

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 психолого-педагогического образования  
Кафедра психологии

**СКРИПКА ПОЛИНА ВЛАДИМИРОВНА**


ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА


**РАЗВИТИЕ МОТИВАЦИОННОЙ ГОТОВНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
10-Х КЛАССОВ К ПРОФИЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ**

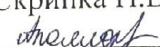
Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы  
Практическая психология в образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой  
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.  
25.05.2026 

Руководитель  
канд. психол. наук, доцент Титова О.И.  
25.05.2026 

Обучающийся  
Скрипка П.В.  
 25.05.2026

Дата защиты  
17.06.2026

Оценка  
\_\_\_\_\_

Красноярск 2026

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИОННОЙ ГОТОВНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 10-Х КЛАССОВ К ПРОФИЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ	
1.1. Происхождение категории «мотивационная готовность» и ее специфика в контексте профильного обучения	7
1.2. Структурно-функциональные компоненты мотивационной сферы обучающихся старших классов	13
1.3. Психолого-педагогические факторы, определяющие выбор профиля обучения в 10-х классах	18
1.4. Условия и методы развития мотивационной готовности у обучающихся старших классов	24
Выводы по главе 1	29
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ МОТИВАЦИОННОЙ ГОТОВНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 10-Х КЛАССОВ К ПРОФИЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ	
2.1. Организация и методы исследования уровня мотивационной готовности у обучающихся профильных классов	32
2.2. Анализ результатов исследования	36
2.3. Программа развития мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению	46
2.4. Оценка результативности реализации психолого-педагогической программы развития мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению	53
Выводы по главе 2	60
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	63
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	67
ПРИЛОЖЕНИЯ	72

## ВВЕДЕНИЕ

Современная российская система среднего общего образования сегодня строится вокруг повсеместного профильного обучения – этот принцип закреплён в Федеральном государственном образовательном стандарте (ФГОС СОО), по сути, став её главной характеристикой. Переход к профильной модели в 10-х классах направлен на индивидуализацию образовательной траектории, углублённое изучение предметов и подготовку выпускников к осознанному профессиональному выбору. Однако эффективность профильного обучения определяется не столько качеством учебных программ или материально-технической базой школы, сколько внутренней готовностью самого обучающегося к осуществлению этого выбора и продуктивной учебной деятельности в новых условиях.

Практика показывает, что значительная часть десятиклассников сталкивается с кризисом компетентности в выборе профиля. Выбор часто носит случайный характер («за компанию с друзьями», «ближе к дому», «легче учиться»), либо осуществляется под давлением родителей без учёта личных познавательных интересов и склонностей ребенка. Это приводит к снижению учебной мотивации в старших классах, разочарованию в выбранном направлении и, как следствие, к трудностям при подготовке к ЕГЭ и поступлении в вуз.

В связи с этим особую значимость приобретает изучение мотивационной готовности как ключевого психологического новообразования подросткового возраста, обеспечивающего переход от учебной деятельности к учебно-профессиональной. Несмотря на глубокую теоретическую проработку вопросов мотивации в трудах Л.И. Божович, А.К. Марковой, П.Я. Гальперина и Е.П. Ильина, прикладной аспект целенаправленного развития мотивационной готовности именно в период первичной адаптации к профилю (10 класс) остается недостаточно освещённым в методическом и диагностическом плане.

Таким образом, возникает противоречие между объективной потребностью системы образования в обучающемся, осознанно и мотивированно осваивающем профильную программу, и недостатком психолого-педагогических инструментов для своевременной диагностики и коррекции уровня этой готовности на старте обучения в 10 классе. Данное противоречие обусловило выбор темы исследования: «Развитие мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению».

**Цель исследования:** теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность программы развития мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению.

**Объект исследования:** мотивационная готовность обучающихся 10-х классов к профильному обучению.

**Предмет исследования:** развитие мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению.

**Гипотеза исследования:** мы предполагаем, что психолого-педагогическая программа, направленная на осознание обучающимися своих интересов и способностей, формирование навыков целеполагания, рефлексию мотивов выбора профессии и развитие умения использовать ресурсы для преодоления трудностей, способствует значимому повышению мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению.

Для достижения цели и проверки гипотезы необходимо решить следующие **задачи исследования:**

1. Изучить и обобщить научную литературу по теме мотивационной готовности, уточнив содержание этого понятия применительно к профильному обучению в старшей школе.

2. Выявить основные компоненты мотивационной сферы старшеклассников и описать факторы, влияющие на выбор ими профиля обучения.

3. Подобрать и обосновать комплекс диагностических методик для оценки уровня мотивационной готовности обучающихся 10-х классов.

4. Провести первичную диагностику и определить исходный уровень сформированности мотивационной готовности у обучающихся 10-х классов.

5. Апробировать программу, направленную на развитие мотивационной готовности десятиклассников к профильному обучению.

6. Выполнить повторную диагностику и установить эффективность реализованной программы.

**Теоретико-методологическая основа исследования** базируется на теории мотивации деятельности и учения (А.Н. Леонтьев, Л.И. Божович), концепция самоопределения Э. Деси и Р. Райана, подчеркивающая роль внутренней мотивации и автономии субъекта; исследования учебной и познавательной мотивации школьников (А.К. Маркова, М.В. Матюхина, Т.О. Гордеева и др.); модели профессионального самоопределения и готовности к выбору профессии (Е.А. Климов, Н.С. Пряжников, С.Н. Чистякова и соавт.); работы, посвященные профильному обучению и профориентации в старшей школе, а также специфике мотивации обучающихся профильных классов.

**Методологический инструментарий исследования** включает следующие методы и методики:

- Теоретические: анализ, синтез, обобщение научных источников по проблеме исследования, моделирование.
- Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование.

- Методы количественной и качественной обработки данных: описательная статистика, сравнение средних показателей и распределения уровней мотивационной готовности в контрольной и экспериментальной группах.

Методики исследования:

1. Методика диагностики учебной мотивации старшеклассников (М.И. Лукьянова, Н.В. Калинина)

2. Методика «Мотивы выбора профессии» (Р.В. Овчарова)

База и выборка исследования: МБОУ Емельяновская СОШ №1.

В исследовании приняли участие обучающиеся 10-х классов в количестве 35 человек в возрасте 16–17 лет.

**Практическая значимость работы** заключается в том, что апробируемая программа развития мотивационной готовности может быть использована педагогами-психологами, классными руководителями и администрацией общеобразовательных школ для повышения осознанности выбора профиля, укрепления учебно-познавательной и профессиональной мотивации десятиклассников и оптимизации психолого-педагогического сопровождения профильного обучения.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников (включающего 36 источников) и приложений. Объем работы составляет 92 страницы.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИОННОЙ ГОТОВНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 10-Х КЛАССОВ К ПРОФИЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ**

## **1.1. Происхождение категории «мотивационная готовность» и ее специфика в контексте профильного обучения**

Истоки категории мотивационной готовности лежат в общепсихологическом понимании мотива и мотивационной сферы. В отечественной психологии, опирающейся на теорию деятельности, мотивация рассматривается как побудительная сила, определяющая направленность и интенсивность активности личности [26]. По мнению А.Н. Леонтьева, мотивация – это системообразующий фактор деятельности, а мотив – это то, что побуждает и придает ей личностный смысл; в учебной деятельности эта побудительная сила выступает в форме учебной и познавательной мотивации. Согласно определению Л.И. Божович, мотив учебной деятельности представляет собой побуждения, характеризующие основную направленность личности школьника, сложившуюся в результате влияния семьи и школы [29].

В контексте данных теоретических положений учебная мотивация трактуется как система внутренних (познавательных, смыслообразующих) и внешних (оценочных, социальных, материальных) мотивов, которые иницируют, направляют и регулируют учебную деятельность [5]. Подход А.К. Марковой подчеркивает, что мотивация учения формируется во взаимодействии внешних условий (школа, семья, общество) и внутренних детерминант (самооценка, притязания, потребности), а учебно-познавательная мотивация выступает центральным компонентом мотивационной сферы школьника [5].

Таким образом, уже в рамках общепсихологической и педагогической традиции задается понимание мотивационной сферы как иерархии мотивов,

в которой познавательные, социальные и профессиональные побуждения интегрируются и переосмысливаются в старшем школьном возрасте.

Переходя от общей мотивации к понятию готовности, следует опереться на психологические концепции готовности к деятельности. В отечественной литературе готовность трактуется как особое состояние личности, включающее мотивационные, волевые, эмоциональные и операциональные компоненты и обеспечивающее успешное осуществление предстоящей деятельности [31]. В рамках диспозиционных подходов готовность связывается с устойчивыми установками и диспозициями (Д.Н. Узнадзе, В.А. Ядов), задающими избирательную активность субъекта в типичных ситуациях [28; 31]. Исследования адаптационной и профессиональной готовности подчеркивают ее интегральный характер: это не только актуальное функциональное состояние, но и устойчивое личностное образование, отражающее способность осознанно выстраивать образовательную и профессиональную траекторию [9]. Из этой традиции логично вырастает идея мотивационной готовности как специфического аспекта общей готовности к деятельности – состояния и одновременно свойства личности, в котором ведущую роль играют система мотивов, ценностей и смыслов, ориентирующих выбор и реализацию определенного вида активности (в данном случае – профильного обучения).

В педагогической и возрастной психологии категория мотивационной готовности все более активно используется применительно к школьному возрасту. Исследования учебной мотивации показывают, что успешное учение связано не просто с наличием отдельных познавательных или социальных мотивов, а с их устойчивой иерархией, обеспечивающей положительное, ответственное отношение к учебному процессу и перевод внешне задаваемых требований во внутренний личностный смысл [18]. Концепция «мотивационной готовности к успешному учению» акцентирует внутреннюю, осознанную активность учащегося, направленную на овладение знаниями, умениями, развитие интеллектуально-познавательных

способностей и достижение высоких результатов [18]. В работах по профессиональному самоопределению старшеклассников мотивационный компонент рассматривается как ключевой: готовность к выбору профессии и к самоопределению определяется уровнем заинтересованности в профессиональной деятельности, осмысленностью мотивов и целевых устремлений, а также готовностью прилагать усилия к достижению профессиональных целей [12]. Таким образом, мотивационная готовность школьника к дальнейшему образованию и профессиональному выбору понимается как наличие устойчивой учебно-познавательной и профессиональной мотивации, придающей личностный смысл учебной и профориентационной деятельности.

Специфическое содержание мотивационной готовности к профильному обучению определяется особенностями самой модели профильной школы. Профильное обучение в старшей школе ориентировано не только на углубление содержания отдельных предметов, но и на раннюю предметно-профессиональную дифференциацию, выстраивание индивидуальных образовательных маршрутов и подготовку к осознанному профессиональному выбору [18]. Это предполагает от старшеклассника, помимо общей учебной мотивации, наличие устойчивых локальных интересов к определенной предметной области, сформированных профессиональных намерений, готовности к повышенной учебной нагрузке, участию в олимпиадах, проектах, профессиональных пробах и элективных курсах [18]. Эмпирические исследования показывают, что обучающиеся профильных классов в среднем характеризуются более выраженной учебно-познавательной мотивацией, доминированием мотивов саморазвития и профессионального становления, но в то же время нередко испытывают повышенную школьную и межличностную тревожность, связанную с высокими ожиданиями и риском неуспеха [17]. Следовательно, мотивационная готовность к профильному обучению должна включать не

только ценностно-смысловую ориентацию на профиль, но и внутреннюю готовность выдерживать специфические требования профильной траектории.

Для уточнения исследуемой категории важно разграничить близкие понятия: «готовность к профильному обучению», «мотивационная готовность к профильному обучению», «готовность к профессиональному выбору» и «профессиональное самоопределение». Готовность к профильному обучению в современной литературе определяется как сложная интегральная характеристика личности, включающая интеллектуальную, мотивационную, эмоционально-волевую и социальную составляющие [15]. Мотивационная готовность к профильному обучению является частным, но ключевым аспектом этой общей готовности и отражает преимущественно структуру мотивов, ценностей и установок, связанных с избранным профилем. Готовность к профессиональному выбору трактуется как сочетание мотивационно-целевого, когнитивного, деятельностно-практического и рефлексивного компонентов, обеспечивающих осознанность, информированность и практическую реализуемость выбора профессии [8].

Профессиональное самоопределение, в свою очередь, понимается как длительный, многоступенчатый процесс поиска и реализации жизненного и профессионального смысла, в котором мотивационный, когнитивный, поведенческий и рефлексивный компоненты интегрируются в единую личностную позицию [35]. Таким образом, мотивационная готовность к профильному обучению занимает промежуточное положение: она опирается на общую учебную мотивацию и частично пересекается с мотивационным компонентом профессионального самоопределения, но по своему содержанию непосредственно связана с выбором и освоением конкретного профиля обучения.

Исторически представления о готовности старшеклассников к профильному обучению в российской школе эволюционировали от идей дифференциации и специализированных школ (углубленные математические, физико-технические, языковые классы) к современным

моделям профильного обучения по ФГОС СОО. В ранних моделях акцент делался преимущественно на отборе по интеллектуальным и специальным способностям, тогда как мотивационный аспект нередко подразумевался как производный от способностей и успеваемости. В условиях стандарта среднего общего образования и расширения спектра профилей (естественно-научный, социально-экономический, гуманитарный, технологический, универсальный) в центр внимания постепенно выдвигаются вопросы мотивации, профессиональных намерений и готовности к самоопределению [1; 18]. Появляется практика стартовой диагностики мотивации, интересов и планов при переходе в 10-й класс, а также разработка программ профориентационной поддержки, ориентированных именно на развитие мотивационной составляющей [19].

Современные эмпирические исследования мотивационной сферы старшеклассников подтверждают сложный и неоднородный характер мотивационной готовности к профильному обучению. Для значительной части обучающихся характерно преобладание внутренних индивидуально-значимых и познавательных мотивов, ориентация на саморазвитие и «взрослое будущее», особенно в профильных классах [35]. Одновременно сохраняется высокая значимость материальных и престижных мотивов, зачастую задаваемых семейными установками и ожиданиями рынка труда [27]. Исследования показывают, что в профильных и лицейских классах чаще фиксируется более высокий уровень учебно-познавательной мотивации и стремление к самообразованию, но вместе с тем у части обучающихся выявляется повышенная школьная и межличностная тревожность, связанная с боязнью неудачи, несоответствием собственных достижений высоким требованиям и социальным ожиданиям [17]. Это сочетание сильных внутренних мотивов, внешне детерминированных целевых установок и эмоционального напряжения демонстрирует, что мотивационная готовность к профильному обучению не сводится к «высокой мотивации» в простом количественном смысле, а представляет

собой сложное интегральное образование с потенциальными противоречиями и рисками.

Учитывая изложенное, в настоящем исследовании под мотивационной готовностью обучающихся 10-х классов к профильному обучению будет пониматься интегральное личностное образование, включающее устойчивую учебно-познавательную и профессиональную мотивацию, придающую личностный смысл профильному обучению и обеспечивающую принятие и реализацию осознанного выбора профиля в условиях старшей школы.

В структуру этой готовности входят:

- иерархия внутренних и внешних мотивов, ориентирующих выбор и освоение профильных предметов;
- ценностно-смысловое отношение к будущей профессиональной сфере;
- базовая информированность о профиле и связанных с ним образовательных и профессиональных траекториях;
- готовность к повышенной учебной нагрузке и участию в профильных видах деятельности (олимпиады, проекты, профессиональные пробы);
- рефлексивная способность осмысливать и корректировать собственные мотивы и планы [25].

Теоретическое уточнение этой категории создает основу для дальнейшего анализа ее структурно-функциональной организации и уровней сформированности, который будет развернуто в следующем параграфе.

## **1.2. Структурно-функциональные компоненты мотивационной сферы обучающихся старших классов**

Рабочее определение мотивационной готовности к профильному обучению, введенное в предыдущем подразделе, требует конкретизации ее структурно-функциональной организации применительно к мотивационной сфере старшеклассников. Речь идет о том, какие именно психологические компоненты обеспечивают для десятиклассника устойчивый личностный смысл профильного обучения и способность поддерживать выбранный образовательный маршрут в условиях возросших требований.

Общая структура мотивационной сферы личности описана в отечественной психологии как иерархически организованная система потребностей, мотивов, целей, смысловых образований и мотивационно-ценностной направленности [5]. Вслед за Л.И. Божович мотив понимается как то, «ради чего осуществляется деятельность», в отличие от цели, на которую деятельность направлена [29]. Согласно взглядам А.Н. Леонтьева, развитие мотивационно-потребностной сферы осуществляется через опосредование естественных потребностей сознательно принимаемыми целями и намерениями, а в старшем подростковом возрасте завершается формирование более или менее устойчивой иерархии мотивов и направленности личности. Эта иерархия включает познавательные мотивы (интерес к содержанию деятельности, стремление к пониманию закономерностей), социальные мотивы (одобрение, принадлежность, долг), внешние мотивы (оценка, материальное благополучие, престиж) и профессиональные мотивы, связанные с будущей сферой труда [36]. В старшем подростковом возрасте, по данным исследований мотивации обучения, наблюдается смещение акцента от ситуативных внешних побуждений к более осмысленным внутренним и личностным мотивам, однако влияние социального контекста и внешнего контроля сохраняется значительным.

Опираясь на эти теоретические положения и эмпирические данные о мотивации старшеклассников в условиях профилизации, мотивационную готовность к профильному обучению целесообразно описывать через совокупность взаимосвязанных компонентов: мотивационно–ценностного, когнитивного, эмоционально-волевого, социального и рефлексивного [5]. Каждый из них выполняет специфические функции в процессе освоения профильной программы и вносит вклад в интегральный уровень готовности.

