

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

**МАНОВИЦКАЯ ТАТЬЯНА НИКОЛАЕВНА**

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ В  
ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

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.

---

Руководитель  
старший преподаватель Перова Л.В.

---

Руководитель  
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

---

Обучающийся  
Мановицкая Т.Н.

---

Дата защиты

---

Оценка

---

Красноярск, 2026

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ.....	6
1.1. Специфика психолого-педагогического сопровождения в научной литературе.....	6
1.2. Сущностная характеристика профессионального самоопределения в подростковом возрасте.....	12
1.3. Психологическая характеристика подросткового возраста как сенситивного периода для профессионального самоопределения.....	19
Выводы по Главе 1.....	24
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ПОДРОСТКОВ.....	27
2.1. Организация и методы исследования.....	27
2.2. Анализ и интерпретация результатов диагностики готовности подростков к профессиональному выбору.....	29
2.3. Комплекс мероприятий по психолого-педагогическому сопровождению профессионального самоопределения в подростковом возрасте.....	39
2.4. Анализ результативности комплекса мероприятий профессионального самоопределения в подростковом возрасте.....	52
Выводы по Главе 2 .....	60
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	61
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	64
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	68

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность темы исследования.** В современных социально-экономических условиях, характеризующихся динамичными изменениями на рынке труда и появлением новых профессий, вопрос качественного профессионального самоопределения подростков приобретает особую остроту. Подростковый период является критическим этапом формирования самосознания и жизненных планов, однако современные обучающиеся часто демонстрируют несформированность представлений о своих возможностях и потребностях рынка труда. Актуальность исследования обусловлена необходимостью разработки эффективных моделей психолого-педагогического сопровождения, которые позволили бы подростку осознанно и ответственно подойти к выбору будущей деятельности, снижая при этом риски ошибочного выбора.

Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения представляет собой целостный, непрерывный процесс поддержки подростка на пути профессионального выбора, основанный на принципах индивидуализации, диалогичности и опоры на личностные ресурсы. Данный процесс направлен не на прямое руководство выбором, а на создание условий для активизации самопознания, формирования адекватной самооценки, развития способности к принятию решений и осмыслению ценностно-смысловых аспектов будущей профессии.

Вопросы профессионального самоопределения рассматривались в работах Л.С. Выготского [8], Е.А. Климова [15], Н.С. Пряжникова [26]. Тем не менее, стремительная трансформация социокультурной среды и цифровая трансформация образования требуют поиска новых инструментов сопровождения, что определяет недостаточную изученность современных подходов к работе с подростками в данной сфере.

**Цель исследования:** проанализировать психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения в подростковом возрасте.

**Объект исследования:** профессиональное самоопределение в подростковом возрасте.

**Предмет исследования:** психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения в подростковом возрасте.

**Гипотеза исследования.** Целенаправленное психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения подростков (включающее диагностику интересов и склонностей, тренинги, классные часы, профессиональные пробы, работу с родителями и педагогами) способствует: повышению осознанности профессионального выбора; росту доли внутренних мотивов (индивидуально и социально значимых) при выборе профессии и снижению зависимости от внешних факторов (престижа, давления окружения, страха неудачи); расширению представлений о мире профессий (в т.ч. творческих направлениях); более дифференцированной и реалистичной оценке собственных склонностей и способностей; снижению тревожности и стресса, связанных с профессиональным выбором; формированию навыков самостоятельного принятия решений и планирования профессионального пути.

**Задачи исследования:**

1. На основе теоретического анализа определить сущность понятий «профессиональное самоопределение» и «психолого-педагогическое сопровождение».
2. Дать психологическую характеристику подросткового возраста как сенситивного периода для профессионального самоопределения.
3. Провести диагностику уровня готовности подростков к профессиональному самоопределению.

4. Реализовать комплекс мероприятий по психолого-педагогическому сопровождению профессионального самоопределения в подростковом возрасте и проверить результативность.

**Методы исследования:**

- теоретические: анализ психолого-педагогической литературы;
- эмпирические методы: тестирование, анкетирование;
- методы количественной и качественной обработки данных.

**Методики:**

1. Дифференциально-диагностический опросник (ДДО) Е.А. Климова [15].
2. Тест-опросник для определения типа профессиональной направленности личности (модификация методики Дж. Голланда).
3. Методика «Мотивы выбора профессии» (Р.В. Овчаровой).

**База исследования:** общеобразовательная школа.

**Выборка:** Учащиеся 9-х классов в количестве 60 человек (экспериментальная и контрольная группы по 30 человек).

**Структура работы:** работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

## 1.1. Специфика психолого-педагогического сопровождения в научной литературе

Организация психолого-педагогического сопровождения – одна из главных задач по предупреждению психологического неблагополучия. Для пояснения терминологического значения сразу отметим, что в гуманитарные науки термин «сопровождение» (от английского слова «guideness») вошел вслед за понятиями педагогическая, психологическая и социальная поддержка или помощь, которые сами собой имеют разное содержательное наполнение и не совпадают по семантическому соответствию.

Идея психологического сопровождения неразрывно связана с потребностью в поддержке со стороны специалиста-психолога. Тем не менее, ключевой аспект этой взаимосвязи заключается в том, что ребенок, находящийся под сопровождением, проявляет максимальную самостоятельность и ответственность на пути к своему личностному росту. Он сам выбирает пути решения возникающих перед ним проблем. Роль же психолога в этом процессе сводится к обоснованному и деликатному вмешательству, направленному на психологическое развитие ребенка и педагогический процесс.

Так, Е.И. Казакова, одна из первых исследователей, предложила в 2000 году свое видение понятия «сопровождение». Она трактовала его как «помощь субъекту в принятии решений в сложных жизненных ситуациях» [14, с. 4-6]. Следовательно, речь идет не о любой помощи, а о специфической поддержке, которая сохраняет максимум свободы и ответственности личности в процессе выбора и решения собственных проблем.

Существует множество определений психологического сопровождения детей в образовательном процессе. Е.А. Козырева говорит о «необходимости создания благоприятных условий для позитивного развития взаимоотношений между ребенком и взрослым в рамках учебного процесса, способствуя личностному росту ребенка и его переходу на новую ступень развития». Автор подчеркивает, что «сопровождение представляет собой комплекс мер, включающий организацию, диагностику и развитие детей, а также работу со взрослыми – учителями, членами семьи. Именно этот комплекс мер призван обеспечить наиболее эффективные условия для развития как самих детей, так и всей образовательной среды» [17, с. 165].

По мнению А.А. Еременко, «сопровождение – это целостная система мероприятий, включающая в себя различные формы работы, ее направленность, а также предмет и объект деятельности» [11, с. 63].

Структура педагогического сопровождения включает следующие характеристики:

1. Цели психологической и педагогической помощи являются общими и взаимосвязанными.
2. Главное внимание уделяется личности учащегося: разработка мер по раскрытию его потенциала, диагностика индивидуальных особенностей.
3. Содействие развитию значимых личностных качеств и самоактуализации учащегося.
4. Коррекционная работа для развития недостаточных функций, качеств, способностей.
5. Гарантия права субъекта образовательной деятельности на самостоятельную реализацию жизненного выбора и ответственность за него.

Автор также определяет цель педагогического сопровождения как «повышение психолого-педагогической компетентности всех участников образовательного процесса, подчеркивая, что сопровождение должно рассматриваться как системная и комплексная деятельность с участием всех субъектов образовательного процесса» [11, с. 65].

Педагогическое сопровождение школьников является неотъемлемой частью формирования образовательной среды. Оно представляет собой целенаправленную профессиональную помощь всем участникам образовательного процесса – ученикам, родителям, педагогам и администрации, – направленную на создание условий для всестороннего и гармоничного развития личности, в соответствии с современными подходами к обучению, воспитанию и развитию детей.

Термин «педагогическая поддержка» был введен А.С. Газманом, который определял его как «своевременную и упреждающую помощь детям в решении их личных трудностей» [9, с. 3]. Сюда относятся вопросы, связанные со здоровьем, социальным и экономическим положением, академической успеваемостью, адаптацией к школьной среде, эффективным общением, а также с принятием важных жизненных и профессиональных решений.

Педагогическая поддержка ребенка в образовании часто понимается как помощь в сложных ситуациях, направленная на развитие у ребенка навыков самостоятельного решения проблем, самопознания и осознанного восприятия окружающего мира.

Психолого-педагогическое сопровождение – это комплекс услуг, предоставляемых ребенку со специальными образовательными потребностями специалистами реабилитационных и образовательных центров, а также работниками сферы здравоохранения, социальной защиты и общественных организаций. Наша точка зрения заключается в том, что целью педагогической помощи является содействие формированию у младших школьников способности к саморазвитию и саморегуляции в различных жизненных ситуациях.

По определению Е.А. Козыревой, «психолого-педагогическое сопровождение – это профессиональная деятельность педагога и психолога, направленная на создание благоприятной динамики во взаимоотношениях между детьми и взрослыми в процессе обучения. В рамках этой системы задача психолога – выявить проблему, а педагога – помочь ребенку наладить

конструктивное взаимодействие со всеми участниками образовательного процесса» [17, с. 166].

Исследования В.В. Кобыльченко и И.М. Омельченко уделяют особое внимание психолого-педагогическому сопровождению детей с особыми образовательными потребностями. Авторы подчеркивают, что «в условиях модернизации образования и существенных изменений в его содержании, ключевую роль играет развитие личности ребенка. Следовательно, основной задачей является создание в образовательных учреждениях условий для успешного воспитания, социализации и самореализации детей, так как полноценное развитие является залогом их будущего благополучия. Объектом данного сопровождения является сам образовательный процесс, а предметом – ситуация развития личности и процесс воспитания ребенка в его взаимосвязях с миром, социумом, семьей, сверстниками и самим собой» [16, с. 11].

В современной научной литературе отсутствует единая трактовка термина «психолого-педагогическое сопровождение». Словарь русского языка И.С. Ожегова толкует слово «сопровождение» следующим образом: 1) идти вместе с кем-либо, направляя или следуя за ним; 2) происходить одновременно с чем-либо, быть спутником чего-либо; 3) служить дополнением или приложением к чему-либо [22].

Психолого-педагогическое сопровождение может рассматриваться с разных точек зрения:

1) Как профессиональная деятельность педагога, призванного обеспечивать необходимую поддержку и помощь в индивидуальном становлении ребенка.

2) Как процесс, включающий в себя целенаправленную последовательность педагогических действий, ориентированных на помощь ребенку в самостоятельном выборе в различных жизненных ситуациях.

3) Как взаимодействие между сопровождаемым и сопровождающим.

4) Как создание благоприятных условий для успешного обучения.

5) Как формирование качеств, компетенций, навыков и умений, соответствующих целям сопровождения.

Хотя в научной литературе понятие «психолого-педагогическое сопровождение» трактуется по-разному, большинство исследователей сходятся во мнении, что успешное сопровождение возможно только при позитивном отношении к субъекту сопровождения и его готовности к освоению социального опыта, раскрытию личностного потенциала и стремлению к самосовершенствованию.

К.В. Адушкина и О.В. Лозгачева выделяют три ключевых компонента в целостном процессе психолого-педагогического сопровождения в образовательной организации:

1. Систематический мониторинг психолого-педагогического статуса участников образовательного процесса. Важнейшим аспектом деятельности педагога-психолога является диагностика психического и личностного развития. Для сбора и анализа информации используются различные методы психологической и педагогической диагностики.

2. Создание социально-психологических условий, способствующих развитию личности. После проведения диагностики педагог-психолог разрабатывает индивидуальные или групповые программы сопровождения, направленные на успешную социализацию и развитие.

3. Создание особых социально-психологических условий для оказания помощи участникам, испытывающим трудности в психологическом развитии или обучении. Это направление особенно актуально, когда психодиагностика выявляет проблемы в усвоении учебного материала, общении, или отклонения в эмоционально-поведенческой сфере [2].

Психолого-педагогическое сопровождение в настоящее время выходит за рамки простого набора коррекционно-развивающих методик, позиционируя себя как целостная система, созданная для поддержки ребенка в процессах обучения, воспитания, развития и социализации. Согласно методическим рекомендациям Министерства образования РФ (Письмо от 27 июня 2003 г. №

2851-513/16) [25], основными задачами такого сопровождения являются: предупреждение возможных проблем в развитии детей, оказание своевременной помощи в преодолении учебных трудностей, сложностей в профессиональном самоопределении, а также в решении эмоциональных, коммуникативных проблем с учителями, сверстниками и родителями. Кроме того, к задачам относятся психологическое обеспечение образовательных программ и повышение психолого-педагогической грамотности всех участников образовательного процесса – педагогов, учеников и их родителей.

Как отмечает К.В. Адушкина «для успешного решения этих задач психолого-педагогическое сопровождение опирается на три ключевые функции: информационную, направляющую и развивающую. Информационная функция предполагает распространение знаний о приемах и формах сопровождения среди всех вовлеченных сторон. Направляющая функция заключается в согласовании действий участников образовательного процесса с целью наилучшего удовлетворения потребностей обучающегося, при этом основная ответственность ложится на школьного психолога. Развивающая функция реализуется через совместную работу педагогов и психолога, направленную на всестороннее развитие личности. У педагогов это проявляется в применении развивающих педагогических технологий, а у психологов – в проведении дополнительных занятий» [2, с. 162].

Психолого-педагогическое сопровождение в учебном заведении должно быть организовано как единая система. Все компоненты этой системы должны работать на достижение общей цели. Эффективность такого сопровождения можно оценить по следующим критериям:

- 1) Педагогическая результативность. Соответствие индивидуальных особенностей учащегося и уровня его успеваемости поставленным педагогическим задачам.

- 2) Медицинская результативность. Сохранение психического и физического здоровья учеников. Это может быть определено на основе

данных о динамике хронических заболеваний, предоставляемых медицинской службой школы.

3) Психологическая результативность. Успешность учебной и другой деятельности ученика, её осуществление без значительного ущерба для психического и физического здоровья. Сюда же относится удовлетворенность учащихся своей деятельностью и согласованность их интересов и будущих планов с этой деятельностью.

Оценка результатов психолого-педагогического сопровождения процесса становления личности ученика осуществляется через анализ качества личности, отношения, поведения и накопленного опыта.

Таким образом, в современной практике «психолого-педагогическое сопровождение» воспринимается как комплексное явление, находящее применение в различных сферах жизни. Оно может быть представлено как вид психолого-педагогической деятельности, цель которого – научить учащихся самостоятельному планированию жизненного пути и образовательной траектории, организации своей деятельности и решению возникающих проблем.

## **1.2. Сущностная характеристика профессионального самоопределения в подростковом возрасте**

Самоопределение личности представляет собой научную дискуссию, анализируемую в различных дисциплинах, таких как философия, социология, педагогика и психология. Исходя из этого, существует множество подходов к пониманию этой концепции.

Так, А.Н. Леонтьев трактует самоопределение как «индивидуальное преломление ценностей и социальных норм, в результате чего личность избирательно взаимодействует с миром и выбирает соответствующие виды деятельности» [21, с. 57-65].

И.С. Кон определяет самоопределение как «процесс осознания и реализации своего потенциала, который включает постановку целей, формирование убеждений и ценностей, определяющих направление и сущность человеческой деятельности» [18, с. 334].

По мнению С.И. Гессена, «самоопределение является фактором, обуславливающим возможность становления личности в ее конкретных жизненных проявлениях и деятельности» [10, с. 482].

А.Г. Асмолов считает, что «самоопределение – это процесс формирования личностью собственных ценностных ориентаций, выбора жизненных стратегий и путей самореализации» [3, с. 367].

Согласно воззрениям В.Ф. Сафина и Г.П. Никова, «самоопределение – это освоение и принятие определенной картины мира, поиск гармонии между собственными субъективными качествами и социальными требованиями» [30, с. 65-73].

В ряде исследований самоопределение трактуется как усвоение и принятие определенной картины мира, достижение баланса между осознанием своих субъективных особенностей и общественными нормами, а также как формирование и развитие личностного отношения к миру. Основным фактором данного процесса выступает выбор. Это следствие осознания собственных сильных и слабых сторон, понимания своих ценностей и принципов, а также принятия ответственности за свою жизнь и поступки. Самоопределение – это процесс и результат выбора личностью своей позиции, целей и средств самоосуществления в конкретных жизненных обстоятельствах, а также проявления человеком свободы.

Таким образом, возможно сделать заключение, что процесс самоопределения – это многоаспектное и комплексное явление, затрагивающее субъективные характеристики личности и требования общества, а также нормы и ценности, определяющие выбор и поведение человека. Этот процесс, в рамках которого личность формирует свою уникальность, идентичность, цели и мировоззрение, происходит под влиянием

внутренних переживаний, культурной среды и взаимодействия с окружающим миром. Самоопределение охватывает такие аспекты, как самопонимание, принятие себя, развитие личностных качеств и поиск смысла жизни.

Профессиональное самоопределение является неотъемлемой частью общей социализации подростков, играя ключевую роль в их успешности и конкурентоспособности в современном социокультурном контексте, особенно с учетом актуальных психологических теорий и практик.

