной деятельности	Владеет недостаточной информацией о мире профессий и возможностях их получения	Владение методами конструирования личного плана профессионального развития на слабом уровне	Слабо развиты навыки рефлексии личностных характеристик и оценки будущей профессиональной деятельности
Средний (2 балла)	Может частично оценить свои эмоции и чувства; проявляет интерес к той или иной профессиональной сфере деятельности.	Имеет частичные представления как устроен мир профессий и где можно обучаться на ту или иную специальность	Частично владеет методами конструирования личного плана профессионального развития	Навыки рефлексии личностных характеристик и оценки будущей профессиональной деятельности развиты частично
Выше среднего (3 балла)	Осознает свои эмоции и чувства к той или иной сфере профессиональной деятельности	Владеет достаточной информацией о профессиях и местах их обучения	Владеет методами конструирования личного плана профессионального развития на должном уровне	Владеет навыками рефлексии личностных характеристик и оценки будущей профессиональной деятельности на должном уровне
Высокий (4 балла)	Полностью понимает свои эмоции, мотивы и желания, имеет	Знает о мире профессий и возможностях их получения	Полностью владеет методами конструирования личного плана	Хорошо развиты навыки рефлексии личностных характеристик и

	собственное отношение к профессиональной деятельности		профессионального развития	оценки будущей профессиональной деятельности
--	---	--	----------------------------	--

Уровни:

Низкий (0-3 балла) – человек не владеет знаниями о мире профессий, поэтому не способен оценить свои эмоции и чувства к тому или иному виду деятельности, также имеет проблемы с навыками рефлексии и отсутствуют навыки организации личного профессионального плана.

Ниже среднего (4 – 6 баллов) - человек владеет информацией об актуальных профессиях в небольшом количестве, поэтому не может конкретизировать свои интересы и склонности. Слабо развиты навыки рефлексии и владения методами планирования профессиональной деятельности.

Средний (7-9 баллов) – человек частично разбирается как устроен рынок труда, в последствии чего способен оценить свои мотивы и личные характеристики по отношению к определенным сферам профессиональной деятельности. Имеет некоторые представления о своём профессиональном развитии.

Выше среднего (10-12 баллов) – человек имеет широкие знания о видах профессиях и о местах их обучения. Осознает свои склонности и истинные мотивы. Имеет примерный план своего профессионального роста.

Высокий (13-16 баллов) – человек хорошо владеет знаниями о рынке труда и какие профессии актуальны для данного общества, осознанно подходит к выбору профессии, сравнивая свои предпочтения и личностные характеристики с будущей профессиональной сферой деятельности, имеет четко выстроенный план профессионального развития.

Таблица 6 – Критерии и уровни сформированности компонентов процесса самоорганизации

	Уровень развития				
	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий

Компонент и критерий	Стены									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Сырые баллы									
Целеполагание (Постановка, принятие и удержание цели)	от -42 до -7	от -6 до -2	от -1 до 4	от 5 до 10	от 11 до 15	от 16 до 19	от 20 до 24	от 25 до 29	от 30 до 34	от 35 до 42
Анализ ситуации (Оценка актуальной ситуации с разных сторон)	от -42 до -16	от -15 до -9	от -8 до -3	от -2 до 1	от 2 до 6	от 7 до 13	от 14 до 17	от 18 до 23	от 24 до 27	от 28 до 42
Планирование (Формулирование задач и последовательность этапов)	от -33 до -17	от -16 до -12	от -11 до -8	от -7 до -3	от -2 до 4	от 5 до 9	от 10 до 15	от 16 до 21	от 22 до 25	от 26 до 33
Самоконтроль (Оценка себя, своих действий и контроль за их исполнением)	от -45 до -15	от -14 до -8	от -7 до -2	от -1 до 3	от 4 до 9	от 10 до 18	от 19 до 23	от 24 до 29	от 30 до 35	от 36 до 45
Коррекция (Способность корректировать план и собственные действия)	от -30 до -10	от -9 до -8	от -7 до -4	от -3 до -2	от -1 до 2	от 3 до 4	от 5 до 7	от 8 до 9	10	от 11 до 30
Волевые усилия (Концентрация активности в заданном направлении)	от -30 до -10	от -9 до -3	от -2 до 0	от 1 до 3	от 4 до 7	от 8 до 10	от 11 до 13	от 14 до 16	от 17 до 19	от 20 до 30

Уровень самоорганизации	Среднее арифметическое всех компонентов переведенных в стены
------------------------------------	--

Уровни:

Низкий уровень (1-2 стен) – человек не имеет представлений о том, чего хочет добиться или получить. Не строит планы. Плохо развито чувство самоконтроля и самомотивации.

Ниже среднего (3-4 стен) – человек имеет размытые представления о желаемом. Не умеет правильно и последовательно планировать шаги к достижению результата. Редко вносит коррективы в свои планы и не может проконтролировать свою деятельность.

Средний (5-6 стен) – человек умеет ставить цели и планировать ход своих действий к достижению результата. Часто не хватает волевых усилий и самоконтроля, чтобы дойти до конца намеченного пути.

Выше среднего (7-8 стен) – у человека есть четкое представление то, к чему он должен прийти. Последовательность шагов составлена во временных ограничениях. Хорошо развит навык анализа, благодаря которому человек способен контролировать свою деятельность.

Высокий (9-10 стен) – человек имеет цель и постепенно идет к ней. Сильная мотивация помогает справлять с трудностями и корректировать свои действия. Самоконтроль позволяет взвесить все причины удач и неудач, и активизировать внутренние ресурсы.

2.2. Изучение и анализ влияния компонентов самоорганизации на профессиональное самоопределение старшекласников

18 октября 2022 года была проведена диагностическое исследование, в котором приняли участие 43 обучающихся 10-го класса МБОУ «СШ №91». Выборка является репрезентативной. Средний возраст участников экспериментальной группы составил 16 лет.

Как уже отмечалось ранее исследование процесса профессионального самоопределения и самоорганизации у десятиклассников проводилось по определенным критериям и компонентам.

Проанализируем результаты компонентов профессионального самоопределения (Приложение Д-Е) и для наглядности отразим полученные данные на диаграмме.

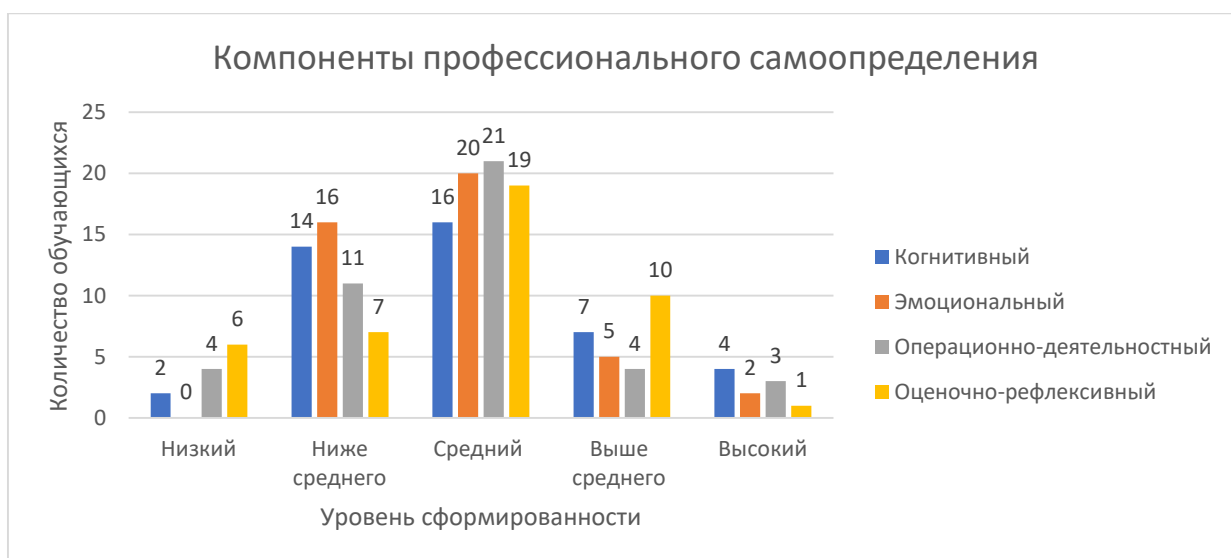


Рисунок 1 – Уровни сформированности компонентов профессионального самоопределения в десятом классе

Результаты исследования когнитивного компонента нам демонстрируют уровень знаний старшекласников о мире профессий – средний и ниже среднего. Это говорит о том, что 32% (уровень ниже среднего – 14 человек) обучающихся имеют слабые представления о том какие профессии вообще существуют на данный момент и какие являются актуальными для общества, другая часть 37% (средний уровень- 16 человек) владеют частичной информацией о видах профессий и где ими можно обучиться. С уровнем выше среднего (16% - 7 человек) и с

высоким уровнем (9% - 4 человека) уже более глубоко изучили данную сферу и понимают какая профессия будет для общества более востребованной. И 4% (2 человека) совершенно не интересуются темой выбора будущей профессиональной деятельности.

Эмоциональный компонент в 10-ом классе развит преимущественно на среднем уровне (46%- 20 человек), т.е. большая часть старшеклассников способны частично оценить свои эмоции и чувства по отношению к какой-либо профессиональной деятельности. Также немалая часть обучающихся имеет уровень ниже среднего (37% - 16 человек) – это дети, которые слабо различают свои ощущения к профессиональной деятельности. Малый процент класса с уровнем выше среднего (11% - 5 человек) и высоким (4% - 2 человека) могут полностью осознать свои истинные мотивы выбора будущей профессии и имеют своё собственное отношение к профессиональной деятельности. Низкий уровень отсутствует (0% - 0 человек), так как в обоих классах нет таких старшеклассников, которые бы не смогли понять своё внутреннее эмоциональное состояние.

Операционно-деятельностный компонент показал нам на сколько старшеклассники владеют конструированием личного профессионального плана. Весьма большое количество учеников имеют средний уровень (48% - 21 человек), т.е. старшие подростки имеют частичные представления о том, как ставится цель и как спланировать деятельность для её достижения. Также имеются дети с уровнем ниже среднего (25% - 11 человек), которые имеют трудности с созданием какой-либо стратегии, потому что не понимают, чего хотят на самом деле. У старшеклассников с низким уровнем (9% - 4 человека) навыки организации своей собственной деятельности практически отсутствуют, у них нет мотива и плана, чтобы стремиться к чему-либо. Обучающиеся с уровнем выше среднего (9% - 4 человека) имеют примерный план, по которому стараются двигаться в заданном направлении. Старшеклассники с высоким уровнем (6% - 3 человека) разработали свою схему достижения цели в деталях и вносят постоянные коррективы, исходя из своих ресурсов.

Оценочно-рефлексивный компонент сформирован в десятом классе в большей степени на среднем уровне (44% - 19 человек). Старшеклассники могут выделить свои личностные качества, но при сравнении их с будущей профессией возникают сложности, так как когнитивный компонент развит слабо. Также из-за этого увеличивается число учеников с уровнем низким (13% - 6 человек) и ниже среднего (16% - 7 человек), которые не только владеют малой информацией, но и плохо способны оценить свои эмоции по отношению к какой-либо профессии. Кроме этого присутствуют дети с уровнем выше среднего (23% - 10 человек) и высоким (2% - 1 человек), которые не только сравнивают свои характеристики, но и понимают, что им необходимо развить в себе для успешного освоения профессиональной деятельности.

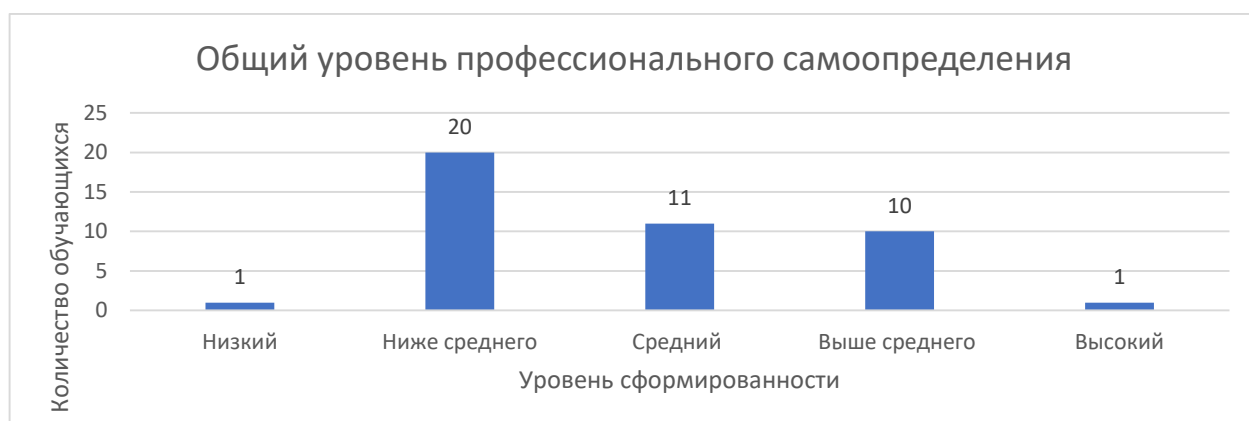


Рисунок 2 – Общий уровень сформированности профессионального самоопределения у обучающихся десятого класса

Исследовав каждый компонент профессионального самоопределения, мы устанавливаем общий уровень сформированности процесса. На диаграмме можно наблюдать в наибольшей степени уровень ниже среднего (46% - 20 человек), это те старшеклассники, которым не хватает информации о видах профессии, чтобы определиться со своим выбором, также у них плохо развиты навыки построения плана и рефлексии. В минимальном количестве присутствует низкий уровень (2% - 1 человек) – старшеклассники, которые вообще не заинтересованы в выборе профессии. Старшие подростки со средним уровнем (25% - 11 человек) уже имеют примерные представления кем хотят быть в будущем. Десятиклассники с уровнем выше среднего (23% - 10 человек) и высоким (2% - 1 человек) владеют достаточной

информацией о мире профессий и уже выстроили план того, каким образом они хотят получить ту или иную специальность.

Таким образом, можно сделать вывод, что половина десятого класса (51% - 22 человека) уже имеют представления кем хотят быть в будущем, а другая часть (49% - 21 человек) находятся в затруднении.

Мы изучили в чем заключаются проблемы старшеклассников в профессиональном самоопределении и далее хотим рассмотреть, как у них сформированы навыки самоорганизации, чтобы лучше разобраться откуда могут исходить данные сложности (Приложение Ж-3).