Мотивационно–ценностный компонент в условиях профильного обучения включает соотношение внутренних и внешних мотивов, задающих направленность учебной активности. К внутренним относятся интерес к содержанию профильных предметов, стремление к саморазвитию, реализации способностей, а также мотивы помощи людям и участия в социально значимых проектах. Внешние мотивы представлены притязаниями на материальное благополучие, престиж профессии, ожиданиями родителей и значимых взрослых, мотивом высоких оценок и статуса [35]. Эмпирические данные показывают, что при выборе профессии и, шире, образовательного профиля у значимой части старшеклассников доминируют материальные и престижные мотивы; в ряде выборок до 64% участников называют материальное благополучие основным мотивом профессионального выбора. Вместе с тем, у заметной доли обучающихся фиксируются внутренние индивидуально-значимые мотивы, связанные с интересом к будущей деятельности и ее общественной значимостью. Для мотивационной готовности к профильному обучению принципиально не просто наличие мотивов, а их иерархия: приоритет внутренних учебно-познавательных и профессиональных побуждений при сохранении реалистичного учета внешних выгод задает конструктивный личностный смысл обучения по выбранному профилю.

Когнитивный компонент отражает степень информированности десятиклассника о возможных профильных направлениях (естественно-научном, гуманитарном, социально-экономическом,

технологическом, универсальном), о содержании соответствующих предметов, требованиях профильного уровня, формате ЕГЭ и иных итоговых испытаний, а также о типичных профессиональных траекториях, связанных с тем или иным профилем. Современные исследования подчеркивают, что даже при наличии выраженной учебной мотивации недостаточная осведомленность о мире профессий и образовательных маршрутов делает выбор профиля ситуативным, основанным на стереотипах и давлении окружения, а не на осмысленном сопоставлении интересов и требований деятельности. Для мотивационной готовности к профильному обучению важно, чтобы знания о профилях и профессиях были не фрагментарными, а интегрировались в представление о собственном «образе будущего» и реалистичных шагах его достижения [20].

Эмоционально-волевой компонент объединяет мотивацию достижения, уровень учебной и экзаменационной тревожности, способность к саморегуляции в условиях повышенной нагрузки и неопределенности. Исследования показывают, что успешные обучающиеся характеризуются сочетанием выраженной внутренней мотивации (познавательные мотивы, мотив достижения) и относительно низкой внешней мотивации, что сопровождается ощущением субъективного благополучия и устойчивостью к учебным стрессам. Вместе с тем у значимой части старшеклассников, особенно в профильных химико-биологических и физико-математических классах, фиксируются повышенная школьная и межличностная тревожность, опора на внешнее одобрение и мотивы избегания неудачи [13]. Это создает риск снижения мотивационной готовности: при высокой когнитивной информированности учащийся может не выдерживать интенсивности профильных требований. Способность преодолевать страх неуспеха, сохранять настойчивость при столкновении с трудностями и использовать конструктивные стратегии совладания рассматривается как ключевой показатель сформированности эмоционально-волевого компонента [16].

Социальный компонент мотивационной готовности связан с ролью семьи, сверстников и педагогов в поддержке или, напротив, подрыве учебно-познавательной и профессиональной мотивации. Данные эмпирических исследований свидетельствуют о высокой значимости для современных старшеклассников семейных ожиданий и родительских установок, в том числе ориентации на материальное благополучие и престиж профессии. В непрофильных классах мотивы родительского и учительского одобрения выступают ведущими у значимой части обучающихся, тогда как в профильных классах этот мотив заметно ослабевает по сравнению с познавательными и мотивом саморазвития. Наряду с этим большое значение имеют качество социально-психологического климата в классе и опыт сотрудничества со сверстниками: благоприятный климат и развитые коммуникативные связи способствуют усилению внутренних мотивов и переходу от позиционной к учебной мотивации. Для мотивационной готовности важно не столько отсутствие влияния «значимых других», сколько его поддерживающий, а не принуждающий характер.

Рефлексивный компонент выполняет роль связующего звена между мотивационной и когнитивной сферами. Он включает способность анализировать собственные интересы, склонности, ценности, оценивать свои сильные и слабые стороны в контексте требований того или иного профиля и связанных с ним профессий, а также готовность к переосмыслению и возможной коррекции ранее принятого выбора [8]. Современные модели профессионального самоопределения подчеркивают, что без развитых рефлексивных навыков даже богатый мотивационный и когнитивный ресурс остается слабо структурированным и не приводит к устойчивым профессиональным намерениям. Именно рефлексия позволяет старшекласснику превратить набор разрозненных, порой противоречивых мотивов (познавательные, материальные, престижные, социальные) в относительно целостную систему, подчиненную жизненным целям и ценностям.

Интеграция перечисленных компонентов позволяет ввести уровневую модель сформированности мотивационной готовности к профильному обучению. На высоком уровне доминируют внутренние учебно-познавательные и профессиональные мотивы; профиль обучения наделен устойчивым личностным смыслом, опирающимся на реалистичные профессиональные планы. Обучающийся обладает достаточной информированностью о профилях и профессиях, демонстрирует развитую мотивацию достижения при умеренной тревожности, использует стратегии саморегуляции и опирается на поддерживающее, но не директивное социальное окружение; рефлексивные навыки позволяют ему осмысленно корректировать образовательную траекторию. Средний уровень характеризуется сочетанием внутренних и внешних мотивов, частичной определенностью профессиональных намерений, фрагментарными знаниями о возможных траекториях и избирательной эмоциональной устойчивостью: учащийся в целом ориентирован на успех, но его мотивация зависит от оценок и внешних подкреплений, а рефлексия носит эпизодический характер [16]. При низком уровне преобладают внешние мотивы (оценочные, материальные, мотивы одобрения), наблюдается неопределенность или ситуативность выбора профиля, слабая учебно-познавательная мотивация, возможны отрицательное отношение к учению и повышенная тревожность без продуктивных стратегий ее преодоления; рефлексивный компонент практически не развит [16].

Предложенная трехуровневая модель будет далее операционализирована в эмпирической части исследования при интерпретации данных диагностики мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению. Понимание структурно-функциональной организации мотивационной готовности – через систему компонентов и их уровней – создает основу для осмысленного подбора диагностических методик, а также для проектирования целенаправленных развивающих воздействий, адресующих как

мотивационно-ценностную, так и когнитивную, эмоционально-волевою, социальную и рефлексивную составляющие. Это, в свою очередь, позволяет перейти к анализу психолого-педагогических факторов и условий формирования мотивационной готовности старшеклассников, который будет представлен далее.

### **1.3. Психолого-педагогические факторы, устанавливающие выбор профиля обучения в 10-х классах**

Опираясь на структурную модель мотивационной готовности к профильному обучению, включающую мотивационно-ценностный, когнитивный, эмоционально-волевой, социальный и рефлексивный компоненты, обозначенную в параграфе 1.2, необходимо рассмотреть систему психолого-педагогических факторов, которые опосредуют как сам выбор профиля, так и степень сформированности указанных компонентов у обучающихся 10-х классов. Мотивационная готовность в этом контексте выступает результатом сложного взаимодействия внешних условий и индивидуальных характеристик старшеклассников.

К числу факторов макро- и мезо-уровня относятся, прежде всего, изменения на рынке труда, престижность отдельных профессий, федеральная политика в области профильного обучения и профориентации, а также особенности региональной образовательной системы. Социально-экономические преобразования, исчезновение жесткой системы распределения выпускников и появление безработицы усилили необходимость самостоятельного и осознанного планирования профессиональной карьеры, начиная со школы [36]. При этом требования рынка труда и ожидания работодателей задают для старшеклассников ориентиры «востребованности» и доходности профессий, что укрепляет вес материальных и престижных мотивов в профессиональных и профильных предпочтениях [10]. Федеральные нормативные документы и программы,

направленные на развитие профориентации и профильного обучения, формируют институциональные рамки, подчеркивая необходимость учитывать индивидуальные особенности и мотивацию учащихся при построении образовательных маршрутов [24]. На мезоуровне существенное значение имеет региональная политика: наличие профильных школ, ресурсных центров, партнерств с вузами и работодателями, а также дефицит квалифицированных педагогических кадров и инфраструктурные ограничения, которые сужают или расширяют спектр реально доступных профилей и, следовательно, диапазон мотивационных выборов обучающихся [10].

На уровне образовательной организации ключевыми факторами выступают наличие и качество профильных и предпрофильных курсов, профессионализм учителей профильных дисциплин, работа школьного психолога и службы профориентации, а также насыщенность школьной жизни различными профориентационными мероприятиями. Исследования показывают, что традиционные профориентационные практики (отдельные тестирования, разовые беседы) без глубокого анализа индивидуального опыта учащихся и без последующей педагогической поддержки не обеспечивают устойчивой профессиональной и учебно-познавательной мотивации. В то же время профильное обучение, включающее практикумы, проектные задания, встречи с представителями профессий, профессиональные пробы и стажировки, создает условия для формирования мотивационного компонента профессионального самоопределения, активизирует локальные интересы и способствует осмыслению личных перспектив. Качество взаимодействия с педагогами, их готовность поддерживать индивидуальные образовательные запросы старшеклассников, использовать диагностические данные не только как формальные показатели, но и как основание для индивидуального консультирования, существенно усиливают или, напротив, ослабляют мотивационную готовность к профильному обучению [2].

Важнейшим микросоциальным фактором является семья. Ожидания родителей, их образовательный и профессиональный статус, стиль воспитания и характер поддержки определяют мотивационные ориентиры подростка, задают представления о «правильных» и «престижных» профессиях. Исследования показывают, что мотив материального благополучия и престижности профессиональной деятельности нередко формируется именно в семейном контексте и выступает ведущим при выборе профиля и будущей профессии [2]. Одновременно семья может как поддерживать самостоятельность и рефлексивность выбора, так и усиливать внешнюю, зависимую мотивацию через давление, сценарные установки («идти по стопам родителей»), что приводит к формальному, малоосознанному выбору [22]. Высокая значимость мнения семьи для старшеклассников делает необходимым включение родителей в систему психолого-педагогического сопровождения профильного обучения [24].

На личностном и возрастно-психологическом уровнях решающую роль играют особенности ранней юности: поиск идентичности, ориентация на «взрослое будущее», потребность в самоуважении, признании и успешности [12]. Важны также индивидуальные характеристики – уровень самооценки и притязаний, выраженность мотивации достижения, самоэффективности, коммуникативные способности и уровень тревожности. Комплексные исследования показывают, что у значительной части старшеклассников мотив выбора профессии и профиля связан преимущественно с материальным благополучием и социальным престижем, тогда как осмысление содержания профессиональной деятельности и собственных склонностей выражено слабее. Повышенная школьная и межличностная тревожность, дефицит навыков саморегуляции затрудняют принятие ответственных решений, снижают уверенность в правильности профильного выбора и могут вести к избеганию сложных, но перспективных профилей [36]. Таким образом, личностные факторы выступают как

потенциал и одновременно как риск для развития мотивационной готовности.

Специфической группой являются факторы, связанные с непосредственным опытом обучения в профильных и непрофильных классах. Профильные классы, ориентированные на углубленное изучение избранных дисциплин, создают более насыщенную предметную и внеурочную среду, способствующую развитию познавательных мотивов, стремления к саморазвитию и самообразованию [13]. Эмпирические данные свидетельствуют, что у обучающихся профильных классов в целом выше уровень учебно-познавательной мотивации, в структуре мотивов чаще доминируют внутренние и индивидуально-значимые побуждения, тогда как в непрофильных классах заметнее доля внешних мотивов, оценочной и позиционной направленности, сохраняется несформированная учебно-познавательная мотивация. При этом в профильных классах может возрастать и нагрузка, что, при недостаточной поддержке, ведет к росту школьной тревожности и эмоционального напряжения у части обучающихся. Следовательно, сам опыт профильного обучения является двуединым фактором: он одновременно стимулирует развитие мотивационной готовности и предъявляет повышенные требования к ее эмоционально-волевому и рефлексивному обеспечению.

Указанные группы факторов целесообразно систематизировать по уровням. Как показано в Таблице 1, к макроуровню относятся рынок труда и государственная политика; к мезоуровню – региональная образовательная система; далее выделяются уровень школы, семьи, личностный уровень и уровень учебного опыта, причем для каждого уровня возможны как положительные, так и отрицательные, а также амбивалентные эффекты в отношении мотивационной готовности к профильному обучению.

Таблица 1

**Основные психолого-педагогические факторы, влияющие на выбор профиля обучения и мотивационную готовность старшеклассников**

<b>Уровень факторов</b>	<b>Содержание фактора</b>	<b>Типичное влияние на мотивационную готовность (с примерами)</b>
Макроуровень	Рынок труда, престижность профессий, федеральная политика профильного обучения и профориентации	Положительное: ориентация на востребованные профессии, осознание значимости образования; отрицательное: гипертрофия материальных и статусных мотивов
Мезоуровень	Региональная политика, сеть профильных школ, ресурсы системы образования	Положительное: разнообразие профилей и партнерств; отрицательное: ограниченность выбора в условиях дефицита кадров и инфраструктуры
Уровень школы	Профильные и предпрофильные курсы, квалификация педагогов, работа психолога, профориентационные мероприятия	Положительное: развитие познавательных и профессиональных мотивов, информированности; отрицательное: формальность профориентации, редуцирование к тестированию
Уровень семьи	Ожидания и ценности родителей, стиль воспитания, поддержка выбора	Положительное: поддержка самоопределения, обсуждение вариантов; отрицательное: давление, сценарный выбор, ориентация только на престиж и доход
Личностный уровень	Самооценка, мотивация достижения, тревожность, рефлексивность, коммуникативные способности	Положительное: высокая мотивация достижения, адекватная самооценка, выраженная рефлексия; отрицательное: высокая тревожность, несформированность самосознания
Уровень учебного опыта	Обучение в профильных/непрофильных классах, участие в проектах, олимпиадах, профессиональных пробах	Положительное: рост познавательной мотивации, мотив саморазвития, самообразование; амбивалентное: увеличение нагрузки и тревожности при недостатке поддержки

Сочетание перечисленных факторов определяет выраженную неоднородность мотивационной готовности внутри одной параллели 10-х классов. В одних случаях благоприятная совокупность макро- и мезоусловий, поддерживающая школьная среда, конструктивная семейная позиция и развитые личностные ресурсы порождают группу учащихся с устойчивыми интересами, высокоразвитой учебно-познавательной

мотивацией и достаточно определенными профессиональными планами [34]. В других случаях недостаточная информированность о мире профессий, противоречивые родительские ожидания, формальное функционирование профориентации и повышенная тревожность приводят к ситуативному, неустойчивому выбору профиля, основанному на внешнем давлении или случайных обстоятельствах [2].

Наконец, выделяется группа старшеклассников, у которых доминируют внешние и материальные мотивы, не подкрепленные когнитивной и деятельностной проработкой профессиональных планов; для них профильное обучение становится, по сути, инструментом реализации прагматических установок, что повышает риск дальнейшего разочарования и смены траектории. Именно такая неоднородность мотивов и уровней готовности будет фиксироваться в эмпирической части исследования и учитываться при конструировании формирующей программы во второй главе.

Понимание совокупности и многоуровневого характера психолого-педагогических факторов, влияющих на выбор профиля обучения и мотивационную готовность десятиклассников, создает основу для целенаправленного проектирования условий и методов ее развития. В следующем параграфе эти условия будут конкретизированы в виде требований к образовательной среде, формам профориентационной работы и технологиям сопровождения, позволяющим компенсировать негативные влияния и усилить ресурсы мотивационной готовности старшеклассников к профильному обучению.

#### **1.4. Условия и методы развития мотивационной готовности у старшеклассников**

Опираясь на выявленные в предыдущем подразделе многоуровневые факторы выбора профиля и неоднородность мотивационной готовности десятиклассников, дальнейший анализ сосредоточен на тех психолого-педагогических условиях и методах, которые позволяют целенаправленно развивать мотивационную готовность к профильному обучению. Речь идет не о спонтанном воздействии среды, а о специально конструируемых характеристиках образовательного процесса, учитывающих различия во внутренней и внешней мотивации, уровне тревожности, степени субъектности обучающихся.

В педагогической психологии под «психолого-педагогическими условиями» понимают целостный комплекс организованных параметров образовательной среды, взаимодействия и деятельности, создающих оптимальные возможности для развития заданных качеств личности [3]. Это не просто фон, а управляемые характеристики: содержание и формы обучения, стиль педагогического взаимодействия, система оценки и поддержки, режим включения обучающихся в разные виды активности. Переведенные на плоскость мотивационной готовности к профильному обучению, такие условия включают:

1. достаточную информированность о профилях и профессиях;
2. обеспечение субъектной позиции старшеклассника в выборе и планировании образовательной траектории;
3. организацию поддерживающего, эмоционально безопасного общения с педагогами, сверстниками и родителями;
4. развернутое «возможностное пространство» профессиональных проб и проектной деятельности, в которых интересы и намерения получают практическую опору [11].

К числу ключевых условий, закрепленных в современной литературе и эмпирически подтвержденных исследованиями профильных и непрофильных классов, относится, прежде всего, наличие разнообразных и доступных профильных и предпрофильных курсов, элективов и модулей, позволяющих школьнику «примерять» различные предметные области и уровни углубления [11]. Именно вариативная курсовая сетка создает предпосылки для формирования устойчивых локальных интересов, перевода познавательной мотивации в профессионально-значимую. Вторым системообразующим условием выступает развернутая профориентационная работа школы: тренинги или занятия с элементами тренинга, профессиональные пробы, проектная и исследовательская деятельность, встречи с представителями профессий, волонтерские практики. Такая деятельность обеспечивает насыщение как когнитивного, так и мотивационно-ценностного компонентов мотивационной готовности, связывая учебную деятельность с реальными профессиональными контекстами.