В.И. Загвязинский определяет профессиональное самоопределение как «активный и продолжительный процесс выбора профессии, основанный на внутренних психологических предпосылках и являющийся результатом данного процесса» [13, с. 230].

К.А. Абульханова-Славская считает, что «профессиональное самоопределение – это осознание личностью своих позиций, которое формируется на основе внутренней координации системы отношений» [1, с. 3-21].

По определению Н.С. Пряжникова, профессиональное самоопределение – это «самостоятельное, осознанное и добровольное построение, корректировка и реализация профессиональных перспектив, предполагающие выбор профессии, получение профессионального образования и совершенствование себя в рамках данной профессиональной деятельности» [26, с. 208].

Согласно Е.А. Климову, профессиональное самоопределение выступает как «одно из ключевых проявлений социальной активности субъекта деятельности. При этом важную роль играет социально-психологический аспект профессионального самоопределения, характеристики которого обусловлены возрастными стадиями и продолжительностью данного процесса» [15, с. 304].

Профессиональное самоопределение по мнению М.И. Дьяченко – это «процесс принятия личностью решений, касающихся выбора будущей

профессиональной деятельности, и активное участие в формировании образа «Я»» [27, с. 576].

Е.М. Борисова под профессиональным самоопределением понимает «процесс развития личности в профессиональной деятельности, основанный на наиболее полном использовании своих способностей и индивидуально-психофизиологических возможностей. Этот процесс не ограничивается каким-либо одним этапом, а охватывает весь период активной трудовой деятельности» [6, с. 411].

Формирование профессионального самоопределения в подростковом возрасте имеет большое значение. По мнению Т.В. Кудрявцева [19], данный процесс проходит несколько этапов:

1. Осознание и становление профессиональных интересов.
2. Профессиональное обучение, направленное на выбранный вид деятельности.
3. Профессиональная адаптация – период «вхождения» в профессию, характеризующийся активным освоением и поиском своего места в коллективе.
4. Полная или частичная реализация личности в самостоятельной трудовой деятельности.

Результатом такой организации профессионального самоопределения личности является:

- Готовность к выбору профессии, осмысленному и спроектированному варианту профессионального жизненного пути.
- Способность формировать собственный профессиональный жизненный план, включая профессиональный старт и следующие за ним шаги.
- Готовность адаптироваться к меняющимся социально-экономическим условиям, исходя из выбранной профессиональной карьеры и сферы деятельности.

Профессиональное самоопределение учащихся является неотъемлемой частью их жизни. Оно входит в социальную группу выбора профессии и

образа жизни. Этот процесс включает формирование индивидуалом личного отношения к трудовой сфере, а также его самореализацию через согласование профессиональных и внутриличностных потребностей.

Профессиональное самоопределение – одно из важнейших решений, принимаемых подростками в своей жизни. В ходе его принятия они осознают собственные интересы, навыки, ценности и способности, а затем используют эту информацию для выбора профессии или карьеры, которая будет соответствовать их индивидуальности и потенциалу.

Существует несколько причин, по которым профессиональное самоопределение важно для подростков:

1. Развитие личности – помогает подросткам определить свои сильные стороны и интересы, что способствует их личностному росту и развитию.

2. Удовлетворение от работы – правильно выбранная профессия может принести удовлетворение и радость от работы, что, в свою очередь, положительно сказывается на общем благополучии подростка.

3. Успех в карьере – осознанный выбор профессии дает больше шансов на успех в будущем, лучшую готовность к требованиям конкретной профессии, быстрое достижение карьерного роста.

4. Финансовая стабильность – правильно выбранное направление деятельности обеспечит стабильный доход и возможность обеспечить себя и свою семью.

5. Улучшение самооценки – профессиональное самоопределение может помочь подросткам повысить свою самооценку, так как они будут знать, что занимаются тем, что им нравится и что они хорошо умеют делать.

Все вышперечисленное еще раз подчеркивает неразрывную связь профессионального самоопределения подростка с другими важными сферами жизни. Оно позволяет определить сущность профессионального самоопределения в выбираемой, осваиваемой или уже выполняемой трудовой деятельности, а также найти смысл в самом процессе самоопределения.

Проведенные О.Е. Байтингер масштабные экспериментальные исследования показали, что развитие психологической функции планирования не заканчивается в 16-17 лет, а продолжается и после двадцати. Это позволяет заключить, что к моменту окончания школы профессиональное самоопределение еще не достигает своего завершения. Выпускники, из-за недостаточного развития психологических функций, не всегда готовы к зрелому и обдуманному выбору профессии. Кроме того, нельзя игнорировать влияние личностной психодинамики, склонности к позитивному мышлению или же избегания негативных ожиданий [4].

Е.А. Климов определяет пять аспектов, влияющих на выбор будущей профессии: мнение старших членов семьи; социальный статус сверстников; позиция педагогического коллектива (учителя, классный руководитель и др.); личные и жизненные планы; наличие способностей и их проявление; стремление получить общественное одобрение или понимание профессии; склонности [15].

К факторам, оказывающим влияние на самоопределение в профессии, можно отнести: субъективные факторы (интересы, темперамент, способности, характер); объективные факторы (уровень подготовки, состояние здоровья, информированность о мире профессий); социальные факторы (окружение, семейные условия, уровень образования родителей).

Значимые факторы, влияющие на выбор профессии, проявляются в виде эмоциональной привлекательности, что, в свою очередь, приводит к формированию в процессе обучения, а затем и в дальнейшей жизни, намерения освоить определенную работу.

При выборе своего профессионального пути, молодежь руководствуется не только личными интересами и способностями, но и стремится найти ответы на волнующие вопросы, взвешивая все, в том числе и свои возможности. При этом они считают нужным прислушиваться к непосредственным интересам, делая выбор в пользу профессии. В подобной ситуации могут возникнуть ошибки в выборе будущей профессиональной деятельности. По мнению Е.А.

Климова, причины ошибочного выбора профессии подразделяются на: отношение к профессии как к окончательной и единственной; непонимание престижности профессии; выбор профессии под влиянием родственников, знакомых, друзей; перенос отношения к человеку, который является представителем данной профессии, на саму профессию; приверженность только внешней стороне профессии; отождествление учебного предмета в школе с профессией; недостаточное или неверное представление о своих физических возможностях; недостаточное или неверное представление о своих психологических особенностях; незнание основных трудовых действий и операций в выбранной профессии [15].

Этап выбора профессии в процессе профессионального самоопределения является наиболее важным для каждого человека. От правильности и осознанности принятого решения на данном этапе зависит успешность профессионального становления личности.

Выделяют ряд направлений, способствующих решению практических вопросов профессионального самоопределения подростков: система профориентации, вооружающая школьников необходимыми знаниями для ориентации в мире профессий, умение объективно оценивать свои индивидуальные особенности; диагностические методики изучения личности школьников в целях оказания индивидуальной помощи в выборе профессии; теоретические и методические основы профориентационной работы с молодежью, банк профессиограмм; системный подход к профориентационной работе школьников; общественно-значимые мотивы выбора профессии [16].

Работа в сфере профессионального самоопределения выстраивается таким образом, чтобы создавать условия, способствующие развитию мотивации, эмоционально-волевой и социальной сфер у учащихся.

Для решения данной проблемы требуется изменить подход к формированию профессионального самоопределения. По мнению Г.В. Резапкиной, необходимо насытить существующие формы профориентации новым содержанием. Это содержание не должно сводиться лишь к

формированию знаний, умений и навыков, необходимых для выбора профессии, но также помогать подросткам находить смыслы и ценности, стоящие за пределами профессиональной деятельности [29].

Профессиональное самоопределение представляет собой комплексное педагогическое явление, которое объединяет разрозненные по цели, содержанию и результатам процессы. Оно учитывает индивидуальные характеристики человека, его готовность к профессиональной деятельности, способность к самоопределению в профессиональной сфере, к самореализации в различных видах труда, независимо от последующих изменений в выбранной профессии.

Профессиональное самоопределение играет важную роль для молодых людей, помогая им лучше осознать свои пристрастия, умения и ценности. Этот процесс способствует более осмысленному выбору карьеры и обеспечивает успешный старт во взрослой жизни.

### **1.3. Психологическая характеристика подросткового возраста как сенситивного периода для профессионального самоопределения**

Подростковый возраст – это время перехода от детства к зрелости, завершающее детство. Основные психологические потребности тинейджеров включают стремление к общению с ровесниками, жажду самостоятельности и независимости, желание освободиться от опеки взрослых, а также потребность в признании со стороны окружающих. Множество исследователей изучали подростковый период, предлагая различные концепции.

Ш. Бюлер отмечала, что в этот период подростка побуждают к сближению как ровесники, так и представители противоположного пола. Усиливаются чувствительность, раздражительность, появляются беспокойство и неудовлетворенность собой и миром. Чувствуя себя непонятым, подросток ищет понимания и принятия в группе сверстников, испытывая при этом одиночество. Период с 12 до 17 лет Бюлер называла

«психической пубертатностью», выделяя «пассивную меланхолию» и «агрессивную самозащиту» как типичные поведенческие проявления. Ранние стадии этого этапа часто сопровождаются снижением работоспособности, социальной изоляцией или враждебностью, а также асоциальным поведением [7].

Э. Штерн полагал, что «мысли, чувства и действия подростка приобретают особую направленность» [32, с. 24]. Он уже не занят детскими играми, но еще не готов к взрослым делам. Штерн ввел понятие «серьезная игра», означающее, что любую деятельность подросток воспринимает как значимую, хотя она зачастую является лишь предварительной пробой. Пример «серьезной игры» – занятия спортом или участие в молодежных организациях. Такая деятельность важна для развития, помогая ставить цели, добиваться их, закалять силы и разбираться в своих интересах.

Э. Эриксон считал подростковый возраст важнейшим и самым сложным этапом в жизни, где на развитие личности влияют общество, идеология, физиологическое созревание, семья и жизненный опыт. В этот период (12-20 лет) приходится осваивать новые социальные роли и справляться с новыми задачами. Подростки, ощущающие свою бесполезность и бесцельность, могут стремиться к «негативной» эго-идентичности, противопоставленной той, которую предлагают родители и сверстники [35].

Жан Пиаже отмечал, что в период с 11-12 до 14-15 лет происходит заключительный этап фундаментальной децентрации. Этот процесс представляет собой механизм преодоления личностного эгоцентризма, характеризующийся переосмыслением собственной точки зрения и позиции в результате взаимодействия и сопоставления с взглядами окружающих. В этот период формируется жизненная программа и окончательно складывается личность. Подросток, планируя свое будущее, часто видит себя в роли спасителя человечества, вдохновленный этой масштабной целью. Вступая во взрослую жизнь, подростки стремятся изменить общество, однако сталкиваются с его ограничениями и препятствиями. Именно это

взаимодействие с социальной средой и способствует их социализации. Полное преодоление адаптационного кризиса и переход к зрелости, как правило, связаны с профессиональной деятельностью [23].

В российской психологии основополагающие аспекты развития в подростковом возрасте исследовались такими учеными, как Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин [39], Л.И. Божович [5], Д.И. Фельдштейн [30], Г.А. Цукерман [33] и другие. Некоторые исследователи, например Л.И. Божович, рассматривают подростковый период как кризисный, отличающийся бурным характером и сложностью для самого подростка и его окружения [5].

Д.Б. Эльконин, напротив, считает подростковый возраст относительно стабильным, выделяя в нем предподростковый кризис и кризис перехода к юности. Традиционно подростковый возраст рассматривается как стадия психического развития, характеризующаяся переходом ребенка к новой социальной роли и поиском своего места в обществе. Повышенные, но не всегда адекватные самооценке притязания могут приводить к конфликтам с родителями и учителями, а также к протестному поведению [34].

Л.С. Выготский определял основными новообразованиями этого возраста развитие рефлексии и самосознания. Особое значение он придавал проблеме интересов, считая ее «ключом ко всей проблеме психологического развития подростка», поскольку в этот период старые интересы угасают, закладывая основу для формирования новых. Он выделял доминанты, такие как эгоцентрическая (интерес к себе), доминанта дали (ориентация на далекие цели), доминанта усилия (стремление к преодолению трудностей) и доминанта романтики (влечение к неизведанному и приключениям) [8].

Развитие подростка, по мнению Д.Б. Эльконина, проявляется через ряд характерных признаков: обострение конфликтов со взрослыми (проявляющееся в неповиновении, упрямстве и игнорировании оценки); формирование дружеских объединений (стремление найти понимающего товарища); ведение дневника (способ самовыражения мыслей, чувств и сомнений) [34].

Д.И. Фельдштейн определял ведущей деятельностью в подростковом возрасте «общественно полезную, одобряемую и неоплачиваемую деятельность», подчеркивая потребность подростка ощущать свою значимость для общества. Такая деятельность способствует развитию мотивации, осознанию своей роли в системе «я и общество», и расширяет формы общения, включая высшую форму – моральное сотрудничество со взрослыми [30].

К.Н. Поливанова, напротив, выделяет проектную деятельность как ведущую. В рамках этой деятельности, где подросток моделирует и экспериментирует с действительностью, происходит тесная связь между действиями и переживаниями, центром которой являются человеческие отношения. Подросток проигрывает взрослые роли, реализуя свое «авторское действие», где важен сам замысел и его отстаивание, а не столько конечный результат. Задача взрослых в этом процессе – создание условий для воплощения замыслов подростков [25].

Г.А. Цукерман считает ведущей деятельностью подросткового возраста социально-психологическое экспериментирование, где основным материалом выступает общение, кооперация и коммуникация. Объектом познания и преобразования становится сам субъект действия в контексте отношений «Я и ТЫ» [33].

Сенситивность данного возраста для решения задачи «кем быть?» обусловлена уникальным сочетанием интенсивных процессов, протекающих во всех сферах. Когнитивное развитие, в частности, достижение стадии формальных операций по Ж. Пиаже, позволяет подростку мысленно выходить за рамки конкретной ситуации, оперировать гипотезами, строить многоходовые прогнозы. Это создает необходимую базу для анализа требований профессий, оценки собственных возможностей и проектирования вариантов жизненного пути. Однако эта способность еще неустойчива и часто соседствует с юношеским максимализмом и категоричностью суждений [23].

Ведущей деятельностью в этот период, согласно Д.Б. Эльконину, становится интимно-личностное общение со сверстниками. Именно в этом общении отрабатываются навыки самораскрытия, понимания другого, формируется самооценка через восприятие «другими». Для профессионального самоопределения это имеет двоякое значение. С одной стороны, референтная группа становится мощным источником информации о профессиях, социальных статусах, формирует первые профессиональные стереотипы и предпочтения. С другой – острая потребность в признании и боязнь изоляции могут толкать подростка к выбору, одобряемому группой, но не соответствующему его индивидуальным склонностям [34].

Параллельно происходит активное становление самосознания, поиск ответа на вопросы «Кто я?» и «Каков мой потенциал?». Этот процесс, часто драматичный и противоречивый, является краеугольным камнем для осознанного выбора. Подросток примеряет на себя различные социальные роли, в том числе и профессиональные, в учебной деятельности, кружках, фантазиях. Важно, что сенситивный период предполагает не просто интерес к профессиям, а глубокую личностную включенность в процесс поиска своего «места в мире». Эмоциональная насыщенность этого поиска одновременно является его двигателем и фактором риска, так как неудачи или давление могут привести к разочарованию и пассивности.

Социальная ситуация развития диктует необходимость совершения первоначального выбора. Учебная деятельность начинает приобретать черты осознанной подготовки к будущему, а требования общества в лице родителей и школы к определению образовательной траектории становятся все более конкретными. Таким образом, внутренняя готовность к самоопределению встречается с внешним социальным запросом, создавая «кризис выбора», разрешение которого и есть задача возраста.

Стоит отметить, что сенситивность не означает автоматического, легкого формирования готового профессионального плана. Напротив, это время повышенной уязвимости и подверженности влияниям. Неадекватная

самооценка, недостаток достоверной информации о мире профессий и рынке труда, внутренние конфликты и давление авторитетных фигур могут исказить процесс, привести к случайному, несамостоятельному или иллюзорному выбору.

Следовательно, психологическая характеристика подросткового возраста как сенситивного периода подчеркивает наличие уникального, но ограниченного во времени «окна возможностей». В это время создается оптимальное сочетание психологических предпосылок – развивающегося абстрактного мышления, потребности в самореализации, поиска идентичности и социальной активности – для начала глубокой внутренней работы по профессиональному самоопределению. Задача взрослого сообщества (педагогов, психологов, родителей) заключается не в навязывании готовых решений, а в грамотном сопровождении этого процесса: расширении информационного поля, создании пространства для безопасного пробования сил в различных видах деятельности и поддержке рефлексии, помогающей подростку связать свои растущие способности с контурами будущего. Упущение этого периода ведет к тому, что фундаментальный жизненный выбор будет совершаться в более поздние сроки, зачастую без той энергии поиска и личностной включенности, которые свойственны сенситивной фазе, что может обернуться отсутствием мотивации, разочарованием в профессии и необходимостью болезненной коррекции пути в зрелые годы.