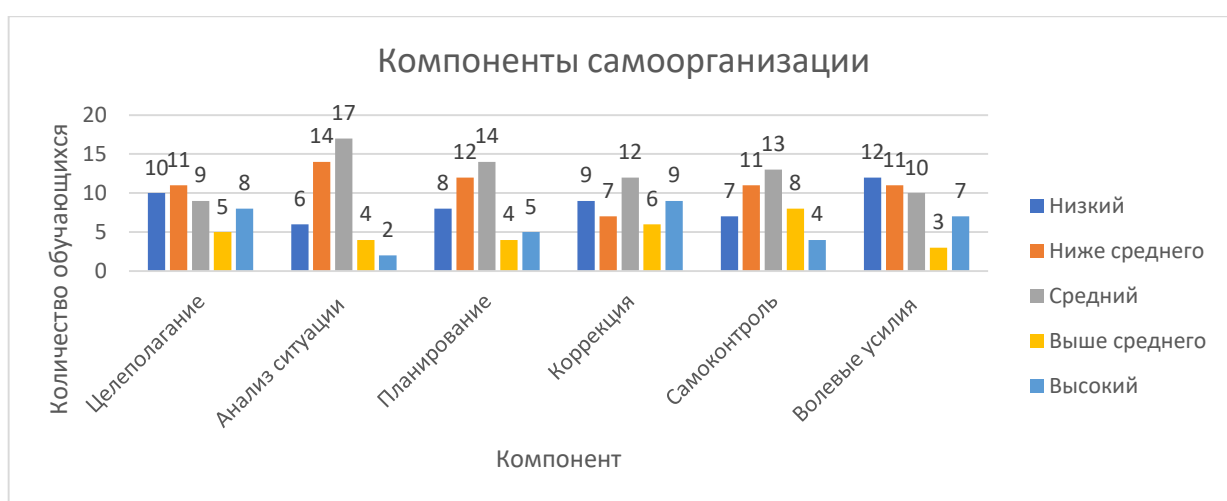


Рисунок 3 - Уровни сформированности компонентов процесса самоорганизации в десятом классе

При анализе результатов по шкале «Целеполагание» было выявлено, что в 10 классе преимущественно выделяется уровень сформированности ниже среднего (25% - 11 человек). Также видно достаточное количество обучающихся с низким уровнем (23% - 10 человек). Исходя из полученных результатов можно говорить о недостаточной сформированности навыка постановки целей, её принятии и удержании. Большинство испытывают сложности с формулированием образа желаемого, что в дальнейшем мешает при выборе профессии, так как дети не могут осознать в какой области они хотели бы развиваться профессионально. Несколько человек имеет средний уровень (20% - 9 человек), это дети, которые ставят перед собой цели, но не могут их удержать и довести до конца. Оставшиеся

старшеклассники имеют уровни выше среднего (11% - 5 человек) и высокий (18% - 8 человек), они способны четко определить цель и выстроить примерные временные рамки.

Результаты «анализа ситуации» показывают следующее: часть класса имеет средний уровень (39% - 17 человек). Обучающиеся способны изучить актуальное для них положение и выделить свои ресурсы на возникшие трудности. Кроме этого есть ученики с уровнем ниже среднего (32% - 14 человек), которые исследуют совокупность обстоятельств в минимальном объёме. Ученики с низким уровнем (13% - 6 человек) не заинтересованы в сложившейся для них ситуации и предпочитают оставлять всё без изменений. Десятиклассники с уровнем выше среднего (9% - 4 человека) и высоким (4% - 2 человека) стараются изучить своё положение с разных сторон, взвешивая все «за» и «против».

Компонент «Планирование» развит в 10 классе преимущественно на среднем (32% - 14 человек) и ниже среднем (27% - 12 человек) уровнях. Опираясь на данные «Анализ ситуации» и «Целеполагание», можно заметить взаимосвязь, так как выделяемые компоненты развиты на среднем и ниже среднего уровнях, то и компонент планирование будет также слабо развит, потому что без умения изучить ситуацию и поставить перед собой цель, спланировать деятельность к достижению этой цели невозможно. Вдобавок есть старшие подростки с низким уровнем (18% - 8 человек), которые не владеют методами организации себя и своей деятельности. Малая часть десятиклассников с уровнем выше среднего (9% - 4 человека) и высоким (11% - 5 человек) активно используют навыки планирования, выполняя определенные задачи и достигая поставленных перед собой целей.

Изучение компонента «Коррекция» показало нам, что в 10 классе ученики имеют средний уровень (27% - 12 человек) и частично вносят поправки в собственную деятельность на пути к цели. Старшеклассники с уровнем ниже среднего (16% - 7 человек) чаще всего не стараются привнести значительных изменений, делают минимальные поправки, по сравнению с теми, у кого уровень выше среднего (13% - 6 человек). Помимо этого, десятиклассники разделились в равном количестве на низкий (20% - 9 человек) и высокий уровень (20% - 9

человек), т.е. на тех, кто оставляет свою деятельность без изменений и тех, кто постоянно что-то добавляет новое, заменяя средства и методы, чтобы достигнуть необходимых результатов.

Самоконтроль у десятиклассников находится на среднем уровне (30% - 13 человек). Обучающиеся способны контролировать свои действия и направлять ресурсы в нужное русло. Старшеклассники с уровнем ниже среднего (25% - 11 человек) частично управляют своей работой по отношению к достижению результата. Обучающиеся с низким уровнем (16% - 7 человек) не предпринимают попытки наблюдать за собственными результатами. Школьники с уровнем выше среднего (18% - 8 человек) и высоким (9% - 4 человека) наоборот стараются отследить все свои шаги в направлении к желаемому результату и в нужный момент внести изменения.

Волевые усилия у старшеклассников развиты на недостаточном уровне – низком (27% -12 человек). Это свидетельствует о том, что активность детей носит прерывистый характер и чаще всего замечена склонность к прокрастинации, поэтому им сложно доводить начатое до конца и идти настойчиво к своей цели. Другая часть класса с уровнем ниже среднего (25% - 11 человек) и средний (23% - 10 человек) старается избегать всех трудностей. И только обучающиеся с уровнем выше среднего (6%- 3 человека) и высокий (16% - 7 человек) думают, как преодолеть трудность, что для этого можно использовать.

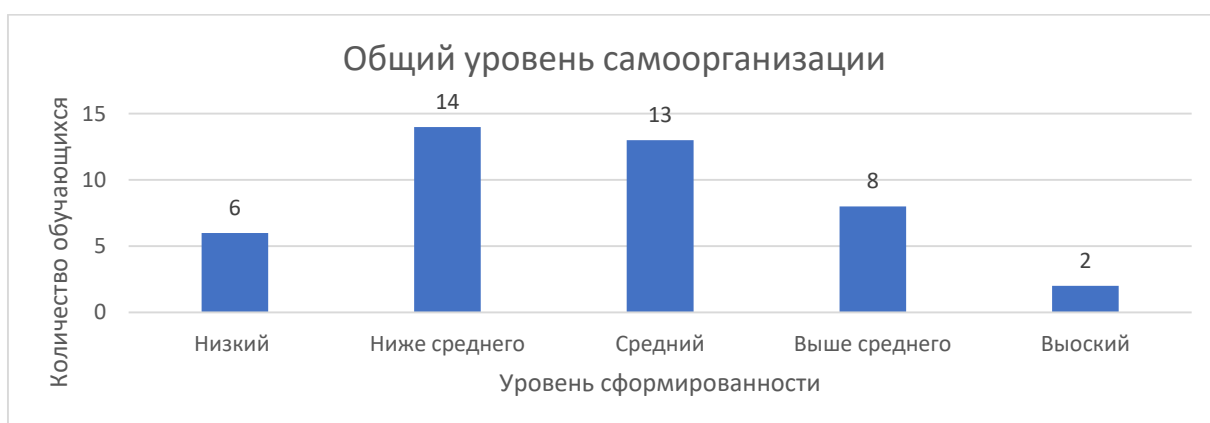


Рисунок 4 – Общий уровень сформированности самоорганизации у обучающихся десятого класса

Произведя все необходимые математические операции, мы получили общий уровень самоорганизации в 10-ом классе. На диаграмме можно заметить преобладание уровня ниже среднего (32% - 14 человек), другая часть класса имеет средний уровень (30% - 13 человек). Можно сделать вывод о том, что десятиклассники способны ставить перед собой цели и планировать ход своих действий к достижению результата, но они не прикладывают к этому достаточно усилий, а стараются избежать любых трудностей, также не хватает практических навыков, чтобы логично и последовательно организовать свою собственную деятельность, используя все возможные ресурсы. Обучающиеся с низким уровнем (13% - 6 человек) имеют существенные трудности в организации своей деятельности. Ученики с уровнем выше среднего (18% - 8 человек) и высоким (4% - 2 человека) имеют хорошо сформированные навыки самоорганизации: они ставят перед собой цель, планируют последовательность шагов на пути к этой цели, анализируют все ресурсы и стараются идти в заданном направлении.

Таким образом, мы видим, что половина десятиклассников имеют существенные трудности при выборе профессии из-за слабо сформированных навыков самоорганизации, чтобы убедиться в своих предположениях, мы выявляем наличие связи между компонентами самоорганизации и профессионального самоопределения, а также силу и статистическую значимость.

I этап. Постановка исследовательского вопроса: Существует ли связь между компонентами самоорганизации и компонентами профессионального самоопределения?

II этап. Экспериментальные данные получены в количественных показателях, следовательно, необходимо применить статистический метод Пирсона.

III этап. Выдвигаем гипотезы исследования:

H_0 – достоверной связи между исследуемыми компонентами не обнаружено

H_1 – существует достоверная связь между исследуемыми компонентами

IV этап. Проведения вычислительных операций в программе Excel.

1. Вводим данные двух компонентов: операционно-деятельностный компонент (X) и коррекция (Y).

2.Находим для X и Y суммы (Σ) (Приложение 8):

$$\Sigma(X) = 135$$

$$\Sigma(Y) = 65$$

3.Вычисляем среднее арифметическое:

$$M_x = \Sigma(X) / n = 3,139534884$$

$$M_y = \Sigma(Y) / n = 1,511627907$$

4. Рассчитаем для каждого значения показателей величину отклонения от среднего арифметического $d_x = X - M_x$ и $d_y = Y - M_y$ (Приложение И).

5.Возведем в квадрат каждое значение отклонения d_x (d_x^2) и d_y (d_y^2) и рассчитаем для каждой пары значений произведение отклонений ($d_x \times d_y$) (Приложение И).

6. Определим значения суммы квадратов отклонений $\Sigma(d_x^2)$ и $\Sigma(d_y^2)$.

$$\Sigma(d_x^2) = 77,1627907$$

$$\Sigma(d_y^2) = 8916,744$$

7.Найдем значение суммы произведений отклонений $\Sigma(d_x \times d_y)$:

$$\Sigma(d_x \times d_y) = 587,9302$$

8. Рассчитаем значение коэффициента корреляции Пирсона r_{xy} по приведенной выше формуле (Приложение И):

$$r_{xy} = \frac{\Sigma(dx \times dy)}{\sqrt{\Sigma(dx^2 \times dy^2)}} = 0,708791787$$

9. Сравниваем полученные данные со значением r- Пирсона по уровню и характеру связи между компонентами.

$r_{xy} = 0,708791787$ значение находится в промежутке между 0,50 – 0,74. Связь высокая положительная.

10. Оценка статистической значимости коэффициента корреляции r_{xy} осуществляется при помощи t-критерия, рассчитываемого по следующей формуле:

$$T_r = \frac{r_{xy}\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2_{xy}}} = 6,433750587$$

Полученное значение t_r сравнивается с критическим значением при определенном уровне значимости и числе степеней свободы $n-2$.

$T_{\text{крит.}} = 2,0195410$ при $p = 0,05$

$T_{\text{крит.}} = 2,7011813$ при $p=0,01$

Если $Tr. \geq T_{\text{крит.}}$, то принимаем H_1 и отвергаем H_0 .

Если $Tr_{\text{эмп.}} < T_{\text{крит.}}$, то принимаем H_0 и отвергаем H_1

$6,433750587 > 2,0195410$

$6,433750587 > 2,7011813$, следовательно принимаем H_1 и отвергаем H_0 .

Вывод: корреляционная связь между операционно-деятельностным компонентом профессионального самоопределения и компонентом «Коррекция» процесса самоорганизации прямая, высокосignимая, положительная.

V этап. Аналогичным образом просчитываем все остальные компоненты между собой.

В результате были получены следующие взаимосвязи.

Таблица 7 – Результаты корреляционной связи по Пирсону

Компоненты профессионального самоопределения	Компоненты самоорганизации					
	Результаты корреляционной связи					
	Ц	К	П	А	В	С
К/к	Средняя положительная (0,4)	Высокая положительная (0,51)	Средняя положительная (0,43)	Высокая положительная (0,55)	Средняя положительная (0,47)	Средняя положительная (0,41)
Э/к	Слабая отрицательная (-0,15)	Слабая положительная (0,12)	Слабая отрицательная (-0,06)	Слабая положительная (0,04)	Слабая положительная (0,04)	Средняя положительная (0,48)
О-д/к	Высокая положительная (0,62)	Высокая положительная (0,7)	Высокая положительная (0,63)	Средняя положительная (0,28)	Высокая положительная (0,72)	Слабая положительная (0,15)

О-р/к	Слабая отрицательная (-0,01)	Слабая положительная (0,14)	Слабая положительная (0,09)	Слабая отрицательная (-0,11)	Слабая положительная (0,02)	Высокая положительная (0,6)
--------------	------------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

Ц- целеполагание, К-коррекция, П-планирование, А – анализ ситуации, В- волевые усилия, С –самоконтроль, К/к-когнитивный компонент, Э/к-эмоциональный компонент, О-д/к –операционно-деятельностный компонент, О-р/к- операционно-рефлексивный компонент

Выполнив качественную обработку данных, мы подтвердили её количественным методом и сделали следующие выводы:

1. Когнитивный компонент имеет наиболее сильную связь с компонентом самоорганизации «Анализ ситуации» (0,55), так как для владения информацией о мире профессий её для начала нужно найти и проанализировать.
2. Эмоциональный компонент имеет наиболее сильную связь с компонентом самоорганизации «Самоконтроль» (0,48), так как для изучения внутреннего состояния и оценки своего отношения к какой-либо профессиональной сфере деятельности важны хорошо сформированные навыки самоконтроля.
3. Операционно-деятельностный компонент имеет наиболее сильные связи с компонентами самоорганизации «Целеполагание» (0,62), «Коррекции» (0,7), «Планирование» (0, 63) и «Волевые усилия» (0,72), так как для конструирования личного плана профессионального развития, необходимы умения формулирования цели, планирования деятельности к достижению данной цели, способность вовремя внести коррективы и дойти до конца пути, несмотря на все трудности.
4. Оценочно-рефлексивный компонент имеет наиболее сильную связь с компонентом самоорганизации «Самоконтроль» (0,6), так как для оценки своих характеристик с будущей профессией важно владеть навыками самоконтроля.

На основании полученных результатов и выявленной взаимосвязи между компонентами, мы сделали вывод о необходимости проведения формирующего эксперимента, направленного на развитие навыков самоорганизации в рамках профессионального самоопределения.

Таким образом, гипотеза нашего исследования заключается в предположении о том, что развитие навыков самоорганизации будет оказывать положительное влияние на профессиональное самоопределение старшеклассников.

2.3. Организация работы по формированию самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников

На основании теоретического анализа и результатов констатирующего эксперимента, нами была разработана развивающая программа по усовершенствованию навыков самоорганизации в рамках профессионального самоопределения.

Цель: способствовать развитию навыков самоорганизации в рамках профессионального самоопределения у десятиклассников

Задачи:

1. Актуализировать тему самоорганизации и профессионального выбора
2. Обучить методам самоорганизации в рамках профессионального самоопределения

Целевая группа: обучающиеся 10-го класса (16-17 лет)

Форма работы: занятия с элементами тренинга

Методы коррекции: беседа, информирование, рисуночные методики, проективные методики, практические упражнения по развитию навыков: постановки цели, анализа ситуации, планирования, коррекции собственной деятельности, самоконтроля и волевых усилий, сюжетно-ролевые игры.

Режим занятий: 2 раза в неделю

Общее количество часов: 11ч

Опираясь на выявленные нами взаимосвязи между профессиональным самоопределением и процессом самоорганизации, мы определили ряд занятий и компоненты, которые будут в последствии развиваться за счет влияния друг на друга.

Таблица 8 – Механизм развития компонентов

Компонент профессионального самоопределения	Развивающий компонент самоорганизации	Занятия
---	---------------------------------------	---------

Вводное занятие (актуализация темы) - «Влияние самоорганизации на выбор будущей профессии»		
Когнитивный	- Анализ ситуации	- «В ногу со временем»
Эмоциональный	- Самоконтроль	Цикл занятий «Примерка»: - Сюжетно-ролевая игра в сфере «Человек-человек» - Сюжетно-ролевая игра в сфере «Человек-техника» - Сюжетно-ролевая игра в сфере «Человек-природа» - Сюжетно-ролевая игра в сфере «Человек-знаковая система» - Сюжетно-ролевая игра в сфере «Человек-художественный образ»
Оценочно-рефлексивный	- Самоконтроль	- «Мои ресурсы»
Операционно-деятельностный	- Целеполагание - Планирование - Коррекция - Волевые усилия	- «Трансформация желания в цель» - «Как все успеть?» - «Мне преграды не по чем»

Подробнее о содержании занятий представлено в приложении К.

