

## Содержание

Введение.....	2
Глава I. Теоретические аспекты изучения профессионального самоопределения подростков.....	7
1.1 Профессиональное самоопределение подростков: сущность и основные компоненты .....	7
1.2 Факторы и условия становления профессионального самоопределения подростка. .	13
1.3. Старшие подростки как субъекты профессионального самоопределения.....	19
Глава II. Эмпирическое исследование становления личностного и профессионального самоопределения старших школьников.....	26
2.1 Разработка организационно-методических условий процесса профессионального самоопределения подростков.....	26
2.2 Результаты опытно-экспериментальной работы.....	31
Заключение.....	37
Список использованной литературы.....	40
Приложение №1.....	43
Приложение №2.....	50
Адаптированный вариант анкеты.....	50

## Введение

Изменение российской экономики оказывает серьезное влияние на предложение на рынке труда и выбор профессии выпускниками школ. Проблемы профессионального самоопределения становятся актуальными в связи с тем, что повышаются требования к общеобразовательной школе и ее выпускникам.

Спрос-предложение на рынке труда находятся в стадии их формирования. В этой связи молодые люди, находящиеся в ситуации профессионального выбора, осуществляют его либо на основе искаженных

представлений о рынке труда, либо вовсе не могут определиться с предпочтениями [24].

Профессиональное самоопределение нельзя сводить к одномоментному мероприятию по выбору профессии. Его необходимо рассматривать как многогранный и продолжительный процесс, в результате которого происходит соединение индивидуальных свойств и профессиональных требований личности. На него оказывает влияние ряд факторов и условий, среди которых и работа по профессиональной ориентации в школах.

Для того чтобы она дала необходимые результаты, она должна быть непрерывной и состоять из ряда взаимодополняющих и связанных между собой этапов. Следует отметить, что проблема профессионального самоопределения является комплексной. Институты социализации не оказывают нужного влияния на систему воздействия на выпускника, поэтому интерес к профессиям, как правило, не идет в разрез с групповыми мнениями и стереотипами.

Между тем, в условиях диспропорционального рынка труда в России, ситуация конкуренции среди соискателей на вакантные должности ухудшается с притоком специалистов одинакового профиля [6,181].

В условиях увеличения дифференциации заработной платы оптимальным становится ориентирование школьников не просто на доходные, но и востребованные профессии, что позволит увеличить уровень занятости в будущем.

Так, например, С.В. Малин и А.А. Поляруш отмечают, что добиться значимого эффекта от разовых профориентационных мероприятий не представляется возможным. По мнению авторов, необходимо обеспечить формирование системы взаимодействия образовательных учреждений, властных структур, родителей и потенциальных работодателей [18, 116].

Недостатки профориентации сказываются в дальнейшем и при приеме на работу - причинами неудач становится неумение сделать грамотную самопрезентацию или даже составить резюме. Реальное состояние

профориентационной сферы школьников не соответствует в полной мере современным образовательным требованиям: имеет место ослабление внимания к вопросам социально-профессионального самоопределения учащихся во всех типах учебных заведений и, прежде всего, в общеобразовательной школе, недостаточно развиты связи между системой образования в целом и рынком труда [31, 72].

Исследуя личностное и профессиональное самоопределение подростков Н.Н. Захаров, К.К. Платонов, В.Д. Симоненко, И.Ю. Шустова, Д.Б. Эльконин, Э. Эриксон и другие ученые связывают его с длительным процессом, который проходит с учетом индивидуально – психологических особенностей влияющих, по мнению ученых, на рост самосознания и самопознания, стиль жизни подростка.

В отечественной психологии проблема личностного и профессионального самоопределения рассматривается в различных аспектах: процессе социализации (И.С. Кон, А.В. Мудрик, В.Н. Шубкин и др.); в становлении и расширении сфер профессиональных намерений (С.Н. Игонникова, В.Т. Лисовский); в профессиональной направленности личности (Н.Н. Захаров, В.Ф. Сахаров, Н.Н. Чистяков); в процессе становления профессионального самосознания (Е.А. Климов, З.Ф. Зеер и др.)