## **Выводы по Главе 1**

Психолого-педагогическое сопровождение трактуется в научной литературе неоднозначно, но в целом сводится к комплексной поддержке личности в процессе развития, обучения и социализации; ключевая особенность сопровождения – сохранение максимальной свободы и ответственности личности в процессе принятия решений; сопровождение включает диагностику, организацию развивающей среды, работу с семьёй и

педагогами, коррекционную работу; основная цель – содействие саморазвитию, саморегуляции и самоактуализации личности.

Самоопределение – многогранный процесс формирования личностью своих ценностных ориентаций, жизненных стратегий и идентичности.

Профессиональное самоопределение – активный, продолжительный процесс выбора профессии, основанный на внутренних психологических предпосылках.

Структура и этапы профессионального самоопределения: процесс включает осознание профессиональных интересов, профессиональное обучение, адаптацию и реализацию в трудовой деятельности; выделяется несколько стадий выбора профессии (от фантазийной до этапа профессионализации); развитие функции планирования продолжается и после школьного возраста, поэтому к моменту окончания школы профессиональное самоопределение не всегда завершено.

Факторы, влияющие на профессиональное самоопределение подростков: субъективные (интересы, темперамент, способности, характер); объективные (уровень подготовки, состояние здоровья, информированность о мире профессий); социальные (окружение, семейные условия, уровень образования родителей).

Особенности подросткового возраста как сенситивного периода для профессионального самоопределения: когнитивные предпосылки: достижение стадии формальных операций (по Ж. Пиаже), способность к гипотетическому мышлению, построению прогнозов; личностные особенности: развитие рефлексии и самосознания (Л.С. Выготский), поиск идентичности, стремление к самореализации; социальные факторы: интимно-личностное общение со сверстниками (Д.Б. Эльконин), влияние референтной группы, требования общества и семьи к определению образовательной траектории; ведущие виды деятельности: общественно полезная деятельность (Д.И. Фельдштейн), проектная деятельность (К.Н. Поливанова), социально-психологическое экспериментирование (Г.А. Цукерман).

Роль психолого-педагогического сопровождения в профессиональном самоопределении подростков: расширение информационного поля (знакомство с миром профессий, рынком труда); создание условий для проб сил в разных видах деятельности; поддержка рефлексии, помогающей связать способности с контурами будущего; помощь в преодолении кризиса выбора, разрешении внутренних конфликтов; формирование адекватной самооценки, реалистичного представления о своих возможностях.

Подростковый возраст представляет собой уникальный, но ограниченный во времени период, когда складывается оптимальное сочетание психологических предпосылок для начала глубокой внутренней работы по профессиональному самоопределению. Эффективное психолого-педагогическое сопровождение в этот период является залогом осознанного и успешного выбора профессионального пути в будущем. Упущение этого сенситивного периода может привести к снижению мотивации, разочарованию в профессии и необходимости коррекции жизненного пути в более зрелом возрасте.

## **ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ПОДРОСТКОВ**

### **2.1. Организация и методы исследования**

Эмпирическое исследование было организовано и проведено с целью анализа психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения в подростковом возрасте.

Исследование проводилось на базе общеобразовательной школы.

В исследовании приняли участие 60 учащихся 9-х классов, что является репрезентативной выборкой для данной возрастной категории, находящейся на этапе первичного профессионального выбора. Выборка была разделена на две равные группы по 30 человек:

Экспериментальная группа (ЭГ, n=30). Учащиеся, получавшие в течение учебного года целенаправленное психолого-педагогическое сопровождение в рамках комплекса мероприятий по профессиональному самоопределению (система классных часов, тренингов, диагностики и индивидуальных консультаций).

Контрольная группа (КГ, n=30). Учащиеся, обучавшиеся по стандартной учебной программе без включения в указанную целевую программу сопровождения.

Исследование проводилось в три этапа.

1) Констатирующий этап. Проведение первичной диагностики в обеих группах для определения исходного уровня профессиональных интересов и мотивации выбора профессии.

2) Формирующий этап. Реализация комплекса мероприятий психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения в экспериментальной группе.

3) Контрольный этап. Повторная диагностика в обеих группах для выявления динамики и оценки эффективности проведенной работы посредством сравнительного анализа результатов ЭГ и КГ.

Для реализации поставленных задач и получения комплексной картины профессионального самоопределения подростков был использован пакет взаимодополняющих психодиагностических методик, позволяющих оценить как содержательные предпочтения, так и мотивационную основу выбора.

Дифференциально-диагностический опросник (ДДО) Е.А. Климова. Цель применения: Определение устойчивой склонности испытуемых к одному из пяти типов профессий, классифицируемых по предмету труда: «человек – природа», «человек – техника», «человек – человек», «человек – знаковая система», «человек – художественный образ» [15].

Тест-опросник для определения типа профессиональной направленности личности (модификация методики Дж. Голланда). Цель применения: Уточнение и детализация профессиональных предпочтений через соотнесение личности с одним или несколькими из шести типов профессиональной среды: реалистический (R), интеллектуальный (I), социальный (S), конвенциональный (C), предприимчивый (E), артистический (A).

Методика «Мотивы выбора профессии» (Р.В. Овчаровой). Цель применения: Диагностика ведущих мотивов, которыми руководствуется подросток при выборе будущей профессии. Методика дифференцирует мотивы на четыре группы: внутренние индивидуально значимые, внутренние социально значимые, внешние положительные и внешние отрицательные.

Полученные количественные данные подвергались математико-статистической обработке. Использовались методы описательной статистики (подсчет процентных соотношений, средних значений) и сравнительного анализа (сравнение процентных долей между группами) для выявления значимых различий и формулирования выводов.

Таким образом, организация исследования, построенная на принципах сравнительного анализа экспериментальной и контрольной групп, и применение комплекса методик, направленных на диагностику профессиональных интересов и мотивации, обеспечили валидность и надежность полученных эмпирических данных.

## **2.2. Анализ и интерпретация результатов диагностики готовности подростков к профессиональному выбору**

Рассмотрим результаты по методике ДДО (модификация А.А. Азбель). В исследовании участвовали 60 девятиклассников (30 человек в контрольной группе и 30 – в экспериментальной). Методика позволила выявить структуру профессиональных склонностей подростков по пяти типам профессий Е.А. Климова. Результаты показывают общую картину недифференцированности и незрелости профессиональных предпочтений, что является возрастной нормой, но также демонстрируют специфические групповые особенности.

У большинства подростков в обеих группах наблюдается средний уровень выраженности склонностей (6-8 баллов) ко всем пяти типам профессий. Это указывает на то, что у значительной части выборки (43-80% в зависимости от типа) профессиональные интересы находятся в стадии становления, четкого «пика» предпочтений нет.

Для проведения качественного анализа результатов диагностики по типам профессий мы рассмотрим распределение долей учащихся по уровням склонностей (от яркого интереса до явного отторжения).

### **1. Тип «Человек – Человек» (социальные профессии)**

В обеих группах преобладает средний уровень выраженности склонности (по 33%). В ЭГ наблюдается полное отсутствие ярко выраженной склонности (0%), при этом 13% учащихся активно отвергают этот тип деятельности, что выше показателей КГ (7%). Большинство школьников воспринимают работу с природой как вспомогательную или не рассматривают

её как карьерную перспективу. Отказ от данного типа у значительной части ЭГ может указывать на прагматичный подход, где природа рассматривается скорее как зона отдыха, а не сфера приложения профессиональных усилий.

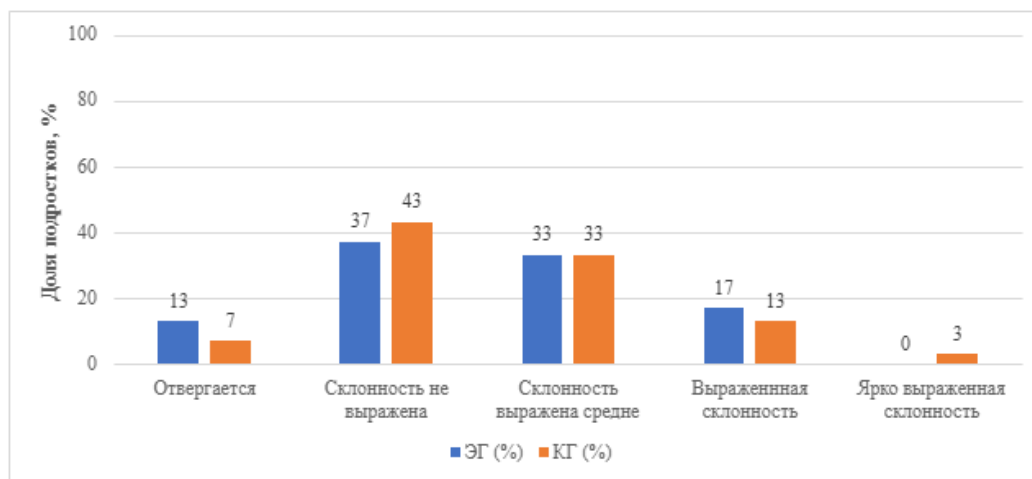


Рис. 1. Результаты распределения выраженности к работе с типом «человек – человек» по методике ДДО (модификация А.А. Азбель).

## 2. Тип «Человек – Техника» (технические профессии)

ЭГ демонстрирует чуть более высокую долю «ярко выраженных» (7% против 3% в КГ) и «выраженных» (13% против 10%) интересов. Однако показатель активного отверждения в ЭГ выше (17%) по сравнению с КГ (13%). Тип «Техника» вызывает полярную реакцию. Часть подростков отчетливо видит себя в инженерно-технических или рабочих профессиях, в то время как существенный процент учеников демонстрирует выраженную антипатию к технической деятельности, предпочитая более гуманитарные или знаковые сферы.

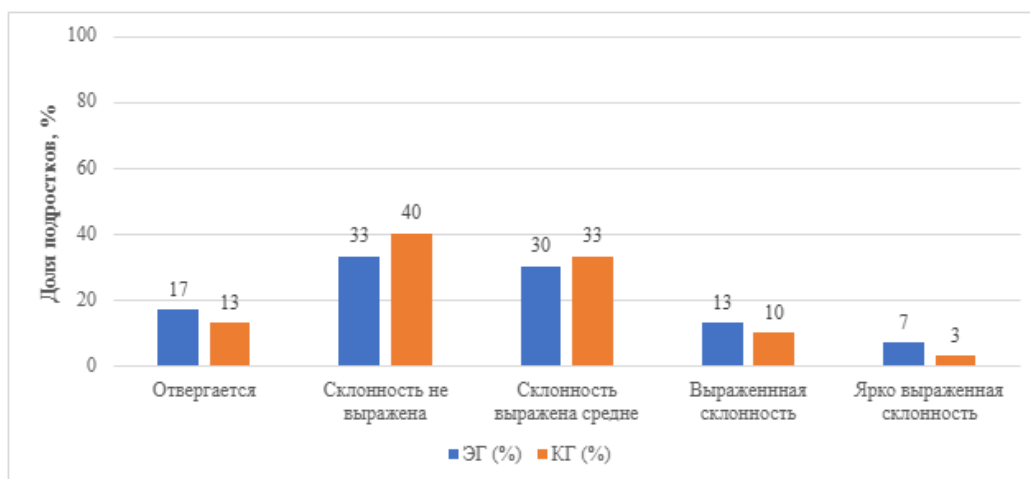


Рис. 2. Результаты распределения выраженности к работе с типом «человек – техника» по методике ДДО (модификация А.А. Азбель).

### 3. Тип «Человек – Природа» (биологические и экологические профессии)

Это наиболее привлекательный тип профессий для выборки. В ЭГ 20% учащихся имеют «ярко выраженную» или «выраженную» склонность (в сумме), что превосходит показатели КГ (13%). Уровень «средней выраженности» одинаков в обеих группах (43%). Девятиклассники проявляют активный интерес к коммуникативным профессиям. Высокая доля среднего и высокого уровня интереса подтверждает, что сфера взаимодействия с людьми является наиболее понятной и востребованной для подростков, что требует акцента на развитии навыков делового общения в рамках профориентационной работы.

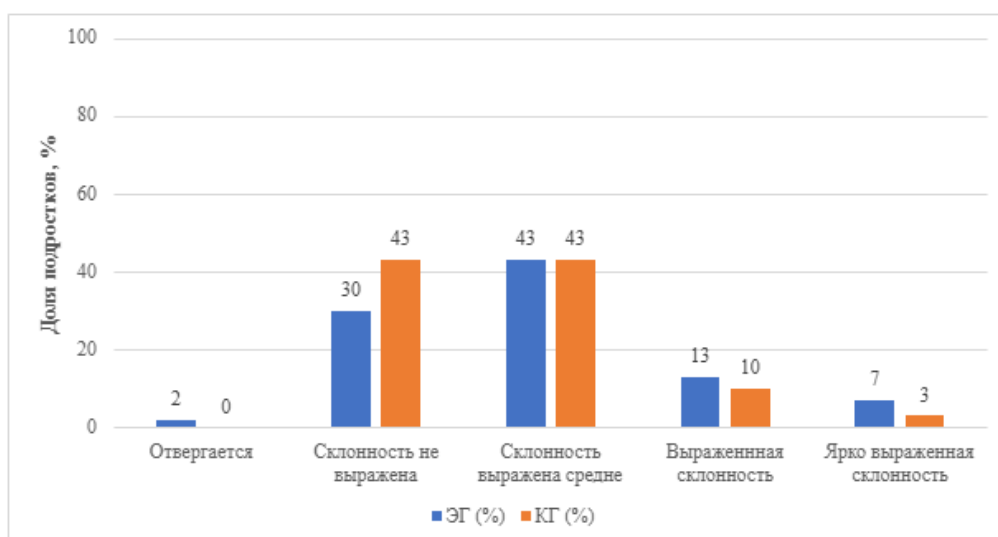


Рис. 3. Результаты распределения выраженности к работе с типом «человек – природа» по методике ДДО (модификация А.А. Азбель).

#### 4. Тип «Человек – Знаковая техника, знаковый образ»

Ярко выраженных склонностей не выявлено ни в одной из групп. Работа с текстами, кодами и базами данных осознается подростками как некий «инструментальный» навык, необходимый для среднего уровня успешности, но редко становится доминантой профессионального призвания. Это может быть связано с тем, что в 9 классе абстрактное мышление находится в стадии активного формирования, и интерес к знаковым системам еще может трансформироваться.

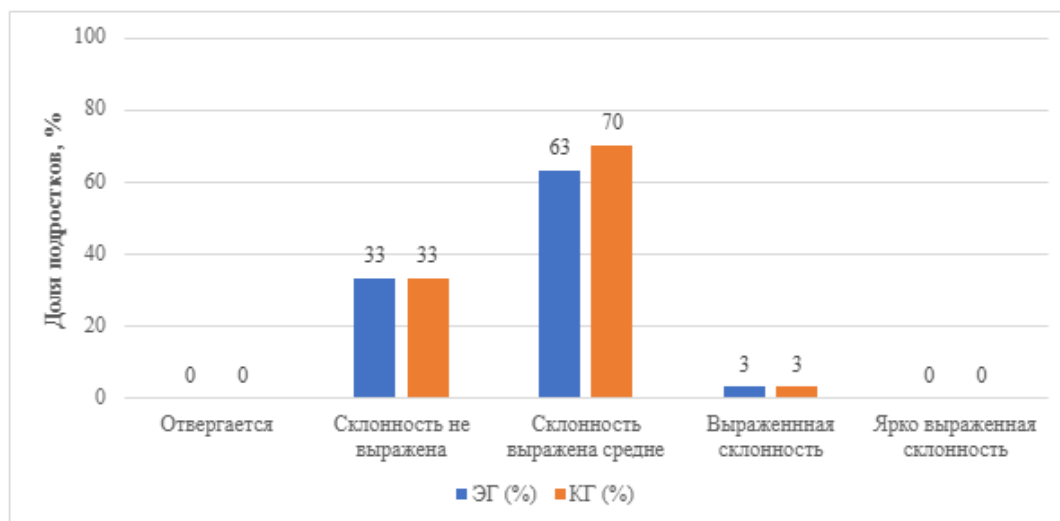


Рис. 4. Результаты распределения выраженности к работе с типом «человек – знаковая техника, знаковый образ» по методике ДДО (модификация А.А. Азбель).

#### 5. Тип «Человек – художественный образ»

Данный тип характеризуется полным отсутствием «ярко выраженной» склонности. Основная масса учащихся (73-80%) демонстрирует средний уровень интереса, а около 20-27% склонность не выражена вовсе. Творческая сфера воспринимается учащимися как область дополнительного интереса или хобби. Отсутствие ярко выраженных предпочтений говорит о том, что для данных подростков профессия – это чаще социальный статус или технический навык, а не самовыражение через художественные образы.