Все занятия поделены на определённые блоки, в соответствии с теми компонентами, на развитие которых они были направлены. Ведущая форма работы является занятием с элементами тренинга, так как данная форма является наиболее эффективной для получения новых знаний, понимания своих способностей и склонностей, а также для развития умений и навыков, необходимых для формирования самоорганизации в рамках профессионального самоопределения.

Вводное занятие. Развивающая программа начинается с вводного занятия «Влияние самоорганизации на выбор будущей профессии», которое направлено именно на актуализацию темы будущей работы. Проводится данное занятие с помощью групповой дискуссии в форме «Критики, мечтатели и реалисты». Дети делятся на три группы, вытягивая определенный цвет ленточки из мешка. Затем

ведущий устанавливает правила работы при дискуссии. После этого педагог озвучивает роль и задачи каждой группы, с какой позиции им нужно будет подбирать аргументы на выделенную тему. Группы:

- Группе критиков – яркая критика аргументов, обнаружение и раскрытие слабых сторон, возможные трудности и т.д.
- Группе мечтателей – генерализация разнообразных вариантов, построение невероятных перспектив осуществления и т.д.
- Группе реалистов – выдвижение аргументов в соответствии с актуальной позицией, анализ реальных трудности, нахождение всех плюсов и минусов.

Затем группы начинают подготовку своих аргументов в течении 5-7 минут, после чего происходит выступление каждой команды, обсуждение всех выдвинутых аргументов и подведение итогов. В конце занятия проводится рефлексия и ритуал прощания, где дети оценивают проведенное мероприятие.

Актуализировав тему влияния самоорганизации на профессиональное самоопределение, начинается блок развития когнитивного компонента профессионального самоопределения за счет развития навыка «Анализ ситуации» в процессе самоорганизации.

Занятие в «Ногу со временем» нацелено на информирование старших подростков о том, как устроен рынок профессий, биржа труда, какие профессии на сегодняшний день являются наиболее востребованными для общества и где можно получить ту или иную профессию в городе Красноярск. Вслед за знакомством с миром профессий старшеклассники должны будут сыграть в профориентационную игру «Цепочка профессий», цель которой заключается в развитии умения выделять общее в различных видах трудовой деятельности.

Цикл «Примерка». Изучив теоретическую часть, ребятам предлагается познакомиться с практической стороны. Начинается цикл «Примерка», где будет идти развитие эмоционального компонента профессионального самоопределения за счет компонента «Самоконтроль» в процессе самоорганизации. В цикл входит 5 занятий, каждое занятие – это одна профессиональная сфера деятельности

(человек-человек, человек-техника, человек-природа, человек-знаковая система, человек-художественный образ). Форма занятий: сюжетно-ролевая игра. Десятиклассникам будет предлагаться определенный профессиональный сюжет и практическое задание согласно истории, таким образом обучающиеся на себе попробуют ту или иную роль и смогут определить близка им данная деятельность или нет. Также перед началом занятий будет даваться разминочное упражнение, связанное с темой урока и направлено на развитие самоконтроля.

Занятие «Мои ресурсы». Далее отведено одно занятие для оценки всех своих эмоций и чувств после пройденных блоков. Данное занятие направлено на развитие оценочно-рефлексивного компонента профессионального самоопределения, где будут использоваться навыки самоконтроля. Занятие «Мои ресурсы» полностью направлено на внутренний анализ себя, своих качеств личности, положительных и отрицательных сторон. Старшеклассникам будет предлагаться методика «Семь качеств личности» (Р.Кеттелла, модифицированная А.Г.Герцова), которую они смогут посчитать на месте и узнать свои результаты, это нужно для того, чтобы помочь детям начать анализ своей индивидуальности. После получения результатов дети должны будут нарисовать свой портрет личности в рамках профессионального самоопределения. Задача обучающихся нарисовать каким они видят себя в профессиональной деятельности, перечислив все свои подходящие качества для данной профессии и те качества, которые стоит проработать. В конце занятия рефлексия и ритуал прощания.

Для развития операционно-деятельностного компонента профессионального самоопределения используются такие компоненты самоорганизации как целеполагание, планирование, коррекция и волевые усилия. В данном случае на каждый компонент самоорганизации отводится по одному занятию в рамках профессионального самоопределения.

Занятие «Трансформация желания в цель» направлено на обучение старшеклассников технологии постановки целей по SMART. Обучающиеся будут учиться ставить конкретную, измеримую, достижимую, актуальную и ограниченную во времени цель, которая будет сфокусирована на будущую

профессиональную деятельность. Также важно удерживать и принимать цель, поэтому обучающиеся с помощью проективной методики «Моя мечта» должны будут визуализировать свою цель.

Занятие «Как всё успеть?». После того как старшеклассники поставили перед собой цель в рамках будущей профессиональной деятельности, стоит построить план собственных действий на пути к желаемому. На этом утверждении построено занятие «Как всё успеть?», где дети будут учиться планировать и выстраивать логическую последовательность своих шагов. В начале им будет выдана информация о том, какие виды планов вообще существуют. Получив информацию и попрактиковавшись в планировании, старшеклассники будут пробовать спланировать свои собственные шаги на пути к той цели, которую они поставили на прошлом занятии с помощью проективной методики «Лестница достижений». Здесь им предстоит использовать все свои навыки, которые они получили исходя из прошлых занятий: проанализировать свою актуальную ситуацию, обозначить свою цель, спланировать последовательность и попытаться подумать наперед какие действия могут быть подвержены коррекции и с какими трудностями им придется столкнуться.

Занятие «Мне преграды не по чем». На предыдущих занятиях старшие подростки уже многое узнали, но, чтобы они не бросали начатое на полпути, им необходима сила воли, поэтому последнее занятие в блоке на развитие операционно-деятельностного компонента направлено на развитие волевых усилий «Мне преграды не по чем». В начале занятия детям будет представлен наглядный пример того, как сила воли влияет на действия и ощущения человека (упражнение «Удары судьбы»). В данном упражнении желающий из класса должен будет «идти к своей цели», а другие ученики будут бросать в него бумажные снежки «трудности» и «преграды». Цель упражнения: показать, что важно идти к своей цели, несмотря ни на что. Далее будет проведена мини-беседа на тему «Как влияет сила воли на карьерный рост?», для того, чтобы еще раз убедить детей в важности развития данного качества. В информативном блоке детям предлагается

несколько вариантов как можно развить силу воли и некоторые из них попробовать на практике.

После всех проведенных мероприятий проводится повторная диагностика для анализа результатов проделанной работы.

Таким образом, будет реализована развивающая программа, направленная на развитие навыков самоорганизации в рамках профессионального самоопределения.

2.4. Интерпретация полученных результатов о сформированности самоорганизации в профессиональном самоопределении старшеклассников

Для реализации развивающей программы была организована группа десятиклассников из двух классов. Обучающимся предлагалось по желанию посещать данный цикл занятий, направленный на развитие навыков самоорганизации в рамках профессионального самоопределения. Предполагалось, что будет учувствовать двадцать один ученик с низким и ниже среднего уровнями, но в реальности присутствовало семнадцать человек.

После выполнения всего плана программы были получены следующие результаты по развитию навыков самоорганизации (Приложение Л-М).

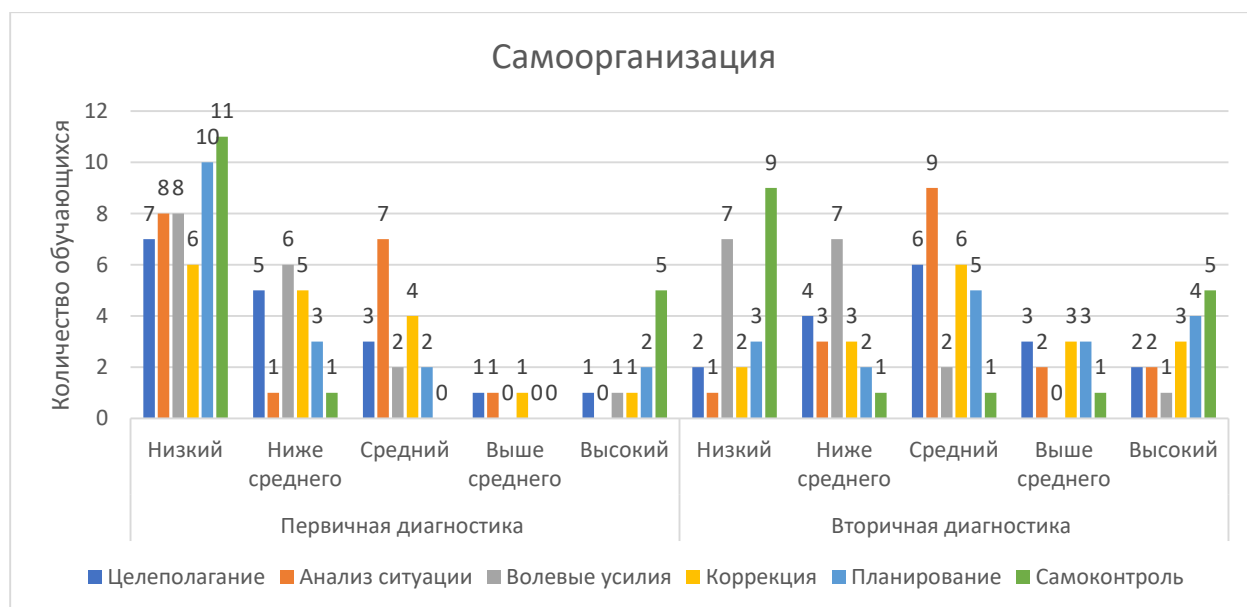


Рисунок 5 – Результаты первичной и вторичной диагностики по сформированности компонентов самоорганизации

Анализируя данные первичной и вторичной диагностики, можно говорить о том, что значительные изменения произошли в функциональных компонентах самоорганизации (целеполагание, анализ ситуации, коррекция, планирование):

- «Целеполагание» - снизилось количество обучающихся с уровнем низким на 30% (на 5 человек) и ниже среднем на 6% (на 1 человека). Далее произошло

увеличение в уровнях средний на 18% (на 3 человека), выше среднего на 12% (на 2 человека), высоком на 6% (на 1 человека).

- «Анализ ситуации» - низкий уровень уменьшился в количестве на 42% (на 7 человек), в остальном данные увеличились: уровень ниже среднего на 12% (на 2 человека), средний и высокий на 12% (на 2 человека), выше среднего на 6% (на 1 человека).
- «Коррекция» - сократились уровни низкий на 23% (на 4 человека) и ниже среднего на 12% (на 2 человека), стало больше среднего, выше среднего и высокого на 12% (на 2 человека).
- «Планирование» - достаточно большое количество низкого уровня снизилось на 41% (на 7 человек), ниже среднего на 6% (на 1 человека). Увеличились средний на 18% (на 3 человека), выше среднего на 18% (на 3 человека) и высокий на 12% (на 2 человека).

Что касается личностных компонентов (волевые усилия и самоконтроль), то здесь изменения произошли минимальные:

- «Волевые усилия» - уменьшилось количество низкого уровня на 6 % (на 1 человека) и увеличилось число человек с уровнем ниже среднего на 6% (на 1 человека), остальное осталось без изменений.
- «Самоконтроль» - низкий уровень сократился в количестве на 12% (на 2 человека) и возросло число в уровнях среднем и выше среднего на 6 % (на 1 человека).

Из этого следует, что на сегодняшний день нам удалось обучить старшеклассников способам формулирования правильно цели, изучать актуальную для них ситуацию и планировать собственную деятельность к достижению этой цели, внося определенные коррективы, но несмотря на это мало внимания было уделено развитию волевых усилий и самоконтролю из-за временных рамок, поэтому десятиклассники могут испытывать трудности двигаться в строго заданном направлении. Они будут знать какую профессию хотят освоить, в какой

ВУЗ необходимо поступить, но не смогут прикладывать все силы и упорно готовиться к ЕГЭ для поступления. В будущем стоит расширить развивающую программу и добавить больше занятий на развитие силы и воли и самоконтроля.

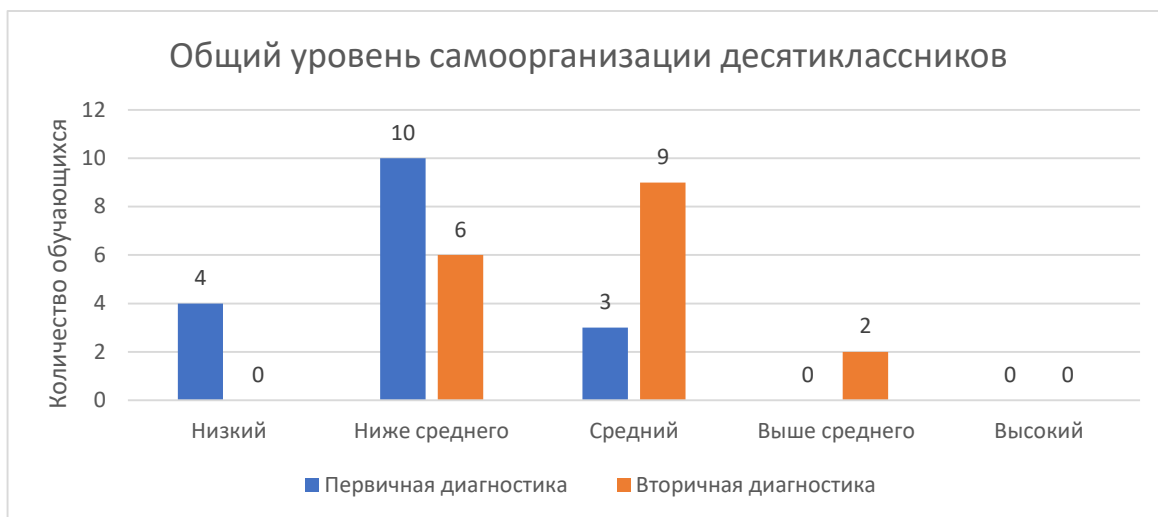


Рисунок 6 – Результаты первичной и вторичной диагностики по общему уровню сформированности навыков самоорганизации

Изучив изменения в каждом компоненте самоорганизации, мы видим общую динамику по всему процессу: полностью отсутствует низкий уровень (0 человек) и уменьшился в количестве уровень ниже среднего на 24% (на 4 человека), повысились средний на 35% (на 6 человек) и выше среднего на 12 % (на 2 человека) уровни. Высокий развить не получилось.

По итогу старшеклассникам удалось усовершенствовать свои навыки самоорганизации в рамках профессионального самоопределения, а именно: поставить конкретную цель в рамках профессионального выбора, выстроить последовательность этапов, что именно они могут предпринять, чтобы обучиться той или иной профессии, изучить актуальную ситуацию в соответствии со своими личными ресурсами, но стоит больше уделить внимание развитию силы воли и самоконтролю.