Несмотря на то, что теория и практика профессиональной ориентации молодежи накопили уже достаточно богатый и ценный опыт, проблемы жизненного, личностного, профессионального самоопределения подрастающего поколения всегда остаются актуальными. Причинами такой постоянной актуальности можно назвать следующее:

- в обществе постоянно происходят социально-экономические изменения, которые диктуют новые подходы к решению проблемы;
- сам процесс самоопределения – очень сложный и многогранный, что обуславливает частую несогласованность теории с практикой; [2, 34]

Так же среди проблем, которые и определяют **актуальность исследования**, препятствующих эффективному профессиональному

самоопределению, а так же профориентационной работе, выделим следующие:

1. Неопределенность целей учеников в рамках профессионального самоопределения.
2. Незрелость личностных процессов подростков.
3. Инфантильность учащихся.
4. Давление со стороны родителей в профессиональном выборе.
5. Слабое взаимодействие профориентационной науки с представителями смежных наук и сфер познания.
6. Недостаточность времени, отведенного в школах для работы по профориентации.
7. Слабое внимание к школьной профориентационной работе различных социальных институтов (кадровых служб фирм и организаций, работников многих вузов и колледжей, медицинских учреждений, правоохранительных учреждений и т.п.).

Необходимо теоретическое моделирование системы, предполагающее комплексную профориентационную работу с выпускниками, которая позволила бы осуществлять профессиональный выбор максимально успешно.

**Объектом** данного исследования является образовательный процесс в школе.

**Предмет исследования:** педагогические условия профессионального самоопределения подростков.

**Цель исследования:** изучение процесса профессионального самоопределения подростков и разработка педагогических условий его организации.

**Задачи исследования:**

1. Изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме профессионального самоопределения подростков.
2. Выявить сущность, основные компоненты, факторы и условия профессионального самоопределения подростков.

3. Исследовать и определить уровень профессионального и личностного самоопределения подростка.
4. Разработать и апробировать программу тренингов по профессиональному самоопределению.
5. Проанализировать результаты опытов экспериментальной работы по профессиональному самоопределению подростков.

В ходе исследования использовались следующие **методы**:

Общетеоретические:

- анализ педагогической и психологической литературы;
- сравнение, сопоставление, анализ и обобщение опыта специалистов по теме.

Эмпирические:

- педагогическое наблюдение, описание, педагогический эксперимент, анкетирование, фиксирование результатов исследования с последующим анализом;
- качественный и количественный анализ результатов исследования. Экспериментальной базой нашего исследования явилась МБОУ Гимназия №7, г. Красноярск.

Апробация результатов исследования проходила в рамках IV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Вызовы современного образования в исследованиях молодых ученых», прошедшей в рамках XIX Международного научно-практического форума студентов, аспирантов и молодых ученых «Молодёжь и наука XXI века», который был организован кафедрой педагогики КГПУ им. В.П. Астафьева. (статья принята к публикации)

## **Глава I. Теоретические аспекты изучения профессионального самоопределения подростков**

### **1.1 Профессиональное самоопределение подростков: сущность и основные компоненты**

Для того чтобы определить что именно мы будем рассматривать в данной главе, необходимо рассмотреть несколько определений профессионального самоопределения.

Профессиональное самоопределение - это отношение человека к миру профессий в целом и к конкретной выбранной профессии в частности [14]. Теперь рассмотрим более конкретизирующее определение.

Понятие «самоопределение» вполне соотносится с такими понятиями как самоактуализация, самореализация и др. При этом часто самореализацию, самоактуализацию и т.п. связывают с трудовой деятельности, с работой, а именно с нахождением смысла в своей работе. Все это позволяет определить сущность профессионального самоопределения как поиск и нахождение личностного смысла в выбираемой, осваиваемой и уже выполняемой трудовой деятельности, а также – нахождение смысла в самом процессе самоопределения [21].

По мнению О.В. Александровой, сущностное значение термина «самоопределение» включает самостоятельное обретение собственного жизненного пути, определения своего места, назначения, отношения к миру, обществу, где осуществляется переход возможности в действительность. Соотнести внешние обстоятельства и внутренние побуждения (потребности личности) позволяет выбор. Именно выбор пронизывает все формы жизнедеятельности человека – общение, деятельность, игру, труд [2, 35].