Третье важное условие – построение индивидуальных учебных планов и сопровождение выбора профиля. Исследования тьюторских и кластерных моделей показывают, что именно возможности индивидуального планирования, совместного с педагогом и родителями проектирования образовательного маршрута усиливают субъектность и ответственность старшеклассников за выбранный профиль [4]. Четвертое условие связано с организованной рефлексивной поддержкой со стороны педагога и психолога: индивидуальные и групповые консультации, рефлексивные задания, обсуждения образовательных и профессиональных планов. Подобные практики помогают учащимся осмысливать собственные мотивы, соотносить их с требованиями профиля и рынка труда, корректировать выбор.

Наконец, принципиальным условием является создание эмоционально безопасной образовательной среды, в которой снижаются избыточная школьная и межличностная тревожность, страх неуспеха, типичные для

старшеклассников в условиях повышенной нагрузки и ответственных выборов. Исследования взаимосвязи мотивации и психологического климата в классе фиксируют, что благоприятные отношения, взаимоподдержка и справедливая педагогическая оценка способствуют преобладанию внутренних мотивов, устойчивой учебной любознательности и готовности брать на себя более сложные задачи.

Реализация названных условий опирается на определенный набор методов и технологий развития мотивационной готовности. В исследованиях мотивации учения и профессионального самоопределения подчеркивается значимость профессиональных проб – мини-практик, «дней в профессии», стажировок, профориентационных каникул, позволяющих старшекласснику в безопасном формате включиться в элементы реальной деятельности и проверить соответствие своих представлений и возможностей требованиям профессии [32]. Важное место занимает проектная и исследовательская деятельность по профильным темам: участие в предметных и междисциплинарных проектах, конкурсах, олимпиадах, научно-практических конференциях формирует опыт достижения, усиливает познавательные и профессиональные мотивы, развивает рефлексивность и самостоятельность [11].

Отдельную группу составляют тренинги учебной мотивации, саморегуляции и коммуникативных навыков, где целенаправленно развиваются внутренняя мотивация достижения, навыки постановки целей, планирования, совладания со стрессом и тревожностью. В качестве методов поддержки когнитивного и мотивационного компонентов активно применяются профориентационные игры и занятия, деловые игры по выбору профессии, моделирующие ситуации профессионального выбора и позволяющие «проиграть» разные сценарии будущего [32]. Важным ресурсом становятся диагностические методики, используемые не только как инструмент измерения, но и как средство самоанализа: обсуждение результатов опросников мотивов, интересов, склонностей в консультативном

формате способствует осмыслению собственных приоритетов и границ. Наконец, индивидуальное и групповое консультирование по образовательным и профессиональным траекториям позволяет интегрировать данные диагностики, школьную успеваемость и жизненные планы в целостный проект развития [4].

Систематизацию указанных подходов к методам и технологиям развития мотивационной готовности к профильному обучению позволяет выполнить таблицу, которая представлена в Приложении А, в которой каждому типу методов сопоставлены целевые компоненты мотивационной готовности и развиваемые ими аспекты.

В практике профориентации и профильного обучения указанные методы обычно интегрируются в целостные программы, имеющие относительно типичную структуру. На первом, теоретико-подготовительном этапе осуществляется анализ нормативной базы, особенностей контингента, формулируются цели и задачи программы, уточняются целевые компоненты мотивационной готовности [7].

Второй этап – констатирующий диагностический – предполагает комплексное обследование мотивов учения, профессиональных интересов, уровня тревожности, информированности о профилях, что позволяет отнести обучающихся к различным уровням мотивационной готовности. На формирующем этапе реализуются собственно развивающие мероприятия: сочетание информационно-просветительских, деятельностно-практических, тренинговых, рефлексивных и консультативных модулей, причем в ряде работ подчеркивается эффективность сетевых и кластерных моделей, включающих ресурсы вузов и работодателей. Завершающий этап связан с итоговой оценкой изменений – повторной диагностикой и сравнением результатов экспериментальных и контрольных групп, качественным анализом отзывов обучающихся, педагогов и родителей [32]. Именно такая поэтапная логика будет положена в основу экспериментальной программы, представляемой во второй главе.

Организация развивающей работы именно с десятиклассниками имеет свою специфику. Во-первых, к этому моменту значительная часть обучающихся уже выбрала профиль обучения и имеет определенный опыт профильной или предпрофильной подготовки; следовательно, программа должна опираться на уже сформированные интересы и частично сложившиеся профессиональные намерения, а не стартовать «с нуля». Во-вторых, для 10-го класса особенно актуальна интеграция мотивационной работы с подготовкой к ЕГЭ, олимпиадам и итоговым проектам: профильно-ориентированные задания, участие в конкурсах и исследовательских проектах позволяют одновременно укреплять учебно-познавательную и профессиональную мотивацию. В-третьих, в этом возрасте возрастает значение субъектной позиции учащегося в отношении дальнейшего образования: программы должны включать блоки по проектированию индивидуальных учебных планов, обсуждению вариантов продолжения образования (СПО, бакалавриат, комбинированные траектории), формированию ответственности за выбранный путь. Наконец, учитывая повышенную чувствительность старшеклассников к оценке и риску неуспеха, особое внимание требуется уделять профилактике и коррекции избыточной школьной тревожности и эмоционального выгорания, используя тренинговые и консультативные методы.

Совокупность описанных психолого-педагогических условий и методов задает концептуальную и технологическую рамку для разработки авторской программы развития мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению. Теоретически обоснованное сочетание информированности, субъектной позиции, профессиональных проб, рефлексивной и эмоциональной поддержки позволяет нацеленно воздействовать на все выделенные компоненты мотивационной готовности. В последующей, второй главе эти положения будут конкретизированы в виде проекта экспериментального исследования и описания психолого-

педагогической программы, включающей диагностический, формирующий и контрольный этапы.

## **Выводы по главе 1**

В первой главе решена задача теоретического обоснования понятия мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению и выявления условий ее развития, что создает концептуальную основу для экспериментального исследования, представленного во второй главе. Теоретический анализ позволил перейти от общепсихологического понимания мотивации к специализированной категории мотивационной готовности применительно к ситуации профильного обучения в старшей школе.

Синтез результатов в параграфе 1.1 показал, что категория «мотивационная готовность» вырастает из классических теорий мотивации и концепций психологической готовности к деятельности. На этой основе мотивационная готовность старшеклассника к профильному обучению рассматривается как специфический случай готовности к учебно-профессиональной деятельности, в которой мотивационная составляющая выходит на первый план. Понятие соотнесено с категориями готовности к профессиональному выбору и профессионального самоопределения: показано, что мотивационная готовность выступает их необходимым, но не исчерпывающим компонентом, обеспечивающим внутреннюю принятость профильного и профессионального выбора.

Обобщение выводов в параграфе 1.2 позволило описать мотивационную готовность к профильному обучению как структурно сложное интегральное личностное образование. В ее составе выделены мотивационно-ценностный, когнитивный, эмоционально-волевой, социальный и рефлексивный компоненты, каждому из которых приписаны специфические функции в процессе профильного обучения и заданы уровни

сформированности. Тем самым обеспечена возможность дальнейшей операционализации данного конструкта в эмпирическом исследовании.

В параграфе 1.3 показано, что выбор профиля и уровень мотивационной готовности обусловлены системой факторов различных уровней: от макроуровня (состояние рынка труда, образовательная политика, модели профильного обучения) и мезоуровня (региональные и муниципальные особенности сети профильных классов) до факторов образовательной организации и семьи, а также индивидуально-личностных характеристик старшеклассника. Подчеркнуто, что именно специфические сочетания этих факторов порождают выраженную неоднородность мотивационной готовности в параллели 10-х классов.

Основные выводы параграфа 1.4 состоят в выделении ключевых психолого-педагогических условий развития мотивационной готовности: достаточной информированности о профилях и профессиях, насыщенной профориентационной среды, эмоционально безопасного образовательного пространства и систематической рефлексивной поддержки со стороны педагогов и психолога. Показано, что наибольший эффект обеспечивают методы, опирающиеся на активную деятельность и субъектную позицию учащихся: профессиональные пробы, проектная и исследовательская деятельность, тренинговые формы работы, индивидуальные и групповые консультации.

Полученные теоретические результаты напрямую связаны с задачами практической части исследования. Во-первых, они позволили уточнить операциональное понимание мотивационной готовности к профильному обучению, что станет основой для разработки диагностической программы в параграфе 2.1. Во-вторых, на их основе заданы критерии и уровневые показатели оценки мотивационной готовности, которые будут использованы при анализе констатирующего и контрольного этапов эксперимента (параграфы 2.2 и 2.4). В-третьих, выделенные условия и методы развития задали содержательные ориентиры и принципы конструирования психолого-

педагогической программы, представленной в параграфе 2.3. Далее, в Главе 2, будет изложено экспериментальное исследование и описана авторская программа развития мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению.

## **ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ МОТИВАЦИОННОЙ ГОТОВНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 10-Х КЛАССОВ К ПРОФИЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ**

### **2.1. Организация и методы исследования уровня мотивационной готовности у обучающихся профильных классов**

На основе теоретического анализа, представленного в первой главе, нами были определены структура мотивационной готовности к профильному обучению, ее уровни и ключевые факторы формирования, что создало предпосылки для перехода к эмпирической проверке полученных положений. На данном этапе задачи исследования связаны с описанием организации экспериментальной работы и характеристикой комплекса диагностических методик, позволяющих структурировать выделенные компоненты мотивационной готовности старшеклассников.

**Цель эмпирического исследования** – диагностика уровня сформированности мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению и апробация программы ее развития.

В рамках эмпирической части проверялась следующая гипотеза: развитие мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению будет более эффективным при реализации целенаправленной психолого-педагогической программы, обеспечивающей:

- осознание обучающимися своих индивидуальных особенностей, интересов и способностей;
- формирование навыков постановки реалистичных профессиональных и образовательных целей;
- осознание внутренних и внешних мотивов выбора профессии
- развитие способности выявлять и использовать личные и внешние ресурсы для преодоления трудностей самоопределения,

что выразится в значимом повышении уровня мотивационной готовности (учебно-познавательной и профессиональной мотивации) обучающихся социально-экономического профиля по сравнению с группой, в которой такая программа не реализуется.

Исследование проводилось на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Емельяновская средняя общеобразовательная школа № 1».

В исследовании приняли участие обучающиеся 10-х классов в количестве 35 человек в возрасте 16–17 лет. Выборка была разделена на две группы:

- Социально-экономический профиль (СЭП) – 17 обучающихся;
- Социально-гуманитарный профиль (СГП) – 18 обучающихся.

Исследование проводилось в три этапа:

1. Констатирующий этап (октябрь-ноябрь 2025 г.). На данном этапе осуществлялась первичная диагностика уровня мотивационной готовности обучающихся обеих групп с использованием подобранного диагностического комплекса. Цель этапа – выявление исходного состояния мотивационно-ценностного, когнитивного, эмоционально-волевого и социального компонентов готовности, а также распределения обучающихся по уровням (низкий, средний, высокий).

2. Формирующий этап (ноябрь 2025 г. - январь 2026 г.). В классе социально-экономического профиля была реализована психолого-педагогическая программа развития мотивационной готовности к профильному обучению. Социально-гуманитарный профиль в этот период продолжал обучение в обычном режиме (без целенаправленного мотивационного вмешательства). Занятия в классе социально-экономического профиля проводились 1 раз в неделю во внеурочное время; продолжительность каждого занятия составляла 45 минут.

3. Контрольный этап (апрель 2026 г.). После завершения формирующего этапа в обеих группах проводилась повторная диагностика с

использованием того же набора методик. Цель – оценка динамики показателей мотивационной готовности и проверка эффективности реализованной программы.

Для комплексной оценки мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению использовался следующий диагностический комплекс:

1. Методика изучения мотивации обучения (М.И. Лукьянова, Н.В. Калинина). Данная методика позволяет оценить как количественную выраженность учебной мотивации (через итоговый уровень), так и ее качественную структуру (через выявление ведущих мотивов учения). Качественный анализ проводится на основе ответов на специальный блок вопросов, каждый из которых соотносится с одним из шести видов мотивов: учебный (познавательный), социальный, позиционный, оценочный, игровой, внешний. Методика апробирована на старшеклассниках и показала свою чувствительность к различиям в мотивационной сфере учащихся профильных и непрофильных классов.

2. Методика «Мотивы выбора профессии» (Р.В. Овчарова). Методика направлена на выявление доминирующих мотивов профессионального выбора. Выделяются четыре типа мотивов:

- внутренние индивидуально значимые мотивы (личный интерес, соответствие способностям);
- внутренние социально значимые мотивы (стремление приносить пользу людям);
- внешние положительные мотивы (престиж, высокая заработная плата, карьерный рост);
- внешние отрицательные мотивы (давление со стороны родителей, боязнь осуждения, выбор «от противного»).

Выбор данной методики обусловлен ее ориентацией на мотивационно-ценностный компонент и непосредственной связью с профессиональными планами старшеклассников.

Диагностика проводилась в форме группового тестирования в учебное время (на классных часах или специально отведенных занятиях). Перед началом исследования обучающимся давалась стандартная инструкция, разъяснялись цели работы, подчеркивалось, что результаты не повлияют на их академическую успеваемость и будут использоваться только в обобщенном виде.

Выполнение каждой методики занимало 20-25 минут. Диагностические процедуры были распределены на две сессии в течение одной недели: в первую сессию проводилась методика М.И. Лукьяновой, Н.В. Калининой во вторую – методика Р.В. Овчаровой. Обработка результатов осуществлялась в соответствии с ключами, представленными в авторских руководствах к методикам.

Для обработки эмпирических данных использовались методы описательной статистики: расчет процентных долей, средних значений и распределений уровней мотивационной готовности в обеих группах. Сравнение результатов на констатирующем и контрольном этапах проводилось как внутри каждой группы, так и между группами. Качественный анализ включал интерпретацию распределения ведущих мотивов учения и доминирующих типов мотивации выбора профессии.

Статистическая проверка значимости различий осуществлялась с помощью Т-критерия Вилкоксона для оценки достоверности сдвига показателей (будет представлена в параграфе 2.4).

Таким образом, выбранная организация эмпирического исследования с четко разведенными констатирующим, формирующим и контрольным этапами, экспериментальной и контрольной группами, а также комплексным диагностическим инструментарием, адресующим ключевые компоненты мотивационной готовности, обеспечивает возможность многомерной и

сопоставимой оценки исходного и итогового состояния мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению. Результаты констатирующего этапа представлены в следующем параграфе.

## **2.2. Анализ результатов исследования**

Представим результаты и анализ по методике М.И. Лукьяновой, Н.В. Калининой.

Методика изучения мотивации обучения М.И. Лукьяновой, Н.В. Калининой позволяет оценить как количественную выраженность учебной мотивации (через итоговый уровень), так и ее качественную структуру (через выявление ведущих мотивов учения). Опросник включает 18 вопросов-утверждений, сгруппированных в три содержательных блока. Количественная оценка (блоки I и II) предполагает выбор одного из трех вариантов ответа, отражающих степень согласия, и позволяет суммированием баллов определить итоговый уровень мотивации: от очень высокого (продуктивного) до низкого (негативного отношения к школе). Качественный анализ проводится на основе ответов на вопросы блока III (№ 7, 8, 9), каждый вариант ответа в которых (всего по три на каждый из шести мотивов) соотносится с одним из следующих видов мотивов учения:

У - учебный мотив: ориентация на содержание и процесс учения, познавательный интерес, стремление к пониманию и усвоению знаний;

С - социальный мотив: осознание общественной значимости учения, стремление быть полезным, желание внести вклад в общее дело;

П - позиционный мотив: стремление занять определенную позицию в отношениях с окружающими, получить одобрение, быть лидером, продемонстрировать свою состоятельность;

О - оценочный мотив: ориентация на получение хороших отметок как на самоцель;

И - игровой мотив: предпочтение игровых форм деятельности, развлекательного компонента;

В - внешний мотив: ориентация на внешние обстоятельства (требования родителей, учителей), отсутствие внутренней заинтересованности.

Ведущим считается мотив, набравший наибольшее количество выборов (максимум – 3), что позволяет охарактеризовать доминирующую направленность учебной активности школьника в контексте соотношения внутренних и внешних побуждений.

Распределение уровней ведущей учебной мотивации представлено в таблице 2 и на рисунке 1.