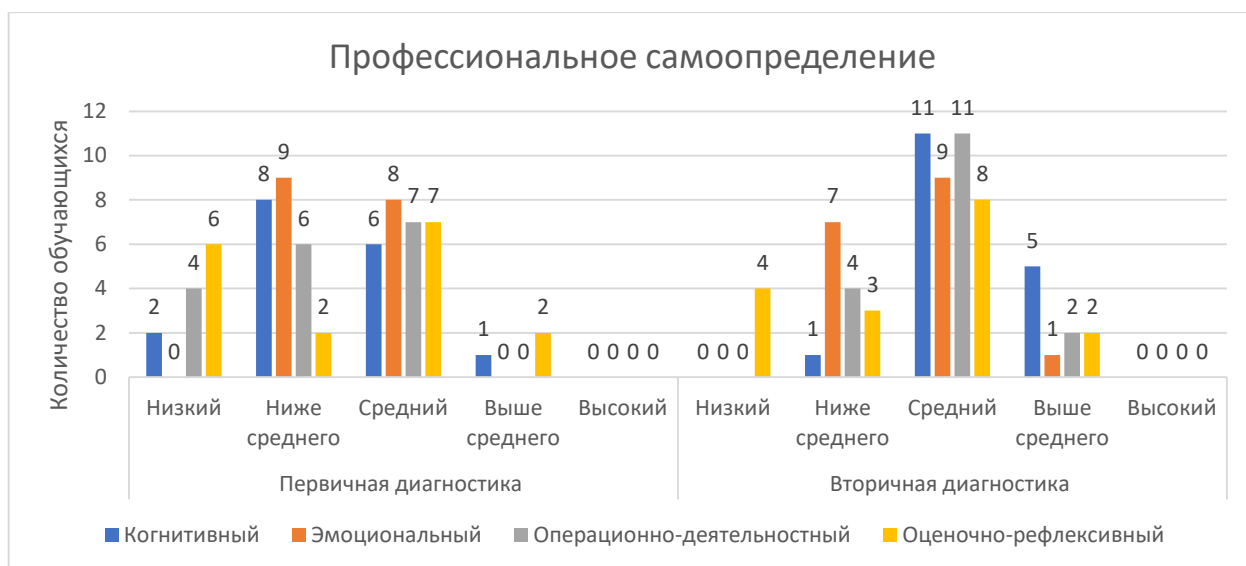


Рисунок 7 - Результаты первичной и вторичной диагностики по сформированности компонентов профессионального самоопределения

Далее изучаем результаты по профессиональному самоопределению (Приложение Н-О). Выше мы уже доказали взаимосвязь компонентов самоорганизации с компонентами профессионального самоопределения, поэтому опираясь на полученные данные, можно заметить, что изменения произошли в большей мере в когнитивном и операционно-деятельностном компоненте, так как они имеют высокую связь с функциональными составляющими самоорганизации. Меньшим изменениям были подвергнуты эмоциональный и оценочно-рефлексивный компоненты, имевшие более сильную связь с личностными компонентами самоорганизации, которые удалось слабо развить.

В когнитивном компоненте: отсутствует низкий уровень, уровень ниже среднего уменьшился на 41% (на 7 человек), показатели среднего уровня увеличились на 30% (на 5 человек), выше среднего на 23% (на 4 человека). Следовательно, старшеклассники овладели информацией о мире профессий и рынке труда, так как обучились анализу ситуации.

В операционно-деятельностном компоненте: отсутствует низкий уровень, уменьшилось количество человек с уровнем ниже среднего на 12% (на 2 человека), увеличилось число в среднем уровне на 24% (на 4 человека) и выше среднего на 12% (на 2 человека). По результатам данного компонента можно сделать вывод о

том, что десятиклассники способны построить личный план своего профессионального развития, потому что сформировались такие компоненты самоорганизации как целеполагание, планирование, коррекция.

Наименьшим изменениям были подвергнуты эмоциональный компонент и оценочно-рефлексивный, так как навыки самоконтроля остались практически без изменений. Эмоциональный компонент снизился по количеству в уровне ниже среднего на 12 % (на 2 человека), увеличился в среднем и в выше среднего уровнях на 6% (на 1 человека). Оценочно-рефлексивный имеет пониженное число в низком уровне на 12% (на 2 человека), увеличилось количество в уровне ниже среднего и средний на 6% (на 1 человека). Старшеклассникам было сложно выделять свои качества и сравнивать их с критериями личности по той или иной профессии, также имели затруднения в понимании своих эмоций к разным видам профессиональной деятельности при их проигрывании, так как мало удалось развить компонент самоорганизации «Самоконтроль».

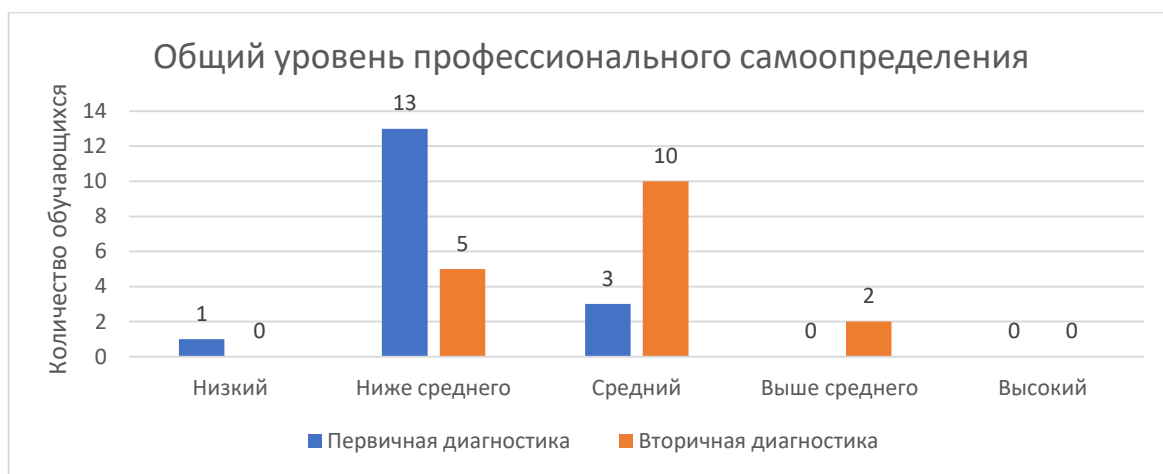


Рисунок 8 - Результаты первичной и вторичной диагностики по общему уровню сформированности профессионального самоопределения

По итоговой диаграмме видим отсутствие низкого уровня, уровень ниже среднего уменьшился на 47% (на 10 человек), увеличились в количестве средний уровень на 41% (на 7 человек) и уровень выше среднего на 12% (на 2 человека).

Сравнивая первичные результаты и вторичные можно заметить, что в начале исследования преимущественно наблюдался уровень ниже среднего, то на данный

момент преобладает средний уровень, также отсутствует низкий уровень и добавился уровень выше среднего, это говорит о том, что, развивая навыки самоорганизации в рамках профессионального самоопределения, старшеклассники смогли не только спланировать свою деятельность к поступлению, но и определиться в какой профессиональной области им хочется развиваться и обучаться.

Исходя из представленных данных, можно сделать вывод. Развитие навыков самоорганизации будет положительно влиять на профессиональное самоопределение старшеклассников, потому что они научились:

- анализировать свои личные особенности и сравнивать их с будущей профессией
- изучать ситуацию и определять какая профессия будет актуальна в конкретный период и какие ресурсы для этого имеются на данный момент, чтобы обучиться той или иной специальностью
- планировать не только собственную деятельность, но и будущий план профессионального развития
- формулировать желание в конкретную цель

Таким образом, гипотеза исследования доказана.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2

На первом этапе эмпирического исследования нами были выделены компоненты процесса самоорганизации (целеполагание, анализ ситуации, планирование, коррекция, волевые усилия, самоконтроль) и компоненты профессионального самоопределения (когнитивный, эмоциональный, оценочно-рефлексивный, операционно-деятельностный), где к каждому были подобраны свои критерии и уровни сформированности (низкий, ниже среднего, средний, выше среднего, высокий).

Далее нами было организовано и проведено диагностическое исследование актуального уровня профессионального самоопределения и сформированности навыков самоорганизации. Для этого мы использовали следующие методики: опросник профессиональной готовности Л.Н.Кобардовой, опросник для выявления готовности школьников к выбору профессии В.Б.Успенского, опросник «Диагностика особенностей самоорганизации-39» Ишков А.Д, нестандартизированная методика анкета «Моя будущая профессия».

Результаты исследования показали нам, что в процессе самоорганизации и профессионального самоопределения преобладает уровень ниже среднего. Таким образом, мы видим, что десятиклассники имеют существенные трудности при выборе профессии из-за слабо сформированных навыков самоорганизации. Данное предположение мы доказываем с помощью корреляционного анализа, где выявляем наличие связи между компонентами самоорганизации и профессионального самоопределения, а также силу и статистическую значимость:

- Когнитивный компонент имеет наиболее сильную связь с компонентом самоорганизации «Анализ ситуации» (0,55).
- Эмоциональный компонент имеет наиболее сильную связь с компонентом самоорганизации «Самоконтроль» (0,48)
- Операционно-деятельностный компонент имеет наиболее сильные связи с компонентами самоорганизации «Целеполагание» (0,62), «Коррекции» (0,7), «Планирование» (0, 63) и «Волевые усилия» (0,72).

- Оценочно-рефлексивный компонент имеет наиболее сильную связь с компонентом самоорганизации «Самоконтроль» (0,6).

На основе выделяемых связей мы выдвинули гипотезу нашего исследования: развитие навыков самоорганизации будет оказывать положительное влияние на профессиональное самоопределение старшеклассников. Разработали и провели развивающую программу, направленную на развитие навыков самоорганизации в рамках профессионального самоопределения.

Результатом проделанной работы стало повышение уровня навыков самоорганизации и как следствие повышение уровня профессионального самоопределения, что говорит о результативности программы и подтверждения гипотезы исследования.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В начале исследования нами был проведен анализ психолого-педагогической и научной литературы по проблеме исследования, где в своих исследованиях авторы (Н.Г. Попрядухина, Т.В.Калинина, Э.Г.Патрикеева) утверждают о том, что профессиональные предпочтения старшеклассников не сформированы, вследствие чего в будущем, поступив в университет, они испытывают состояние фрустрации. На основе этого образование нацелено развивать в обучающемся навыки постановки цели, планирования, анализа, что в последствии поможет им сделать правильный выбор в будущей профессиональной деятельности.

В исследовании процесса самоорганизации мы опираемся на А.Д.Ишкова, рассматривающий самоорганизацию в рамках интегрального подхода. В профессиональном самоопределении мы ссылаемся на Н.В.Зенину, которая в своём определении говорит о том, что при выборе профессии важно ориентироваться на требования социума, сформировать цель и владеть методами планирования своего профессионального роста, всё это отражает характеристики процесса самоорганизации.

На основе изученной литературы мы выделяем компоненты процесса самоорганизации (целеполагание, анализ ситуации, планирование, коррекция, волевые усилия, самоконтроль) и компоненты профессионального самоопределения (когнитивный, эмоциональный, оценочно-рефлексивный, операционно-деятельностный), которые исследуем с помощью стандартизированных (опросник профессиональной готовности Л.Н.Кобардовой, опросник для выявления готовности школьников к выбору профессии В.Б.Успенского, опросник «Диагностика особенностей самоорганизации-39» Ишков А.Д) и одной нестандартизированной (анкета «Моя будущая профессия») методиками.

Далее нами была проведена диагностика актуального уровня профессионального самоопределения и сформированности навыков самоорганизации, обучающихся 10-го класса Советского района г.Красноярка. Выборка составляла 43 человека. Результаты показали нам, что в процессе

самоорганизации и профессионального самоопределения преобладает уровень ниже среднего. Опираясь на полученные данные, мы предполагаем, что десятиклассники имеют существенные трудности при выборе профессии из-за слабо сформированных навыков самоорганизации и проверяем сказанное с помощью корреляционного анализа, где изучаем наличие связи между компонентами самоорганизации и профессионального самоопределения, а также силу и статистическую значимость:

- Когнитивный компонент имеет наиболее сильную связь с компонентом самоорганизации «Анализ ситуации» (0,55).
- Эмоциональный компонент имеет наиболее сильную связь с компонентом самоорганизации «Самоконтроль» (0,48)
- Операционно-деятельностный компонент имеет наиболее сильные связи с компонентами самоорганизации «Целеполагание» (0,62), «Коррекции» (0,7), «Планирование» (0, 63) и «Волевые усилия» (0,72).
- Оценочно-рефлексивный компонент имеет наиболее сильную связь с компонентом самоорганизации «Самоконтроль» (0,6).

На основе выделяемых связей мы выдвинули гипотезу нашего исследования: развитие навыков самоорганизации будет оказывать положительное влияние на профессиональное самоопределение старшеклассников. Разработали и апробировали развивающую программу, направленную на развитие навыков самоорганизации в рамках профессионального самоопределения.

По окончании занятий мы провели повторную диагностику уровня сформированности навыков самоорганизации и профессионального самоопределения участников экспериментальной группы и получили положительную динамику изменений.

Таким образом, результаты нашего исследования доказывают, что развитие навыков самоорганизации будут положительно влиять на профессиональное самоопределение старшеклассников.

Цель исследования достигнута. Гипотеза подтвердилась.

Результаты нашего исследования не претендуют на исчерпывающее решение изучаемой проблемы, а представляют собой один из вариантов ее решения.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. ФГОС СОО утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413 [Электронный ресурс] – URL:http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_131131/f09facf766fbee182d89af9e7628dab70844966/ (дата обращения: 19.10.22)
2. Амирова, С.С. Самоорганизация личности в процессе обучения [Текст] / С.С. Амирова // Из-во: Педагогика, №5. 1993. С. 245-249
3. Анисимов О.С. Методологический словарь для управленцев [Текст] / О.С. Анисимов. – М.: Энциклопедия управленческих знаний, 2015 – С.295
4. Арабов, К. Т. Теоретические аспекты проблемы формирования самоорганизации старшеклассников / К. Т. Арабов // Elibrary.ru (электронный журнал) Сибирский педагогический журнал.– 2017. – № 15. – С. 156-163.
5. Андреева, Г.М. Социальная психология: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению с специальности "Психология" [Текст] / Г. М. Андреева // - Изд. 5-е, испр. и доп. - Москва:Аспект Пресс, 2012 – С. 362
6. Арон И.С. Гендерные аспекты профессионального самоопределения старшеклассников // Грани познания. – 2012. – №4. – С. 7-10.
7. Асеев В.Г. Мотивационная регуляция поведения личности. – М.: Владос, 2014. – 159 с.
8. Божович Л.И. Проблемы формирования личности[Текст]/Л.И.Божович //: Под редакцией Д.И. Фельдштейна. 2-е изд. – М.: Институт практической психологии; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997 – С. 348
9. Гинзбург М.Р. Личностное самоопределение как психологическая проблема // Вопросы психологии. – 2012. – №1. – С. 19-26.
- 10.Думенко Г.А. Профессиональное самоопределение как психолого-педагогическая проблема // Сборник научных трудов Северо-Кавказского государственного технического университета, серия «Гуманитарные науки». – 2013. – №2. – С. 10-14.

- 11.Зеер Э.Ф. Профессионально-образовательное пространство личности. – Екатеринбург, 2016. – 126 с.
- 12.Зенина Н.В. Профессиональное самоопределение: сущность и компоненты / Н.В.Зенина // Вестник МФЮА (электронный журнал).– 2017. – № 4. – С. 210-213.
- 13.Ишков, А. Д. Голографическая модель процесса самоорганизации [Текст] / А. Д. Ишков // Фундаментальные проблемы психологии: личность и культура : Материалы научной конференции, Санкт-Петербург, 23–25 апреля 2002 года / Под редакцией П.Д. Шабанова, О.В. Заширинской. – Санкт-Петербург: Издательство Санкт-Петербургского государственного университета, 2003. – С. 90-94.
- 14.Ишков А.Д. Влияние структуры процесса самоорганизации на успешность учебной деятельности студентов: Монография [Текст]/ А.Д.Ишков//. – М.: Издательство АСВ, 2004 – С. 224
- 15.Ишков А.Д. «Диагностика особенностей самоорганизации – 39»/ А.Д.Ишков, Н.Г.Милорадова. [Электронный ресурс] – URL: <https://topuch.ru/a-d-ishkovim-na-baze-golograficheskoy-modeli-samoorganizacii-i/index.html> (дата обращения: 06.10.22)
- 16.Конопкин О.А Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект) / О.А. Конопкин // Elibrary.ru (электронный журнал) – Вопросы психологии. 2013. №1. С. 5-12.
- 17.Котова, С.С. Самоорганизация деятельности: Монография [Текст] / С.С.Котова. Екатеринбург: Издательство Рос.гос.проф.-пед, 2012 –С. 208.
- 18.Кулагина И.Ю. Психология развития и возрастная психология: полный жизненный цикл развития человека: учебное пособие для вузов[Текст] / Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н.// — Москва : Академический проект, 2020. — 420 с
- 19.Климов Е.А. Проблемы профессионального самоопределения. – М.: Издательский центр «Академия», 2019. – 304 с.
- 20.Кон И.С. Психология ранней юности. – М.: Просвещение, 2013. – 252 с.