Необходимо также понять взаимосвязи основных компонентов профессионального самоопределения.

Отечественные психологи и педагоги рассматривают потребности человека как функцию его деятельности, считают потребности

побудительной силой деятельности. А.Н. Леонтьев отмечает, что «... потребность как внутренняя сила может реализоваться только в деятельности» [17, 209].

Одним из значимых компонентов профессионального самоопределения является развитие интересов учащихся в различных сферах профессиональной деятельности. Интерес к профессии занимает центральное место в процессе профессионального самоопределения личности, так как потребность и интересы служат источником активности личности в ее стремлении к деятельности в целях удовлетворения этих потребностей и интересов.

Потребности и интересы являются обязательными условиями для последующего формирования ценностных ориентаций. Планируя свое будущее, намечая конкретные планы и цели, человек исходит, прежде всего, из определенной иерархии ценностей, представленной в его сознании. Ориентируясь в широком спектре социальных ценностей, индивид выбирает те из них, которые наиболее тесно увязаны с его преобладающими потребностями [23, 258-259].

Ценности, в свою очередь, задают мотив. Определение мотивов выбора профессии позволяет узнать, что именно побудило учащегося избрать данный вид труда. Мотивационная сфера в данном случае выступает как связующее звено в профессиональной деятельности, которое обуславливает целенаправленный, сознательный характер действий человека.

Мотив побуждает деятельность, а цель направляет ее. Процесс целеобразования, то есть становления мотивов в целях, является сверхсложным процессом, который зависит от навыков, знаний и способностей человека, его особенностей, объективных условий протекания деятельности. Изучая цели можно судить об изменениях в мотивах, о характере стремлений личности на той или иной стадии профессионального самоопределения. С.Н. Чистякова отмечает, насколько важен выход человека на цели, направления и способы активности и, с другой стороны, – на

формирование духовной самооценности, способности через целеполагание самобытно и самостоятельно реализовывать себя в жизни и труде [20].

Таким образом, происходит осмысление личностных потребностей индивида, выстраивается их иерархия, распределяются предпочтения, определяются интересы, формируются ценности, оформляются мотивы, возникают цели, изучаются внешние условия, которые будут способствовать или препятствовать достижению цели. После чего принимается решение на деятельность, т.е. происходит самоопределение.

Некоторые авторы рассматривают становление профессионального самоопределения подростка с несколько иных позиций.

Рассмотрим этапы самоопределения подростков, которые нам предлагают Костюнина Е.А. и Агеева Л.Г [14].

По их мнению, профессиональное самоопределение проходит следующие этапы:

зарождение профессиональных намерений в соответствии с общественными и индивидуальными потребностями;

- целенаправленное профессиональное обучение конкретной деятельности. На этом этапе происходит профессиональное самоопределение личности;
- вхождение в профессию. Это непосредственно знакомство с условиями труда, со служебными обязанностями, вхождение в коллективные отношения;
- реализация профессиональных стремлений. Отношение к труду, уровень мастерства, творческий подход.

Сложность проблемы личностно-профессионального самоопределения состоит в ее многогранности. Обоснование вопросов содействия личностно-профессиональному самоопределению подростка в условиях предпрофильной подготовки в школе предполагает последовательный анализ ряда аспектов: сущности, структуры и функций сопровождения и поддержки

личности в процессе профессионального самоопределения; целей, задач, моделей организации личностно-профессионального самоопределения подростка; подходов к индивидуализации и дифференциации в образовательном процессе посредством индивидуальных образовательных программ и комплектования профильных классов, а, следовательно, в гармоничном развитии психологии подростка [16, 50].

В исследованиях И.С. Кона, профессиональное самоопределение - многоступенчатый процесс, который можно рассматривать под разными углами зрения [12, 20].

Во-первых, как серию задач, которые общество ставит перед формирующейся личностью и которые эта личность должна последовательно разрешить в течение определенного периода времени. Во-вторых, как процесс принятия решений, посредством которых индивид формирует и оптимизирует баланс своих предпочтений и склонностей. В-третьих, как процесс формирования индивидуального стиля жизни, частью которого является профессиональная деятельность. Эти три подхода подчеркивают разные стороны вопроса о профессиональном самоопределении: первый исходит из запросов общества, третий - из свойств личности, второй предлагает способы согласования того и другого.