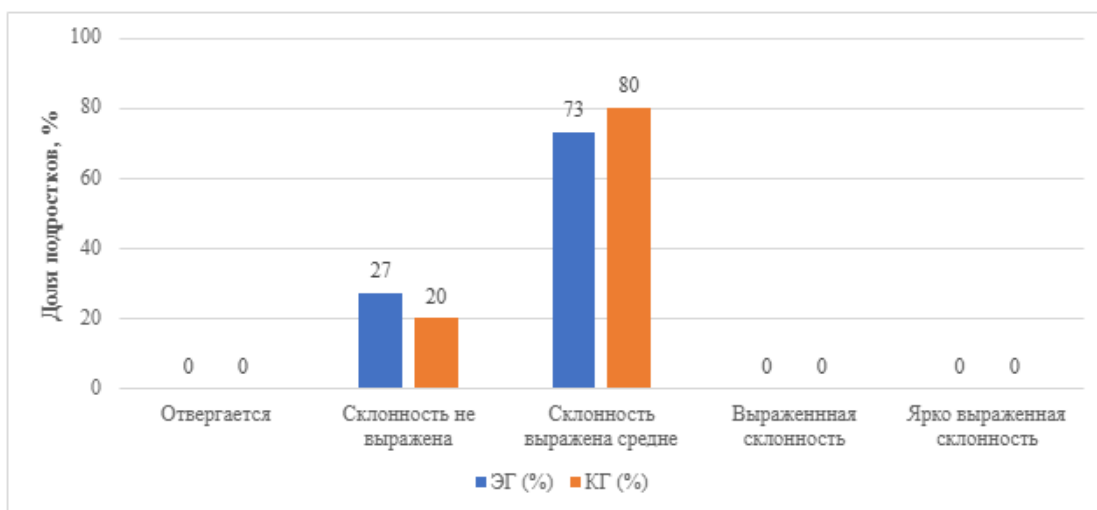


Рис. 5. Результаты распределения выраженности к работе с типом «человек – художественный образ» по методике ДДО (модификация А.А. Азбель).

Таким образом, у большинства подростков выявлен «средний уровень» склонностей по большинству типов. Это означает, что для данной выборки наиболее эффективными будут профессии междисциплинарного характера (например, менеджер в сфере высоких технологий, дизайнер в архитектуре, где сочетаются техника и художественный образ). В каждой группе есть процент учащихся с активным отвержением определенных предметов труда. При индивидуальном консультировании крайне важно не допускать «давления» родителей в сторону отвергаемых ребенком областей, чтобы избежать профессиональной дезадаптации в будущем. ЭГ показывает чуть более амбициозные результаты по типам «Человек-Техника» и «Человек-Человек», что может свидетельствовать об успешности первичной профориентационной работы, которую стоит продолжать, делая упор на специфику профессионального обучения в этих отраслях.

Далее рассмотрим результаты по тест-опроснику для определения типа профессиональной направленности личности (модификация методики Дж. Голланда). Результаты диагностики профессиональной направленности по методике Голланда (в модификации) для учащихся 9-х классов (экспериментальная и контрольная группы, 30 человек в каждой) показывают, что у подростков формируются достаточно четкие профессиональные предпочтения - Рис.6.

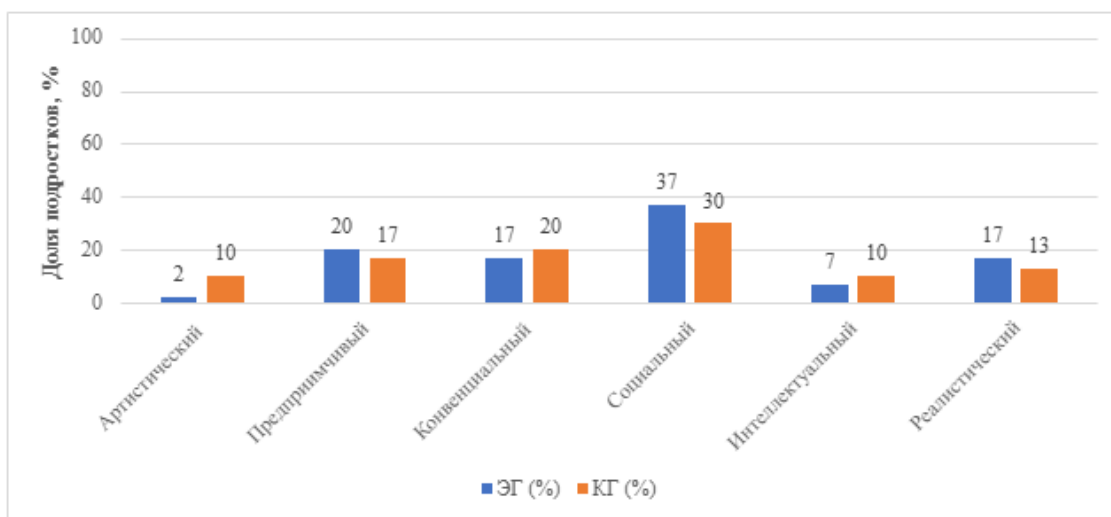


Рис. 6. Результаты распределения по типам профессиональной направленности личности по тест-опроснику для определения типа профессиональной направленности личности (модификация методики Дж. Голланда)

*Примечание. Проценты в каждой группе (КГ и ЭГ) приведены для наглядности распределения предпочтений и в сумме по столбцу не равны 100%, так как методика Голланда выявляет доминирующие типы, а не полное распределение.*

Результаты методики Голланда логически согласуются с данными по классификации ДДО. Преобладающая ориентация на тип «Человек-Человек» в первой методике нашла свое выражение в высоких показателях Социального (S) и Предприимчивого (E) типов в методике Голланда.

В обеих группах отчетливо видна тенденция к выбору профессий, связанных с практической деятельностью (Реалистический тип) и взаимодействием с людьми (Социальный и Предприимчивый типы). Это указывает на формирование у большинства учащихся ценностей, связанных с конкретной результативной работой и социальной активностью.

Показатели Артистического (A) и Интеллектуального (I) типов являются самыми низкими, что полностью соответствует данным ДДО об отсутствии ярко выраженного интереса к «Художественному образу» и «Природе», а также о среднем уровне интереса к «Знаковым системам». Это может свидетельствовать либо о недостаточной развитости творческих и исследовательских навыков в данной возрастной группе, либо о социально-

экономических факторах, формирующих более прагматичные карьерные ожидания.

Социальная направленность (S). В ЭГ процент учащихся с данным типом существенно выше (37% против 30% в КГ). Это может быть одним из ключевых эффектов проведенной работы (например, профориентационных мероприятий), которая способствовала усилению интереса к профессиям, связанным с помощью, обучением, обслуживанием других людей. ЭГ демонстрирует более выраженное стремление к социально значимой деятельности.

Реалистическая направленность (R). Разница также в пользу ЭГ (17% против 13%). Это согласуется с данными ДДО, где в ЭГ был чуть выше процент выраженной склонности к работе с техникой. Возможно, в ЭГ были проведены мероприятия (экскурсии, мастер-классы), которые позволили учащимся более конкретно оценить свои возможности и интересы в практической, технической области.

Предприимчивая направленность (E). Показатель в ЭГ также выше (20% против 17%). Это может указывать на то, что мероприятия в ЭГ не только развивали социальные интересы, но и показывали возможности для лидерства, управления, предпринимательской активности в социальных и других сферах.

Артистическая направленность (A). Наблюдается значительная разница между группами (2% в ЭГ против 10% в КГ). Это один из самых интересных результатов. Крайне низкий показатель в ЭГ (2%).

Конвенциональная направленность (C) и Интеллектуальная направленность (I). Показатели в обеих группах близки и находятся на среднем или ниже среднего уровне. Это отражает нейтральное отношение к четко структурированной канцелярской работе (C) и к глубокой исследовательской деятельности (I), выявленное в методике ДДО. Различия между группами здесь минимальны, что говорит о том, что работа с документами и фундаментальная наука не являются приоритетными областями для данной выборки в целом.

Таким образом, для обеих групп ведущими профессиональными типами являются Социальный (S) и комплекс Реалистический (R) + Предприимчивый (E). Это формирует профиль современного подростка, ориентированного на коммуникацию, практическую пользу и социальную активность/лидерство. В ЭГ наблюдается усиление профиля, связанного с социальной активностью и практической реализацией (рост S, R, E) и значительное снижение интереса к творческой, нерегламентированной деятельности (падение A). Это может свидетельствовать о том, что проведенная работа сделала профессиональные предпочтения учащихся более социально-ориентированными, прагматичными и конкретными. Для большинства учащихся данной выборки рекомендуются профессии из сферы образования, медицины, социальной работы, сервиса, торговли (S), а также из области техники, инженерии, производства, ремесел (R). Для части учащихся, сочетающих S и E, подойдут профессии, связанные с менеджментом, руководством, предпринимательством, политикой или правом. Сферы фундаментальной науки, искусства и узко специализированной канцелярской работы являются малопривлекательными. Резкий спад артистического типа в ЭГ требует отдельного внимания. Необходимо понять, является это следствием направленного воздействия (и тогда это может быть и положительным результатом – более четкая фокусировка), либо это побочный эффект, который потенциально ограничивает творческий потенциал и разнообразие профессионального выбора группы. Возможно, требуется дополнительная работа по поддержанию баланса между прагматичными и творческими карьерными путями.

Далее рассмотрим результаты по методике «Мотивы выбора профессии» (Р.В. Овчаровой) Рис.7. Результаты показывают существенные различия в мотивационной структуре учащихся экспериментальной и контрольной групп. Это логично согласуется с выводами предыдущих методик: ЭГ проявляет признаки более продуманного, осознанного и внутренне обусловленного выбора профессии.

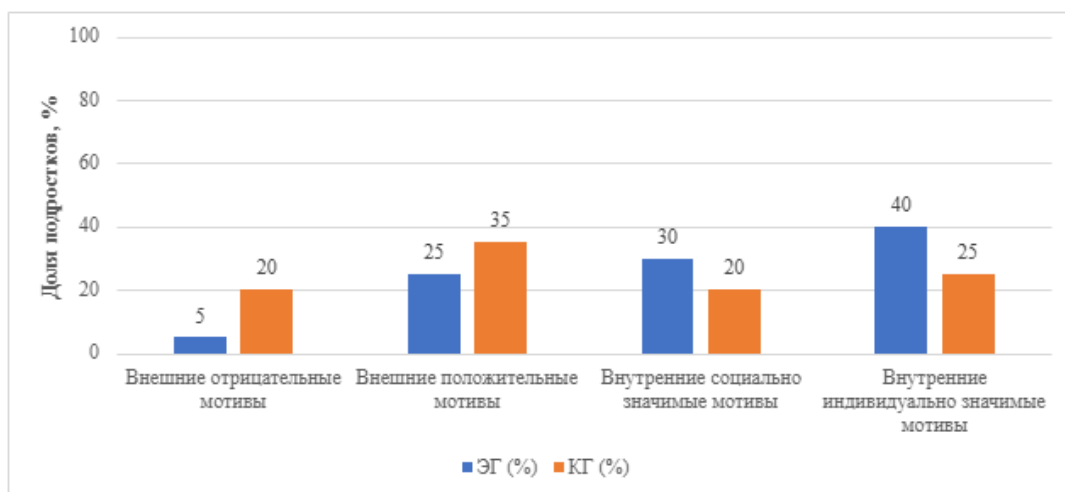


Рис. 7. Результаты распределения по мотивам выбора профессии по методике «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчаровой

### 1. Внутренние индивидуально значимые мотивы

КГ 25% (низкий уровень). Учащиеся этой группы выбирают профессии больше под влиянием внешних факторов. Их личные интересы, склонности, удовольствие от творческого характера работы не являются ведущими. ЭГ 40% (высокий уровень). Это самый значительный показатель в группе. Учащиеся ЭГ в первую очередь ориентируются на собственные интересы, стремление к самореализации и занятия деятельностью, которая им внутренне интересна. Это указывает на более высокий уровень профессионального самопознания и осознанности.

### 2. Внутренние социально значимые мотивы

КГ 20% (средний уровень). Социальная значимость профессии, возможность помогать другим или руководить людьми является мотивом для меньшей части группы. ЭГ 30% (высокий уровень). Этот результат напрямую связан с высокими показателями Социального типа по Голланду (37%). Для учащихся ЭГ важно, чтобы профессия была полезной обществу, давала возможность работать с людьми и вносить социальный вклад. Это свидетельствует о формировании ценностей социальной ответственности.

### 3. Внешние положительные мотивы

КГ 35% (ведущий мотив). Для этой группы главными факторами являются материальный стимул, престиж профессии, возможность карьерного

роста и одобрение окружающих. Выбор профессии осуществляется по принципу «что это мне даст». ЭГ 25% (средний уровень). Внешние положительные стимулы также важны для учащихся ЭГ, но они занимают подчиненное место относительно внутренних мотивов. Это более здоровая и устойчивая мотивационная структура, где профессия выбирается не только ради выгоды, но и ради интереса и смысла.

#### 4. Внешние отрицательные мотивы

КГ 20% (заметный уровень). Присутствует значительный процент учащихся, которые выбирают профессию под давлением (родителей, учителей, социальных норм) или чтобы избежать осуждения, неудачи («не знаю, что хочу, но надо что-то выбрать»). Это показатель низкой самостоятельности и высокой тревоги в ситуации выбора. ЭГ 5% (низкий уровень). Этот результат особенно важен. Практическое отсутствие отрицательных мотивов в ЭГ означает, что учащиеся практически не испытывают давления и стресса в процессе профессионального самоопределения. Их выбор более самостоятельный и свободный.

Таким образом, в контрольной группе (КГ) преобладает внешняя мотивация (суммарно 55%). Это типичная ситуация для подростков без глубокой профориентационной работы. Выбор профессии часто основан на ожиданиях родителей, популярных представлениях о «престижной» работе и стремлении к материальной обеспеченности. Значительная часть делает выбор под давлением или чтобы избежать неудачи. Внутренние мотивы занимают второстепенное место. В экспериментальной группе (ЭГ) преобладают внутренние мотивы (суммарно 70%). Это наиболее продуктивная мотивационная структура для долгосрочной удовлетворенности профессией и высокой производительности труда. Учащиеся ЭГ выбирают профессии, исходя из собственных интересов (40%) и желания быть полезными (30%). Они практически не испытывают негативного давления (5%) и понимают ценность материальных стимулов, но не ставят их в центр своего выбора (25%).

Проведенное исследование (методики ДДО Е.А. Климова, профессиональной направленности Дж. Голланда и мотивов выбора профессии Р.В. Овчаровой) позволило выявить значимые различия в структуре профессиональных интересов, направленности и мотивации между контрольной (КГ) и экспериментальной (ЭГ) группами учащихся 9-х классов.

Полученные результаты не только констатируют текущее состояние профессионального самоопределения подростков, но и четко обозначают «зоны роста» и проблемные точки, на которые должно быть направлено сопровождение.

### **2.3. Комплекс мероприятий по психолого-педагогическому сопровождению профессионального самоопределения в подростковом возрасте**

На основании результатов диагностики готовности к профессиональному выбору была разработан комплекс мероприятий по психолого-педагогическому сопровождению профессионального самоопределения подростков.

При разработке комплекса учитывались научные подходы и методики следующих авторов. Дж. Голланд – теория профессиональных типов личности (реалистический, исследовательский, артистический, социальный, предприимчивый, конвенциональный). Е.А. Климов – дифференциально-диагностический опросник (ДДО), концепция профессионального самоопределения. Л.М. Митина – концепции профессионального развития и самоопределения личности. Н.С. Пряжников – методики активизации профессионального самоопределения, игровые и тренинговые технологии в профориентации [26]. Э.Ф. Зеер – психология профессионального становления, кризисы профессионального развития. И.В. Дубровина – основы школьной психологической службы, психолого-педагогическое сопровождение учащихся.

Результаты диагностики готовности подростков к профессиональному выбору выявили существенные различия между экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) группами. Учащиеся ЭГ демонстрируют более высокую осознанность выбора, социально-ответственную позицию и низкий уровень тревожности, что подтверждает эффективность целенаправленного психолого-педагогического сопровождения.

Вместе с тем выявлен дефицит интереса к творческим профессиям (Артистический тип, А), что может ограничивать спектр рассматриваемых вариантов. Мероприятия призваны: закрепить положительные тенденции, отмеченные в ЭГ; расширить представления подростков о профессиях, включая творческие направления; снизить тревожность и зависимость от внешних факторов при выборе профессии у учащихся КГ; сформировать внутреннюю мотивацию и навыки самостоятельного принятия решений.

Комплекс мероприятий по психолого-педагогическому сопровождению включает несколько модулей работы с разными субъектами образования:

Первый модуль: работа с подростками (основная часть, 18 часов).

Второй модуль: работа с родителями (4 часа).

Третий модуль: работа с педагогами (4 часа).

Комплекс мероприятий соответствует требованиям: ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; федерального проекта «Успех каждого ребёнка»; Постановления Минтруда РФ от 27.09.1996 № 1 «Об утверждении Положения о профессиональной ориентации и психологической поддержке населения в Российской Федерации».