- 21.Махлеева Л.В. Роль самоорганизации в профессиональном становлении старшеклассников // Ученые записки Орловского государственного университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. – 2017. – №3. – С. 247-250.
- 22.Мизина Н.Н., Абайханова М.И. Социально-психологические детерминанты выбора профессии молодёжью в современных экономических условиях // Материалы XII региональной научно-технической конференции. – Ставрополь: СевКавГТУ, 2013. – 194 с.
- 23.Митина Л.М. Психологическое сопровождение выбора профессии. – М., «Флинта», 2017. – 184 с.
- 24.Мандрикова Е.Ю. Разработка опросника самоорганизации деятельности (ОСД) / Е.Ю. Мандрикова // Психологическая диагностика. Elibrary.ru (электронный журнал) 2010. №2. - С.87-111
- 25.Молодчик А.В. Механизмы и формы самоорганизации и саморазвития: Монография [Текст] / А. В. Молодчик// Пермь: Пермский национальный исследовательский политехнический университет, 2019. – 254 с.
- 26.Осницкий А.К. Саморегуляция деятельности и формирование активной личности. – М.: Знание, 2012. – 80 с.
- 27.Пахмутова, М. А. Специфика личностной самоорганизации / М. А. Пахмутова // Вестник Чувашского государственного педагогического университета им. И.Я. Яковлева. Elibrary.ru (электронный журнал) – 2013. – № 1-2(77). – С. 137-144.
- 28.Пряжникова Е.Ю., Пряжников Н.С. Профориентация. – М.: АСТ, 2019. – 496 с.
- 29.Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. – М.: Владос, 2018. – 120 с.
- 30.Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: Речь, 2020. – 720 с.
- 31.Ромен А.С. Психическая саморегуляция – Алма-Ата, 2015. – 419 с.
- 32.Сергеева, Е. А. Проблема самоорганизации личности в психолого-педагогической литературе / Е. А. Сергеева // Современные инструменты,

методы и технологии управления знаниями. Elibrary.ru (электронный журнал) – 2019. – № 2. – С. 187-192.

33. Уваров Е.А. Психология самоорганизации личности [Текст]: Диссертация д-ра психол. наук./ Е.А.Уваров; СПб.,2017. – 362 с
34. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. – СПб.: Речь, 2019. – 860 с.
35. Цагарелли, Ю. А. Системная диагностика человека и развитие психических функций: учебное пособие [Текст]. / Ю. А. Цагарелли; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Международное научно-производственное объединение «Акцептор». – Казань: Познание (Институт ЭУП), 2009. – 492 с.
36. Чугунова Э.С. Социально-психологические особенности профессиональной мотивации и проблемы творческой активности. – М.: Просвещение, 2012. – С. 73-86.
37. Эльконин Д.Б. Введение в психологию развития. [Текст] /Д.Б.Эльконин //– М.: Тривола, 1994. – С. 167

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Опросник профессиональной готовности Л.Н.Кобардовой

Инструкция: Внимательно прочитайте вопросы. На каждый из них Вам необходимо дать ответ, оценив их в баллах. Оцениваете ощущения, которые возникают у Вас, когда Вы это делаете:

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

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

Текст опросника

1. Делать выписки, вырезки из различных текстов и группировать их по определенному признаку.
2. Выполнять практические задания на лабораторных работах по физике (составлять и собирать схемы, устранять в них неисправности, разбираться в принципе действия прибора и т.п.).
3. Длительное время (более одного года) самостоятельно, терпеливо выполнять все работы, обеспечивающие рост и развитие растений (поливать, удобрять, пересаживать и пр.)
4. Сочинять стихи, рассказы, заметки писать сочинения, признаваемые многими интересными, достойными внимания.
5. Сдерживать себя, не "выливать" на окружающих свое раздражение, гнев, обиду, плохое настроение.
6. Выделять из текста основные мысли и составлять на их основе краткий конспект, план, новый текст.
7. Разбираться в физических процессах и закономерностях, решать задачи по физике.

8. Вести регулярное наблюдение за развивающимся растением и записывать данные наблюдения в специальный дневник.
9. Мастерить красивые изделия своими руками: из дерева, ткани, металла, засушенных растений, ниток.
10. Терпеливо, без раздражения объяснить кому-либо, что он хочет знать, даже если приходится повторять это несколько раз.
11. В письменных работах по русскому языку, литературе легко находить ошибки.
12. Разбираться в химических процессах, свойствах химических элементов, решать задачи по химии
13. Разбираться в особенностях развития и во внешних отличительных признаках многочисленных видов растений.
14. Создавать законченные произведения живописи, графики, скульптуры.
15. Много и часто общаться со многими людьми, не уставая от этого.
16. На уроках иностранного языка отвечать на вопросы и задавать их, пересказывать тексты и составленные рассказы по заданной теме.
17. Отлаживать какие-либо механизмы (велосипед, мотоцикл), ремонтировать электротехнические приборы (пылесос, утюг, светильник).
18. Свое свободное время преимущественно тратить на уход и наблюдение за каким-нибудь животным.
19. Сочинять музыку, песни, имеющие успех других.
20. Внимательно, терпеливо, не перебивая, выслушивать людей.
21. При выполнении задания по иностранному языку без особых трудностей работать с иностранными текстами.
22. Налаживать и чинить электронную аппаратуру (приемник, магнитофон, телевизор, аппаратуру для дискотек).
23. Регулярно, без напоминания, выполнять необходимые для ухода за животными работы: кормить, чистить (животных и клетки), лечить, обучать.
24. Публично, для многих зрителей, разыгрывать роли, подражать, изображать кого-либо, декламировать стихи, прозу.

25. Увлекать делом, игрой, рассказом детей младшего возраста.
26. Выполнять задания по математике, химии, в которых требуется составлять логическую цепочку действий, используя при этом различные законы, формулы, теоремы.
27. Ремонтировать замки, краны, мебель, игрушки.
28. Разбираться в породах и видах животных, знать их характерные признаки и повадки.
29. Всегда четко видеть, что сделано писателем, драматургом, художником талантливо, а что нет, и уметь обосновать это устно или письменно.
30. Организовать людей на какие-либо дела, мероприятия.
31. Выполнять задания по математике, требующие хорошего знания математических формул, законов и умения их правильно применять при решении.
32. Выполнять действия, требующие хорошей координации движений и ловкости рук: работать на станке, на электрической швейной машинке, проводить монтаж и сборку изделий из мелких деталей.
33. Сразу замечать мельчайшие изменения в поведении или во внешнем виде животного или растения.
34. Играть на музыкальных инструментах, публично исполнять песни, танцевальные номера.
35. Выполнять работу, требующую обязательных контактов со множеством разных людей.
36. Выполнять расчеты, подсчеты данных, выводить на основе этого различные закономерности, следствия.
37. Из типовых деталей, предназначенных для сборки определенных изделий, конструировать новые, придуманные самостоятельно.
38. Специально заниматься углубленным изучением биологии, анатомии, ботаники, зоологии: читать научную литературу, слушать лекции, научные доклады.

39. Создавать на бумаге и в оригинале новые, интересные модели одежды, причесок, украшений, интерьера помещений.
40. Влиять на людей: убеждать, предотвращать конфликты, улаживать разногласия, разрешать споры.
41. Работать с условно-знаковой информацией: составлять и рисовать карты, схемы, чертежи.
42. Выполнять задания, в которых требуются мысленно представить расположение предметов или фигур в пространстве.
43. Длительное время заниматься исследовательскими работами в биологических кружках, на биостанциях, в зоологических кружках и питомниках.
44. Быстрее и чаще других замечать в обычном необычное, удивительное, прекрасное.
45. Сопереживать людям (даже не очень близким), понимать их проблемы, оказывать посильную помощь.
46. Аккуратно и безошибочно выполнять "бумажную" работу: писать, выписывать, проверять, подсчитывать, вычислять.
47. Выбирать наиболее рациональный (простой, короткий) способ решения задачи: технологической, логической, математической.
48. При работе с растениями или животными переносить ручной или физический труд, неблагоприятные погодные условия, грязь, специфический запах животных.
49. Настойчиво, терпеливо добиваться совершенства в создаваемом или исполняемом произведении (в любой сфере творчества).
50. Говорить, сообщать что-либо, излагать свои мысли вслух.

Опросник для выявления готовности школьников к выбору профессии**В.Б.Успенского**

Инструкция: прочитайте перечисленные ниже утверждения и выразите свое согласие или несогласие с ними ответами «да» или «нет» рядом с вопросом.

1. Вы уже твердо выбрали будущую профессию.
2. Основной мотив выбора – материальные интересы.
3. В избранной профессии Вас привлекает прежде всего сам процесс труда.
4. Вы выбираете профессиональное учебное заведение потому, что туда пошли учиться Ваши друзья.
5. Вы выбираете место работы (учебы) потому, что оно недалеко от дома.
6. Если Вам не удастся получить избираемую профессию, то у Вас есть запасные варианты...
7. Вы читаете периодические издания, связанные с будущей профессией.
8. Вам известны противопоказания, которые существуют для избранной профессии.
9. Не важно, кем работать, важно, как работать.
10. Вы думаете, что с выбором профессии не надо спешить, сначала следует получить аттестат.
11. Вам известно, каких качеств, важных для будущей профессиональной деятельности. Вам не хватает.
12. Вы занимаетесь развитием профессионально значимых качеств.
13. Согласны ли Вы с тем, что здоровье не влияет на выбор профессии?
14. Учителя одобряют Ваш выбор будущей профессии.
15. Вы знаете о неприятных сторонах будущей профессии.
16. Вам удалось осуществить пробу сил в деятельности, близкой к будущей профессии.
17. Вы консультировались о выборе профессии у врача.

18. Главное в выборе профессии – возможность поступить в профессиональное учебное заведение.
19. Вы знаете об условиях поступления в выбранное учебное заведение.
20. Вам известно о возможностях трудоустройства по избираемой профессии.
21. Вы уверены, что родственники помогут Вам устроиться на работу (учебу).
22. Вы знаете о возможных заработках у представителей избираемой Вами профессии.
23. Если не удастся поступить в избранное учебное заведение, то Вы будете пытаться еще раз.
24. Для правильного выбора профессии достаточно Вашего слова «хочу».

Анкета «Моя будущая профессия»

1. Определился ли ты с будущей профессиональной деятельностью? Что повлияло на твой выбор?
2. Как ты думаешь, твой выбор будущей профессии актуален на данный момент?
3. Какие личностные особенности важны для данной профессии? Есть ли у тебя такие?
4. Есть ли у тебя личный план профессионального развития? Опиши его.

Для анализа результатов использовалась таблица с критериями и уровнями сформированности.

Критерии /оценка	0	1	2
Оценочно-рефлексивный компонент			
Осознанность выбора профессиональной деятельности			
Ориентировка выбора профессиональной деятельности с точки зрения требований социума			
Оценка личностных характеристик в выбранной профессиональной деятельности			
Итого:			
Операционно-деятельностный компонент			
- Логичность действий личного плана профессионального развития			
- Постановка корректных целей			
- Анализ ситуации			
Итого:			

Уровни сформированности:

Низкий (0-2) – не сформирован или частично

Средний (3-4) - слабо сформирован

Высокий (5-6) – хорошо сформирован

Опросник «Диагностика особенностей самоорганизации – 39» (ДОС-39)

А.Д.Ишкова и Н.Г. Милорадовой

Опросник разработан на базе голографической модели самоорганизации А.Д. Ишкова.

Инструкция: Опросник позволяет выявить Ваши индивидуальные особенности самоорганизации. Точность результатов будет зависеть от степени Вашей откровенности. Предлагаемые Вам утверждения не являются правильными или неправильными, а лишь констатируют определенные различия в деятельности людей. Внимательно прочитайте каждое утверждения и, оценив степень своего согласия или несогласия с ним по приведенной ниже шестибальной шкале, впишите полученные баллы в свободную ячейку справа от номера соответствующего утверждения на «Бланке ответов».

- 3 – не согласен полностью
- 2 – не согласен частично
- 1 – скорее не согласен, чем согласен
- 1 – скорее согласен, чем не согласен
- 2 – согласен частично
- 3 – согласен полностью

№	Утверждения
1	У меня имеется четкое представление о том, что я хочу получить от жизни
2	Я пытаюсь мысленно опережать события, прогнозируя возможные последствия своих действий
3	Я систематически контролирую результаты своей деятельности
4	Я могу действовать не взирая или даже вопреки своему сиюминутному эмоциональному побуждению
5	Я стараюсь не участвовать в рискованных мероприятиях

6	Ставя перед собой цель, я ярко, во всех деталях представляю результат ее осуществления
7	Если у меня не хватает возможностей для достижения поставленной цели, то я, в первую очередь, направляю свои усилия на создание этих возможностей
8	Я могу повлиять на свое состояние и деятельность с помощью сознательного изменения своего отношения к ситуации
9	Стараюсь без особой необходимости ничего в своей жизни не менять
10	К выбору своих жизненных целей я подхожу осознанно, не жалея на это времени
11	Ставя перед собой цель, я определяю крайние сроки ее достижения
12	Я составляю план работы на неделю, используя еженедельник, специальный блокнот и т.п.
13	Я отслеживаю степень совпадения промежуточных и конечных результатов с ранее запланированными
14	Я без труда мобилизую собственные силы для преодоления возникающих на пути к поставленной цели препятствий
15	Я легко переношу изменения правил или условий жизнедеятельности
16	Поставив перед собой цель, я определяю конкретный способ оценки своего продвижения к ней
17	Я регулярно анализирую свою деятельность и ее результаты
18	Я формулирую для себя цели, которых должен достичь в ближайшее время
19	Я пытаюсь выявить основные факторы, позволившие добиться мне успеха, чтобы использовать их в дальнейшем
20	Я успешно преодолеваю ситуативные желания, отвлекающие меня от поставленной цели

21	Я смущаюсь, когда становлюсь «центром внимания»
22	У меня часто возникают вопросы о смысле того, чем я занимаюсь
23	В конце дня я анализирую, где и по каким причинам я напрасно потерял время
24	Я решаю проблемы последовательно, шаг за шагом
25	Я обладаю таким качеством как настойчивость
26	Я без особого труда приспосабливаюсь к изменению ситуации
27	Принимая решение, я стараюсь рассмотреть все возможные варианты
28	Планируя свою деятельность, я сразу устанавливаю критерии, по которым буду определять степень осуществления плана
29	Я планирую свою работу на следующий день
30	Я периодически провожу оценку своей деятельности
31	Я без особого труда подчиняю свои действия принятым мною решениям
32	Я легко осваиваюсь в новом коллективе
33	Ставя перед собой цель, я определяю – имеются ли у меня все необходимые возможности для ее достижения
34	Я контролирую все свои действия
35	Неожиданности выбивают меня из «колеи»
36	Для фиксации поручений, заданий и просьб я использую определенную систему
37	Ставя перед собой долгосрочную цель, я разбиваю ее на ряд промежуточных
38	Я ищу причины отклонений достигнутых результатов от ранее запланированных
39	Препятствия на пути к цели мобилизуют меня, придавая силы

Обработка результатов

1.Посчитайте «сырые баллы» по частным шкалам опросника:

- Шкала «Целеполагание» (14 вопросов): сумма баллов оценки утверждений №№ 1+; 3+; 6+; 7+; 10+; 14+; 16+; 20+; 22+; 25+; 27+; 31+; 34+; 39+
- Шкала «Анализ ситуации» (14 вопросов): сумма баллов оценки утверждений №№ 2+; 5+; 7+; 11+; 16+; 17+; 18+; 21+; 23+; 28+; 33+; 36+; 37+; 38+.
- Шкала «Планирование» (11 вопрос): сумма баллов оценки утверждений №№ 3+; 12+; 18+; 23+; 24+; 27+; 28+; 29+; 34+; 36+; 37+.
- Шкала «Самоконтроль» (15 вопросов): сумма баллов оценки утверждений №№ 2+; 3+; 13+; 16+; 17+; 18+; 19+; 23+; 28+; 30+; 31+; 33+; 34+; 36+; 38+
- Шкала «Коррекция» (10 вопросов): сумма баллов оценки утверждений №№ 5–; 9–; 14+; 15+; 21–; 25+; 26+; 27–; 32+; 35–.
- Шкала «Волевые усилия» (10 вопросов): сумма баллов оценки утверждений №№ 4+; 6+; 7+; 8+; 14+; 18+; 20+; 27–; 31+; 39+

2.С помощью таблицы перевода «сырых» баллов в стеновые пересчитайте полученные «сырые» баллы по каждой шкале в стандартные баллы (стены).