В возрастной психологии профессиональное самоопределение обычно подразделяют на ряд этапов, продолжительность которых варьируется [5].

Первый этап - детская игра, в ходе которой ребенок принимает на себя разные профессиональные роли и "проигрывает" отдельные элементы связанного с ними поведения.

Второй этап - подростковая фантазия, когда подросток видит себя в мечтах представителем той или иной привлекательной для него профессии.

Третий этап, захватывающий весь подростковый и большую часть юношеского возраста, - предварительный выбор профессии. Разные виды деятельности сортируются и оцениваются сначала с точки зрения интересов

подростка, затем - с точки зрения его способностей, и, наконец, с точки зрения его системы ценностей.

Интересы, способности и ценности проявляются на любой стадии выбора. Но ценностные аспекты, общественные (осознание социальной ценности той или иной профессии) или личные (система личных ценностей, т. е. чего индивид хочет для себя), как более обобщенные, созревают и осознаются позже, чем интересы и способности, дифференциация и консолидация которых происходит параллельно и взаимосвязано. Интерес к предмету стимулирует школьника больше заниматься им, это развивает его способности; а выявленные способности, повышая успешность деятельности и принося признание окружающих, в свою очередь, подкрепляют интерес.

Четвертый этап - практическое принятие решения, собственно выбор профессии, включает в себя два главных компонента: определение уровня квалификации будущего труда, объема и длительности необходимой подготовки к нему; выбор конкретной специальности. Вообще говоря, последовательность этих двух выборов может быть разной. Подросток может сначала определить сферу деятельности, например медициной, а потом - уровень квалификации - быть врачом, фельдшером, медсестрой или санитаркой, или наоборот - сначала выбрать уровень, а потом уже специальность. Исходя из данных социологов, второй путь решительно преобладает; ориентация на поступление в вуз формируется значительно раньше, чем созревает выбор конкретной специальности [23].

Итак, профессиональное самоопределение – это процесс, связанный с самоактуализацией, самореализацией и нахождением личностного смысла в выбираемой, осваиваемой или уже выполняемой трудовой деятельности. Основными компонентами профессионального самоопределения называют следующее:

- интересы и потребности, которые в свою очередь являются обязательными условиями для последующего формирования ценностных ориентаций;

- ценности, которые наиболее тесно увязаны с превалирующими потребностями индивида;
- мотивы поступков и деятельности, которые обуславливают целенаправленный, сознательный характер действий человека;
- цели, оформление которых, позволяет самостоятельно реализовывать себя в жизни и труде.

Таким образом, в процессе самоактуализации происходит осмысление личностных потребностей индивида, выстраивается их иерархия, распределяются предпочтения, определяются интересы, формируются ценности, оформляются мотивы, возникают цели, изучаются внешние условия, которые будут способствовать или препятствовать достижению цели. После чего принимается решение на деятельность, т.е. происходит самоопределение.

## **1.2 Факторы и условия становления профессионального самоопределения подростка**

Личностно-профессиональное самоопределение подростка происходит под действием большого количества факторов, которые влияют как непосредственно – определяя зону ближайшего развития школьника, так и опосредованно – формируя определенные мировоззренческие установки, жизненные притязания.

Тоистева О.С. отмечает три группы факторов, влияющих на профессиональное самоопределение современной молодежи:

- Факторы макросреды (общественное устройство, стабильность экономики, государственной власти, современная социокультурная ситуация и социальные процессы; система социальных норм и ценностей; престиж профессий и другое);
- Факторы микросреды (семья и ближайшее окружение, школа и профессиональные учебные заведения, СМИ и социальные службы для молодежи);
- Индивидуальные особенности личности (возраст, пол, психофизиологические особенности, личные профессиональные планы, уровень притязаний, информированность субъекта выбора) [26, 62-63].

В этом аспекте образовательный процесс предпрофильной подготовки может оказывать только опосредованное влияние на процесс личностно-профессионального самоопределения подростка, преломляясь через призму уже сложившихся ценностных ориентаций личности.