Таблица 2

Распределение обучающихся экспериментальной и контрольной групп по уровню ведущей учебной мотивации (констатирующий этап)

Уровень ведущей учебной мотивации	СЭП (n = 17)	СЭП, %	СГП (n = 18)	СГП, %
I – Очень высокий (72-85 баллов)	1	5,9	1	5,6
II – Высокий (55-71 балл)	2	11,8	3	16,7
III – Средний / нормальный (42-54 балла)	6	35,3	7	38,9
IV – Сниженный (30-41 балл)	6	35,3	5	27,7
V – Низкий (до 29 баллов)	2	11,7	2	11,1

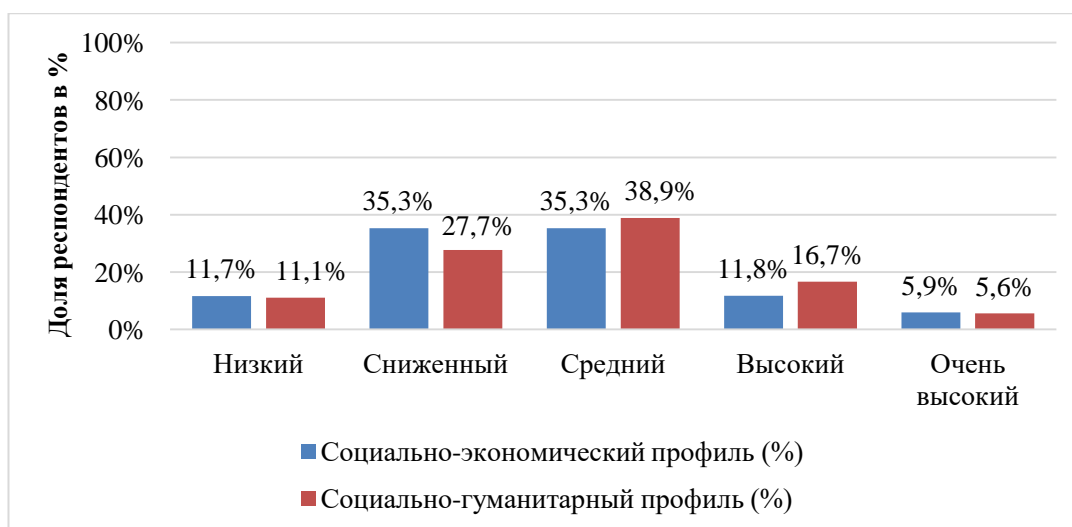


Рисунок 1. Распределение респондентов по уровню ведущей учебной мотивации по методике мотивации обучения (М.И. Лукьянова, Н.В. Калинина), %

Анализ ведущих уровней учебной мотивации (таблица 2, рисунок 1) показал, что в обеих группах преобладают средний (III) и сниженный (IV) уровни.

В социально-экономическом профиле к среднему уровню отнесены 35,3% (6 чел.), к сниженному – также 35,3% (6 чел.). В социально-гуманитарном профиле средний уровень выявлен у 38,9% (7 чел.), сниженный – у 27,7% (5 чел.). Суммарно эти два уровня охватывают 70,6% обучающихся в социально-экономическом профиле и 66,6% в социально-гуманитарном профиле. Это свидетельствует о том, что учебная мотивация большинства десятиклассников недостаточно сформирована: они учатся нестабильно, их учебная активность сильно зависит от внешних обстоятельств – настроения, сложности материала, наличия контроля со стороны педагога.

Очень высокий (I) и высокий (II) уровни мотивации, характеризующиеся осознанным отношением к учению, развитой способностью к целеполаганию и устойчивым познавательным интересом, выявлены лишь у 17,7% (3 чел.) в социально-экономическом профиле и у 22,3% (4 чел.) в социально-гуманитарном профиле. Эти обучающиеся составляют меньшинство - примерно каждый пятый-шестой старшеклассник.

Низкий уровень (V) учебной мотивации зафиксирован у 11,7% (2 чел.) в социально-экономическом профиле и у 11,1% (2 чел.) в социально-гуманитарном. Эти обучающиеся фактически утратили учебную мотивацию: они не видят смысла в школьном обучении, формально присутствуют на занятиях, не прилагают усилий к усвоению материала и находятся в зоне академического риска.

Количественный анализ ведущих мотивов учения (по блоку III) представлен в таблице 3 и на рисунке 2.

Таблица 3

Распределение ведущих мотивов учения в социально-экономическом и социально-гуманитарном профилях (констатирующий этап)

Ведущий мотив учения	СЭП (n = 17)	СЭП, %	СГП (n = 18)	СГП, %
Учебный мотив (У)	3	17,6	4	22,2
Социальный мотив (С)	1	5,9	2	11,1
Позиционный мотив (П)	6	35,3	5	27,8
Оценочный мотив (О)	4	23,5	4	22,2
Игровой мотив (И)	1	5,9	1	5,6
Внешний мотив (В)	2	11,8	2	11,1

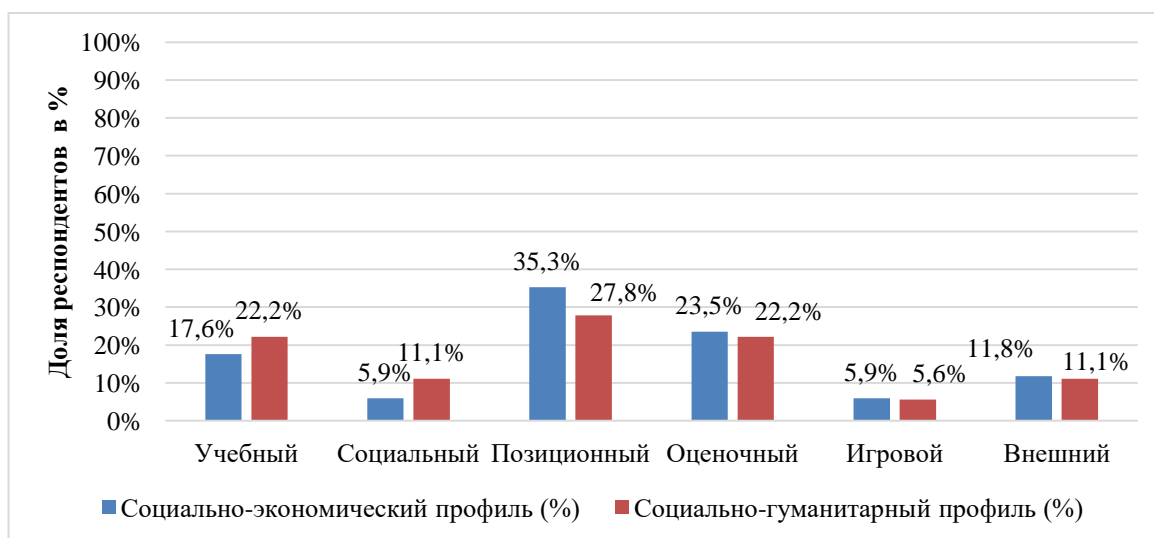


Рисунок 2. Распределение респондентов по ведущим мотивам учения по методике мотивации обучения (М.И. Лукьянова, Н.В. Калинина), %

Качественный анализ ведущих мотивов учения (таблица 3, рисунок 2) позволил уточнить структуру мотивационной сферы десятиклассников.

Наиболее распространенным в обеих группах оказался позиционный мотив - 35,3% в социально-экономическом профиле и 27,8% в социально-гуманитарном профиле. Это означает, что более трети обучающихся социально-экономического профиля и почти треть социально-гуманитарного профиля побуждаются к обучению, прежде всего, стремлением занять определенное место в системе межличностных отношений: получить признание сверстников, одобрение учителей, продемонстрировать свою состоятельность. Позиционная мотивация не является разрушительной, однако она неустойчива, поскольку ее сила напрямую зависит от социального контекста и внешней оценки. При изменении социальной ситуации (конфликт, переход на дистанционное обучение, смена коллектива) учебная активность таких старшеклассников может резко снизиться.

Вторым по распространенности является оценочный мотив - 23,5% в социально-экономическом профиле и 22,2% в социально-гуманитарном профиле. Для этих обучающихся главным стимулом к учению служит получение хороших отметок. Сами по себе отметки как форма обратной связи могут играть позитивную роль, однако при доминировании оценочного мотива учебная деятельность приобретает формальный характер: обучающийся ориентирован не на понимание и усвоение материала, а на получение максимально высокой оценки любой ценой. Это может приводить к использованию нечестных стратегий (списывание, угадывание), снижению глубины и прочности знаний, а также к выраженному стрессу в ситуации неудачи.

Учебный (познавательный) мотив - наиболее продуктивный и желательный с точки зрения задач профильного обучения - является ведущим лишь у 17,6% (3 чел.) в социально-экономическом профиле и у 22,2% (4 чел.) в социально-гуманитарном профиле. Эти старшеклассники

получают удовольствие от самого процесса познания, проявляют инициативу в изучении предметов, склонны к самостоятельному углублению знаний. Они составляют ту самую группу, которая с наибольшей вероятностью будет успешно осваивать профильные дисциплины и в дальнейшем продолжит образование по выбранному направлению. Однако их доля слишком мала, чтобы считать ситуацию благополучной: почти 80% десятиклассников в обеих группах не опираются в учении на познавательный интерес.

Внешний мотив зафиксирован у 11,8% (2 чел.) в социально-экономическом профиле и у 11,1% (2 чел.) в социально-гуманитарном профиле. Эти обучающиеся учатся лишь постольку, поскольку этого требуют родители, школа, формальная необходимость получения аттестата. Их учебная активность минимальна, а усвоение материала носит поверхностный характер.

Социальный мотив (осознание общественной значимости учения, стремление через образование принести пользу другим) выражен слабо: 5,9% в социально-экономическом профиле и 11,1% в социально-гуманитарном профиле. Более высокая доля может объясняться гуманитарной направленностью профиля: обучающиеся этого класса чаще связывают свое будущее с профессиями, имеющими выраженную социальную миссию (педагогика, право, социальная работа). Игровой мотив, ожидаемо, минимален в старшем подростковом возрасте и составляет 5,9% в социально-экономическом профиле и 5,6% в социально-гуманитарном профиле.

Обобщая результаты по методике М.И. Лукьяновой, Н.В. Калининой можно заключить, что учебная мотивация десятиклассников обеих групп характеризуется:

- преобладанием среднего и сниженного итоговых уровней (суммарно 70,6% в социально-экономическом профиле и 66,6% в социально-гуманитарном профиле);

- доминированием в структуре мотивов позиционного и оценочного типов (суммарно 58,8% в социально-экономическом и 50,0% в социально-гуманитарном профиле);
- слабой выраженностью учебного (познавательного) мотива (17,6% и 22,2%);
- наличием небольшой, но требующей внимания группы обучающихся с низким уровнем мотивации и внешним мотивом, фактически утративших интерес к учению.

Такая картина подтверждает недостаточную мотивационную готовность старшеклассников к профильному обучению и обосновывает необходимость реализации специальной психолого-педагогической программы, направленной на актуализацию внутренних познавательных мотивов, развитие навыков целеполагания и формирование личностного смысла учения.

Представим результаты по методике «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчаровой.

Методика «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчаровой позволяет определить ведущий тип мотивации при выборе профессии. Выделяются четыре типа мотивов:

- внутренние индивидуально значимые (личный интерес, соответствие способностям, удовлетворение от процесса труда);
- внутренние социально значимые (стремление приносить пользу людям, общественная значимость профессии);
- внешние положительные (престиж, высокая заработная плата, карьерный рост, удобство расположения);
- внешние отрицательные (давление со стороны родителей, боязнь осуждения, выбор «от противного»).

В случаях равенства сумм баллов по двум шкалам фиксировался смешанный тип мотивации.

Распределение доминирующих типов мотивации выбора профессии представлено в таблице 4 и на рисунке 3.

Таблица 4

Распределение доминирующих типов мотивации выбора профессии по методике «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчаровой в социально-экономическом и социально-гуманитарном профилях

Доминирующий тип мотивации	СЭП (n = 17)	СЭП, %	СГП (n = 18)	СГП, %
Внутренние индивидуально значимые (ВИМ)	4	23,5	5	27,8
Внутренние социально значимые (ВСМ)	3	17,6	1	5,6
Внешние положительные (ВПМ)	9	53,0	7	38,9
Внешние отрицательные (ВОМ)	0	0,0	2	11,1
Смешанный тип	1	5,9	3	16,6

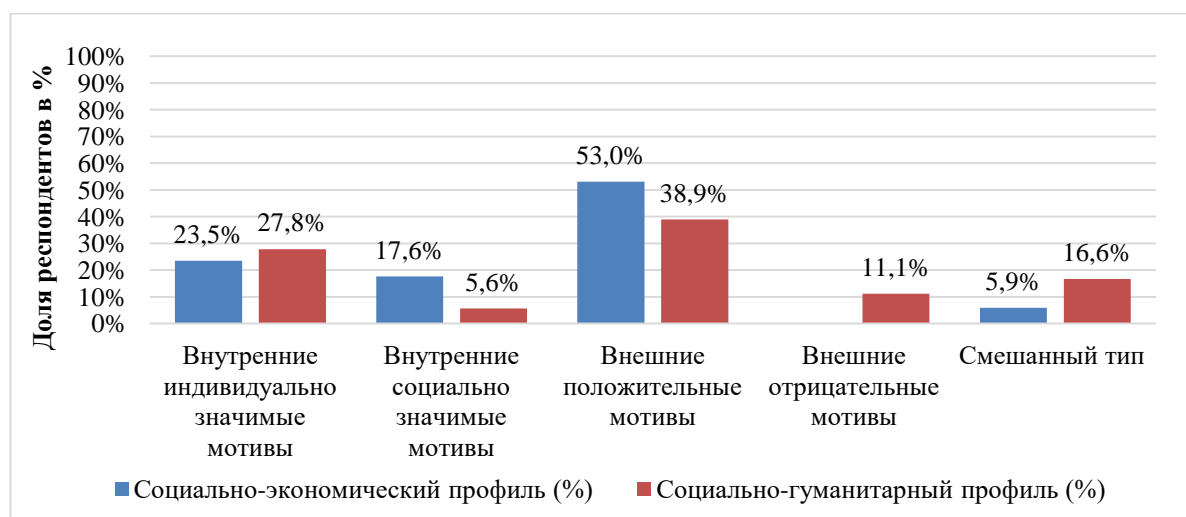


Рисунок 3. Распределение респондентов по доминирующим типам мотивации выбора профессии по методике «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчаровой, %

Сравнительный анализ доминирующих типов мотивации профессионального выбора показал, что в обеих группах преобладают внешние положительные мотивы. В социально-экономическом они составляют 53% (9 чел.), в социально-гуманитарном – 38,9% (7 чел.). Это свидетельствует о том, что для значительной части десятиклассников

ведущими ориентирами при выборе профессии выступают такие стимулы, как престижность, уровень заработной платы, возможность карьерного роста, удобное расположение места работы или учебы – то есть факторы, лежащие вне самого содержания профессиональной деятельности. Особенно выражена эта тенденция в социально-экономическом профиле (экспериментальная группа), где внешне мотивированных обучающихся абсолютное большинство. Данный факт может объясняться самой направленностью профиля, ориентированного на сферы экономики, управления, финансов, где внешние атрибуты успеха традиционно занимают важное место.

Внутренние индивидуально значимые мотивы, отражающие подлинный интерес к содержанию профессии, соответствие личным склонностям и способностям, стремление к самореализации в труде, выявлены у 23,5% (4 чел.) в социально-экономическом профиле и у 27,8% (5 чел.) в социально-гуманитарном. Эти показатели практически идентичны и в совокупности охватывают лишь около четверти выборки. Это означает, что большинство старшеклассников на момент обследования не опираются в своем профессиональном выборе на внутренние, личностно присвоенные критерии – их выбор в значительной степени зависит от внешних обстоятельств и социальных ожиданий.

Внутренние социально значимые мотивы (стремление помогать людям, приносить пользу обществу, работать в социально ориентированных профессиях) заметно выше в социально-экономическом профиле – 17,6% (3 чел.) против всего 5,6% (1 чел.) в социально-гуманитарном. Этот результат на первый взгляд кажется парадоксальным, поскольку вторая группа обучается по социально-гуманитарному профилю, который традиционно связывается с помогающими профессиями (педагогика, психология, право, социальная работа). Однако полученные данные могут указывать на то, что часть обучающихся второй группы выбрали гуманитарный профиль не по внутреннему стремлению служить обществу, а по другим причинам – например, из-за склонности к предметам гуманитарного цикла без четкого

соотнесения с будущей профессией, либо руководствуясь внешними положительными стимулами. В то же время в социально-экономическом профиле трое обучающихся продемонстрировали выраженную социальную направленность, что может свидетельствовать об их интересе к профессиям, сочетающим экономическую или управленческую деятельность с социальной миссией (например, социальное предпринимательство, управление в здравоохранении, государственное и муниципальное управление).

Внешние отрицательные мотивы (давление родителей, боязнь осуждения, выбор «от противного», отсутствие иных вариантов) в социально-экономическом профиле полностью отсутствуют (0%), тогда как в социально-гуманитарном профиле они зафиксированы у 11,1% (2 чел.). Это означает, что во второй группе есть обучающиеся, чей профессиональный выбор был сделан под влиянием негативных стимулов – страха разочаровать значимых взрослых, нежелания столкнуться с неодобрением или просто из ощущения безальтернативности. Данная группа подростков находится в зоне риска: профессиональный выбор, совершенный на основе внешних отрицательных мотивов, наименее устойчив и с высокой вероятностью приведет к разочарованию, потере учебной мотивации и желанию сменить профиль обучения в будущем.

Смешанный тип мотивации (сочетание двух равно выраженных типов) чаще встречается в социально-гуманитарном профиле – 16,6% (3 чел.) против 5,9% (1 чел.) в социально-экономическом профиле. Наличие смешанного типа может говорить о переходном, несформированном состоянии мотивационной сферы: обучающийся еще не определился, что для него важнее – личный интерес или внешние блага, собственное призвание или социальное одобрение. Более высокая доля таких случаев в контрольной группе косвенно указывает на несколько большую неопределенность и амбивалентность профессиональных намерений у гуманитариев по сравнению с обучающимися социально-экономического профиля.

Результаты первичной диагностики социально-экономического и социально-гуманитарного профилей не имеют выраженных различий и свидетельствуют о схожих тенденциях в обеих выборках. В структуре учебной мотивации доминируют позиционные и внешние мотивы (суммарно 76,5% в социально-экономическом профиле и 72,2% в социально-гуманитарном профиле), тогда как внутренняя познавательная мотивация выражена лишь у 17,6% и 22,2% соответственно. В структуре мотивации профессионального выбора преобладают внешние положительные мотивы (53,0% в социально-экономическом профиле и 38,9% в социально-гуманитарном профиле), а внутренние индивидуально значимые мотивы характерны лишь для 23,5% и 27,8% обучающихся.