Таблица перевода «сырых» баллов в стандартные баллы (стены)

Стены	«Сырые» баллы по шкалам опросника ДОС-39					
	Ц/п	АС	Пл	С/к	Кор	ВУ
1	-42...-7	-42...-16	-33...-17	-45...-15	-30...-10	-30...-10
2	-6...-2	-15...-9	-16...-12	-14...-8	-9...-8	-9...-3
3	-1...4	-8...-3	-11...-8	-7...-2	-7...-4	-2...0
4	5...10	-2...1	-7...-3	-1...3	-3...-2	1...3
5	11...15	2...6	-2...4	4...9	-1...2	4...7
6	16...19	7...13	5...9	10...18	3...4	8...10
7	20...24	14...17	10...15	19...23	5...7	11...13
8	25...29	18...23	16...21	24...29	8...9	14...16
9	30...34	24...27	22...25	30...35	10	17...19
10	35...42	28...42	26...33	36...45	11...30	20...30

Стандартный балл по интегральной шкале «Уровень самоорганизации» определяется как среднеарифметическое стенов шести частных шкал, округленное до целого числа:

$$CO = \frac{Ц|n+АС+Пл+С|к+Кор+ВУ}{6}$$

Ответы обучающихся по анкете «Моя будущая профессия»

№	1. Определился ли ты с будущей профессиональной деятельностью? Что повлияло на твой выбор?	2. Как ты думаешь, твой выбор будущей профессии актуален на данный момент?	3. Какие личностные особенности важны для данной профессии? Есть ли у тебя такие?	4. Есть ли у тебя личный план профессионального развития? Опиши его в подробной форме.
Ученик 1	Не определился	-	Я хорошо разбираюсь в компьютерах, сейчас всё переходит на них.	Закончу школу, сдам ЕГЭ, а там решу
Ученик 2	Да. Мои интересы и желание развиваться в сфере искусств	Профессия художника на данный момент актуальна, так как век технологий, а я планирую стать графическим дизайнером, они нужны везде	Умение рисовать как в живую, так и на графическом планшете Да, я хорошо рисую и у меня есть на чем тренироваться.	Закончу школу, поступлю в институт Хворостовского или в колледж, если не получится. Отучусь на графического дизайнера и буду рисовать иллюстрации для книг, мультиков и всё такое.
Ученик 3	Я хочу стать учителем. Мне нравится работать с маленькими детьми и обучать их.	Профессия учителя никогда не потеряет своей актуальности.	Дружелюбие, доброта, умение найти подход к ребёнку Я люблю детей и хорошо с ними общаюсь	Отучиться 11 классов, поступить в педагогический университет, пойти работать в школу.
Ученик 4	Не совсем определился, но думаю над вариантами юриста и адвоката	На данный момент не уверен	Грамотная речь, умение спорить, защищать и отстаивать своё мнение Половина есть.	Я закончу школу, затем поступлю в университет (надеюсь), найду работу по специальности
Ученик 5	Буду врачом. Я хочу помогать людям лечить болезни.	Врач нужен всегда и везде	Ум, коммуникативность, ответственность Думаю, у меня есть данные качества. Я умею общаться с людьми и хочу им помогать.	Хорошо сдать экзамены, поступить в медицинский университет и работать врачом

Ученик 6	Либо педагогом, либо воспитателем. Хочу работать с маленькими детьми, воспитывать их.	Актуальна	Умение контактировать с детьми и понимать их. Я умею понимать детей и находить с ними общий язык	Сдать экзамены и поступить в педагогический колледж
Ученик 7	Не определился ещё	Не знаю	Я во всем хорош	Отучиться, найти работу, создать семью
Ученик 8	Буду юристом, потому что хочу помогать защищать людей, их права	Думаю, актуальна	Ответственность, умение защищать слабых Это ко мне подходит	Закончить школу, поступить в юридический, стать юристом
Ученик 9	Хочу стать блогером. Я стараюсь вести интересные вистагмам аккаунт для этого.	Сложно сказать	Завлекать аудиторию	Стать популярной в сети
Ученик 10	Буду программистом, потому что мне нравится работать в компьютере и я во многом разбираюсь уже	Актуальна, потому что сейчас везде компьютеры	Понимать язык техники Этим я владею	Поступить в университет или колледж и связать свою жизнь с компьютерами
Ученик 11	Да, хочу работать с рекламой	Сейчас в интернете очень большое количество реклам, поэтому работа с ней, я считаю актуальной на сегодняшний день	Важно работать с информацией и правильно её преподнести	После школы поступить на специальность «Менеджер рекламы и связи»
Ученик 12	Бортпроводник. Хочу создавать комфорт на борту и безопасность.	Актуальна	Коммуникативные навыки и доброжелательность к людям, этими навыками я владею	Сдать экзамены, поступить в аэрокосмический колледж или университет на бортпроводника, работать по специальности и приносить радость людям
Ученик 13	Хочу стать врачом, потому что эта профессия полезна для	Она всегда актуальна	Ответственность здесь самое важное	Поступить в медицинский, обучиться, стать врачом и

	общества. Врачи спасают жизни.			может в будущем занять позицию «Главный врач»
Ученик 14	Пока не знаю	Найду что-то подходящее	-	Хотелось бы работать там, где много платят
Ученик 15	У меня есть несколько вариантов, но основным является – хореограф. Мне нравится танцевать, но больше учить людей правильно двигаться под определенный такт музыки.	Считаю эту профессию актуальной	Хорошие физические способности и гибкость тела Я хорошо танцую, поэтому у меня это есть.	Поступить в колледж искусств на хореографа и учить людей танцевать
Ученик 16	Планирую что-то в сфере инновационных технологий	Это актуальная профессиональная деятельность на данный момент	Владение компьютерными технологиями самое главное. Это я умею.	Не знаю пока
Ученик 17	Я развиваюсь в сфере культуры, поэтому моя будущая профессия связана с искусством. Всю жизнь мечтала стать художником и мой путь остался таким же.	Не уверена в актуальности, но главное, что мне по душе будет	Важно видеть красоту в простых вещах и передавать её на бумагу и холст, иметь также хорошее воображение. У меня есть все качества, чтобы стать художником	Я уже закончила художественную школу, планирую поступить в университет искусств, писать свои работы и в дальнейшем их продавать
Ученик 18	Хочу стать фотографом, мне нравится делать разные снимки и обрабатывать фотографии	Сейчас у всех есть свои фотокамеры на телефонах, но все равно заказывают профессиональные фотосессии. Думаю, что необходимость фотографа не угаснет.	Человек должен понимать под каким светом и наклоном может получиться хорошая фотография, суметь подобрать ракурс и при обработке наложить фильтр. Я уже умею редактировать фотографии и мне не обходимо лишь	На фотографа не обучают в университете или колледже, поэтому я собираюсь проходить разные курсы.

			попрактиковать навыки камерной фотографии.	
Ученик 19	Буду хореографом, потому что я с детства танцую	В городе на самом деле много хореографов, но я планирую танцевать в каком-нибудь ансамбле или коллективе.	Важно слышать и чувствовать музыку, чтобы хорошо под неё двигаться. Я это умею.	Сдать ЕГЭ, получить аттестат, поступить в педагогический колледж на хореографа, вступить в танцевальные коллектив, учить разные танцы и выступать на сцене
Ученик 20	Учитель, хочу обучать детей	Учителя везде нужны и профессия остается актуальной всегда	Дружелюбие, любовь к детям, способность объяснить материал, доброта Во мне все эти качества есть	Поступить в педагогический колледж или университет, устроиться на работу в школу и преподавать детям. Хочу вести предмет «Биология» и «Химия»
Ученик 21	Думаю пойти на физрука, заниматься спортом и тренировать других	Сейчас спорт достаточно популярен в обществе, поэтому профессия актуальна	Важно знать физиологию человека, чтобы правильно тренировать Я еще мало об этом знаю, но я изучаю некоторые темы, мне это интересно и я сам занимаюсь спортом	Сдать экзамены и физическую подготовку на вступительных экзаменах в университете, отучиться и стать тренером
Ученик 22	Хочу стать следователем	Актуальна	Умение наблюдать и находить факты Я люблю всегда что-то искать и разбираться в непонятном, поэтому думаю, что отлично подойду на эту профессию	После школы поступить в университет (юридический), отучиться, найти работу и дальше развиваться в профессиональной деятельности и не только
Ученик 23	Хочу стать музыкантом. Моя семья практически вся поёт и играет на инструментах, поэтому я тоже хочу работать в этой сфере	Музыка еще с давних времен не теряет своей актуальности, она только изменяется	Хороший слух и музыкальные способности. У меня это есть.	Поступить в университет или колледж искусств. Петь и играть на фортепиано, выступать на разных концертах и обучать этому других людей.

Ученик 24	Хочу быть психологом и помогать людям	Актуальна	Нужно уметь слушать другого человека, понимать его чувства и эмоции.	После сдачи ЕГЭ поступить в педагогический университет на психолога.
Ученик 25	Хочу работать в МЧС и спасать людей	Актуальна, потому что эта профессия спасает жизни людей	Храбрость, смелость, жертвенность, ответственность, быстрая реакция Во мне есть уже половина нужных качеств, остальное пройдет с практикой	Закончить школу и поступить в МЧС
Ученик 26	Я хорошо в математике и планирую поступать туда, где нужно производить расчеты и вычисления. Куда, пока не решил.	Математика везде пригодится	Память, внимание, логика, вычислительные способности, наблюдательность. Думаю это у меня есть	После школы буду поступать на математические факультеты, а там по ситуации.
Ученик 27	Я хочу в будущем быть психологом. Мне интересна сфера психологии и я читаю много книг на эту тему.	Так как у людей всегда есть внутренние проблемы, психологи помогают им их разрешать	Понимание, эмпатия, дружелюбие, общительность, умение слушать и давать советы. Я часто помогаю другим людям в их решении проблем и выслушиваю их ситуации.	После школы планирую поступить на психологический факультет, может быть в КГПУ или СФУ, после обучения работать с людьми и помогать им со внутренними проблемами.
Ученик 28	Думаю стать журналистом, потому что я люблю писать свои мысли и мнение	Журналисты нужны, чтобы оформлять новости для людей и передавать их. Профессия актуальна.	Владение грамотной письменной речью, чтобы статьи читались легко, но при этом не замудренно. Я практиковала данный опыт уже в социальных сетях, вышло неплохо.	Я еще не уверена к чему это меня может привезти и пойду я все-таки по этому направлению, но после школы буду пробовать.
Ученик 29	Да, я хочу пойти учиться и работать инспектором	Актуальна, так как нужно воспитывать детей и	Грамотная речь, строгость и одновременно доброта,	Закончить школу, поступить в колледж и работать

	по делам несовершеннолетних.	объяснять как себя нужно вести в обществе	понимание, коммуникативность	
Ученик 30	Хочу стать организатором, потому что я люблю организовывать мероприятия и являюсь главной в школьном совете по всем праздникам	Актуальна, потому что организаторы должны руководить всеми праздниками	Нужно уметь планировать, уметь организовывать людей, находить контакт с другими и находить материалы.	Я рассматривала специальность организатора в педагогическом колледже, после обучения, думаю, организовывать разного рода городские мероприятия.
Ученик 31	Стоматолог. Они много зарабатывают	Зубы всегда нужно лечить людям	Терпеливость, потому что любое лечение занимает долгий период времени Аккуратность, так как важно не задеть лишнего Думаю, я обладаю этими качествами	Главное поступить в медицинский
Ученик 32	Учитель литературы		Начитанность	Хорошо сдать экзамены, чтобы поступить в педагогический университет на учителя литературы.
Ученик 33	Я хочу обучаться профессии связанной с физикой, потому что мне нравится этот предмет в школе	Выберу актуальную на данный момент	Знание законов физики и формул	Закончить школу, поступить в Вуз, найти работу по профессии
Ученик 34	Хочу стать врачом – хирургом, потому что хочу помогать людям	Актуальна, так как это на благо здоровья людей	Ответственность, внимательность, эмпатийность, коммуникабельность, самоконтроль и терпение	После школы нужно поступить в медицинский университет не в своем городе, отучиться долгие годы, пойти работать, делать разные операции людям.

Ученик 35	Хочу стать следователем, об этой профессии я думаю уже на протяжении 4-х лет.	Актуальна, потому что полезна для общества	Внимательность, наблюдательность, логичность Думаю, я у меня есть такие характеристики	Сдать ЕГЭ, поступить в СФУ, отучиться и стать следователем, вести разные дела и находить ответы
Ученик 36	Буду работать переводчиком, потому что я хорошо владею английским языком	Актуальна, т.к. нужно переводить множество иностранных документов, книг, учувствовать в переговорах	Хорошее знание языка самое главное и умение общаться на нём.	В будущем планирую поступать на специальность по переводу с английского на русский, но хочу выучить еще дополнительный язык и попутешествовать где-нибудь
Ученик 37	Думаю, уйти в спорт тренером по футболу или дзюдо.	Актуальна, много разных секций	Физическая подготовка, есть.	После 11-го класса найти профессию, где обучают тренеров, чтобы потом обучать других.
Ученик 38	Я увлекаюсь видеомонтажом и хочу работать в этой сфере	Сейчас мода на крутые видео	Хорошо снимать и ловить кадры. Здесь мне нужно больше практики	Не знаю где этому обучают на уровне образования, но курсы есть точно, на которые я, наверное, пойду после учебы.
Ученик 39	Буду врачом, потому что мне нравится учить биологию и химию и я лучше сдам эти предметы на ЕГЭ	Актуальна	Ответственность, эмпатия, дружелюбие	После школы нужно поступить в медицинский колледж или университет, потом приду работать в больницу и помогать людям улучшать их здоровье
Ученик 40	Ещё думаю	Думаю, будет актуальна	-	План стать начальником
Ученик 41	Думаю стать химиком, потому что мне нравятся уроки химии	Химия пригодится во многих сферах, например, в изготовлении лекарств, а лекарства необходимы человеку	Должна быть тяга к знаниям и владение этими знаниями, внимательность, расчетливость. У меня есть такие качества.	После окончания 11-го класса, поступить на химический факультет, в какой именно институт или колледж пока не решил. После окончания стану химиком и буду проводить

				опыты в лаборатории или изучать неизвестные вещи.
Ученик 16	Хочу работать в сфере полиции, защита людей.	Потребность людей в защите всегда будет на первом месте в современном обществе.	Физическая подготовка, смелость, самоконтроль Я подхожу под эту специальность, потому что занимаюсь спортом и эмоционально стабилен	После сдачи всех экзаменов, буду пробовать поступить в полицейскую академию и в будущем получить высшее звание
Ученик 43	Хочу стать косметологом, потому что мне интересна сфера бьюти-индустрии	Косметология актуальна, потому что многие девушки и женщины следят за своей внешностью и стараются её изменить в лучшую сторону	Дружелюбие (для работы с клиентами), ответственность (так как операции на лицо это риск), понимание людей, аккуратность.	Окончить 11 классов, сдать на высокие баллы экзамены и поступить в медицинский университет, где буду обучаться косметологии, затем работать по специальности и стать высоковостребованным работником города.