Е.А.Климов предлагает другую интересную модель – «восьмиугольник основных факторов выбора профессии», которые характеризуют ситуацию профессионального самоопределения и определяют качество профессиональных стремлений подростка [10,123-124].

Структура:

- 1) учет своих склонностей (по сравнению с интересами, склонности более

- устойчивы);
- 2) способностей, внешних и внутренних возможностей;
  - 3) престижности выбираемой профессии;
  - 4) информированности о ней;
  - 5) позиции родителей;
  - 6) позиции одноклассников, друзей и сверстников;
  - 7) потребностей производства («рынка»);
  - 8) наличие определенной программы действий по выбору и достижению профессиональных целей – с личной профессиональной перспективой (ЛПП).
- ЛПП считается удачной в том случае, когда она строится с учетом всех перечисленных факторов.

В работе со школьниками факторы выбора профессии обозначаются в виде «восьмиугольника», а при оценке (или при самооценке) ситуации профессионального выбора линиями обозначаются связи ЛПП с теми или иными факторами (например, если ЛПП строится без учета данного фактора, то линия не проводится). В таком виде «восьмиугольник основных факторов выбора» наглядно отражает консультируемого подростка и позволяет ему самому уточнить свои профориентационные проблемы.

Подросток, включаясь в образовательный процесс предпрофильной подготовки, становится субъектом данного процесса, потому что является носителем субъективного опыта, включающего представление о самом себе и своих возможностях, определенные жизненные желания, интересы, представления о будущем.

Из этого следует, что в образовательном процессе предпрофильной подготовки необходимо не только учитывать, но и опираться на предшествующий опыт личности, формируя у подростка психологию успешного личностно – профессионального самоопределения [5].

Существенные факторы профессионального самоопределения – возраст, в котором осуществляется выбор профессии, уровень информированности молодого человека и уровень его притязаний [7].

Выбор профессии, как мы уже успели заметить, - сложный и длительный процесс. Проблема состоит не столько в его общей продолжительности, сколько в последовательности этапов. Здесь существуют две опасности. Один полюс - затягивание и откладывание старшеклассником профессионального самоопределения в связи с отсутствием сколько-нибудь выраженных и устойчивых интересов. Эта задержка часто сочетается с общей незрелостью, инфантильностью поведения и социальных ориентации подростка, что вполне понятно, если вспомнить, что профессиональное самоопределение - один из главных компонентов взросления и устойчивого образа "я", самоуважения и так далее [8].

Попытки родителей ускорить, форсировать этот процесс с помощью прямого психологического нажима, как правило, дают отрицательные результаты, вызывая у детей рост тревожности, а иногда и негативистский отказ от всякого самоопределения, нежелание вообще что-либо выбирать, уход в различные хобби. Помощь здесь может быть только органической - своевременное, на всем протяжении учебы, расширение кругозора и интересов ребенка, ознакомление его с разными видами деятельности и практическое приобщение к труду.

Хотя раннее самоопределение обычно считается фактором положительным, оно тоже имеет свои издержки. Подростковые увлечения нередко обусловлены случайными, ситуативными факторами. Подросток ориентируется только на содержание деятельности, не замечая других ее аспектов (например, того, что геолог должен полжизни проводить в экспедициях, что историю интересно изучать, но возможности применения этой специальности, если ты не хочешь быть школьным учителем, довольно ограничены, и т. п.). К тому же мир профессий, как и все остальное, часто кажется школьнику черно-белым: в "хорошей" профессии все хорошо, в "плохой" - все плохо. Категоричность выбора и нежелание рассмотреть другие варианты и возможности часто служат своего рода психологическим защитным механизмом, средством уйти от сомнений и колебаний. В будущем

это может привести к разочарованию. Нельзя забывать и о том, что ранняя профессионализация часто связана с неблагоприятными семейными условиями, низкой успеваемостью и другими отрицательными факторами, снижающими уровень сознательности и добровольности выбора.