Таким образом, мотивационная готовность большинства десятиклассников к профильному обучению находится на среднем или низком уровне. Профессионально-образовательный выбор совершается преимущественно с опорой на внешние стимулы и социальное одобрение, а не на осознанный внутренний интерес. Это подтверждает гипотезу исследования о необходимости целенаправленной психолого-педагогической работы по развитию мотивационной готовности и обосновывает внедрение формирующей программы «Где я буду?» в социально-экономическом профиле.

### **2.3. Программа развития мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению**

Анализ результатов констатирующей диагностики (параграф 2.2) выявил у обучающихся 10-х классов преобладание среднего и сниженного уровней учебной мотивации (суммарно 70,6% в социально-экономическом и 66,6% в социально-гуманитарном профиле), доминирование позиционных и оценочных мотивов над познавательными (суммарно 58,8% в СЭП и 50,0% в СГП), а также высокую долю внешних положительных мотивов выбора профессии (53,0% в СЭП и 38,9% в СГП). Полученные данные свидетельствуют о недостаточной сформированности мотивационной готовности и обосновывают необходимость разработки и реализации целенаправленной психолого-педагогической программы.

Программа адресована обучающимся 10-х классов общеобразовательных организаций, реализующих профильное обучение. Оптимальная численность группы – 12 человек. В настоящем исследовании программа реализована в первой группе (17 обучающихся социально-экономического профиля).

Параметры реализации программы: периодичность – 1 занятие в неделю, продолжительность – 1 академический час (45 минут), форма проведения – групповая. Общая продолжительность программы – 10 недель.

**Цель программы** – повышение уровня мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению через осознание личных интересов и способностей, формирование навыков целеполагания и рефлексии профессиональных намерений.

#### **Задачи программы:**

1. Содействовать осознанию обучающимися своих индивидуальных особенностей, интересов, способностей и личностных ресурсов, значимых для профессионального выбора (диагностический и рефлексивный компоненты).

2. Сформировать навыки постановки реалистичных профессиональных и образовательных целей с учетом выбранного профиля обучения (мотивационно-ценностный и когнитивный компоненты).

3. Обеспечить осознание внутренних и внешних мотивов выбора профессии и их влияния на дальнейшее обучение и профессиональное развитие (мотивационно-ценностный компонент).

4. Развить способность выявлять и использовать личные и внешние ресурсы для преодоления трудностей профессионального самоопределения (эмоционально-волевой и рефлексивный компоненты).

Пояснительная записка

Актуальность программы обусловлена выявленным на констатирующем этапе дефицитом внутренней учебно-познавательной мотивации у большинства десятиклассников, доминированием внешних и позиционных мотивов, а также наличием группы обучающихся с неопределенными профессиональными планами. Без целенаправленного психолого-педагогического воздействия данные тенденции могут привести к формальному отношению к профильному обучению, снижению академической успешности и разочарованию в выбранном профессиональном направлении.

Программа опирается на методологию комплекса профориентационных мероприятий «Найди себя» (Калининградский государственный технический университет) и подходы А.Н. Яшковой к психолого-педагогическому сопровождению профессионального самоопределения.

Практическая значимость состоит в том, что программа может быть использована педагогами-психологами, классными руководителями и тьюторами в системе психолого-педагогического сопровождения профильного обучения в общеобразовательных организациях.

Программа базируется на следующих теоретических положениях:

- деятельностной теории мотивации (А.Н. Леонтьев, Л.И. Божович), согласно которой мотивация формируется в деятельности и определяется системой личностных смыслов;
- концепции профессионального самоопределения (Э.Э. Сыманюк, А.А. Печеркина, О.В. Закревская), подчеркивающей важность осознания личных ценностей и их гармонии с профессиональными интересами;
- принципах активного социально-психологического тренинга (групповая дискуссия, рефлексивные упражнения, ролевые игры);
- подходах к психолого-педагогическому сопровождению профессионального самоопределения (А.Н. Яшкова), предполагающих поэтапное формирование мотивационной готовности.

Программа включает в себя три взаимосвязанных блока, реализуемых в логике психолого-педагогического сопровождения.

Блок 1. Диагностический (этап планирования)

Цель: сбор первичной информации об уровне мотивационной готовности обучающихся.

Формы работы: групповое психолого-педагогическое тестирование (методики, описанные в параграфе 2.1).

Результат: заполнение индивидуальных «Профориентационных карт», выявление обучающихся с низким уровнем мотивационной готовности.

Блок 2. Тренинговый (основной развивающий)

Данный блок объединяет развивающие занятия с элементами информационно-просветительской работы. Информация о рынке труда, востребованных профессиях и требованиях к специалистам дается обучающимся в рамках внеурочных занятий «Россия – мои горизонты». В программе предусмотрены краткие мини-лекции (5-7 минут) в начале каждого тренингового занятия для актуализации знаний и связи с профессиональными перспективами.

Блок включает цикл из 4 обязательных групповых занятий (1 раз в неделю, 45 минут).

Занятие 1. «Путь к себе: кто я и в чем мои сильные стороны?»

Цель: осознание своих индивидуальных особенностей и ресурсов.

Мини-лекция (5 мин): «Как знание своих сильных сторон помогает в выборе профессии».

Упражнения: «Мои сильные стороны», «Круг интересов», «Мой профиль и мои возможности».

Занятие 2. «Целеполагание и профессиональная перспектива»

Цель: формирование навыков постановки целей.

Мини-лекция (5 мин): «От профильного обучения к профессиональной карьере: важность планирования».

Упражнения: «Моя профессиональная траектория», «SMART-цели в профессии», «Карта ресурсов».

Занятие 3. «Мотивы и смыслы профессионального выбора»

Цель: осознание внутренних и внешних мотивов.

Мини-лекция (5 мин): «Что движет человеком при выборе профессии: внутренние и внешние мотивы».

Упражнения: «Мои мотивы», «Внешнее и внутреннее», «Письмо себе через 5 лет».

Занятие 4. «Ресурсы и трудности профессионального самоопределения»

Цель: развитие способности к преодолению трудностей.

Мини-лекция (5 мин): «Типичные трудности старшеклассников при выборе профессии и как их преодолевать».

Упражнения: «Мои трудности», «Ресурсный круг», «План преодоления», старт ведения «Дневника профессионального самоопределения».

Блок 3. Консультативно-рефлексивный

Цель: индивидуализация процесса сопровождения и закрепление результатов.

Формы работы: индивидуальные консультации по запросу (обсуждение результатов диагностики, профориентационных карт, уточнение профессиональных планов); групповые супервизорские встречи «Разбор трудных ситуаций выбора»; совместные консультации с родителями (согласование образовательного маршрута).

Результат: укрепление уверенности в выборе, вовлечение семьи в процесс самоопределения.

Общая трудоемкость программы составляет 13,5 академических часов (1 академический час = 45 минут).

Распределение времени по блокам:

- диагностический блок – 3,5 часа;
- тренинговый блок (с мини-лекциями) – 4 часа (4 занятия по 45 минут);
- консультативно-рефлексивный блок – 6 часов.

Программа реализуется в течение 10 недель в соответствии с календарно-тематическим планом (таблица 5).

Таблица 5

Календарно-тематический план реализации программы

№	Мероприятие/Тема занятия	Форма работы	Сроки	Ответственный
1	2	3	4	5
<b>Блок 1. Диагностический</b>				
1	Первичная диагностика	Групповое тестирование	1-я неделя	Педагог-психолог
2	Анализ результатов, заполнение «Профориентационных карт»	Индивидуальная работа	2-я неделя	Педагог-психолог

<b>Блок 2. Тренинговый</b>				
3	Занятие 1 «Путь к себе» (включая мини-лекцию)	Групповой тренинг	3-я неделя	Педагог-психолог
4	Занятие 2 «Целеполагание» (включая мини-лекцию)	Групповой тренинг	4-я неделя	Педагог-психолог
5	Занятие 3 «Мотивы и смыслы» (включая мини-лекцию)	Групповой тренинг	5-я неделя	Педагог-психолог
6	Занятие 4 «Ресурсы и трудности» (включая мини-лекцию)	Групповой тренинг	6-я неделя	Педагог-психолог
7	Индивидуальные консультации по запросу	Индивидуальная работа	4-8 недели	Педагог-психолог
8	Групповая встреча с родителями «Профиль и будущее»	Групповая работа	9-я неделя	Педагог-психолог, классный руководитель
9	Итоговая диагностика	Групповое тестирование	10-я неделя	Педагог-психолог

Эффективность программы оценивается через сравнительный анализ показателей до и после реализации с использованием следующего валидного диагностического инструментария.

1. Методика изучения мотивации обучения (М.И. Лукьянова, Н.В. Калинина).

Данная методика позволяет оценить как количественную выраженность учебной мотивации (через итоговый уровень: очень высокий, высокий, средний/нормальный, сниженный, низкий), так и ее качественную структуру (через выявление ведущих мотивов учения: учебный, социальный, позиционный, оценочный, игровой, внешний). Методика апробирована на старшеклассниках и показала свою чувствительность к различиям в мотивационной сфере учащихся профильных и непрофильных классов.

Критерии оценки результативности программы:

- увеличение доли обучающихся социально-экономического профиля с высоким и очень высоким итоговым уровнем учебной мотивации (по методике М.И. Лукьяновой, Н.В. Калининой) после реализации программы по сравнению с констатирующим этапом;

- увеличение доли обучающихся социально-экономического профиля, у которых в структуре мотивов учения доминирует учебный (познавательный) мотив (У), и снижение доли обучающихся с доминированием позиционного (П) и оценочного (О) мотивов.

## 2. Методика «Мотивы выбора профессии» (Р.В. Овчарова).

Методика направлена на выявление доминирующих мотивов профессионального выбора: внутренние индивидуально значимые, внутренние социально значимые, внешние положительные, внешние отрицательные.

Критерий эффективности:

- увеличение доли обучающихся социального-экономического профиля с преобладанием внутренних мотивов (индивидуально значимых и социально значимых)

- снижение доли обучающихся с доминированием внешних положительных мотивов.

3. Дополнительный качественный анализ осуществляется на основе рефлексивных высказываний участников в ходе занятий (устные ответы, записи в дневнике профессионального самоопределения).

Программа была апробирована в социально-экономического профиле (социально-экономический профиль, n=17) в ноябре–декабре 2025 года. Результаты реализации программы (сравнительный анализ данных до и после) представлены в параграфе 2.4.

## 2.4. Оценка результативности реализации психолого-педагогической программы развития мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению

В параграфе 2.3 была представлена психолого-педагогическая программа развития мотивационной готовности, реализованная в экспериментальном социально-экономическом 10-м классе. Настоящий подраздел посвящен оценке ее результативности на основе сопоставления данных повторной диагностики в двух профилях, что позволяет судить о динамике мотивационно-ценностных и эмоционально-волевых характеристик обучающихся.

Контрольный этап исследования проводился через 3 месяца после завершения формирующей программы (апрель 2026 г.). В обоих классах повторно применялся тот же комплекс методик, что и на констатирующем этапе: методика изучения мотивации обучения М.И. Лукьяновой, Н.В. Калининой и методика «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчаровой.

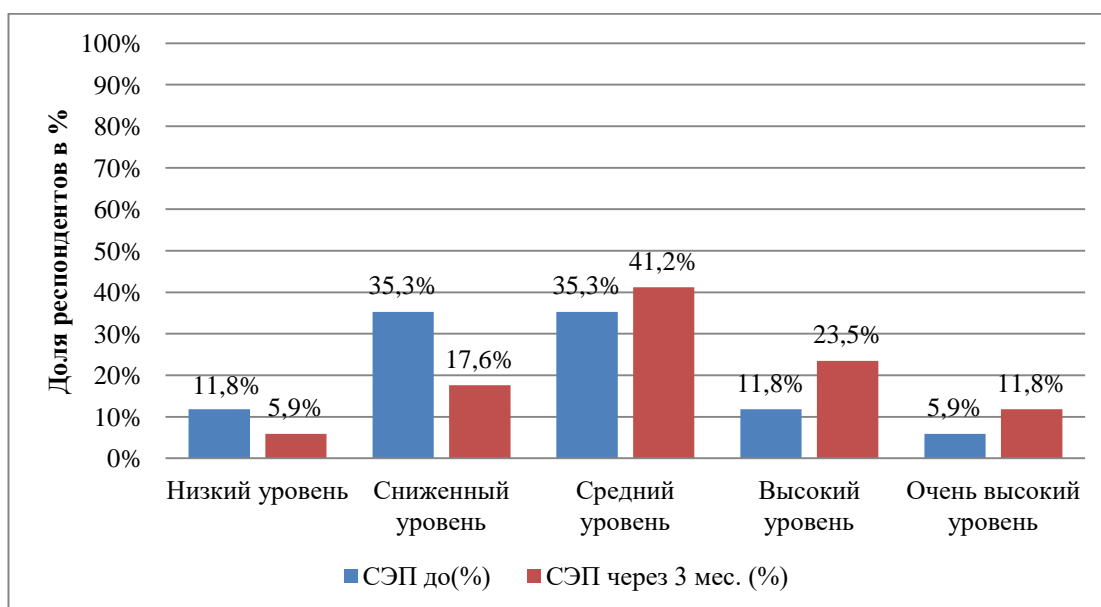
Динамика уровней ведущей учебной мотивации в экспериментальной и контрольной группах представлена в таблице 6 и на рисунке 4.

Таблица 6

Динамика распределения обучающихся по уровню ведущей учебной мотивации по методике М.И. Лукьяновой, Н.В. Калининой

Уровень ведущей учебной мотивации	СЭП до (n=17), %	СЭП через 3 мес. (n=17), %	СГП до (n=18), %	СГП через 3 мес. (n=18), %
I – Очень высокий (72-85 баллов)	5,9	11,8	5,6	5,6
II – Высокий (55-71 баллов)	11,8	23,5	16,7	16,7
III – Средний (42-54 баллов)	35,3	41,2	38,9	38,9

IV – Сниженный (30-41 баллов)	35,3	17,6	27,7	27,7
V – Низкий (до 29 баллов)	11,8	5,9	11,1	11,1



\*Примечания: СЭП – социально-экономический профиль

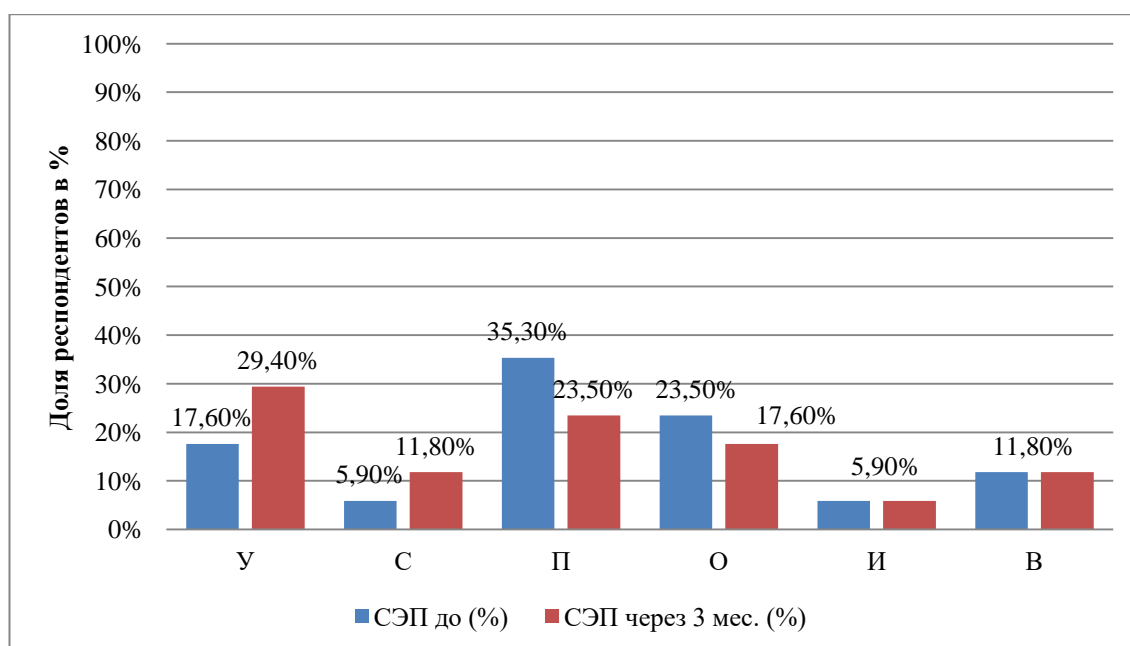
Рисунок 4. Динамика распределения обучающихся социально-экономического профиля по уровню ведущей учебной мотивации по методике М.И. Лукьяновой, Н.В. Калининой (констатирующий и контрольный этапы), %

Анализ данных Таблицы 6 показывает, что в социально-экономическом профиле через 3 месяца после реализации программы доля обучающихся с очень высоким и высоким уровнями учебной мотивации увеличилась с 17,7% до 35,3%. Одновременно произошло сокращение доли обучающихся со сниженным уровнем (с 35,3% до 17,6% через 3 месяца) и низким уровнем (с 11,8% до 5,9% на обоих контрольных срезах). В социально-гуманитарном профиле доля обучающихся все осталось на прежнем уровне.

Качественный анализ ведущих мотивов учения представлен в таблице 7 и на рисунке 5.

**Динамика распределения ведущих мотивов учения  
в социально-экономическом и социально-гуманитарном профилях  
(контрольный этап)**

Ведущий мотив учения	СЭП до (n=17), %	СЭП через 3 мес. (n=17), %	СГП до (n=18), %	СГП через 3 мес. (n=18), %
Учебный мотив (У)	17,6	29,4	22,2	22,2
Социальный мотив (С)	5,9	11,8	11,1	11,1
Позиционный мотив (П)	35,3	23,5	27,8	27,8
Оценочный мотив (О)	23,5	17,6	22,2	22,2
Игровой мотив (И)	5,9	5,9	5,6	5,6
Внешний мотив (В)	11,8	11,8	11,1	11,1



\*Примечания: У – учебный мотив, С – социальный мотив, П – позиционный мотив, О – оценочный мотив, И – игровой мотив, В – внешний мотив, СЭП – социально-экономический профиль.