Первичные результаты исследования по профессиональному самоопределению

№	Сумма баллов	Общий уровень	Эмоциональный компонент	Когнитивный компонент	Операционно-деятельностный компонент	Оценочно-рефлексивный компонент
Ученик 1	5	НС	2	0	1	2
Ученик 2	12	ВС	2	4	3	3
Ученик 3	11	ВС	4	2	2	3
Ученик 4	5	НС	1	1	2	1
Ученик 5	11	ВС	3	4	2	2
Ученик 6	5	НС	2	1	1	1
Ученик 7	6	НС	1	2	2	1
Ученик 8	6	НС	2	1	1	2
Ученик 9	5	НС	2	1	2	0
Ученик 10	10	ВС	3	2	3	2
Ученик 11	3	Н	1	0	1	1
Ученик 12	10	ВС	2	2	4	2
Ученик 13	8	С	2	2	2	2
Ученик 14	6	НС	2	1	1	2
Ученик 15	10	ВС	4	2	2	2
Ученик 16	6	НС	2	1	1	2
Ученик 17	10	ВС	2	2	3	3
Ученик 18	8	С	3	1	1	3
Ученик 19	5	НС	1	1	2	1
Ученик 20	7	С	2	1	2	2
Ученик 21	8	С	3	1	2	2
Ученик 22	7	С	2	1	2	2
Ученик 23	13	В	3	4	4	2
Ученик 24	6	НС	2	1	2	1
Ученик 25	9	С	2	2	2	3
Ученик 26	6	НС	2	1	1	2

Ученик 27	10	ВС	3	2	3	2
Ученик 28	6	НС	2	1	1	2
Ученик 29	4	НС	1	1	2	0
Ученик 30	11	ВС	3	2	2	4
Ученик 31	5	НС	2	1	1	5
Ученик 32	5	НС	2	0	1	2
Ученик 33	8	С	2	1	2	3
Ученик 34	7	С	1	3	2	1
Ученик 35	7	С	2	1	1	3
Ученик 36	12	ВС	3	2	4	3
Ученик 37	6	НС	2	1	1	2
Ученик 38	7	С	2	1	2	2
Ученик 39	5	НС	1	1	2	1
Ученик 40	3	Н	1	1	1	0
Ученик 41	8	С	2	2	1	3
Ученик 42	8	С	1	4	2	1
Ученик 43	11	ВС	2	4	2	3

Н/у-низкий уровень, нс/у –ниже среднего уровень, ср/у-средний уровень, вс/у – выше среднего уровень, в/у-высокий уровень

Результаты первичной диагностики по самоорганизации

№	Ц	А	П	С	К	В
Ученик 1	1	1	1	1	1	1
Ученик 2	10	2	6	10	10	10
Ученик 3	3	2	3	9	3	1
Ученик 4	10	1	6	2	6	8
Ученик 5	5	10	7	10	5	4
Ученик 6	1	1	1	1	1	1
Ученик 7	3	10	4	1	5	5
Ученик 8	5	3	2	4	1	1
Ученик 9	3	7	4	1	3	2
Ученик 10	10	3	8	8	10	10
Ученик 11	1	5	9	1	1	1
Ученик 12	3	2	4	1	10	10
Ученик 13	10	10	10	5	10	10
Ученик 14	1	1	5	1	1	1
Ученик 15	3	9	3	6	5	5
Ученик 16	1	5	1	1	2	1
Ученик 17	8	4	10	6	10	8
Ученик 18	1	1	3	10	1	1
Ученик 19	10	5	6	1	8	10
Ученик 20	3	3	3	5	7	3
Ученик 21	4	5	2	1	6	3
Ученик 22	9	3	10	1	8	4
Ученик 23	10	6	10	7	10	10
Ученик 24	6	4	10	7	7	10
Ученик 25	5	4	4	10	7	5
Ученик 26	1	1	1	10	3	4
Ученик 27	9	2	10	5	10	8
Ученик 28	5	1	1	9	4	4
Ученик 29	8	5	8	3	4	2
Ученик 30	4	10	10	10	6	5
Ученик 31	5	5	1	1	6	5
Ученик 32	5	5	1	4	5	5
Ученик 33	1	1	1	1	5	4
Ученик 34	8	10	6	1	7	4
Ученик 35	3	3	1	6	5	6
Ученик 36	4	2	6	10	3	4
Ученик 37	7	1	5	10	9	4
Ученик 38	3	1	6	8	6	5
Ученик 39	2	1	2	1	2	2
Ученик 40	7	5	1	1	5	4
Ученик 41	1	5	1	10	2	2
Ученик 42	6	4	9	10	4	5
Ученик 43	5	8	7	10	9	6

Общий уровень сформированности навыков самоорганизации

№	Сумма баллов	Уровень
Ученик 1	1	Низкий
Ученик 2	8	Выше среднего
Ученик 3	5,5	Средний
Ученик 4	3,5	Ниже среднего
Ученик 5	6,83	Выше среднего
Ученик 6	4,6	Средний
Ученик 7	1	Низкий
Ученик 8	2,6	Ниже среднего
Ученик 9	3,3	Ниже среднего
Ученик 10	8,16	Выше среднего
Ученик 11	3	Ниже среднего
Ученик 12	2,83	Ниже среднего
Ученик 13	9,16	Высокий
Ученик 14	1,66	Низкий
Ученик 15	5,16	Средний
Ученик 16	1,83	Низкий
Ученик 17	7,6	Выше среднего
Ученик 18	5	Средний
Ученик 19	6,6	Средний
Ученик 20	5,83	Средний
Ученик 21	7,3	Выше среднего
Ученик 22	4	Ниже среднего
Ученик 23	8,83	Высокий
Ученик 24	3,5	Ниже среднего
Ученик 25	5,83	Средний
Ученик 26	6	Средний
Ученик 27	7,3	Выше среднего
Ученик 28	5	Средний
Ученик 29	4	Ниже среднего
Ученик 30	7,5	Выше среднего
Ученик 31	3,83	Ниже среднего
Ученик 32	4,16	Ниже среднего
Ученик 33	2,16	Низкий
Ученик 34	6	Средний
Ученик 35	4,83	Средний
Ученик 36	4	Ниже среднего
Ученик 37	3,3	Ниже среднего
Ученик 38	3,5	Ниже среднего
Ученик 39	1,6	Низкий
Ученик 40	3,83	Ниже среднего
Ученик 41	4,83	Средний
Ученик 42	6,3	Средний
Ученик 43	7,5	Выше среднего

Корреляционный анализ

2.Находим для X и Y суммы (Σ):

$$\Sigma(X) = 2+5+3+4+3+2+3+2+3+5+1+6+4+1+3+2+5+1+4+3+3+4+6+4+3+2+5+2+4+4+2+2+3+3+2+6+1+3+3+2+2+4+3=135$$

$$\Sigma(Y) = (-28)+26+(-7)+4+1+(-21)+(-1)+(-30)+(-7)+29+(-24)+27+19+(-17)+1(-9)+28+(-23)+9+6+4+9+23+6+7+(-6)+23+(-2)+(-3)+4+4+2+2+7+1+(-5)+10+4+(-9)+2+(-9)+(-2)+10 = 65$$

3.Вычисляем среднее арифметическое:

$$M_x = \Sigma(X) / n = 135 / 43 = 3,139534884$$

$$M_y = \Sigma(Y) / n = 65 / 43 = 1,511627907$$

Математические расчеты величины отклонений d_x и d_y

N	Операционно-деятельностный компонент (X)	Коррекция (Y)	Величина отклонений d_x	Величина отклонений d_y
1	2	-28	-1,139534884	-29,51162791
2	5	26	1,860465116	24,48837209
3	3	-7	-0,139534884	-8,511627907
4	4	4	0,860465116	2,488372093
5	3	1	-0,139534884	-0,511627907
6	2	-21	-1,139534884	-22,51162791
7	3	-1	-0,139534884	-2,511627907
8	2	-30	-1,139534884	-31,51162791
9	3	-7	-0,139534884	-8,511627907
10	5	29	1,860465116	27,48837209
11	1	-24	-2,139534884	-25,51162791
12	6	27	2,860465116	25,48837209
13	4	19	0,860465116	17,48837209
14	1	-17	-2,139534884	-18,51162791
15	3	1	-0,139534884	-0,511627907
16	2	-9	-1,139534884	-10,51162791
17	5	28	1,860465116	26,48837209
18	1	-23	-2,139534884	-24,51162791
19	4	9	0,860465116	7,488372093
20	3	6	-0,139534884	4,488372093
21	3	4	-0,139534884	2,488372093
22	4	9	0,860465116	7,488372093
23	6	23	2,860465116	21,48837209

24	4	6	0,860465116	4,488372093
25	3	7	-0,139534884	5,488372093
26	2	-6	-1,139534884	-7,511627907
27	5	23	1,860465116	21,48837209
28	2	-2	-1,139534884	-3,511627907
29	4	-3	0,860465116	-4,511627907
30	4	4	0,860465116	2,488372093
31	2	4	-1,139534884	2,488372093
32	2	2	-1,139534884	0,488372093
33	3	2	-0,139534884	0,488372093
34	3	7	-0,139534884	5,488372093
35	2	1	-1,139534884	-0,511627907
36	6	-5	2,860465116	-6,511627907
37	1	10	-2,139534884	8,488372093
38	3	4	-0,139534884	2,488372093
39	3	-9	-0,139534884	-10,51162791
40	2	2	-1,139534884	0,488372093
41	2	-9	-1,139534884	-10,51162791
42	4	-2	0,860465116	-3,511627907
43	3	10	-0,139534884	8,488372093
Среднее арифметическое (Mx и My)	3,139534884	1,511627907		

Математический расчет квадрата величины отклонения (d_x^2 и d_y^2) и вычисление произведений значений отклонений ($dx \times dy$)

N	d_x^2	d_y^2	$dx \times dy$
1	1,29853975	870,9362	33,62953
2	3,46133045	599,6804	45,55976
3	0,01946998	72,44781	1,187669
4	0,74040022	6,191996	2,141157
5	0,01946998	0,261763	0,07139
6	1,29853975	506,7734	25,65279
7	0,01946998	6,308275	0,35046
8	1,29853975	992,9827	35,9086
9	0,01946998	72,44781	1,187669
10	3,46133045	755,6106	51,14116
11	4,57760952	650,8432	54,58302
12	8,18226068	649,6571	72,9086
13	0,74040022	305,8432	15,04813
14	4,57760952	342,6804	39,60627
15	0,01946998	0,261763	0,07139
16	1,29853975	110,4943	11,97837
17	3,46133045	701,6339	49,28069

18	4,57760952	600,8199	52,44348
19	0,74040022	56,07572	6,443483
20	0,01946998	20,14548	-0,62628
21	0,01946998	6,191996	-0,34721
22	0,74040022	56,07572	6,443483
23	8,18226068	461,7501	61,46674
24	0,74040022	20,14548	3,862088
25	0,01946998	30,12223	-0,76582
26	1,29853975	56,42455	8,559762
27	3,46133045	461,7501	39,97837
28	1,29853975	12,33153	4,001622
29	0,74040022	20,35479	-3,8821
30	0,74040022	6,191996	2,141157
31	1,29853975	6,191996	-2,83559
32	1,29853975	0,238507	-0,55652
33	0,01946998	0,238507	-0,06814
34	0,01946998	30,12223	-0,76582
35	1,29853975	0,261763	0,583018
36	8,18226068	42,4013	-18,6263
37	4,57760952	72,05246	-18,1612
38	0,01946998	6,191996	-0,34721
39	0,01946998	110,4943	1,466739
40	1,29853975	0,238507	-0,55652
41	1,29853975	110,4943	11,97837
42	0,74040022	12,33153	-3,02163
43	0,01946998	72,05246	-1,18442

Рассчитаем значение коэффициента корреляции Пирсона r_{xy} по приведенной выше формуле:

$$r_{xy} = \frac{\Sigma(dx \times dy)}{\sqrt{\Sigma(dx^2 \times dy^2)}} = \frac{587,9302}{\sqrt{77,1627907 \times 8916,744}} = 0,708791787$$

Оценка статистической значимости коэффициента корреляции r_{xy} осуществляется при помощи t-критерия, рассчитываемого по следующей формуле:

$$T_r = \frac{r_{xy}\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r_{xy}^2}} = \frac{0,708791787\sqrt{43-2}}{\sqrt{1-0,708791787^2}} = 6,433750587$$

Развивающая программа

Цель занятия	Методы и формы	Содержание	Предполагаемый результат
Вводное занятие №1 «Влияние самоорганизации на выбор будущей профессии»			
Актуализировать проблему самоорганизации и профессионального выбора, создать положительную мотивацию на дальнейшую совместную работу у участников программы	- Информирование - Дискуссия - Групповая форма работы	1. Ритуал приветствия (Упражнение «Знакомство с группой») 2. Разминка (упражнение «Возьми салфеток») 3. Введение в тему 4. Подготовка к дискуссии: - деление на три группы по форме «Критики, мечтатели и реалисты» (упражнение «Ленточки») - установка коммуникативного этикета и взаимодействия - озвучивание правил работы 5. Обозначение главной темы и цели дискуссии Тезис: «Влияние самоорганизации на выбор будущей профессии» 6. Сбор информации. Обсуждение темы в группах, высказывание своих мнений, идей, предложений, формулирование аргументов 7. Упорядочение информации. Выступление команд, ответы на вопросы. Обоснование и совместная оценка полученной информации. 8. Подведение итогов. Сопоставление целей дискуссии с полученными результатами. 9. Рефлексия: - какие чувства, мысли остались после проведенного занятия? Что для себя вынесли из темы дискуссии? - удалось ли договориться в группе? Каким образом? Что помогало/мешало? 10. Ритуал прощания (упражнение «Рефлексивная мишень»)	Обучающиеся понимают значимость эффективной самоорганизации и как данные умения помогут им с выбором профессии. Замотивированы на дальнейшую работу по развитию навыков самоорганизации в рамках профессионального самоопределения.
Занятие №2 «В ногу со временем»			
Донести актуальную информацию и рынок профессий	- Информирование - Беседа - Анализ - Игра	1. Ритуал приветствия (упражнение «Приветствие») 2. Разминка (упражнение «Суперскрепка») 3. Введение в тему занятия 4. Знакомство с рынком профессий	Старшеклассники проверили анализ современного мира профессий и