Очень важен также уровень информированности старшеклассников как о будущей профессии, так и о самих себе. Как правило, подростки плохо знакомы с кругом профессий, из которого им предстоит выбирать, и конкретные особенности каждой профессии, что делает их выбор в значительной мере случайным. Нередко эта неинформированность сохраняется даже на вузовской скамье. Чем младше человек в момент выбора профессии, тем вероятнее, что его выбор несамостоятелен и совершается не на основе его собственной системы ценностей, а по чьей-то подсказке и на базе недостаточной информации [20, 67].

Выбор профессии отражает определенный уровень личных притязаний. Он включает оценку своих объективных возможностей и оценку своих способностей. Кроме того, на него влияет часто не осознаваемый самим субъектом уровень требований, предъявляемых им к профессии. У 15-17-летних юношей и девушек уровень притязаний часто завышен. Это нормально и даже полезно, так как стимулирует молодого человека к росту и преодолению трудностей. Гораздо хуже, если уровень притязаний занижен и юноша ни к чему особенно не стремится, довольствуясь тем, что само идет к нему в руки.

Выявление движущих сил, содействующих успешному выбору подростком профессионального будущего, позволяет не только удовлетворить индивидуально-психологические и возрастные потребности подростка, но и оптимизировать процесс профессиональной ориентации в школе.

В настоящее время исследователи выделяют следующие компоненты профориентационной работы:

- профессиональное просвещение, то есть информирование учащихся о мире профессий, их особенностях и условиях труда, а также формирование профессиональных установок;
- профессиональная консультация и диагностика, которая заключается в оказании воздействия на субъект профориентации, в результате которого определяются соответствия личностных характеристик человека (индивидуальных, психологических) конкретным требованиям определенных профессий;

В процессе профессиональной диагностики изучают характерные особенности личности: потребности, ценностные ориентации, интересы, способности, склонности, мотивы, профессиональную направленность.

- профессиональный отбор, представляющий собой процесс, цель которого состоит в раскрытии пригодности индивида к тому или иному виду деятельности [22].

Решением вышеперечисленных проблем и противоречий могут быть следующие рекомендации для повышения качества профессионального самоопределения в условиях профориентационной работы:

- проведение профессиональных консультаций специалистами центра занятости населения;
- информационное взаимодействие с центром занятости для своевременного получения свежей и достоверной информации о состоянии рынка труда;
- периодическая диагностика школьников среднего и старшего звена с последующей консультацией, поэтапная и комплексная работы с учащимися;
- включение в практическую деятельность самих учащихся: просмотр фильмов, экскурсии на предприятия, обыгрывание проблемных ситуаций;
- просвещение педагогов и родителей учеников по вопросам профессиональной ориентации. [30, 20-21]

Образовательные учреждения должны быть нацелены на развитие у самоопределяющейся личности достаточной степени готовности к осуществлению профессионального выбора и выстраивание грамотного сопровождения данного выбора с обязательным участием специалистов.

Таким образом, основными факторами и условиями становления профессионального самоопределения являются:

- общественное устройство государства, экономическая и социокультурная ситуация, система социальных норм и престиж профессий;
- влияние и позиции семьи, окружения, а так же школы и других образовательных организаций;
- индивидуальные особенности личности: возраст, пол, личные профессиональные планы, уровень притязаний, информированности и т.д.

### **1.3. Старшие подростки как субъекты профессионального самоопределения**

Переход от детства к взрослости протекает особо остро и драматично. В нем проявляются наиболее противоречивые тенденции социального и психического развития личности.

С одной стороны, для этого сложного периода показательны негативные проявления, такие как дисгармоничность личности, свертывание и изменение установившихся интересов ребенка, протестующий характер его поведения по отношению к взрослым. С другой стороны, подростковый возраст отличается и множеством положительных факторов — растет самостоятельность школьника, более многообразными и содержательными становятся формы отношений со сверстниками и взрослыми, значительно расширяется и существенно изменяется сфера его деятельности, развивается ответственное отношение к себе и к другим людям.

Главное то, что данный период отличается выходом подростка на качественно новую социальную позицию, в которой реально формируется его сознательное отношение к себе как члену общества [3].

По мнению Д.И. Фельдштейна, подростковый период, представляя собой социально-психологическое явление, обусловленное конкретно-историческими обстоятельствами развития общества, с одной стороны, отличается стабильностью глубинно-психологической сущности основных характеристик; с другой стороны, изменения в социально-экономической жизни обуславливают качественные различия социальной наполняющей процессов формирования сознания, самосознания, личностного становления растущих людей [28].