Рисунок 5. Динамика распределения ведущих мотивов учения по методике М.И. Лукьяновой, Н.В. Калининой в социально-экономическом профиле (констатирующий и контрольный этапы), %

Полученные данные свидетельствуют о выраженной положительной динамике в социально-экономическом профиле: доля обучающихся с доминированием учебного (познавательного) мотива увеличилась с 17,6% до 29,4%. Одновременно произошло снижение доли обучающихся с позиционным мотивом (с 35,3% до 23,5%) и оценочным мотивом (с 23,5% до 17,6% на обоих контрольных срезах). В социально-гуманитарном профиле все осталось на прежнем уровне.

Динамика доминирующих типов мотивации выбора профессии представлена в таблице 8 и на рисунке 6.

Таблица 8

Динамика распределения доминирующих типов мотивации выбора профессии по методике «Мотивы выбора профессии» (Р.В. Овчарова)  
(контрольный этап)

Доминирующий тип мотивации	СЭП до (n=17), %	СЭП через 3 мес. (n=17), %	СГП до (n=18),%	СГП через 3 мес. (n=18), %
Внутренние индивидуально значимые (ВИМ)	23,5	35,3	27,8	27,8
Внутренние социально значимые (ВСМ)	17,6	17,6	5,6	5,6
Внешние положительные (ВПМ)	53,0	41,2	38,9	38,9
Внешние отрицательные (ВОМ)	0,0	0,0	11,1	11,1
Смешанный тип	5,9	5,9	16,6	16,6

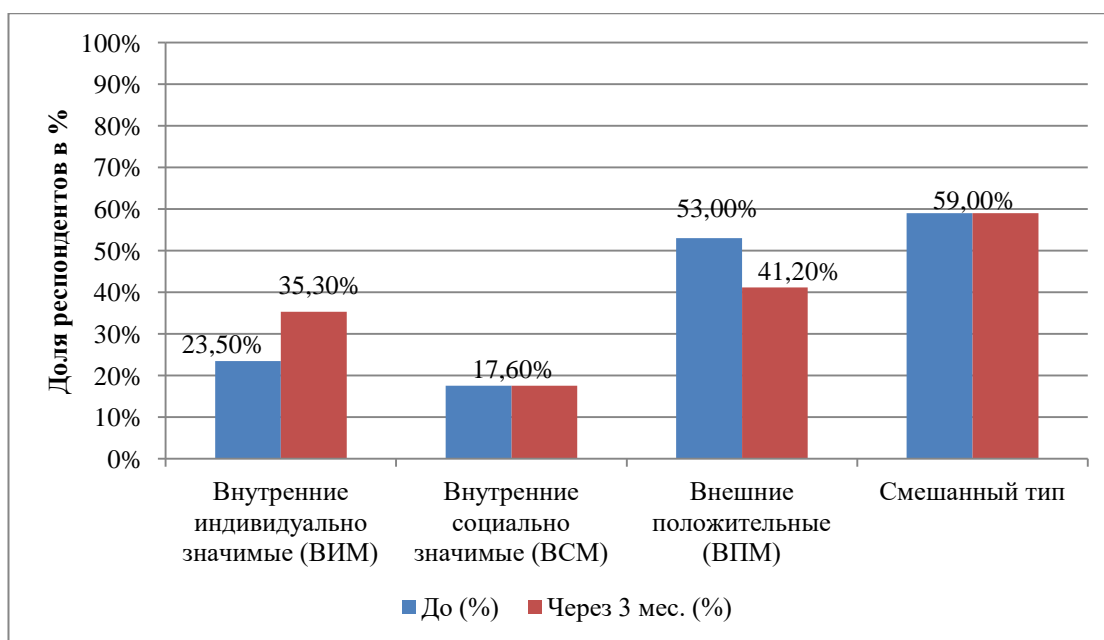
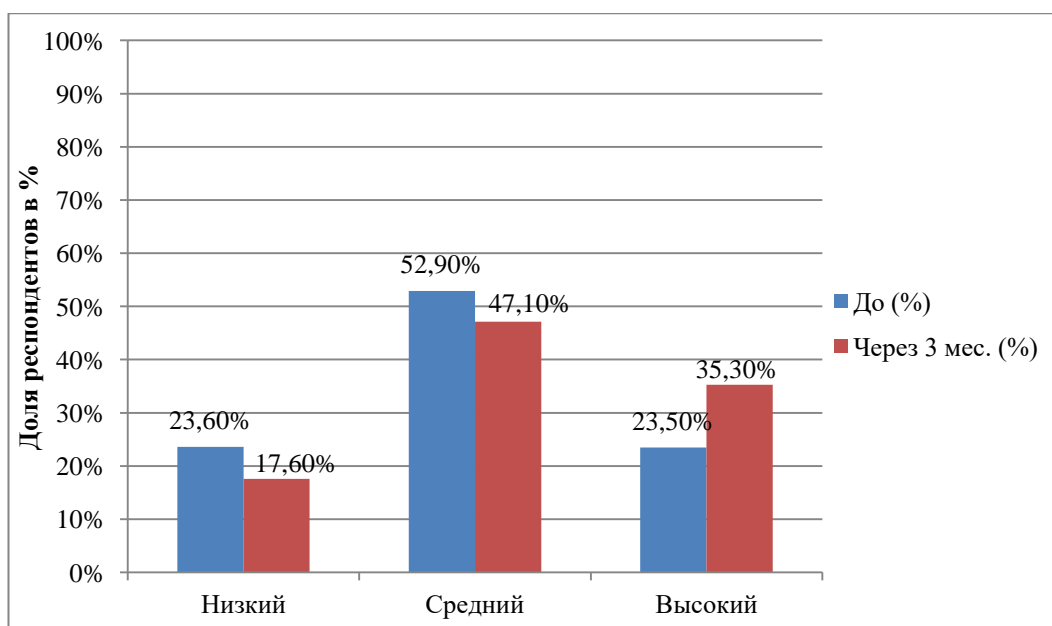


Рисунок 6. Динамика распределения доминирующих типов мотивации выбора профессии по методике «Мотивы выбора профессии» (Р.В. Овчарова) в социально-экономическом профиле (констатирующий и контрольный этапы), %

Анализ данных таблицы 8 показывает, что в социально-экономическом профиле произошло перераспределение мотивов профессионального выбора. Доля обучающихся с внутренними индивидуально значимыми мотивами увеличилась с 23,5% до 35,3% через 3 месяца. Доля обучающихся с внешними положительными мотивами снизилась с 53,0% до 41,2%.

В социально-гуманитарном профиле изменений за 3 месяца не произошло.

Сводный анализ интегральных уровней мотивационной готовности к профильному обучению (на основе совокупности показателей: структура мотивов учения, структура мотивов выбора профессии) представлен на рисунке 7.



**Рисунок 7. Динамика распределения обучающихся социально-экономического профиля по интегральному уровню мотивационной готовности (констатирующий и контрольный этапы), %**

Как видно по рисунку 7, в Группе 1 доля обучающихся с высоким уровнем мотивационной готовности увеличилась с 23,5% до 35,3% через 3 месяца. Доля обучающихся с низким уровнем снизилась с 23,6% до 17,6% и до 11,7% соответственно. Полученные данные свидетельствуют о том, что разработанная программа способствует не только непосредственному повышению мотивационной готовности, но и обеспечивает устойчивость достигнутых изменений во времени.

### **Выводы по результатам контрольного этапа**

1. В Группе 1 зафиксировано увеличение доли обучающихся с высоким и очень высоким итоговым уровнем учебной мотивации (по методике М.И. Лукьяновой, Н.В. Калининой) с 17,7% до 35,3%. В Группе 2 (социально-гуманитарном профиле) аналогичный показатель остался без изменений (22,3%).

2. В структуре мотивов учения социально-экономического профиля доля обучающихся с доминированием учебного (познавательного) мотива увеличилась с 17,6% до 29,4%. Одновременно снизилась доля обучающихся с

доминированием позиционного (с 35,3% до 23,5%) и оценочного (с 23,5% до 17,6%) мотивов.

3. В структуре мотивов выбора профессии Группы 1 доля обучающихся с внутренними индивидуально значимыми мотивами увеличилась с 23,5% до 35,3%, тогда как доля обучающихся с внешними положительными мотивами снизилась с 53,0% до 41,2%.

4. Интегральный уровень мотивационной готовности в социально-экономическом профиле: доля обучающихся с высоким уровнем увеличилась с 23,5% до 35,3%; доля обучающихся с низким уровнем снизилась с 23,6% до 17,6%. В социально-гуманитарном профиле существенных изменений интегрального уровня не произошло.

5. Отсутствие значимой динамики в социально-гуманитарном профиле позволяет утверждать, что выявленные изменения в социально-экономическом профиле обусловлены реализацией разработанной психолого-педагогической программы, а не естественным ходом учебного процесса.

Таким образом, гипотеза исследования о том, что целенаправленная психолого-педагогическая программа, включающая диагностический, информационно-просветительский, тренинговый и рефлексивно-проектный компоненты, способствует значимому повышению мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению, получила эмпирическое подтверждение.

## Выводы по главе 2

Во второй главе представлено эмпирическое исследование, направленное на диагностику уровня мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению и проверку эффективности разработанной психолого-педагогической программы ее развития.

По результатам организации и методов исследования (параграф 2.1) установлено, что экспериментальная работа проводилась на базе МБОУ «Емельяновская СОШ № 1». В исследовании приняли участие 35 обучающихся 10-х классов в возрасте 16–17 лет, из которых 17 человек составили Группу 1 (социально-экономический профиль) и 18 человек – Группу 2 (социально-гуманитарный профиль). Исследование включало три этапа: констатирующий, формирующий (реализация программы в Группе 1 в течение 4 недель) и контрольный (срез через 3 месяца после завершения программы). Диагностический комплекс включал методику диагностики учебной мотивации старшеклассников (М.И. Лукьянова, Н.В. Калинина) и методику «Мотивы выбора профессии» (Р.В. Овчарова), что обеспечило валидную оценку мотивационно-ценностного и когнитивного компонентов готовности.

Результаты констатирующего этапа (параграф 2.2) показали, что в обеих группах преобладают средний и сниженный уровни учебной мотивации (суммарно 70,6% в Группе 1 и 66,6% в Группе 2). В структуре мотивов учения доминируют позиционный (35,3% в Группе 1, 27,8% в Группе 2) и оценочный (23,5% в Группе 1, 22,2% в Группе 2) мотивы, тогда как учебный (познавательный) мотив является ведущим лишь у 17,6% и 22,2% соответственно. В структуре мотивов выбора профессии преобладают внешние положительные мотивы (53,0% в Группе 1 и 38,9% в Группе 2), внутренние индивидуально значимые мотивы характерны лишь для 23,5% и

27,8% обучающихся. Полученные данные подтвердили необходимость целенаправленной психолого-педагогической работы.

Разработанная психолого-педагогическая программа (параграф 2.3) включала диагностический, информационно-просветительский, тренинговый и консультативно-рефлексивный блоки. Тренинговый блок состоял из 4 занятий (1 раз в неделю, 45 минут) по темам: «Путь к себе: кто я и в чем мои сильные стороны?», «Целеполагание и профессиональная перспектива», «Мотивы и смыслы профессионального выбора», «Ресурсы и трудности профессионального самоопределения». Программа опиралась на деятельностную теорию мотивации, концепцию профессионального самоопределения и принципы активного социально-психологического тренинга.

Оценка результативности программы (параграф 2.4) выявила положительную динамику в Группе 1 (социально-экономический профиль):

Доля обучающихся с высоким и очень высоким итоговым уровнем учебной мотивации увеличилась с 17,7% до 35,3% (в Группе 2 – осталась на уровне 22,3%).

Доля обучающихся с доминированием учебного (познавательного) мотива возросла с 17,6% до 29,4% (в Группе 2 – без изменений, 22,2%).

Доля обучающихся с доминированием позиционного мотива снизилась с 35,3% до 23,5%, оценочного – с 23,5% до 17,6%.

Доля обучающихся с внутренними индивидуально значимыми мотивами выбора профессии увеличилась с 23,5% до 35,3%, тогда как доля обучающихся с внешними положительными мотивами снизилась с 53,0% до 41,2%.

Интегральный уровень мотивационной готовности: доля обучающихся с высоким уровнем увеличилась с 23,5% до 35,3%; доля с низким уровнем снизилась с 23,6% до 17,6%.

В Группе 2 (социально-гуманитарный профиль) существенной динамики выявлено не было, что объясняется отсутствием целенаправленного формирующего воздействия.

Таким образом, гипотеза исследования получила эмпирическое подтверждение: целенаправленная психолого-педагогическая программа, направленная на осознание обучающимися своих интересов и способностей, формирование навыков целеполагания, рефлексию мотивов выбора профессии и развитие умения использовать ресурсы для преодоления трудностей, способствует значимому повышению мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное теоретико-эмпирическое исследование, посвященное проблеме развития мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению, позволяет сформулировать следующие обобщающие выводы.

В первой главе осуществлен анализ психолого-педагогических подходов к пониманию мотивационной готовности старшеклассников к профильному обучению. Установлено, что мотивационная готовность представляет собой интегральное личностное образование, включающее устойчивую учебно-познавательную и профессиональную мотивацию, придающую личностный смысл профильному обучению и обеспечивающую принятие и реализацию осознанного выбора профиля в условиях старшей школы.

В структуре мотивационной готовности выделены взаимосвязанные компоненты: мотивационно-ценностный (соотношение внутренних и внешних мотивов, ценности образования и труда), когнитивный (информированность о профилях, профессиях и образовательных траекториях), эмоционально-волевой (мотивация достижения, саморегуляция, уровень тревожности), социальный (влияние семьи, сверстников, педагогов) и рефлексивный (способность к самоанализу и коррекции выбора). Предложена уровневая модель сформированности мотивационной готовности (высокий, средний, низкий уровни).

Выявлены психолого-педагогические факторы, детерминирующие выбор профиля обучения: макроуровень (рынок труда, государственная политика), мезоуровень (региональная образовательная система), уровень образовательной организации (профильные курсы, квалификация педагогов, профориентационная работа), микросоциальный уровень (семья), личностный уровень (самооценка, тревожность, мотивация достижения) и уровень учебного опыта.

Определены ключевые психолого-педагогические условия и методы развития мотивационной готовности: информированность о профилях и профессиях, субъектная позиция старшеклассника, эмоционально безопасная образовательная среда, рефлексивная поддержка, профессиональные пробы, проектная деятельность, тренинговые формы работы и консультирование.

Констатирующий этап показал, что мотивационная готовность большинства десятиклассников находится на среднем или низком уровне: в структуре учебной мотивации доминируют позиционные и оценочные мотивы (суммарно 58,8% в Группе 1 и 50,0% в Группе 2), а в структуре мотивов выбора профессии преобладают внешние положительные мотивы (53,0% в Группе 1 и 38,9% в Группе 2). Учебный (познавательный) мотив является ведущим лишь у 17,6% обучающихся Группы 1 (социально-экономический профиль) и 22,2% Группы 2 (социально-гуманитарный профиль). Выявлены обучающиеся с неопределенными профессиональными планами.

Разработанная и апробированная психолого-педагогическая программа включала диагностический, информационно-просветительский, тренинговый и консультативно-рефлексивный компоненты. Тренинговый блок состоял из 4 занятий (1 раз в неделю по 45 минут) по темам: «Путь к себе: кто я и в чем мои сильные стороны?», «Целеполагание и профессиональная перспектива», «Мотивы и смыслы профессионального выбора», «Ресурсы и трудности профессионального самоопределения». Программа базировалась на деятельностной теории мотивации, концепции профессионального самоопределения и принципах активного социально-психологического тренинга.

Контрольный этап (через 3 месяца после завершения программы) зафиксировал в Группе 1 (социально-экономический профиль):

- увеличение доли обучающихся с высоким и очень высоким итоговым уровнем учебной мотивации с 17,7% до 35,3%;

- увеличение доли обучающихся с доминированием учебного (познавательного) мотива с 17,6% до 29,4%;
- увеличение доли обучающихся с внутренними индивидуально значимыми мотивами выбора профессии с 23,5% до 35,3%;
- снижение доли обучающихся с низким интегральным уровнем мотивационной готовности с 23,6% до 17,6%.

В Группе 2 (социально-гуманитарный профиль) существенной динамики выявлено не было, что подтверждает эффективность именно целенаправленного формирующего воздействия.

Выдвинутая гипотеза о том, что развитие мотивационной готовности обучающихся 10-х классов к профильному обучению будет более эффективным при реализации целенаправленной психолого-педагогической программы, включающей диагностический, информационно-просветительский, тренинговый и консультативно-рефлексивный компоненты, получила эмпирическое подтверждение.

Разработанная программа и комплекс диагностических методик могут быть использованы педагогами-психологами, классными руководителями и администрацией общеобразовательных организаций для повышения осознанности выбора профиля, укрепления учебно-познавательной и профессиональной мотивации десятиклассников и оптимизации психолого-педагогического сопровождения профильного обучения. Модульная структура программы обеспечивает ее адаптацию к различным профильным направлениям (естественно-научным, гуманитарным, социально-экономическим, технологическим).