**Цель комплекса** – сформировать у подростков 9-х классов осознанный, внутренне мотивированный и социально ориентированный подход к профессиональному самоопределению, расширить спектр рассматриваемых профессий (в т.ч. творческих направлений), а также создать единую поддерживающую среду для профессионального самоопределения подростков через вовлечение родителей и педагогов в процесс психолого-педагогического сопровождения.

### **Задачи комплекса:**

1. Познакомить учащихся с разнообразием профессий, их востребованностью и перспективами, включая творческие направления.
2. Развить у подростков навыки самопознания: выявление интересов, способностей, личностных качеств и их соотнесение с требованиями профессий.
3. Сформировать у подростков внутреннюю мотивацию выбора (личный интерес, социальная значимость) и снизить зависимость от внешних факторов (давление окружения, престиж).
4. Обучить учащихся алгоритмам принятия решений в ситуации профессионального выбора и работе с информацией о рынке труда.
5. Снизить уровень тревожности и стресса у подростков, связанных с выбором профессии и дальнейшего образовательного маршрута.
6. Разработать индивидуальный план профессионального самоопределения для каждого участника среди учащихся.
7. Повысить психолого-педагогическую компетентность родителей в вопросах профессионального самоопределения подростков: ознакомить с возрастными особенностями, типичными трудностями и эффективными стратегиями поддержки.
8. Обучить родителей конструктивным способам обсуждения профессионального выбора с подростками, помочь избежать давления и гиперопеки.
9. Повысить профессиональную компетентность педагогов в вопросах профориентации: ознакомить с психологическими особенностями профессионального самоопределения подростков и методами включения профориентационных элементов в учебный процесс.
10. Сформировать у педагогов навыки конструктивного взаимодействия с родителями по вопросам профессионального выбора подростков.

11. Создать условия для согласованного взаимодействия семьи и школы в поддержке профессионального самоопределения учащихся.

Комплекс ориентирован на три группы участников:

1. Учащиеся 9-х классов общеобразовательных школ (основная целевая группа), в т.ч. подростки с особыми образовательными потребностями (без интеллектуальных нарушений).

2. Родители (законные представители) учащихся 9-х классов.

3. Педагогические работники общеобразовательных организаций (классные руководители, учителя-предметники, социальные педагоги, педагоги-психологи).

Комплекс учитывает специфику каждой целевой группы и предусматривает дифференцированный подход к организации психолого-педагогического сопровождения, обеспечивая согласованность действий всех участников образовательного процесса для достижения наилучших результатов в профессиональном самоопределении подростков

Сроки и этапы реализации комплекса занятий с подростками

Объём комплекса – 18 часов (1 занятие в неделю по 1 ч 30 мин).

Этапы:

1. Подготовительный (1-2-е занятия). Диагностика интересов, мотивов и профессиональных склонностей (методика Голланда, ДДО Климова, опросник мотивации выбора профессии). Информирование учащихся и родителей о целях мероприятий.

2. Основной (3-16-е занятия). Реализация комплекса мероприятий по развитию осознанности выбора, расширению представлений о профессиях, формированию навыков принятия решений.

3. Заключительный (17-18-е занятия). Подведение итогов, рефлексия, разработка индивидуального плана профессионального самоопределения. Итоговая диагностика.

Таблица 1

## Учебно-тематический план комплекса мероприятий

№	Модуль и тема занятия	Цели и задачи	Формы работы	Продолжительность
1	2	3	4	5
<b>Модуль 1. Работа с подростками (18 часов)</b>				
1	Вводное занятие «Мой выбор – моё будущее»	Познакомить с комплексом, сформировать мотивацию к участию. Провести первичную диагностику интересов и мотивов (методика Голланда, опросник мотивации)	Мини-лекция, групповое обсуждение, тестирование	1 ч 30 мин
2	Мир профессий: от реалистического к артистическому	Расширить представления о профессиях разных типов (R, I, A, S, E, C), в т.ч. творческих. Развенчать стереотипы	Интерактивная лекция, видеопрезентация, мозговой штурм «Необычные профессии»	1 ч 30 мин
3	Мои интересы и способности	Выявить профессиональные интересы, соотнести их с типами профессий по Голланду	Тестирование (ДКО Климова), самоанализ «Карта интересов», групповое обсуждение	1 ч 30 мин
4	Мотивы выбора: что мной движет?	Проанализировать структуру мотивов, сформировать внутреннюю мотивацию (интерес, социальная значимость), снизить влияние внешних факторов	Работа в малых группах «Плюсы и минусы профессий», упражнение «Мой идеальный выбор»	1 ч 30 мин

Продолжение таблицы 1				
1	2	3	4	5
5	Профессии, которые меняют мир: социальная и предпринимательская направленность	Познакомить с профессиями социального (S) и предпринимчивого (E) типов, их общественной значимостью	Кейс-стади «Социальные проекты», мини-дебаты «Бизнес и общество»	1 ч 30 мин
6	Творчество как профессия: мифы и реальность	Расширить представления об артистическом типе (A), развеять стереотипы о «непрактичности» творческих профессий	Встреча с представителями творческих профессий, мастер-класс, дискуссия	1 ч 30 мин
7	Рынок труда сегодня: спрос и перспективы	Познакомить с актуальными тенденциями рынка труда, востребованными профессиями, путями получения образования	Работа с интернет-ресурсами (портал «Работа России»), групповое задание «Прогноз на 5 лет»	1 ч 30 мин
8	Самооценка и профессиональное самоопределение	Развить адекватную самооценку, соотнести свои качества с требованиями профессий	Тест «Профессиональные качества», упражнение «Мои сильные стороны», рефлексия	1 ч 30 мин
9	Алгоритм принятия решения: как выбрать профессию	Обучить пошаговому анализу вариантов, оценке рисков и возможностей	Ролевая игра «Советчик», работа с бланком «Плюс-минус-интересно»	1 ч 30 мин
10	Стресс и выбор: как справиться с тревожностью	Снизить тревожность, связанную с профессиональным выбором, обучить техникам саморегуляции	Тренинговые упражнения «Дыхание спокойствия», «Визуализация успеха», групповая дискуссия	1 ч 30 мин
11	Образование и карьера: пути достижения цели	Познакомить с образовательными маршрутами, требованиями к поступлению	Мини-лекция, работа с каталогами учебных заведений, квест «Найди свой путь»	1 ч 30 мин

Продолжение таблицы 1				
1	2	3	4	5
12	Индивидуальный план профессионального самоопределения	Сформировать навыки планирования, закрепить полученные знания	Индивидуальная работа с «Картой профессионального маршрута», презентация планов в группе	1 ч 30 мин
13-17	Практикум «Проба профессии»	Дать опыт погружения в профессии разных типов через мини-пробы	Профессиональные пробы (мастер-классы, виртуальные симуляторы, встречи с экспертами) по направлениям R, S, E, A	5 занятий по 1 ч 30 мин (всего 7 ч 30 мин)
18	Итоговое занятие «Мой шаг в профессию»	Подвести итоги, закрепить уверенность в выборе, получить обратную связь	Презентация индивидуальных планов, рефлексивный круг «Что я понял о себе», итоговая диагностика (методика Голланда, опросник мотивации)	1 ч 30 мин
<b>Модуль 2. Работа с родителями (4 часа)</b>				
19	Роль семьи в профессиональном самоопределении подростка	Ознакомить родителей с особенностями профессионального выбора в подростковом возрасте, ролью семьи в поддержке осознанного выбора	Лекция, дискуссия, разбор кейсов («Подросток хочет стать блогером, а родители видят его врачом» и др.)	1 ч 30 мин
20	Как говорить с подростком о профессиях: стратегии поддержки	Обучить родителей эффективным способам обсуждения профессионального выбора, помочь избежать давления и гиперопеки	Тренинг коммуникативных навыков, ролевые игры («Разговор о профессиях: успешный и неуспешный вариант»), обсуждение типичных фраз, демотивирующих подростка	1 ч 30 мин

Продолжение таблицы 1				
1	2	3	4	5
21	Ресурсы для профориентации: где искать информацию?	Познакомить родителей с онлайн-ресурсами, программами профориентации, возможностями профессиональных проб	Практикум с использованием портала «Работа России», сайтов учебных заведений; обзор профориентационных онлайн-тестов и их интерпретация	1 ч
<b>Модуль 3. Работа с педагогами (4 часа)</b>				
22	Психологические особенности профессионального самоопределения подростков	Ознакомить педагогов с возрастными особенностями, типичными трудностями и ошибками в выборе профессии	Лекция, анализ кейсов («Подросток не может определиться с выбором», «Конфликт интересов: родители vs подросток»), групповое обсуждение «Какие факторы влияют на выбор профессии у современных подростков?»	1 ч 30 мин
23	Методы профориентационной работы в учебном процессе	Обучить педагогов включению профориентационных элементов в уроки и внеурочную деятельность	Мастер-класс «Профориентационные элементы на уроках математики, литературы, биологии и т. д.», разработка мини-проектов «Профессия в предмете», обмен опытом	1 ч 30 мин
24	Взаимодействие школы и семьи в профориентации	Сформировать у педагогов навыки конструктивного взаимодействия с родителями по вопросам профессионального выбора	Тренинг, моделирование ситуаций, разработка памятки для родителей, обсуждение стратегий поддержки профессионального самоопределения учащихся	1 ч

## Методы и технологии

1) Диагностические: методика Голланда, дифференциально-диагностический опросник (ДДО) Е.А. Климова, опросники мотивации, самооценки.

2) Интерактивные: мозговой штурм, кейс-стади, ролевые и деловые игры, дискуссии, работа в малых группах.

3) Практические: профессиональные пробы, мастер-классы, встречи с представителями профессий, работа с интернет-ресурсами.

4) Тренинговые: упражнения на саморегуляцию, развитие коммуникативных навыков, принятие решений.

5) Рефлексивные: индивидуальные карты самоанализа, дневники профессионального самоопределения, рефлексивные круги.

## Ресурсы для реализации комплекса мероприятий

1) Кадровые: педагог-психолог, социальный педагог, классный руководитель, приглашённые эксперты (представители профессий, карьерные консультанты).

2) Материально-технические: кабинет для тренингов, мультимедийное оборудование, доступ в интернет, печатные материалы (бланки, буклеты), канцелярские принадлежности.

3) Информационные: портал «Работа России», сайты учебных заведений, профориентационные онлайн-тесты, видеоматериалы о профессиях.

## Ожидаемые результаты комплекса мероприятий

Для учащихся: расширение представлений о мире профессий, в т. ч. творческих; повышение осознанности и внутренней мотивации выбора; снижение тревожности и зависимости от внешних факторов; сформированный индивидуальный план профессионального самоопределения; навыки анализа информации, принятия решений, саморегуляции.

Для образовательной организации: повышение уровня готовности выпускников 9-х классов к профессиональному выбору; снижение числа

случаев ошибочного выбора профиля обучения или профессии; укрепление партнёрских связей с учебными заведениями и предприятиями.

#### Критерии оценки результативности комплекса мероприятий

Качественные: динамика мотивации (рост внутренних мотивов, снижение внешних и отрицательных); расширение спектра рассматриваемых профессий (в т. ч. артистического типа); уровень удовлетворённости мероприятиями (по результатам анкетирования); качество разработанных индивидуальных планов.

Количественные: не менее 85% участников демонстрируют положительную динамику по результатам итоговой диагностики; не менее 80% учащихся осознанно выбирают профиль обучения или профессию; снижение уровня тревожности (по данным опросника школьной тревожности) на 20 %.

Система контроля и мониторинга: текущая диагностика (тесты, анкеты, рефлексивные листы); промежуточный контроль (анализ групповых проектов, профессиональных проб); итоговая диагностика (сравнение данных первичной и итоговой диагностики); обратная связь от учащихся и родителей (анкетирование, индивидуальные консультации); аналитическая справка педагога-психолога с рекомендациями для дальнейшей работы.

Комплекс мероприятий создаёт условия для комплексного психолого-педагогического сопровождения подростков в период профессионального самоопределения.

Апробация комплекса проводилась в течение учебного года с учащимися 9-х классов. Занятия проходили 1 раз в неделю по 1 ч 30 мин.

Опишем как проходили занятия.

Занятие 1. «Мой выбор – моё будущее». На вводном занятии участники познакомились с целями комплекса, прошли первичную диагностику по методикам Голланда и опроснику мотивации выбора профессии. В ходе группового обсуждения подростки делились опасениями и ожиданиями от процесса профессионального самоопределения.

Занятие 2. «Мир профессий: от реалистического к артистическому». С помощью интерактивной лекции и видеопрезентации учащиеся познакомились с классификацией профессий по Голланду. В ходе мозгового штурма «Необычные профессии» подростки предлагали варианты нестандартных специальностей (например, гейм-дизайнер, арт-терапевт, эколог-урбанист).

Занятие 3. «Мои интересы и способности». Учащиеся прошли тестирование по ДДО Климова и заполнили «Карту интересов». В малых группах они обсуждали, какие профессии соответствуют их склонностям.

Занятие 4. «Мотивы выбора: что мной движет?». В ходе работы в малых группах «Плюсы и минусы профессий» и упражнения «Мой идеальный выбор» учащиеся анализировали структуру своих мотивов.

Занятие 5. «Профессии, которые меняют мир». Кейс-стади «Социальные проекты» и мини-дебаты «Бизнес и общество» позволили подросткам увидеть общественную значимость профессий социального и предпринимательского типов.

Занятие 6. «Творчество как профессия: мифы и реальность». Встреча с дизайнером и фотографом развеяла стереотипы о «непрактичности» творческих профессий. Мастер-класс по визуальному сторителлингу показал, как креативность сочетается с востребованными навыками.

Занятия 7-8. «Рынок труда сегодня» и «Самооценка». Работа с порталом «Работа России» и тест «Профессиональные качества» помогли учащимся соотнести свои способности с требованиями рынка.

Занятие 9. «Алгоритм принятия решения». Ролевая игра «Советчик» и работа с бланком «Плюс-минус-интересно» обучили подростков пошаговому анализу вариантов.

Занятия 10-11. «Стресс и выбор» и «Образование и карьера». Тренинговые упражнения на саморегуляцию и квест «Найди свой путь» снизили эмоциональное напряжение и познакомили с образовательными маршрутами.

Занятия 12-17. Практикум «Проба профессии». Мастер-классы по направлениям R (слесарные работы), S (волонтерство), E (бизнес-игра), A (арт-терапия) дали опыт погружения в профессии.

Занятие 18. «Мой шаг в профессию». На итоговом занятии учащиеся представили индивидуальные планы профессионального самоопределения, прошли повторную диагностику.

Работа с родителями была направлена на формирование у них компетенций, необходимых для поддержки подростков в процессе профессионального самоопределения. Комплекс предусматривал три тематических занятия общей продолжительностью 4 часа.

На первом занятии родители познакомились с психологическими особенностями подросткового возраста и спецификой профессионального выбора в 14-17 лет. В ходе лекции и дискуссии были раскрыты: типичные ошибки родителей (давление, навязывание выбора, игнорирование интересов подростка); стратегии эмоциональной поддержки; способы создания благоприятной атмосферы для обсуждения профессиональных планов.

Практический блок включал разбор кейсов – реальных ситуаций, с которыми сталкиваются семьи. Например, кейс «Подросток хочет стать блогером, а родители видят его врачом» позволил родителям проанализировать свои реакции и найти конструктивные подходы.

Второе занятие было посвящено развитию коммуникативных навыков. Родители: отработали техники активного слушания и эмпатии; научились задавать открытые вопросы, помогающие подростку осознать свои интересы; освоили способы конструктивной обратной связи без критики и сравнения с другими.

В рамках тренинга проводились ролевые игры, где родители проигрывали успешные и неуспешные варианты разговора о профессиях. Это позволило им на практике увидеть, какие фразы поддерживают подростка, а какие демотивируют.

Заключительное занятие носило практический характер. Родители: познакомились с онлайн-ресурсами для профориентации (портал «Работа России», сайты учебных заведений, профориентационные тесты); отработали навыки поиска актуальной информации о рынке труда и востребованных профессиях; получили рекомендации по организации профессиональных проб и экскурсий.

Практикум включал работу с реальными ресурсами: родители искали информацию о конкретных профессиях, анализировали образовательные маршруты, интерпретировали результаты онлайн-тестов. По итогам занятия каждый участник получил список полезных ресурсов и инструкцию по их использованию.

Работа с педагогами была нацелена на повышение их профессиональной компетентности в вопросах профориентации и формирование навыков взаимодействия с родителями. Комплекс мероприятий включал три занятия общей продолжительностью 4 часа.

На первом занятии педагоги: углубили знания о возрастных особенностях подростков и механизмах профессионального выбора; разобрали типичные трудности и ошибки, с которыми сталкиваются учащиеся; познакомились с методами диагностики профессиональных интересов и склонностей.

В ходе анализа кейсов («Подросток не может определиться с выбором», «Конфликт интересов: родители или подросток») педагоги выработали стратегии поддержки учащихся в сложных ситуациях. Групповое обсуждение позволило выявить ключевые факторы, влияющие на выбор профессии у современных подростков.