на сегодняш ний день	- Групповая форма работы	5. Профориентационная игра «Цепочка профессий» 6. Рефлексия - Что нового вы узнали из сегодняшнего занятия? 7. Ритуал прощания (упражнение «Рефлексивная мишень»)	имеют представления о том, какие работники требуются обществу в данный период времени.
Цикл занятий «Примерка»			
Занятие №3 Сюжетно-ролевая игра в сфере «Человек-человек»			
Познакоми ть на практике обучающих ся с профессио нальной сферой «Человек- человек»	- Ролевая игра - Беседа - Парная и групповая форма работы	1. Ритуал приветствия (упражнение «Здравствуйте») 2. Разминка (упражнение «Зеркало») 3. Введение в тему занятия 4. Информирование о профессиональной сфере «Человек- человек» 5. Сюжетно-ролевая игра «Интервью» + представление друг друга 6. Рефлексия: - Какие эмоции у вас возникали при проведении данного упражнения? - Легко ли было находить контакт с другим человеком? - Много информации удалось получить от собеседника? 7. Ритуал прощания (упражнение «Рефлексивная мишень»)	Ученики получили новый опыт в профессиональ ной сфере «Человек – человек» и «примерили» данное направление на себе для формирования определенных выводов.
Занятие №4 Сюжетно-ролевая игра в сфере «Человек-техника»			
Познакоми ть на практике обучающих ся с профессио нальной сферой «Человек- техника»	- Ролевая игра - Беседа - Групповая форма работы	1. Ритуал приветствия (упражнение «Приветствие на сегодняшний день») 2. Разминка (упражнение «Электрические приборы») 3. Введение в тему занятия 4. Информирование о профессиональной сфере «Человек- техника» 5. Сюжетно-ролевая игра «Операторы» 6. Рефлексия: - Какие эмоции у вас возникали при проведении данного упражнения? 7. Ритуал прощания (упражнение «Рефлексивная мишень»)	Ученики получили новый опыт в профессиональ ной сфере «Человек – техника» и «примерили» данное направление на себе для формирования определенных выводов.
Занятие №5 Сюжетно-ролевая игра в сфере «Человек-природа»			
Познакоми ть на практике	- Ролевая игра - Беседа	1. Ритуал приветствия (упражнение «Приветствие»)	Ученики получили новый опыт в

обучающихся с профессиональной сферой «Человек-природа»	- Групповая форма работы	2. Разминка (упражнение «Дерево») 3. Введение в тему занятия 4. Информирование о профессиональной сфере «Человек-природа» 5. Сюжетно-ролевая игра «Биологи» 6. Рефлексия: - Какие эмоции у вас возникали при проведении данного упражнения? 7. Ритуал прощания (упражнение «Рефлексивная мишень»)	профессиональной сфере «Человек – природа» и «примерили» данное направление на себе для формирования определенных выводов.
Занятие №6 Сюжетно-ролевая игра в сфере «Человек-знаковая система»			
Познакомить на практике обучающихся с профессиональной сферой «Человек-знаковая система»	- Ролевая игра - Беседа - Групповая и индивидуальная форма работы	1. Ритуал приветствия (упражнение «Здравствуй, ты представляешь») 2. Разминка (упражнение «Найди меня») 3. Введение в тему занятия 4. Информирование о профессиональной сфере «Человек-знаковая система» 5. Сюжетно-ролевая игра «Редакторы» 6. Рефлексия: - Какие эмоции у вас возникали при проведении данного упражнения? 7. Ритуал прощания (упражнение «Рефлексивная мишень»)	Ученики получили новый опыт в профессиональной сфере «Человек – знаковая система» и «примерили» данное направление на себе для формирования определенных выводов.
Занятие №7 Сюжетно-ролевая игра в сфере «Человек-художественный образ»			
Познакомить на практике обучающихся с профессиональной сферой «Человек-художественный образ»	- Ролевая игра - Беседа - Групповая и парная форма работы	1. Ритуал приветствия (упражнение «Лучшее приветствие») 2. Разминка (упражнение «Подарок») 3. Введение в тему занятия 4. Информирование о профессиональной сфере «Человек-художественный образ» 5. Сюжетно-ролевая игра «Художник» 6. Рефлексия: - Какие эмоции у вас возникали при проведении данного упражнения? 7. Ритуал прощания (упражнение «Рефлексивная мишень»)	Ученики получили новый опыт в профессиональной сфере «Человек – художественный образ» и «примерили» данное направление на себе для формирования определенных выводов.
Занятие №8 «Мои ресурсы»			
Обучить старшеклассников методам	- Информирование - Беседа - Проектный метод	1. Ритуал приветствия (упражнение «Апельсин») 2. Разминка (упражнение «Самый-самый мой плакат») 3. Введение в тему занятия	Старшеклассники проанализировали свои личностные

саморефлексии	<p>- Методика «Семь качеств личности» (Р.Кеттелл, модификация А.Г.Герцова)</p> <p>- Индивидуальная работа</p>	<p>4. Информирование о методах самоанализа</p> <p>5. Проведение методики «Семь качеств личности» (Р.Кеттелл, модификация А.Г.Герцова), подсчет результатов и объявление результатов</p> <p>6. Проективная методика «Портрет личности» (модифицированная)</p> <p>7. Рефлексия: - Сложно ли было анализировать свои личностные черты с будущей профессиональной деятельностью? - Есть ли то, над чем необходимо поработать?</p> <p>8. Ритуал прощания (упражнение «Рефлексивная мишень»)</p>	<p>качества с будущей профессиональной сферой деятельности и понимают над чем необходимо работать</p>
Занятие №9 «Трансформация желания в цель»			
Обучить десятиклассников технологии постановки целей по SMART, ориентируясь на профессиональное самоопределение	<p>- Информирование</p> <p>- Беседа</p> <p>- Проективный метод</p> <p>- Индивидуальная работа</p>	<p>1. Ритуал приветствия (упражнение «Рукопожатие»)</p> <p>2. Разминка (упражнение «Высота»)</p> <p>3. Введение в тему занятия (Рассказ московского эксперимента) Обсуждение: - Какой вывод можно извлечь из эксперимента? - Как не знание цели отражается на достижениях в жизни? - Какая была главная ошибка говорящего по телефону? - Определите важность точной формулировки цели?</p> <p>4. Информирование о методе постановки цели по SMART</p> <p>5. Проективная методика «Моя мечта» (визуализация цели по SMART в рамках профессионального самоопределения)</p> <p>6. Рефлексия: - Легко ли было сформулировать цель и визуализировать её? - В чем были трудности?</p> <p>7. Ритуал прощания («Рефлексивная мишень»)</p>	<p>Старшеклассники осознали важность роли целеполагания в жизни человека. Овладели техникой постановки целей по SMART, составили цели в рамках профессионального самоопределения и смогли их визуализировать.</p>
Занятие № 10 «Как всё успеть?»			
Обучить старшеклассников способам	<p>- Информирование</p> <p>- Беседа</p> <p>- Проективный метод</p>	<p>1. Ритуал приветствия (упражнение «Приветствие без слов»)</p> <p>2. Разминка (упражнение «Чувство времени»)</p>	<p>Обучающиеся понимают значение времени в</p>

планирования своей деятельности	- Индивидуальная работа	<p>3. Введение в тему занятия</p> <p>4. Информирование о важности планирования в профессиональной сфере и о существующих видах (по обязательности, по срокам достижения целей, по содержанию плановых решений, по степени охвата, по объектам планирования, по глубине, по учету изменения данных, по очередности)</p> <p>5. Упражнение «План дня»</p> <p>6. Проективный метод «Лестница достижений»</p> <p>7. Рефлексия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Легко ли было составить план к достижению цели? - На сколько % вы уже близки к своей цели? <p>8. Ритуал прощания («Рефлексивная мишень»)</p>	жизни человека. Познакомились с видами планирования, и обучились методам. На практике использовали один из методов планирования, чтобы составить схему по достижению цели в рамках профессионального выбора.
Занятие №11 «Мне преграды не по чем»			
Обучить старших школьников в приёмам, которые помогут им развивать силу волю. Рассмотреть вопрос: «Как сила воли влияет на карьерный рост?»	<p>- Информирование</p> <ul style="list-style-type: none"> - Беседа - Практическая отработка методов развития силы воли <p>- Индивидуальная и групповая работа</p>	<p>1. Ритуал приветствия (упражнение «Приветствие на сегодняшний день»)</p> <p>2. Разминка (упражнение «Удары судьбы»)</p> <p>3. Обсуждение:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Как данное упражнение связано с сегодняшней темой занятия? - Как вы оцениваете свои волевые способности? <p>Задание: выдвинете свою точку зрения на вопрос: «Как влияет сила воли на карьерный рост?»</p> <p>4. Информирование о компоненте самоорганизации – волевые усилия: определение, структура, компоненты, показатели/критерии, важность в профессиональной сфере (карьерном росте). (упражнение «Активизация силы воли»)</p> <p>5. Обучение методам развития волевых усилий (метод «Pomodoro», метод «Съесть лягушку», техники медитации, техника, методика «Твоя воля контролирует общение», техника ритуалов)</p> <p>6. Практическая часть: отработка методики «Твоя воля контролирует общение»</p>	Старшеклассники обучились разным методам и техникам по развитию силы воли и понимают какое влияние она оказывает.

		<p>7. Рефлексия:</p> <ul style="list-style-type: none">- какие чувства, мысли остались после проведенного занятия?- что нового вы сегодня узнали? И чему научились?- какие выводы можно извлечь из темы занятия? <p>8. Домашнее задание: Отработать методику «Съесть лягушку», начиная свой день с самого сложного и неприятного для вас занятия из вашего плана. В течении недели записывайте все свои эмоции, мысли и чувства в тетрадь.</p> <p>9. Ритуал прощания (упражнение «Рефлексивная мишень»)</p>	
--	--	--	--

Результаты вторичной диагностики по самоорганизации

№	Ц	А	П	С	К	В
Ученик 1	3	4	4	3	1	4
Ученик 4	5	5	4	9	5	1
Ученик 7	4	5	1	5	1	1
Ученик 9	6	9	8	1	6	2
Ученик 11	1	7	9	1	4	1
Ученик 14	3	5	9	1	3	1
Ученик 16	1	5	5	1	4	1
Ученик 18	6	2	5	1	10	10
Ученик 20	9	5	10	1	9	4
Ученик 24	5	5	5	1	7	3
Ученик 29	7	5	1	9	5	4
Ученик 31	7	5	3	1	7	5
Ученик 32	8	7	7	9	8	5
Ученик 35	4	4	9	10	5	4
Ученик 37	5	3	3	10	6	4
Ученик 38	5	5	1	10	5	2
Ученик 40	9	9	7	1	9	4

У- уровень, **Ц**-целеполагание, **А**-анализ ситуации, **П**-планирование, **С**-самоконтроль, **К**-коррекция, **В**-волевые усилия, **Н**-низкий уровень, **НС** – ниже среднего уровень, **С**-средний уровень, **ВС**-выше среднего уровень, **В**-высокий уровень

**Итоговые результаты вторичной диагностики по общему уровню
самоорганизации**

№	Сумма баллов	Уровень
Ученик 1	3,16	Ниже среднего
Ученик 4	4,83	Средний
Ученик 7	2,83	Ниже среднего
Ученик 9	5,33	Средний
Ученик 11	3,83	Ниже среднего
Ученик 14	3,66	Ниже среднего
Ученик 16	2,83	Ниже среднего
Ученик 18	5,66	Средний
Ученик 20	6,33	Средний
Ученик 24	4,33	Ниже среднего
Ученик 29	5,16	Средний
Ученик 31	4,66	Средний
Ученик 32	7,33	Выше среднего
Ученик 35	6	Средний
Ученик 37	5,16	Средний
Ученик 38	4,66	Средний
Ученик 40	6,5	Выше среднего

Вторичные ответы обучающихся по анкете «Моя будущая профессия», участвовавших в развивающей программе

№	1. Определился ли ты с будущей профессиональной деятельностью? Что повлияло на твой выбор?	2. Как ты думаешь, твой выбор будущей профессии актуален на данный момент?	3. Какие личностные особенности важны для данной профессии? Есть ли у тебя такие?	4. Есть ли у тебя личный план профессионального развития? Опиши его в подробной форме.
Ученик 1	Думаю стать инженером –проектировщиком	Сейчас она наиболее популярна	Я хорошо владею компьютером и программами, а основная работа происходит именно там	После окончания школы сдам ЕГЭ и буду пробовать поступить в СФУ на инженера
Ученик 4	Думаю быть адвокатом	Считаю будет актуальна всегда, так как людям нужна защита	Грамотная речь, умение отстаивать точку зрения. Часть есть, остальное придёт с практикой.	Сдам ЕГЭ, поступлю на юридический, буду работать по профессии.
Ученик 7	Хочу быть дизайнером – интерфейса	На данный момент это актуально	Умею работать с программами	Закончить школу, сдать хорошо экзамены, поступить в универ и работать в компьютере на протяжении всей своей жизни.
Ученик 9	Я по прежнему хочу стать блогером и стараюсь вести свой аккаунт	Если преподносить актуальную информацию людям, то да	Завлекать аудиторию	Пройти курсы по становлению речи и поступить в институт искусств на актрису
Ученик 11	Работа с рекламной	Актуальна	Важно работать с информацией и правильно её преподнести	После школы и успешной сдачи экзаменов, поступить на специальность «Менеджер рекламы и связи» в Решетнево
Ученик 14	Стилистом	Это модно и современно	Иметь чувство вкуса. Он у меня есть.	Пройти курсы в сфере бьюти
Ученик 16	Пойду на информатика	Компьютеры – это современность	Уметь работать с компьютерами.	Поступить после школы в СФУ, Решетнево или педагогический на ИНФИ.

Ученик 18	Хочу стать фотографом	Снимать для журналов всегда актуально	Уметь ловить кадр и свет. Я этому учусь.	После школы пойду на курсы в Питере по фотографии.
Ученик 20	Учителем русского и литературы	Актуальна, так как без учителей никуда.	Любовь к детям и умение правильно подавать материал	После школы поступить в педагогический колледж или университет и работать в школе
Ученик 24	Хочу быть психологом и помогать людям	Актуальна	Нужно уметь слушать другого человека, понимать его чувства и эмоции.	После сдачи ЕГЭ поступить в педагогический университет на психолога.
Ученик 29	В полицию пойти хочу	Актуальна	Строгость	Закончить школу, поступить в школу полиции.
Ученик 31	Стоматолог. Лечить людей хочу	Лечение зубов всегда актуально	Ответственность, аккуратность	После школы поступить в медицинский университет в Красноярске
Ученик 32	Учитель литературы и русского		Любовь к книгам	Хорошо сдать экзамены, чтобы поступить в педагогический университет на учителя литературы.
Ученик 35	Следователь или адвокат	Актуальна, так как несет пользу в общество	Ответственность, внимательность.	Закончить школу и поступить в СФУ на юридический
Ученик 37	Хочу быть тренером	Актуальна, везде требуются тренеры на секции	Физическая подготовка, есть.	После экзаменов поступлю в педагогический на физкультурный факультет
Ученик 38	Видеооператор	Сейчас актуально снимать профессиональные видео	Хорошо снимать.	После школы буду поступать в университет на профиль информационных технологий
Ученик 40	Хочу быть проектировщиком	Актуальна, потому что сейчас везде работа на компьютере	Уметь работать с компьютером	Поступить в СФУ

Вторичные результаты исследования по профессиональному самоопределению

№	Сумма баллов	Общий уровень	Эмоциональный компонент	Когнитивный компонент	Операционно-деятельностный компонент	Оценочно-рефлексивный компонент
Ученик 1	5	НС	2	0	1	2
Ученик 2	5	НС	1	2	2	0
Ученик 3	6	НС	1	3	2	0
Ученик 4	4	НС	1	1	2	0
Ученик 5	3	Н	1	1	0	1
Ученик 6	5	НС	2	1	0	2
Ученик 7	6	НС	2	1	1	2
Ученик 8	7	С	2	2	0	3
Ученик 9	7	С	2	1	2	2
Ученик 10	5	НС	1	2	2	0
Ученик 11	4	НС	1	1	2	0
Ученик 12	5	НС	1	2	1	1
Ученик 13	5	НС	2	0	1	2
Ученик 14	8	С	2	2	1	3
Ученик 15	1	Н	1	1	0	2
Ученик 16	1	Н	1	1	2	2
Ученик 17	2	Н	2	2	1	0

Н/у-низкий уровень, нс/у –ниже среднего уровень, ср/у-средний уровень, вс/у – выше среднего уровень, в/у-высокий уровень