Перспективы исследования связаны с необходимостью лонгитюдного отслеживания устойчивости мотивационных изменений до окончания школы и на этапе поступления в профессиональные образовательные организации; расширения выборки за пределы одной школы и региона; разработки и апробации цифровых и сетевых форм поддержки мотивационной готовности

к профильному обучению; а также изучения дифференцированной эффективности программы в зависимости от типа профиля.

Таким образом, цель исследования достигнута, задачи решены, гипотеза подтверждена. Развитие мотивационной готовности обучающихся 10-х классов выступает ключевым условием успешной реализации профильного обучения и осознанного профессионального самоопределения старшеклассников.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (утв. приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, в ред. от 12.08.2022).
2. Бахвалова С.Б., Киселева Э.М., Савельева И.В. Профориентация как фактор профессионального самоопределения школьников // Мир науки, культуры, образования. 2021. Выпуск № 1 (86). С. 96–99.
3. Быкова А.Ю., Красушкина А.В. Разработка индивидуальных проектов как средство реализации вариативности запросов обучающихся педклассов и способ формирования их профессиональных педагогических компетенций // Организация профильного обучения: модели, ресурсы, возможности сетевого взаимодействия: материалы II Всероссийской научно-практической конференции (Краснодар, 26-27 марта 2024 г.). Краснодар: ГБОУ ДПО «Институт развития образования» Краснодарского края. Краснодар. 2024. 260 с.
4. Васильева А.С., Платонова Р.И. Модель профориентационной работы вуза со старшеклассниками // Известия Чеченского государственного педагогического университета. Серия 1. Гуманитарные и общественные науки №2 (46). 2024. С. 95.
5. Власов И.В. Структура и особенности учебной мотивации подростков // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2025. Т. 14. № 12А. С. 33-39. DOI:10.34670/AR.2026.65.61.018
6. Гальперин П.Я. Введение в психологию : учебное пособие для вузов. М.: Книжный дом «Университет», 1999. 332 с.
7. Гальченко А.С. Психологические детерминанты формирования гражданской идентичности у старшеклассников : дис. Санкт-Петербург, 2021. 23 с.
8. Ганицкая М.Д., Бубнова И.С. Мотивация выбора профессии у старшеклассников // Реализация ФГОС как механизм развития

профессиональной компетентности педагога: инновационные технологии, лучшие образовательные практики. Материалы IV Всероссийской тьюторской научно-практической конференции с международным участием. Краснодар. 2022. С. 235.

9. Гребенникова Н.В. Ценностно-смысловой компонент психолого-педагогической культуры личности старшеклассников // Russian Journal of Education and Psychology. 2023. №6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tsennostno-smyslovoy-komponent-psihologo-pedagogicheskoy-kultury-lichnosti-starsheklassnikov> (дата обращения: 01.06.2026).

10. Ермохина М.А. Психолого-педагогические классы как компонент непрерывного образования // Научные открытия 2023: сборник материалов XL-ой международной очно-заочной научно-практической конференции, в 3 т., том 1, 17 ноября 2023. Москва: Издательство НИЦ «Империя», 2023. С. 22.

11. Киселева Т.Г. и др. Профориентационные каникулы как инновационная технология формирования осознанного профессионального выбора старшеклассников // Социальная компетентность личности: сборник научных статей / под науч. ред. Т.Н. Гущиной. Ярославль: ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, 2020. С. 161.

12. Котельникова Р.А., Федорова С.А. Структура профессионального самоопределения школьников с особыми образовательными потребностями: теоретический аспект и диагностика компонентов // Поволжский педагогический поиск. 2025. №4 (54). С. 79–86.

13. Кулик А.А., Рогатых С.В., Попова С.А. Исследование специфики учебной мотивации обучающихся (на примере профильных классов) // Проблемы современного образования. 2024. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-spetsifiki-uchebnoy-motivatsii-obuchayushchih-sya-na-primere-profilnyh-klassov> (дата обращения: 19.05.2026).

14. Лукьянова М.И., Калинина Н.В. Психолого-педагогические показатели деятельности школы : критерии и диагностика / Москва : Твор. Центр Сфера, (ГУП Смол. обл. тип. им. В.И. Смирнова), 2004. 207 с.
15. Лысых Н.В. Готовность выпускника основной школы к профильному обучению // Наука и школа. 2007. №6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/gotovnost-vypusknika-osnovnoy-shkoly-k-profilnomu-obucheniyu> (дата обращения: 19.05.2026).
16. Майоренко И.А., Щукина Д.В. Интерактивный метод как эффективный способ профориентации старшеклассников // Профнавигация молодежи: сборник материалов V Международной научно-практической конференции, 21 апреля 2022 г. Краснодар: Изд. КубГТУ, 2022. С. 580.
17. Малинина Е.А. Практико-ориентированный подход в формировании готовности старшеклассников к выбору педагогической профессии // Ярославский педагогический вестник. 2025. №3 (144). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/praktiko-orientirovannyu-podhod-v-formirovanii-gotovnosti-starsheklassnikov-k-vyboru-pedagogicheskoy-professii> (дата обращения: 19.05.2026).
18. Мальчукова Н.Н., Виноградова М.В. Мотивация к обучению как фактор успешности учебной деятельности студентов // АПК: инновационные технологии. 2023. Выпуск № 2. С. 60-66.
19. Мансурова С.Е. Методика комплексной педагогической диагностики для обучения по естественно-научному профилю // Отечественная и зарубежная педагогика. 2025. Выпуск № 6, том 2. С. 105-115.
20. Морозова К.Г., Аксенов С.И. Практическая психология: теоретические основания исследования мотивации профессионального самоопределения старших школьников в контексте уровня жизнестойкости. // Нижегородский психологический альманах. 2025. № 2; URL: [psykaf417.esrae.ru/42-530](https://psykaf417.esrae.ru/42-530) (дата обращения: 02.06.2026).

21. Никитская М.Г. Цели учебных достижений в мотивационно-потребностной сфере подростков : дис. канд. психол. наук. Москва, 2023.

22. Осинняя Е.Б., Касарицкая О.В., Сямтомова О.В. Корригирование учебной мотивации в связи с задачами профессионального самоопределения старшеклассников // Вестник Санкт-Петербургского научно-исследовательского института педагогики и психологии высшего образования. 2022. Выпуск № 2 (2). С. 64-72.

23. Пекарская Л.В., Кузина И.В. Комплексный подход к организации системы работы по самоопределению и профессиональной ориентации обучающихся в школе // Научно-методическое обеспечение оценки качества образования. 2022. №1 (15). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kompleksnyu-podhod-k-organizatsii-sistemy-raboty-po-samoopredeleniyu-i-professionalnoy-orientatsii-obuchayuschih-sya-v-shkole>

24. Проказова О.Г., Бубнова И.С., Гайдукова В.В. Модель эффективной мотивации школьников к выбору профилей обучения: учебно-методическое пособие. Краснодар: ГБОУ ИРО Краснодарского края, 2025. С. 163.

25. Рылеева А.С. и др. Теория и практика подготовки личности к профессиям психолого-педагогической направленности : коллективная монография / Изд-во Курганского гос. Университета. Курган. 2023. 178 с.

26. Степанова Л.Н. Специфика учебно-познавательной мотивации обучающихся профильных классов // Конструктивные педагогические заметки. 2025. № 3 (27). С. 84-94.

27. Суворова Н.В., Наконечная Е.В., Рафейчик С.Е., Третьяков А.С., Колпакова Т.В., Анникова С.Л. Психолого-педагогические аспекты готовности к выбору профессии у старших школьников // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. Выпуск № 5, том 8. С. 62.

28. Узнадзе Д.Н. Психология установки. СПб.: Питер, 2001. 416 с.

29. Ульянина О.А., Гугова У.М. Взаимосвязь социально-психологического климата в учебном коллективе и мотивации

обучения у старших подростков // Вестник Тверского государственного университета. Серия «Педагогика и психология», № 4 (69), 2024. С. 124-137.

30. Ульянина О.А., Гугова У.М. Взаимосвязь социально-психологического климата в учебном коллективе и мотивации обучения у старших подростков // Вестник Тверского государственного университета. Серия «Педагогика и психология». 2024. № 4 (69). С. 124-137.

31. Хмелькова О.В. Адаптационная готовность обучающихся общеобразовательной школы в динамичной образовательной среде. Саратов, 2021. 26 с.

32. Чеботарева Е.Г. Программа профориентационной работы. Дубна : МБОУ «Лицей «Дубна», 2019. 16 с.

33. Шафрановская Д.Н., Пономарева Т.М. Диагностика сформированности уровня мотивационного компонента профессионального самоопределения старшеклассников в условиях профильного обучения // Время науки. 2024. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/diagnostika-sformirovannosti-urovnya-motivatsionnogo-komponenta-professionalnogo-samoopredeleniya-starsheklassnikov-v-usloviyah>

34. Юшкова Н.Б. Исследование мотивации школьников 5–8-х классов // Актуальные вопросы гуманитарных и социальных наук. 2022. С. 275-277.

35. Яненко Е.М. Сравнительное исследование мотивационной структуры личности в юношеском возрасте (на основе методики В. Э. Мильмана) // Материалы международного научного форума обучающихся «Молодёжь в науке и творчестве» (14 апреля 2021 г.). Гжель, 2021. С. 313–314.

36. Liu W.C. [и др.]. A motivation profile analysis of Malay students in Singapore // Asia Pacific Journal of Education. 2020. № 2 (41). С. 299–311. DOI: 10.1080/02188791.2020.1770690.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение А

#### Методы и технологии развития мотивационной готовности старшеклассников к профильному обучению

Группа методов	Мотивационно-ценностный компонент	Когнитивный компонент	Эмоционально-волевой компонент	Социальный компонент	Рефлексивный компонент
Информационно-просветительские (лекции, встречи, экскурсии)	Формирование личностного смысла профильного обучения, актуализация внутренних и социальных мотивов	Расширение знаний о профилях, профессиях, требованиях рынка труда	Косвенное снижение неопределенности, связанной с выбором	Усиление ориентации на значимых взрослых, профессиональные сообщества	Стартовое осмысление соответствия собственных интересов возможностям профиля
Деятельностно-практические (профессиональные пробы, проектная деятельность)	Укрепление познавательной и профессиональной мотивации через опыт успеха и достижения	Углубление представлений о содержании и условиях деятельности	Развитие настойчивости, готовности преодолевать трудности	Формирование опыта командного взаимодействия, ответственности	Осмысление результатов деятельности и их связи с профессиональными планами
Тренинговые (мотивационные, коммуникативные, саморегуляции)	Переориентация с внешних мотивов на внутренние, развитие мотивации достижения	Освоение стратегий самоорганизации и учебной и внеучебной деятельности	Развитие саморегуляции, снижение тревожности, формирование стрессоустойчивости	Развитие коммуникативной компетентности, навыков сотрудничества	Формирование навыков самоанализа, целеполагания и планирования
Рефлексивные (портфолио, эссе, групповые обсуждения)	Углубление ценностного отношения к образованию и будущей профессии	Уточнение представлений о собственных ресурсах и дефицитах	Осознание эмоциональных состояний в ситуации выбора и учебы	Анализ опыта взаимодействия с другими в учебных и профессиональных ситуациях	Систематическое развитие рефлексии учебного и профессионального выбора
Консультативные (индивидуальные и групповые консультации)	Индивидуализация мотивационных целей, поддержка устойчивости выбора	Персонализированное информирование о траекториях и возможностях	Поддержка в преодолении кризисов выбора, эмоциональных затруднений	Включение семьи и значимых других в процесс выбора	Совместное с консультантом проектирование и коррекция образовательного и профессионального маршрута

## Структура занятий тренингового блока

### Занятие 1. «Путь к себе: кто я и в чем мои сильные стороны?»

Цель: осознание обучающимися своих индивидуальных особенностей, интересов, способностей и личностных ресурсов, значимых для профессионального выбора.

Продолжительность: 45 минут.

Форма проведения: групповой тренинг с элементами индивидуальной работы и обсуждения.

Материалы и оборудование: бланки «Мои сильные стороны» (по количеству участников), лист ватмана с изображением круга, разделенного на три сектора, стикеры (не менее 30 шт.), ручки, маркеры, доска или флипчарт.

Ход занятия

#### 1. Вступительная часть (5 минут)

Приветствие участников. Педагог-психолог приветствует группу, кратко напоминает цели программы и задачи текущего занятия.

Разминка «Комплимент соседу» (2 минуты). Участники по кругу говорят комплимент соседу справа, начиная со слов: «Ты замечательно умеешь...» или «У тебя хорошо получается...». Упражнение создает позитивный эмоциональный настрой и актуализирует представления о сильных сторонах друг друга.

Объявление темы и цели занятия (1 минута). Ведущий сообщает: «Сегодня мы начинаем наш разговор о себе. Тема нашего занятия – «Путь к себе: кто я и в чем мои сильные стороны?». Мы постараемся лучше понять свои интересы, способности и личные ресурсы, которые помогут нам в выборе профессии и успешном обучении в профильном классе».

#### 2. Основная часть (35 минут)

##### Упражнение 1. «Мои сильные стороны» (12 минут)

Инструкция ведущего: «Перед вами бланк со списком качеств. Отметьте 3 качества, которые наиболее характерны для вас. Затем напротив каждого качества приведите по одному примеру из учебной или внеучебной деятельности, который подтверждает наличие у вас этого качества. Работаем индивидуально. На выполнение – 7 минут».

Примерный список качеств в бланке: ответственность, инициативность, коммуникабельность, аналитическое мышление, креативность, организованность, усидчивость, умение работать в команде, лидерские качества, эмпатия, стрессоустойчивость, самостоятельность.

По окончании индивидуальной работы участники объединяются в пары (3 минуты). Каждый рассказывает партнеру о двух из трех выбранных качеств и приводит примеры. Задача слушающего – задать уточняющий вопрос: «Как именно это качество помогает тебе в учебе?».

Обсуждение в кругу (2 минуты): «Какие качества называли чаще всего?», «Легко ли было подобрать примеры?».

#### Упражнение 2. «Круг интересов» (15 минут)

Инструкция ведущего: «На листе ватмана изображен круг, разделенный на три сектора: «школьные предметы, которые мне нравятся», «мои увлечения вне школы», «профессии, которые меня привлекают». Ваша задача – взять стикеры и заполнить каждый сектор. В первый сектор напишите 2-3 учебных предмета, которые вам интересны. Во второй – ваши хобби и увлечения. В третий – профессии, которые вас привлекают (можно написать конкретные названия или сферы деятельности). На работу вам дается 7 минут».

Участники индивидуально заполняют стикеры и приклеивают их в соответствующие секторы на ватмане. Ведущий следит, чтобы все участники разместили свои ответы.

Групповое обсуждение (8 минут). Ведущий задает вопросы:

- «Посмотрите на наш общий круг. Какие предметы, увлечения и профессии встречаются чаще всего?»

- «Есть ли связь между вашими любимыми предметами и профессиями, которые вас привлекают?»

- «А между увлечениями и профессиями?»

- «Есть ли те, у кого любимые предметы и профессии не совпадают? Как вы думаете, почему так происходит?»

Ведущий подводит участников к мысли, что интересы и склонности могут быть широкими, не всегда напрямую связанными с конкретной профессией, но знание о них помогает сориентироваться в выборе профиля и направления подготовки.

Упражнение 3. «Мой профиль и мои возможности» (8 минут)

Инструкция ведущего: «А теперь обратимся непосредственно к вашему профилю обучения. Возьмите лист бумаги и письменно ответьте на два вопроса:

1. Почему я выбрал(а) этот профиль? (Напишите 2-3 причины)
2. Что мне нужно подтянуть, чтобы успешно учиться в профильном классе? (Какие знания, умения или качества мне необходимо развить?)

На выполнение – 5 минут».

По окончании работы ведущий предлагает желающим зачитать свои ответы (3 минуты). Важно, чтобы выступление было добровольным. Ведущий поддерживает любые высказывания, избегая критики.

Примерные варианты ответов: «Я выбрал экономику, потому что мне нравится математика и я хочу научиться управлять деньгами»; «Мне нужно подтянуть английский, чтобы читать профессиональную литературу».

3. Заключительная часть (5 минут)

Рефлексия занятия (5 минут).

Ведущий просит участников продолжить фразы:

- «Сегодня я узнал(а) о себе новое...»
- «Мои сильные стороны помогут мне в профильном обучении тем, что...»

Домашнее задание (объявляется устно): «В течение недели понаблюдайте за собой: в каких ситуациях ваши сильные стороны проявляются наиболее ярко? Запишите 1-2 примера. Это пригодится нам на следующем занятии».

Завершение. Ведущий благодарит участников за работу, подводит краткий итог: «Вы уже много знаете о своих интересах и сильных сторонах. На следующем занятии мы поговорим о том, как превратить эти знания в конкретные профессиональные цели».

## Занятие 2. «Целеполагание и профессиональная перспектива»

Цель: формирование навыков постановки реалистичных профессиональных и образовательных целей с учетом выбранного профиля обучения.

Продолжительность: 45 минут.

Форма проведения: групповой тренинг с элементами индивидуальной работы, работы в парах и группового обсуждения.

Материалы и оборудование: бланки-схемы «Моя профессиональная траектория» (по количеству участников), бланки для SMART-целей, доска или флипчарт с описанием критериев SMART, ручки.

### Ход занятия

#### 1. Вступительная часть (5 минут)

Приветствие участников. Ведущий проверяет выполнение домашнего задания: желающие могут кратко поделиться примерами проявления своих сильных сторон (1-2 минуты).

Разминка «Мои цели на сегодня» (2 минуты). Участники по кругу называют одну цель на сегодняшнее занятие. Например: «Я хочу понять, какую профессию мне выбрать» или «Я хочу научиться ставить конкретные цели». Ведущий фиксирует их на доске.