Второе занятие было посвящено практическим методам включения профориентационных элементов в уроки и внеурочную деятельность. Педагоги: познакомились с интерактивными методами профориентации (деловые игры, кейсы, проекты); разработали профориентационные задания

для разных предметов (например, «Математик в IT», «Биолог в медицине»); обменялись опытом проведения профориентационных мероприятий в школе.

Мастер-класс показал, как можно интегрировать профориентацию в уроки математики, литературы, биологии и других дисциплин. Участники создали мини-проекты, которые могли сразу применить на практике.

Заключительное занятие было направлено на формирование навыков конструктивного взаимодействия с родителями. Педагоги: разобрали типичные конфликты между школой и семьёй в вопросах выбора профессии; освоили методы информирования родителей о профориентационной работе школы; разработали памятку для родителей с рекомендациями по поддержке профессионального самоопределения подростка; смоделировали ситуации общения с родителями, отработали аргументацию и способы разрешения разногласий.

Реализация модулей для родителей и педагогов позволила создать единую поддерживающую среду для профессионального самоопределения подростков. Согласованные действия семьи и школы обеспечили: снижение тревожности у подростков за счёт понимания и поддержки со стороны значимых взрослых; расширение спектра рассматриваемых профессий, включая творческие направления; повышение осознанности и внутренней мотивации выбора; формирование у учащихся навыков самостоятельного принятия решений.

Такой комплексный подход способствовал достижению целей комплекса и обеспечил долгосрочный эффект в профессиональном развитии подростков.

#### **2.4. Анализ результативности комплекса мероприятий профессионального самоопределения в подростковом возрасте**

Результаты повторной диагностики после реализации комплекса мероприятий свидетельствуют о существенном изменении структуры

профессиональной мотивации у учащихся экспериментальной группы - Рис.8. В то время как в контрольной группе (КГ), не участвовавшей в комплекса мероприятий, показатели остались неизменными (что подтверждает стабильность измеряемых характеристик), в экспериментальной группе (ЭГ) произошли качественные позитивные сдвиги.

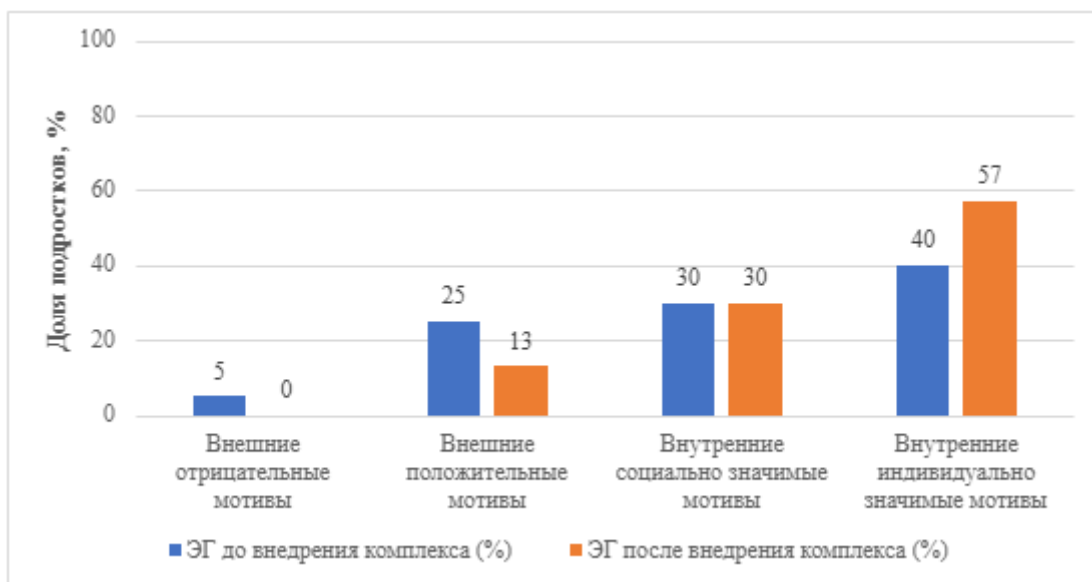


Рис. 8. Результаты повторной диагностики распределения по мотивам выбора профессии по методике «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчаровой

Произошел резкий рост внутренних индивидуально значимых мотивов (с 40% до 57%, +17%). Практически у трети группы произошла переориентация с внешних стимулов на внутренние потребности. Учащиеся стали в большей степени руководствоваться личным интересом, склонностями и удовлетворением от творческого характера будущей деятельности. Данный результат напрямую связан с такими занятиями, как «Мои интересы и способности», «Самооценка и профессиональное самоопределение», которые способствовали рефлексии и самопознанию.

Сохранение высокого уровня внутренних социально значимых мотивов (стабильно 30%). Несмотря на общую перестройку мотивационной структуры, социальная составляющая профессионального выбора осталась значимой. Учащиеся продолжают ценить общественную значимость профессии, возможность приносить пользу, что особенно важно для социального здоровья

общества. Этому способствовали занятия «Профессии, которые меняют мир» и практикумы, где подчеркивалась социальная роль различных профессий.

Существенное снижение внешних положительных мотивов (с 25% до 13%, -12%). Уменьшилась ориентация на материальный стимул, престиж и внешнее одобрение как основные факторы выбора. Это свидетельствует о том, что занятия помогли учащимся переоценить ценностные приоритеты и сместить акцент с внешних атрибутов профессии на ее содержательную сторону.

Полное устранение внешних отрицательных мотивов (с 5% до 0%). Исчезла мотивация, основанная на страхе, давлении, боязни осуждения. Это говорит о повышении психологической зрелости, уверенности в себе и способности к самостоятельному принятию решений, что особенно важно в контексте подросткового возраста. Такие результаты были достигнуты благодаря занятиям по снижению тревожности (занятие 10) и развитию навыков принятия решений (занятие 9).

Доля внутренних мотивов выросла с 70% до 87%, что соответствует психологически зрелой позиции профессионального самоопределения. Учащиеся перешли от ориентации на социальные ожидания и стереотипы к выбору, основанному на самоанализе и личных ценностях.

Далее рассмотрим результаты повторной диагностики по тест-опроснику для определения типа профессиональной направленности личности (модификация методики Дж. Голланда) Рис.9.

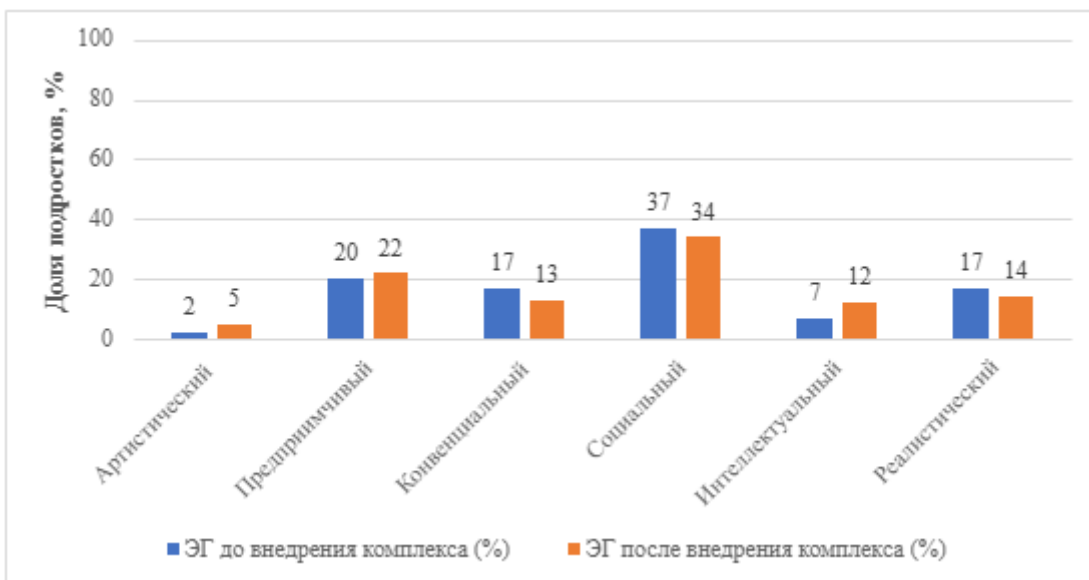


Рис. 9. Результаты повторной диагностики распределения по типам профессиональной направленности личности по тест-опроснику для определения типа профессиональной направленности личности (модификация методики Дж. Голланда)

*Примечание. Проценты в каждой группе (КГ и ЭГ) приведены для наглядности распределения предпочтений и в сумме по столбцу не равны 100%, так как методика Голланда выявляет доминирующие типы, а не полное распределение.*

В контрольной группе, где комплекс психолого-педагогического сопровождения не внедрялся, значительных изменений в профессиональной направленности не произошло. Показатели остались практически на прежнем уровне, что свидетельствует о естественной стабильности профессиональных предпочтений в подростковом возрасте без целенаправленного вмешательства.

Небольшой рост реалистического типа (с 13% до 15%) и конвенционального типа (с 20% до 21%) может объясняться влиянием внешних факторов – например, обсуждений в семье или школьных мероприятий по профориентации. Однако эти изменения не носят системного характера. Социальный тип незначительно снизился (с 30% до 28%), что может указывать на отсутствие целенаправленной работы по развитию социальной мотивации.

Интеллектуальный и артистический типы остались практически без изменений.

В экспериментальной группе, где был реализован комплекс мероприятий (Модуль 1, 18 часов), наблюдаются более заметные и качественные сдвиги.

Интеллектуальный тип вырос с 7% до 12%. Это говорит о том, что занятия, направленные на расширение кругозора о мире профессий, знакомство с научными и исследовательскими направлениями, а также практикум «Проба профессии» (включавший интеллектуальные профессиональные пробы), способствовали повышению интереса подростков к интеллектуальным профессиям. Подростки стали чаще задумываться о профессиях, связанных с наукой, исследованиями и аналитической работой.

Предприимчивый тип увеличился с 20% до 22%. Занятия «Профессии, которые меняют мир: социальная и предпринимательская направленность», мини-дебаты и кейс-стади по социальным проектам, а также ролевая игра «Советчик» помогли участникам раскрыть свои лидерские и организаторские способности. Подростки стали увереннее проявлять инициативу и интерес к управленческим и предпринимательским ролям.

Артистический тип вырос с 2% до 5%. Несмотря на то что исходный уровень был очень низким, мероприятия помогла развеять мифы о «непрактичности» творческих профессий. Мастер-классы, встречи с представителями творческих профессий и профессиональные пробы артистической направленности позволили подросткам открыть в себе творческий потенциал, о котором они ранее не задумывались.

Социальный тип незначительно снизился – с 37% до 34%. Однако это снижение не является негативным. Скорее всего, оно связано с тем, что после участия в мероприятиях подростки стали более реалистично оценивать свои склонности и способности, а не просто выбирать социальные профессии под влиянием стереотипов («хочу помогать людям»). Снижение показателя говорит о более осознанном и дифференцированном выборе.

Конвенциональный тип снизился с 17% до 13%. Это может объясняться тем, что занятия расширили представления подростков о более разнообразных, динамичных и творческих профессиях, снизив привлекательность шаблонных и строго регламентированных видов деятельности.

Реалистический тип снизился с 17% до 14%. В ходе профессиональных проб и обсуждений подростки, возможно, осознали, что практические профессии требуют не только физических навыков, но и определённых личностных качеств, к которым они оказались не готовы. Либо интерес сместился в сторону других типов.

Внедрение комплекса психолого-педагогического сопровождения способствовало перераспределению профессиональных предпочтений в экспериментальной группе в сторону более осознанного, дифференцированного и реалистичного выбора. Наиболее значимые положительные изменения зафиксированы по интеллектуальному и артистическому типам, что свидетельствует о расширении профессионального кругозора подростков и повышении их готовности рассматривать неочевидные, но перспективные направления профессионального развития. В контрольной группе значимых изменений не произошло.

Рассмотрим результаты по методике ДДО (модификация А.А. Азбель)

Рис.10.

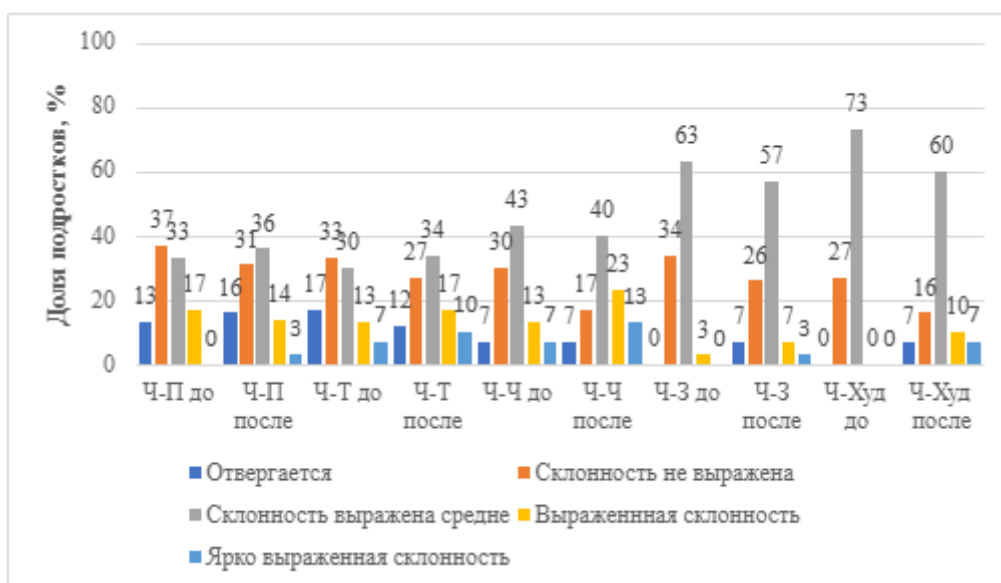


Рис. 10. Результаты повторной диагностики распределения по методике ДДО (модификация А.А. Азбель).

До внедрения комплекса мероприятий ни один подросток не имел ярко выраженной склонности к профессиям типа «человек – природа». После занятия появилось 3% участников с ярко выраженной склонностью. Доля со средней выраженностью выросла с 33% до 36%, а доля с невыраженной склонностью снизилась с 37% до 31%. Однако доля активно отвергающих выросла с 13% до 16% – некоторые участники окончательно убедились, что это не их направление.

По типу «Человек – техника» наблюдается устойчивый положительный рост. Ярко выраженная склонность увеличилась с 7% до 10%, выраженная — с 13% до 17%, средняя — с 30% до 34%. Количество подростков с невыраженной склонностью уменьшилось с 33% до 27%, а доля активно отвергающих технику сократилась с 17% до 12%. Профессиональные пробы, работа с симуляторами и мастер-классы помогли участникам лучше познакомиться с техническими профессиями и преодолеть стереотипы.

Наиболее значимые изменения произошли именно в сфере «Человек – человек». Ярко выраженная склонность выросла на 6% (с 7% до 13%), выраженная – на 10% (с 13% до 23%). Доля участников с невыраженной склонностью резко снизилась – с 30% до 17%. Это прямое следствие занятий, направленных на развитие социальной мотивации: кейс-стади, ролевые игры, встречи с представителями социальных профессий, работа в малых группах. Подростки осознали ценность профессий, связанных с помощью людям, и свои коммуникативные способности.

До внедрения комплекса мероприятий ярко выраженная склонность к типу «Человек – знаковая система» отсутствовала, после неё появилась у 3% участников. Выраженная склонность выросла с 3% до 7%. Доля подростков с

невыраженной склонностью снизилась с 34% до 26%. Однако доля активно отвергающих выросла с 0% до 7%.

До внедрения комплекса мероприятий ни один подросток не демонстрировал ярко выраженной или выраженной склонности к художественным профессиям. После мероприятий эти показатели составили 7% и 10% соответственно. Доля участников со средней выраженностью снизилась с 73% до 60%, с невыраженной – с 27% до 16%. Это произошло благодаря мастер-классам, встречам с представителями творческих профессий и профессиональным пробам артистической направленности. Однако 7% участников после занятий окончательно отвергли данную сферу – они поняли, что творческие профессии не соответствуют их ожиданиям.

После внедрения комплекса психолого-педагогического сопровождения в экспериментальной группе (30 человек) наблюдаются положительные качественные изменения по всем пяти типам профессиональной направленности. Наиболее значительный рост зафиксирован по типам «человек – человек» и «человек – художественный образ», где произошло перераспределение участников из категорий «не выражена» и «средняя» в категории «выраженная» и «ярко выраженная». По типу «человек – техника» также отмечен устойчивый рост. По типам «человек – природа» и «человек – знаковая система» изменения менее масштабны, но свидетельствуют о формировании более осознанного выбора.

Таким образом, комплекс мероприятий способствовал не просто изменению количественных показателей, а качественной трансформации подходов к выбору профессии. Полученные результаты свидетельствуют о том, что подобные мероприятия должны стать обязательным компонентом профориентационной работы в общеобразовательных школах, так как они способствуют не только профессиональному, но и личностному становлению подростков.