Объявление темы и цели занятия (1 минута). «Тема сегодняшнего занятия – «Целеполагание и профессиональная перспектива». Мы научимся ставить реалистичные цели, связанные с вашим профилем обучения и

будущей профессией, и построим свою профессиональную траекторию».

## 2. Основная часть (35 минут)

### Упражнение 1. «Моя профессиональная траектория» (15 минут)

Инструкция ведущего: «Перед вами бланк-схема с временными точками:

- 10 класс – сейчас
- 11 класс
- окончание школы
- поступление
- 1-й курс вуза / колледжа
- Выпускной курс вуза / колледжа
- начало работы по профессии

Ваша задача: для каждой временной точки указать конкретные шаги и действия, которые приведут вас от сегодняшнего дня к желаемой профессии. Например: «В 11 классе – сдать ЕГЭ по профильной математике не менее чем на 75 баллов». Работаем индивидуально. На выполнение – 8 минут».

Участники заполняют бланки. Ведущий помогает тем, кто испытывает затруднения, наводящими вопросами: «Что нужно сделать в 10 классе, чтобы быть готовым к ЕГЭ?», «Что зависит от вас уже сейчас?».

Работа в парах (5 минут). Участники объединяются в пары и обсуждают свои траектории. Задача слушающего – найти в траектории партнера одно сильное место (реалистичный и конкретный шаг) и одну «размытую» цель, которую можно уточнить.

Общее обсуждение (2 минуты): «Что было самым сложным при построении траектории?», «Какие шаги оказались самыми конкретными, а какие – общими?».

## Упражнение 2. «SMART-цели в профессии» (15 минут)

Мини-лекция «Что такое SMART-цели» (5 минут). Ведущий объясняет критерии SMART на доске или флипчарте:

Критерий	Расшифровка	Пример цели
S – Specific	Конкретная	«Поступить на программу «Математика и дополнительное образование (экономика и финансовая грамотность)» в КГПУ»
M – Measurable	Измеримая	«Набрать на ЕГЭ по математике не менее 80 баллов, по русскому – не менее 75»
A – Achievable	Достижимая	«Заниматься с репетитором по математике 2 раза в неделю»
R – Relevant	Значимая	«Это соответствует моему интересу к экономике»
T – Time-bound	Ограниченная во времени	«К июню 2027 года»

Практическая работа (7 минут). Участники выбирают одну профессиональную цель (из построенной траектории или новую) и формулируют ее в формате SMART, записывая на бланке.

Групповая проверка (3 минуты). Ведущий просит 2-3 желающих зачитать свои цели. Группа вместе с ведущим проверяет соответствие критериям. Ведущий дает обратную связь: отмечает сильные стороны и задает уточняющие вопросы. Важно, чтобы критика была конструктивной.

## Упражнение 3. «Карта ресурсов» (5 минут)

Инструкция ведущего: «На листе бумаги изобразите в виде схемы или списка шаги по достижению вашей SMART-цели. Разделите их на три группы:

1. У меня уже есть – мои знания, умения, качества (например: «хорошая память», «базовые знания математики»).
2. Чего мне не хватает – мои дефициты (например: «нет навыков работы с экономическими данными»).
3. Как я могу это восполнить – конкретные действия (например: «пройти онлайн-курс по анализу данных», «посещать электив по экономике»).

На выполнение – 3 минуты».

Участники работают индивидуально. Ведущий быстро проходит по рядам, проверяя, все ли поняли задание.

Краткое обсуждение (2 минуты): «Кто хочет поделиться одним интересным ресурсом, который он обнаружил у себя?», «Какой способ восполнения дефицита оказался самым неожиданным?».

3. Заключительная часть (5 минут)

Рефлексия занятия (5 минут).

Ведущий задает вопросы группе:

- «Какая цель оказалась самой сложной для формулировки? Почему?»
- «Что нового вы узнали о постановке целей?»
- «Что из сегодняшнего занятия вы возьмете в свою учебную жизнь уже на этой неделе?»

Домашнее задание: «Дома доработайте свою SMART-цель и карту ресурсов. Попробуйте обсудить их с родителями – спросите, какие ресурсы они видят у вас и чем могут помочь».

Завершение. Ведущий благодарит за работу: «Сегодня мы научились ставить конкретные, измеримые и достижимые цели. На следующем занятии

мы разберемся, что нас движет – какие мотивы стоят за нашими профессиональными выборами».

### Занятие 3. «Мотивы и смыслы профессионального выбора»

Цель: осознание обучающимися внутренних и внешних мотивов выбора профессии и их влияния на дальнейшее обучение и профессиональное развитие.

Продолжительность: 45 минут.

Форма проведения: групповая дискуссия, индивидуальное ранжирование, письменная рефлексия.

Материалы и оборудование: карточки с мотивами выбора профессии (по методике Р.В. Овчаровой) – не менее 10 карточек на каждого участника или общий набор для групповой работы, бланки для ранжирования, листы бумаги, ручки.

Ход занятия

#### 1. Вступительная часть (5 минут)

Приветствие участников. Ведущий кратко напоминает тему предыдущего занятия и спрашивает: «Кто попробовал обсудить свою цель с родителями? Какие были реакции?» (1-2 минуты).

Разминка «Если бы я был...» (2 минуты). Участники по кругу заканчивают фразу: «Если бы я был профессией, то я был бы профессией... потому что...». Например: «Если бы я был профессией, я был бы врачом, потому что я люблю помогать людям и разбираться в сложном». Упражнение создает игровую атмосферу и подводит к теме мотивов.

Объявление темы и цели занятия (1 минута). «Сегодня мы поговорим о мотивах – о том, что движет нами при выборе профессии. Почему один выбирает профессию врача, другой – экономиста, третий – инженера? Какие мотивы более устойчивы, а какие могут привести к разочарованию?»

#### 2. Основная часть (35 минут)

##### Упражнение 1. «Мои мотивы» (12 минут)

Инструкция ведущего: «У каждого из вас есть набор карточек с мотивами выбора профессии. Внимательно прочитайте их. Ваша задача – отобрать 3 наиболее значимых для вас мотива и разложить их в порядке убывания важности (на первое место – самый важный). На выполнение дается 5 минут».

Список мотивов на карточках:

- Интерес к содержанию профессии (мне нравится то, чем занимаются люди этой профессии)
- Соответствие моим способностям (у меня есть склонности и умения для этой работы)
- Престиж профессии в обществе (эту профессию уважают)
- Высокая заработная плата
- Возможность карьерного роста
- Давление родителей / родственников
- Желание приносить пользу людям, помогать
- Комфортные условия труда (удобный график, близко к дому)
- Возможность самореализации, творчества
- Боязнь не поступить / отсутствие других вариантов
- Пример значимого человека (друг, родственник)
- Мода на профессию (сейчас это популярно)

Обсуждение в группе (5 минут). Ведущий собирает ответы:

- «Какие мотивы встречались чаще всего?»
- «Были ли те, кто выбрал мотивы, связанные с давлением или страхом? Как вы думаете, надежна ли такая опора?»

Индивидуальная рефлексия (2 минуты): «Запишите в тетради три своих главных мотива. Поставьте напротив каждого знак «+», если этот мотив зависит только от вас, и знак «?», если он зависит от других людей или внешних обстоятельств».

## Упражнение 2. «Внешнее и внутреннее» (10 минут)

Мини-лекция (3 минуты). Ведущий объясняет разницу между внутренними и внешними мотивами, используя доску или флипчарт:

Внутренние мотивы	Внешние мотивы
Интерес к содержанию деятельности	Престиж
Самореализация, творчество	Высокая зарплата
Желание помогать людям	Давление родителей
Соответствие способностям	Мода на профессию
Удовольствие от процесса	Карьерный рост (как самоцель)
	Боязнь неудачи

Ведущий подчеркивает: «Внутренние мотивы – это то, что идет от вашего «я». Они делают профессию источником радости и смысла даже тогда, когда трудно. Внешние мотивы – это то, что находится вокруг профессии. Они могут привлекать, но если исчезнет престиж или зарплата, угаснет и интерес».

Практическая работа (5 минут). Участники возвращаются к своим трем мотивам, отобранным в Упражнении 1, и распределяют их на две колонки: «Внутренние» и «Внешние». Подсчитывают количество внутренних и внешних мотивов.

Обсуждение (2 минуты): «У кого больше внутренних мотивов? У кого больше внешних? Что это может означать для устойчивости профессионального выбора?»

## Упражнение 3. «Письмо себе через 5 лет» (13 минут)

Инструкция ведущего (3 минуты): «А теперь – самое важное упражнение. Представьте, что прошло 5 лет. Вы окончили вуз или колледж, у вас есть профессия. Напишите краткое письмо самому себе сегодняшнему от лица себя будущего. Опишите в письме:

- Кем вы стали, где работаете?

- Чем вы занимаетесь в течение обычного рабочего дня?
- Что вам нравится в вашей профессии?
- Какие мотивы привели вас к этой профессии?

(Это важно – попробуйте вспомнить, что именно вас тогда двигало)

Письмо пишется от первого лица, в настоящем времени. Например: «Привет! Я – это ты через 5 лет. Я работаю экономистом в крупной компании...»

На выполнение – 8 минут».

Участники пишут письма. Создается тишина, ведущий включает спокойную фоновую музыку (по возможности).

Зачитывание писем (2 минуты). По желанию участники зачитывают свои письма (без указания автора, если кто-то стесняется). Ведущий отмечает, какие мотивы чаще всего звучат в письмах.

3. Заключительная часть (5 минут)

Рефлексия занятия (5 минут).

Ведущий задает вопросы:

- «Какие мотивы для меня являются главными?»
- «Насколько мой выбор профессии – мой собственный?»
- «Что изменилось в моем представлении о мотивах после сегодняшнего занятия?»

Домашнее задание: «Перечитайте дома свое письмо. Подумайте: какие шаги вы можете сделать уже сейчас, чтобы приблизить это будущее? Запишите 2-3 таких шага».

Завершение. Ведущий благодарит за искренность и активность: «Вы хорошо поработали. На следующем занятии мы поговорим о трудностях на пути к профессии и о том, как их преодолевать, опираясь на свои ресурсы».

Занятие 4. «Ресурсы и трудности профессионального самоопределения»

Цель: развитие способности выявлять и использовать личные и внешние ресурсы для преодоления трудностей профессионального выбора и обучения в профильном классе.

Продолжительность: 45 минут.

Форма проведения: групповая работа, индивидуальное планирование, рефлексия.

Материалы и оборудование: стикеры (не менее 30 шт.), лист ватмана с изображением круга, разделенного на три сектора («мои личные качества», «люди, которые могут помочь», «образовательные возможности»), бланки «План преодоления» (по количеству участников), маркеры, ручки.

Ход занятия

1. Вступительная часть (5 минут)

Приветствие участников. Ведущий проверяет домашнее задание: желающие могут зачитать шаги, которые они запланировали после письма себе (1-2 минуты).

Разминка «Что меня останавливает?» (2 минуты). Участники по кругу называют одним словом то, что мешает им двигаться к профессиональной цели. Например: «лень», «страх», «незнание», «родители», «время». Ведущий записывает ключевые слова на доске.

Объявление темы и цели занятия (1 минута). «Сегодня последнее занятие нашего тренинга. Тема – «Ресурсы и трудности профессионального самоопределения». Мы поговорим о том, какие трудности могут возникнуть на нашем пути и, главное, – какие ресурсы помогут их преодолеть».

2. Основная часть (35 минут)

Упражнение 1. «Мои трудности» (8 минут)

Инструкция ведущего: «На стикерах запишите трудности, с которыми вы уже сталкиваетесь или можете столкнуться при выборе профессии и обучении в профильном классе. Одна трудность – один стикер. На выполнение – 3 минуты».

Участники пишут на стикерах. Примеры: «не хватает времени на подготовку», «родители против моего выбора», «боюсь не сдать ЕГЭ», «не знаю, кем точно хочу быть», «лень», «нет денег на репетитора».

Группировка (3 минуты). Участники по очереди выходят к доске и приклеивают стикеры. Ведущий помогает группировать их по темам: «учебные трудности», «семейное давление», «личностные барьеры (лень, страх)», «информационные дефициты».

Обсуждение (2 минуты): «Какие трудности встречаются чаще всего?», «Какие из них объективные, а какие – субъективные?».

### Упражнение 2. «Ресурсный круг» (12 минут)

Инструкция ведущего: «Теперь – о ресурсах. На листе ватмана изображен круг, разделенный на три сектора: «мои личные качества», «люди, которые могут помочь», «образовательные возможности». Ваша задача – взять стикеры и написать в каждом секторе то, что является вашим ресурсом. Например:

- В сектор «личные качества»: ответственность, настойчивость, любознательность.
- В сектор «люди»: мама (поддерживает), учитель математики (помогает), друг (вместе готовимся к ЕГЭ).
- В сектор «образовательные возможности»: электив по экономике, онлайн-курсы, библиотека, разбор вариантов ЕГЭ.

На выполнение – 6 минут».

Участники индивидуально заполняют стикеры и приклеивают их в соответствующие секторы на ватмане или доске.

Групповое обсуждение (4 минуты). Ведущий задает вопросы:

- «Посмотрите на наш общий ресурсный круг. Какие ресурсы есть почти у всех?»
- «Какой ресурс оказался самым неожиданным?»
- «У кого заполнен сектор «люди»? Почему важно не оставаться одному с трудностями?»

- «Какой ресурс вы раньше не замечали, а теперь увидели?»

Ведущий подводит к мысли, что ресурсов всегда больше, чем кажется на первый взгляд. Важно их замечать и использовать.

### Упражнение 3. «План преодоления» (10 минут)

Инструкция ведущего: «А теперь – самое практическое упражнение. Выберите одну трудность, которая для вас наиболее актуальна. Используя ресурсы из «Ресурсного круга», составьте конкретный план ее преодоления. План запишите в бланк, где есть три колонки:

Моя трудность	Мои ресурсы	Конкретные шаги
(пишете свою трудность)	(какие ресурсы помогут)	(что сделаю, когда, с кем)

Например:

Моя трудность	Мои ресурсы	Конкретные шаги
Родители против выбора профессии дизайнера	1) мама всегда меня поддерживает (но папа сомневается); 2) статистика востребованности профессии	1) подготовить аргументы о рынке труда; 2) пригласить папу на консультацию к психологу; 3) показать папе портфолио дизайнеров

На выполнение – 7 минут».

Участники работают индивидуально. Ведущий помогает тем, кто испытывает затруднения с выбором трудности или ресурсов.

Обсуждение планов (3 минуты). Ведущий просит 2-3 участников зачитать свои планы. Группа может дополнить ресурсы и шаги. Ведущий отмечает конструктивность и реалистичность планов.

Упражнение 4. «Дневник профессионального самоопределения» (5 минут)

Инструкция ведущего (3 минуты): «Наше последнее упражнение – старт важной традиции. Я предлагаю вам начать вести «Дневник профессионального самоопределения». Это может быть обычная тетрадь, блокнот или электронный документ. Что там можно записывать?»

- Ваши цели (SMART-цели, которые мы учились ставить)
- Ваши достижения (даже маленькие успехи)
- Ваши вопросы к психологу, учителям, родителям
- Новые профессии, которые вы узнали
- Результаты тестов и свои размышления о них
- Сомнения и как вы их преодолеваете

Вести дневник можно раз в неделю, уделяя 10-15 минут. Это поможет вам отслеживать свой путь и не потерять мотивацию».

Обсуждение (2 минуты): «Кто готов попробовать вести такой дневник?», «Какие вопросы вы бы хотели записать туда уже сегодня?».

Ведущий раздает памятки с вопросами для дневника (по желанию).

3. Заключительная часть (5 минут)

Итоговая рефлексия всего тренингового цикла (5 минут).

Ведущий задает вопросы для подведения итогов четырех занятий:

- «Что было самым полезным для вас за эти 4 занятия?»
- «Какое упражнение запомнилось больше всего и почему?»
- «Что изменилось в вашем отношении к профильному обучению и выбору профессии?»
- «Что вы возьмете с собой после тренинга?»

Завершение и пожелания. Ведущий благодарит участников за работу: «Вы прошли серьезный путь: от осознания своих сильных сторон – к постановке целей – к пониманию своих мотивов – к поиску ресурсов. Я желаю вам, чтобы ваша мотивационная готовность к профильному обучению продолжала укрепляться. Помните: путь к профессии – это не спринт, а марафон. У вас есть все ресурсы, чтобы его пройти».

Бланки для копирования

Бланк к занятию 1. «Мои сильные стороны»

Мое качество	Пример из жизни (учеба, хобби, общение)
1.	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
2.	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
3.	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

Бланк к занятию 2. «Моя профессиональная траектория»

Временная точка	Мои конкретные шаги и действия
10 класс (сейчас)	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
11 класс	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
Окончание школы	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
Поступление	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
1-й курс вуза/колледжа	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
Выпускной курс вуза/колледжа	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
Начало работы по профессии	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

Бланк к занятию 2. SMART-цель

Критерий	Мой ответ
S – Конкретная (что именно?)	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
M – Измеримая (как пойму, что достиг?)	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
A – Достижимая (как это реально сделать?)	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
R – Значимая (почему это важно для меня?)	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
T – Ограниченная во времени (к какому сроку?)	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

Моя SMART-цель (формулировка одним предложением):

Памятка «Вопросы для Дневника профессионального самоопределения»

1. Какие цели я поставил(а) на эту неделю / месяц?
2. Что я сделал(а) для их достижения?
3. Какое маленькое достижение меня порадовало?
4. С какими трудностями я столкнулся(лась)?
5. Какие ресурсы помогли (или могли бы помочь)?
6. Что нового я узнал(а) о профессиях или о себе?
7. Какой вопрос я хочу задать психологу/учителю/родителям?
8. Изменилось ли что-то в моих планах? Если да, то почему?