## Выводы по Главе 2

Проведённое исследование позволило комплексно изучить особенности профессионального самоопределения учащихся 9-х классов и оценить эффективность целенаправленного психолого-педагогического сопровождения.

Первичная диагностика выявила типичные для подросткового возраста черты: недифференцированность профессиональных интересов (у 43-80% учащихся по разным типам профессий – средний уровень выраженности склонностей); преобладание внешней мотивации в контрольной группе (55 % – внешние мотивы, включая 20% отрицательных); низкий интерес к творческим (Артистический тип, А) и исследовательским (Интеллектуальный тип, I) профессиям; ориентация на социально-практические сферы (Социальный S, Реалистический R, Предприимчивый E типы).

Эти данные подтвердили необходимость системной профориентационной работы в подростковом возрасте.

Реализация комплекса мероприятий в экспериментальной группе (ЭГ) привела к значимым позитивным изменениям. Практические навыки: подростки освоили: алгоритмы принятия решений («Плюс-минус-интересно»); работу с информацией о рынке труда (портал «Работа России»); техники саморегуляции («Дыхание спокойствия», «Визуализация успеха»).

Сравнительный анализ ЭГ и КГ подтвердил, что целенаправленное психолого-педагогическое сопровождение: повышает осознанность профессионального выбора; формирует внутреннюю мотивацию; снижает зависимость от внешних факторов; развивает навыки самостоятельного принятия решений; способствует реалистичной оценке своих способностей и требований рынка труда. В контрольной группе (КГ), где мероприятия не реализовывались, показатели остались неизменными.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе исследования были решены все поставленные задачи, что позволило комплексно изучить психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения в подростковом возрасте.

Профессиональное самоопределение – это активный и продолжительный процесс выбора профессии, основанный на внутренних психологических предпосылках. Он включает осознание и становление профессиональных интересов, обучение, адаптацию и реализацию в трудовой деятельности. Процесс не завершается к моменту окончания школы и продолжается в течение всей профессиональной жизни.

Психолого-педагогическое сопровождение – комплексная поддержка личности в процессе развития, обучения и социализации. Его ключевая особенность – сохранение максимальной свободы и ответственности личности при принятии решений. Сопровождение включает диагностику, организацию развивающей среды, работу с семьёй и педагогами, коррекционную работу. Основная цель – содействие саморазвитию, саморегуляции и самоактуализации личности.

Когнитивные предпосылки для профессионального самоопределения подростков: достижение стадии формальных операций (по Ж. Пиаже), способность к гипотетическому мышлению и построению прогнозов. Личностные особенности: развитие рефлексии и самосознания (по Л.С. Выготскому), поиск идентичности, стремление к самореализации. Социальные факторы: влияние референтной группы, требования общества и семьи к определению образовательной траектории. Ведущие виды деятельности: общественно полезная деятельность (по Д.И. Фельдштейну), проектная деятельность (по К.Н. Поливановой), социально-психологическое экспериментирование (по Г.А. Цукерман).

Подростковый возраст – это ограниченное во времени «окно возможностей» для начала глубокой внутренней работы по

профессиональному самоопределению. Упущение этого периода может привести к снижению мотивации, разочарованию в профессии и необходимости коррекции жизненного пути в более зрелом возрасте.

У большинства подростков выявлен средний уровень выраженности профессиональных склонностей по большинству типов профессий (43-80 % в зависимости от типа), что является возрастной нормой. В контрольной группе преобладает внешняя мотивация (55%): выбор профессии часто основан на ожиданиях родителей, представлениях о престиже и стремлении к материальной обеспеченности. Значительная часть делает выбор под давлением или чтобы избежать неудачи (20%). Наблюдается низкий интерес к творческим (Артистический тип, А) и исследовательским (Интеллектуальный тип, I) профессиям. Ведущие профессиональные типы – Социальный (S), Реалистический (R) и Предприимчивый (E), что формирует профиль подростка, ориентированного на коммуникацию, практическую пользу и социальную активность. Эти данные подтвердили необходимость системной профориентационной работы в подростковом возрасте.

Установлено, что разработанный комплекс мероприятий показал высокую результативность. Рост внутренней мотивации: доля внутренних мотивов увеличилась с 70% до 87%, в т. ч. рост внутренних индивидуально значимых мотивов с 40% до 57% (+17%) и полное устранение внешних отрицательных мотивов (с 5% до 0%). Наблюдаются положительные качественные изменения по всем пяти типам профессиональной направленности. Наиболее значительный рост зафиксирован по типам «человек – человек» и «человек – художественный образ», где произошло перераспределение участников из категорий «не выражена» и «средняя» в категории «выраженная» и «ярко выраженная». По типу «человек – техника» также отмечен устойчивый рост.

Подростки освоили алгоритмы принятия решений, работу с информацией о рынке труда и техники саморегуляции.

Таким образом, целенаправленная работа в сенситивный период позволяет сформировать у учащихся осознанный, внутренне мотивированный и социально ориентированный подход к выбору профессии. Результаты исследования подтверждают необходимость внедрения подобных мероприятий в общеобразовательных школах как обязательного компонента профориентационной работы.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абульханова К.А. Принцип субъекта в отечественной психологии // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2005. № 4. С. 3-21.
2. Адушкина К.В. Психолого-педагогическое сопровождение субъектов образования: учебное пособие / К.В. Адушкина, О.В. Лозгачева; Урал. гос. пед. ун-т. Екатеринбург, 2017. 162 с.
3. Асмолов А.Г. Психология личности: Учебник. М.: Изд-во. МГУ, 1990. 367 с.
4. Байтингер О.Е. Психологические детерминанты переживания будущего как проблемы в юношеском возрасте: диссертация О.Е. Байтингер. СПб.: Питер, 2006. 117 с.
5. Божович Л.И. Личность и формирование в детском возрасте. М.: Академия, 2014. 382 с.
6. Борисова Е.М. Профессиональное самоопределение учащихся. М.: Академия, 2001. 411 с.
7. Бюлер Ш. Проблемы психологии отрочества и юности: история становления проблемы. М.: Флинта, 2013. 210 с.
8. Выготский Л.С. Педология подростка. Психологическое и социальное развитие ребенка: 16+ / Лев Выготский. Санкт-Петербург [и др.]: Питер, 2021. 221 с.
9. Газман О.С. Педагогика свободы: путь в гуманистическую цивилизацию XXI века // Классный руководитель. 2000. № 3.
10. Гессен С.И. Основы педагогики. Введение в прикладную философию / С. И. Гессен. Берлин : Изд-во «Слово», 1923. 482 с.
11. Еременко А.А. Сущность и задачи психолого-педагогического сопровождения в начальной школе [Текст] / А.А. Еременко // Вестник университета. 2023. № 5. С. 42–51.

12. Завоеванная Н.С. Профессиональная готовность: краткая история, основные понятия и подходы к изучению // Наука. Мысль: электронный периодический журнал. 2014. №11.
13. Загвязинский В.И. Теория обучения и воспитания: учебник и практикум для вузов / В.И. Загвязинский, И.Н. Емельянова. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Юрайт, 2026. 230 с.
14. Казакова Е.И. Система комплексного сопровождения ребенка: от концепции к практике // Психолого-педагогическое медико-социальное сопровождение развития ребенка. СПб., 1998. С. 4-6.
15. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. М.: Издательский центр «Академия», 2004. 304 с.
16. Кобыльченко В. В., Омельченко И. М. Сущность и задачи психолого-педагогического сопровождения в начальной школе // Электронный научно-методический журнал Омского государственного педагогического университета. 2023. №2. Дата обращения: 15.04.2026.
17. Козырева Е.А. Программа психолого-педагогического сопровождения школьников, их учителей и родителей / Е.А. Козырева. М.: Магистр, 1997. 165 с.
18. Кон И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание / И. С. Кон. М.: Политиздат, 1984. 334 с.
19. Кудрявцев Т.В. Психология профессионального становления личности / Т.В. Кудрявцев. 1983. М.: Наука.
20. Кулакова А.Б. Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса: практический опыт работы / А.Б. Кулакова // Социальное пространство. 2017. № 5(12). С. 9.
21. Леонтьев Д.А. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего / Д.А. Леонтьев, Е.В. Шелобанова. // Вопросы психологии. 2001. № 1. С. 57-65.
22. Ожегов С.И. Толковый словарь русского языка: Ок. 100 000 слов, терминов и фразеологических выражений / С.И. Ожегов; Под. ред. проф. Л.И.

Скворцова. 28-е изд., перераб. М.: ООО «Издательство «Мир и образование»: ООО «Издательство Оникс», 2012. 1376 с.

23. Пиаже Ж. Избранные психологические труды: Психология интеллекта. Генезис числа у ребенка. Логика и психология; [предисловие В. А. Лекторского и др.]. Москва: Просвещение, 1969. 659 с.

24. Письмо Министерства образования Российской Федерации от 27 июня 2003 г. № 28-51-513/16 «Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования».

25. Поливанова К.Н. К проблеме ведущей деятельности в подростковом возрасте / К.Н. Поливанова // Психологическая наука и образование. 1998. Т.3, № 3-4. С. 13-17

26. Пряжников Н.С. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся / Н.С. Пряжников, Л.С. Румянцева; под ред. А.И. Подольский. М.: Издательский центр «Академия», 2013. 208 с.

27. Психологический словарь-справочник / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович. Минск: Харвест, 2004. 576 с.

28. Психология современного подростка / под ред. Д.И. Фельдштейна. М.: Педагогика, 1987. 240 с.

29. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов. М.: Генезис, 2005. 208 с.

30. Сафин В.Ф., Ников, Г.П. Психологический аспект самоопределения личности // Психол. журн. 1984. № 4. С. 65-73.

31. Средства педагогической поддержки: сб. науч.-метод. ст. / Гл. упр. образования Администрации Ульянов. обл., Ульянов. ин-т повышения квалификации и переподгот. работников образования, Каф. воспитат. проблем образования; [Под ред. М.В. Ерховой и др.]. Ульяновск: УИПКПРО, 2004 48 с.

32. Штерн Э. «Серьезная игра» в юношеском возрасте. / Э. Штерн // Психология подростка / сост. И.Ю. Фролов. М., 1996. С. 24-25.

33. Цукерман Г.А., Мастеров Б.М. Психология саморазвития / Г.А. Цукерман, Б. М. Мастеров. М.: Интерпракс, 1995. 286 с.
34. Эльконин Д. Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте // Психическое развитие в детских возрастах: Избранные психологические труды / Д.Б. Эльконин; под редакцией Д.И. Фельдштейна. – Издание 2-е, стереотипное. М.: «Институт практической психологии», 1997. С. 66-86.
35. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис: перевод с английского / общая редакция и предисловие А.В. Толстых. М.: Прогресс, 1996. 340 с.
36. Hall, G.S. Adolescence. N.Y.: Appleton, 1904. Vol.2. P.78.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение А.

#### Дифференциально-диагностический опросник (ДДО) Е.А. Климова

Опросник ДДО используется для оценки профессиональной направленности на основе предпочтений человеком различных по характеру видов деятельности. В основу методики положена схема классификации профессий, в соответствии с которой все профессии делятся на группы по предмету труда: человек - природа; человек - техника; человек - человек; человек - знаковая техника, знаковый образ; человек - художественный образ.

Инструкция: внимательно прочитайте следующие вопросы и выберите соответствующий ответ.

Испытуемый должен в каждой из 30 пар предлагаемых видов деятельности выбрать наиболее предпочтительные. Номера и буквенные обозначения в клетках листа ответов соответствуют номерам и обозначениям вопросов. Каждый вопрос имеет как бы две части, соединенные союзом «или». В зависимости от того, нравится ли занятие, о котором говорится в первой части вопроса, поставить в листе ответов знак «+» или «-». Подобным образом следует поступить и со второй половинкой вопроса. Одну из половинок следует обязательно предпочесть - в ней должно быть больше плюсов. Предположим, что после соответствующего обучения ты сможешь выполнять любую работу. Однако, если бы тебе пришлось выбирать только из двух возможностей, что ты предпочтешь?

1. -

Создавать, писать компьютерные программы, алгоритмы

Консультировать людей в фитнес-зале, в бассейне, на спортивной площадке

2. -

Управлять автомобилем, автобусом, самолетом, судном или другим транспортным средством

Корректировать фотоснимки с помощью компьютерных программ

3. -

Лечить кошек, собак, лошадей и других животных

Заниматься записью, воспроизведением, обработкой, компоновкой музыкальных композиций в звуковых студиях

4. -

Проводить финансовый анализ рынка ценных бумаг

Исследовать работу мозга живых существ в специальной лаборатории

5. -

Оказывать людям медицинскую или психологическую помощь

Налаживать работу компьютеров, оборудования

6. -

Тестировать компьютеры перед их продажей

Обрабатывать, анализировать и обобщать социологические данные

7. -

Заниматься журналистскими расследованиями, объективно освещая реальную действительность

Рассчитывать экономически выгодный путь транспортировки товара до потребителя

8. -

Обеспечивать исправное состояние, безаварийную и надежную работу обслуживаемой техники в аэропорту, на вокзалах

Оформлять витрины универмагов; заниматься оформлением шоурумов

9. -

Выращивать и дрессировать служебных собак для поиска наркотиков

Заниматься сборкой компьютеров или оборудования, налаживать их работу

10. -

Регулировать механизмы автомобиля, заменять или ремонтировать их в случае неисправности

Изучать жизнь организмов с помощью электронного микроскопа

11. -

Работать с законами и кодексами, заверять документы, оформлять доверенности и договоры

Налаживать работу медицинского лазера, ультразвуковой аппаратуры

12. -

Заниматься разведкой источников нефти, газа и других полезных ископаемых

Разрабатывать новые модели электронной бытовой техники

13. -

Заниматься техническим обслуживанием оборудования, контролировать его правильную эксплуатацию

Работать со статистическими данными страховой компании, на основе их анализа рассчитывать страховые тарифы

14. -

Преподавать какие-либо предметы в школе, техникуме, институте и т. д.

Работать в фондах архивов, находить необходимые документы

15. -

Заниматься созданием новых моделей одежды, учитывая тенденции моды и индивидуальные особенности потребителя

Упорядочивать документацию фирмы и подготавливать новую (договоры, счета, ведомости, доверенности и т. п.)

16. -

Консультировать людей относительно туристических маршрутов других городов и стран

Разрабатывать сценарии праздников и торжественных событий, проводить их

17. -

Руководить комплексом работ по рациональному использованию, воспроизводству и защите леса в лесничестве

Оформлять, иллюстрировать сайты, книги, журналы

18. -

Играть на сцене, сниматься в кино, ставить трюки

Проводить клинические испытания новых лекарственных препаратов на живых объектах

19. -

Разрабатывать и писать сценарии для рекламного ролика, подбирать творческую команду артистов, музыкантов и т. д.

Следить за безопасностью компьютерной сети организации, обеспечивать ее работоспособность для пользователей

20. -

Исправлять смысловые и стилистические ошибки в подготавливаемых для печати текстах

Оказывать людям психологическую помощь, работать на телефоне доверия

21. -

Переводить научные тексты

Производить архитектурно-восстановительные работы исторических мест

22. -

Изучать и анализировать ситуацию на фондовом рынке, покупать и продавать ценные бумаги, подводить итоги сделок

Проводить геологические изыскания, участвовать в экспедициях, посвященных изучению природных явлений

23. -

Изучать генетику, выводить новые сорта растений

Поддерживать правопорядок, предупреждать преступления, следить за безопасностью жизни и здоровья людей

24. -

Сопровождать пассажиров во время воздушных или водных рейсов, консультировать их по технике безопасности

Проектировать новое производственное оборудование, дома

25. -

Анализировать состояние растений и животных в загрязненных условиях среды

Сопровождать людей в сложных туристических походах в роли инструктора

26. -

Заниматься написанием востребованных текстов для интернет-сайтов, формировать поисковые запросы и т. д.

Производить химико-биологический анализ материалов, поступивших в лабораторию

27. -

Осуществлять взаимодействие с органами власти, оказывать информационное сопровождение избирательной кампании

Писать мультипликационные сюжеты, создавать мультипликационных персонажей и декорации

28. -

Искать нужных работников, подбирать персонал для различных фирм

Разрабатывать мероприятия по охране редких растений

29. -

Заниматься монтажом электро- и гидротехнического оборудования в соответствии с проектом

Рассказывать о товаре, убеждать людей приобретать его

30. -

Проводить занятия с детьми по тренировке памяти, внимания, речи, организовывать игры, праздники, экскурсии

Проектировать садово-парковые зоны, оформлять участки с помощью растений

Полученная сумма свидетельствует о склонности к работе с соответствующими предметами труда:

- 11-12 баллов – ярко выраженная склонность;
- 9-10 баллов – выраженная склонность;
- 6-8 баллов – склонность выражена средне;
- 3-5 баллов – склонность не выражена;
- 0-2 балла – работа с таким предметом труда активно отвергается: «что угодно, только не это».

По сумме баллов можно судить о склонности к профессиям разных типов. Ярко выраженная склонность или выраженная склонность показывают, что профессии именно этого типа наиболее интересны, им отдается предпочтение (впрочем, это еще не гарантирует высоких способностей именно к таким профессиям, хотя в большинстве случаев человеку интересно как раз то, к чему он более способен). Если результат свидетельствует о среднем уровне склонности сразу к нескольким типам профессий, следует выбирать профессии, сочетающие в себе разные предметы труда. Профессии из тех групп, склонность к которым не выражена, вероятно, можно освоить, но вряд ли эти профессии станут любимыми и будут приносить удовольствие.

А теперь скажем о том, что же подразумевают профессии разных типов. Предмет труда – это то, на что направлена работа: за создание, обслуживание или преобразование чего работник получает деньги. Выделяют несколько групп предметов труда и соответственно им классифицируют профессии.

**Человек.** Это все те профессии, которые связаны преимущественно с общением между людьми, с их влиянием друг на друга. Например, врач, менеджер, учитель, психолог, социальный работник, продавец, тренер. Для успешного овладения такими профессиями важно не просто хотеть, но и уметь активно взаимодействовать с людьми, общаться. Профессиональная подготовка включает два основных компонента: один касается области выполнения работы (например, тренер должен очень хорошо знать свой вид

спорта, а продавец – специфику предлагаемых товаров), другой – подготовки к эффективному деловому взаимодействию с людьми.

**Природа.** Такая работа направлена на объекты живой природы. Например, это деятельность агронома, фермера, кинолога (профессионального собаковода), ветеринара, цветовода, микробиолога (специалиста по микроорганизмам), пчеловода или лесника. Биологические объекты сложны, изменчивы, нестандартны, для успешной работы с ними важны интуиция, умение заботиться о ком-либо, инициативность и самостоятельность. Обычно люди положительно относятся к живым объектам. В частности, это происходит потому, что природа ассоциируется с отдыхом. Но чтобы работа такого профиля стала твоей профессией, одной любви к отдыху на природе мало, необходимо желание постоянно и активно взаимодействовать с растениями и животными.

**Техника.** Это профессии, связанные с созданием, обслуживанием или эксплуатацией технических устройств, например водитель, пилот, железнодорожный машинист, специалист по обслуживанию компьютерных сетей, инженер-технолог. К этой же группе относится и большая часть так называемых рабочих профессий: токарь, слесарь, сварщик, станочник, крановщик и т. п. Больше всего таких специалистов требуется в различных областях промышленности: для добычи и переработки полезных ископаемых, в металлургии, машиностроении, строительстве, на транспорте. Для достижения успеха в таких профессиях нужны технический склад ума, точность, склонность к конкретным действиям, а не к абстрактным размышлениям.

**Знаковые системы.** В этих профессиях преобладает работа с текстами, документами, различными базами данных, математическими выкладками и т. п. (всё это психологи называют знаковыми системами). Примеры таких профессий: переводчик письменного текста, программист, бухгалтер, экономист, корректор, делопроизводитель, эксперт-аналитик. Для такой работы важны пунктуальность, скрупулезность, усидчивость, аналитический

склад ума. Должен быть интерес к знаковым системам: текстам, таблицам, формулам, схемам, картам, разного рода условным сигналам и т. п.

**Художественные образы.** Деятельность профессионалов в этой области направлена на создание, совершенствование художественных образов с помощью разнообразных изобразительных средств. Это сферы живописи, скульптуры, архитектуры, кинематографии, создания литературных произведений и т. д. К этой области относятся такие профессии, как художник, скульптор, писатель, литературный редактор, режиссер, кинооператор, дизайнер, реставратор художественных произведений. Как правило, подобные профессии подразумевают творческую работу. Для овладения ими важны соответствующие способности, хорошее воображение, готовность действовать в новых, необычных ситуациях, где нет готовых, шаблонных способов решения возникающих проблем.

## Приложение Б

### Тест-опросник для определения типа профессиональной направленности личности (модификация методики Дж. Голланда)

Тест состоит из 42 пар профессий. Из каждой пары вам необходимо выбрать одну профессию. Ваша задача – в своих тетрадах поставить порядковый номер ответа и рядом указать вариант выбранного вами ответа «А» или «В». Например, в первой паре, если вы выбрали профессию инженера-технолога, записываете – 1А, если ваше предпочтение отдано профессии инженера-конструктора, то ответ 1В. Аналогично во второй паре профессии электрорадиотехник будет соответствовать запись 2А, а профессии врач-терапевт 2В.

Примечание. По ходу работы над содержанием теста учащимся даются разъяснения, которые связаны с особенностями той или иной профессиональной деятельности.

Вариант А	Вариант В
1) инженер-технолог	1) инженер-конструктор
2) электрорадиотехник	2) врач-терапевт
3) оператор станков с числовым программным управлением	3) кодировщик (обработка информации)
4) фотограф	4) коммерсант
5) спасатель МЧС	5) дизайнер
6) политолог	6) психиатр
7) ученый химик	7) бухгалтер
8) философ	8) частный предприниматель
9) лингвист	9) модельер
10) инспектор службы занятости населения	10) статист
11) социальный педагог	11) биржевой маклер
12) тренер	12) искусствовед
13) нотариус	13) менеджер
14) перфораторщик	14) художник
15) лидер политической партии, общего движения	15) писатель
16) закройщик	16) метеоролог
17) водитель	17) работник пресс-службы

18) чертежник	18) ризалтер
19) специалист по ремонту компьютеров и оргтехники	19) секретарь-референт
20) микробиолог	20) психолог
21) видеооператор	21) режиссер
22) экономист	22) провизор
23) зоолог	23) главный инженер
24) программист	24) архитектор
25) работник инспекции по делам несовершеннолетних	25) коммивояжер (сетевой маркетинг)
26) преподаватель	26) биржевой маклер
27) воспитатель	27) декоратор
28) реставратор	28) зав. отделом предприятия
29) корректор	29) литератор и киноκριтик
30) фермер	30) визажист
31) парикмахер	31) социолог
32) экспедитор	32) редактор
33) ветеринар	33) директор (финансовый)
34) автомеханик	34) стилист
35) археолог	35) эксперт
36) библиограф	36) корреспондент
37) эколог	37) актер
38) логопед	38) контролер
39) адвокат	39) директор (глава АО)
40) кассир	40) продюсер
41) поэт, писатель	41) продавец
42) криминалист (баллист)	42) композитор

#### Обработка результатов

Для подсчета баллов вам необходимо отмечать в своем листке ответов совпадения по шести шкалам таблицы. Чем больше совпадений с одним из шести типов шкал, тем больше ваша предрасположенность к тому или иному виду деятельности. В начале отмечаются совпадения по первой шкале и подсчитывается сумма баллов (по числу совпадений), затем по второй и т.д.

I	II	III	IV	V	VI
1а	1в	2в	3в	4в	5в
2а	6а	6в	7в	8в	9в
3а	7а	10а	10в	11в	12в
4а	8а	11а	13а	13в	14в
5а	9а	12а	14а	15а	15в
16а	16в	17в	18а	18в	21в
17а	20а	20в	19в	23в	24в
19а	22а	25а	22в	25в	27в
21а	23а	26а	29а	26в	29в
28а	24а	27а	32в	28в	30в
31а	31в	36в	35в	30а	34в
32а	35а	38а	38в	33в	37в
33а	36а	39а	40а	39в	41а
34а	37а	41в	42а	40в	42в
Итого:	Итого:	Итого:	Итого:	Итого:	Итого:

## Интерпретация результатов

I. Реалистический – предпочитает работать с вещами, а не с людьми.

Это несоциальный, эмоционально-стабильный тип. Ориентирован на настоящее, определенное. Занимается конкретными объектами и их использованием (вещи, инструменты, техника). Хорошо приспосабливается к обстановке, пластичен, трудолюбив. В структуре способностей преобладает невербальные, то есть математические. Люди, относящиеся к этому типу, предпочитают выполнять работу, требующую силы, ловкости, подвижности, хорошей координации движений, навыков практической работы. Результаты труда профессионалов этого типа ощутимы и реальны – их руками создан весь окружающий нас предметный мир. Люди реалистического типа охотнее делают, чем говорят, они настойчивы и уверены в себе, в работе предпочитают четкие и конкретные указания. Придерживаются традиционных ценностей, поэтому критически относятся к новым идеям. Предпочитает занятия требующие конкретности, четкости (оператор ПК, техник, шофер, ювелир, автомеханик, фермер инженер и др.).

Близкие типы: интеллектуальный и конвенциальный.

Противоположный тип: социальный.

II. Интеллектуальный (исследовательский) – ориентирован на труд с идеями и с вещами (объектами).

Присуща как пластичность, так и ригидность в действиях. Характеризуется как любознательный, методичный (система в работе), любит работать в одиночку. Отличается целеустремленностью, настойчивостью, терпеливостью. Предпочитает изыскательные профессии (узнать, распознать). Людей, относящихся к этому типу, отличают аналитические способности, рационализм, независимость и оригинальность мышления, умение точно формулировать и излагать свои мысли, решать логические задачи, генерировать новые идеи. Они часто выбирают научную и исследовательскую работу. Им нужна свобода для творчества. Работа способна увлечь их настолько, что стирается грань между рабочим временем и досугом. Мир идей для них может быть важнее, чем общение с людьми. Материальное благополучие для них обычно не на первом месте. Рекомендуемые профессии - метеоролог, научный работник, автор научно - популярных книг и статей, физик, химик, хирург, биолог и др.)

Близкие типы: реалистический и артистический.

Противоположный тип: предприимчивый. I

II. Социальный – ориентирован на общение, взаимодействие с другими людьми.

Нуждается в контактах, не терпит уединение. Предпочитает работать с людьми, а не с вещами. Ответственен, терпелив, эмпатичен. Развитые вербальные способности, повышенная приспособляемость «пластичность» к меняющейся обстановке. Профессии (сферы деятельности) – обучение, лечение, обслуживание и т.д. Люди, относящиеся к этому типу, предпочитают профессиональную деятельность, связанную с обучением, воспитанием, лечением, консультированием, обслуживанием. Люди этого типа гуманны, чувствительны, активны, ориентированы на социальные нормы, способны понять эмоциональное состояние другого человека. Для них характерно хорошее речевое развитие, живая мимика, интерес к людям, готовность прийти на помощь. Материальное благополучие для них обычно не на первом

месте. Рекомендуемые профессии: учитель, преподаватель, психолог, логопед, священнослужитель, врач, продавец др.)

Близкие типы: артистический и предприимчивый.

Противоположный тип: реалистический.

IV. Конвенциональный – отдает предпочтение четко структурированной деятельности. Выбирает такие цели и задачи, которые четко подтверждаются обществом и обычаями. Связан с традиционными видами деятельности – канцелярскими, конторскими. Подход к чему-либо – практичен, стереотипен, он не оригинален. Характерны консерватизм, ригидность, но обладает хорошими навыками общения, а также моторными навыками. Настойчив, практичен, дисциплинирован, добросовестен. Преобладают невербальные способности, прекрасный исполнитель. Люди этого типа обычно проявляют склонность к работе, связанной с обработкой и систематизацией информации, предоставленной в виде условных знаков, цифр, формул, текстов (ведение документации, установление количественных соотношений между числами и условными знаками). Они отличаются аккуратностью, пунктуальностью, практичностью, ориентированы на социальные нормы, предпочитают четко регламентированную работу. Материальное благополучие для них более значимо, чем для других типов. Склонны к работе, не связанной с широкими контактами и принятием ответственных решений. Рекомендуемые профессии: экономист, кассир в банке, налоговый инспектор, ревизор, оператор ЭВМ, судебный исполнитель, архивариус, бухгалтер, нотариус, библиотекарь и др.

Близкие типы: реалистический и предприимчивый.

Противоположный тип: артистический.

V. Предприимчивый – выбирает цели и задачи, которые позволяют ему проявить энергию, энтузиазм. Сочетаются импульсивность и холодный расчет. Наделен как вербальными, так и невербальными способностями, обладает интуицией и навыками эффективного межличностного взаимодействия. Интересуется различными сферами жизни и деятельности. Предпочитает работать с людьми и идеями. Самоуверен, тщеславен, склонен

к авантюризму. Настойчив в достижении цели, лабилен. Типы темпераментов – холеристический и сангвиник. Люди этого типа находчивы, практичны, быстро ориентируются в сложной обстановке, склонны к самостоятельному принятию решений, социально активны, готовы рисковать, ищут острые ощущения. Любят и умеют общаться. Имеют высокий уровень притязаний. Избегают занятий, требующих усидчивости, большой и длительной концентрации внимания. Для них значимо материальное благополучие. Предпочитают деятельность, требующую энергии, организаторских способностей, связанную с руководством, управлением и влиянием на людей. Рекомендуемые профессии: руководитель, директор, судья, адвокат, брокер, предприниматель, риэлтор и др.

Близкие типы: конвенциальный и социальный.

Противоположный тип: исследовательский.

VI. Артистический – сложный взгляд на жизнь, гибкость и независимость в принятии решений. Часто свойственен фатализм. Очень чувствителен, не социален, оригинален. Имеет богатое воображение, склонности к творческой деятельности, обладает хорошей интуицией, независим, эмоционален. Предпочитает занятия творческого характера. Преобладают вербальные способности. Для этого типа характерны исключительные способности восприятия и моторики, высокая чувствительность всех анализаторов. Имеет высокий жизненный идеал, нетривиален. Люди этого типа оригинальны, независимы в принятии решений, редко ориентируются на социальные нормы и одобрение, обладают необычным взглядом на жизнь, гибкостью мышления, эмоциональной чувствительностью. Отношения с людьми строят, опираясь на свои ощущения, эмоции, воображение, интуицию. Они не выносят жесткой регламентации, предпочитая свободный график работы. Часто выбирают профессии, связанные с литературой, театром, кино, музыкой, изобразительным искусством (писатель, фотограф, музыкант, художник, певец, журналист, архитектор, актер, дизайнер).

Бликие типы: интеллектуальный и социальный.

Противоположный тип: конвенциальный.

## Приложение В

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

Данная методика позволяет определить ведущий тип мотивации при выборе профессии. Текст опросника состоит из двадцати утверждений, характеризующих любую профессию. Необходимо оценить, в какой мере каждое из них повлияло на выбор профессии. С помощью методики можно выявить преобладающий вид мотивации (внутренние индивидуально-значимые мотивы, внутренние социально-значимые мотивы, внешние положительные мотивы и внешние отрицательные мотивы).

**Инструкция:** ниже приведены утверждения, характеризующие любую профессию. Прочтите и оцените, в какой мере каждое из них повлияло на ваш выбор профессии. Назовите эту профессию, специальность. Ответы могут быть 5 видов:

«очень сильно повлияло» - 5 баллов;

«сильно повлияло» - 4 балла;

«средне повлияло» - 3 балла;

«слабо повлияло» - 2 балла;

«никак не повлияло» - 1 балл.

Поставьте напротив каждого утверждения соответствующий вашему ответу балл.

Бланк для ответов

№	Утверждения	оценка
1	Требует общения с разными людьми	
2	Нравится родителям	
3	Предполагает высокое чувство ответственности	
4	Требует переезда на новое место жительства	
5	Соответствует моим способностям	
6	Позволяет ограничиться имеющимся оборудованием	
7	Дает возможность приносить пользу людям	
8	Способствует умственному и физическому развитию	
9	Является высокооплачиваемой	
10	Позволяет работать близко от дома	
11	Является престижной	
12	Дает возможности для роста профессионального мастерства	
13	Единственно возможная в сложившихся обстоятельствах	
14	Позволяет реализовать способности к руководящей работе	

15	Является привлекательной	
16	Близка к любимому школьному предмету	
17	Позволяет сразу получить хороший результат труда для других	
18	Избрана моими друзьями	
19	Позволяет использовать профессиональные умения вне работы	
20	Дает большие возможности проявить творчество	

### **Обработка данных**

Внутренние индивидуально значимые мотивы: 1, 5, 8, 15, 20.

Внутренние социально значимые мотивы: 3, 7, 12, 14, 17.

Внешние положительные мотивы: 4, 9, 10, 16, 19.

Внешние отрицательные мотивы: 2, 6, 11, 13, 18.

Внутренние мотивы выбора той или иной профессии - ее общественная и личная значимость; удовлетворение, которое приносит работа благодаря ее творческому характеру; возможность общения, руководства другими людьми и т.д. Внутренняя мотивация возникает из потребностей самого человека, поэтому на ее основе человек трудится с удовольствием, без внешнего давления.

Внешняя мотивация - это заработок, стремление к престижу, боязнь осуждения, неудачи и т.д. Внешние мотивы можно разделить на положительные и отрицательные. К положительным мотивам относятся: материальное стимулирование, возможность продвижения по службе, одобрение коллектива, престиж, т.е. стимулы, ради которых человек считает нужным приложить свои усилия. К отрицательным мотивам относятся воздействия на личность путем давления, наказаний, критики, осуждения и других санкций негативного характера.

Исследования показывают, что преобладание внутренних мотивов наиболее эффективно с точки зрения удовлетворенности трудом и его производительности. То же самое можно сказать и относительно положительной внешней мотивации.