Характеризуя подростковый возраст, Л.И. Божович писала, что в течение этого периода ломаются и перестраиваются все прежние отношения ребенка к миру и к самому себе и развиваются процессы самосознания и

самоопределения, приводящие в конечном счете к той жизненной позиции, с которой школьник начинает свою самостоятельную жизнь [4, 67].

Таким образом, подростковый период создает внутреннюю потребность ставить цели и формулировать жизненные планы.

Л.И. Божович также отмечала, что к началу переходного возраста в общем психическом развитии появляются новые, более широкие интересы, личные увлечения и стремление занять более самостоятельную, более «взрослую» позицию в жизни. Однако в переходном возрасте еще нет возможностей (ни внутренних, ни внешних), чтобы занять эту позицию. Расхождение между возникшими потребностями и обстоятельствами жизни, ограничивающими возможность их реализации, характерно для каждого возрастного кризиса. Но, тем не менее, подросток все равно всем своим существом направлен в будущее, хотя «это будущее представляется ему еще очень туманно» [4, 75].

Действительно, одной из основных психологических характеристик старшего школьного возраста можно считать направленность в будущее. Он стоит на пороге социальной взрослости: у подростка появляются конкретные жизненные планы, соответствующие им мотивы. Более реальным становятся представления о требованиях общества к личности. Для школьника становится более весомым мнение взрослых, в том числе и учителей. Растут и требования к личности, профессиональным знаниям и умениям учителя. Поведение старшего школьника все больше становится целенаправленно-организованным, сознательным, волевым. Все большую роль играют сознательно выработанные или усвоенные критерии, нормы и жизненные принципы. Появляются элементы мировоззрения, возникает устойчивая система ценностей. Учебная деятельность становится учебно-профессиональной, реализующей профессиональные и личностные устремления подростков [17].

Существенное отличие от предыдущих периодов взросления разница ярко проявляется в эмоциональной жизни: она становится более

импульсивной, менее подчиненной другим мотивам и слабее регулируемой сознательно. В этих условиях необходимо сказать об еще одной черте подросткового возраста, такой как конформизм [1].

Конформизмом называется податливость человека реальному или воображаемому давлению группы, проявляющаяся в изменении его поведения и установок в соответствии с первоначально не разделявшей им позицией большинства. Конформизм может иметь как отрицательное, так и некоторое положительное значение, например, при сохранении традиций коллектива, налаживании взаимодействия. Конформизм проявляется в склонности избегать самостоятельных решений, в пассивной, приспособленческой ориентации на восприятие готовых решений, стандартов поведения, оценок [7].

Подростки, зачастую, принимают определенный образ жизни только потому, что так принято в их окружении, группе, обществе. Однако подростковый конформизм — особенное явление. Страх оказаться не таким «как все» очень велик у подростков, поскольку в этом возрасте очень сильно влияние компании. Подростки чувствуют себя очень неуютно вне группы. Психологически им трудно вынести отвержение друзей. Желание слиться с группой, ничем не выделяться, отвечающее потребности в безопасности, психологи рассматривают как механизм психологической защиты и называют социальной мимикрией.

И конечно, такое чувство «коллективного» я, не может не сказаться на предстоящем выборе профессии.

Большинство молодых людей согласуют свои планы и с родителями и с друзьями. Многие полагают, что жизненные взгляды родителей и сверстников несовместимы, поэтому резкое падение родительского влияния в подростковом возрасте неизбежно. Однако взгляды родителей и сверстников на выбор профессии во многом совпадают, так как их основы закладывались в одном и том же обществе [24].

Как правило, мнение друзей подкрепляет пожелания родителей, потому что молодые люди общаются со сверстниками, цели которых во многом совпадают с целями родителей. Однако подросток может пойти и по иному пути, не соглашаясь с ценностями и интересами родителей в выборе профессии, найти «убежище» в интересах сверстников, которые так же не согласны с мнением уже своих родителей, а потому идут в разрез, выбирая не всегда верный путь [11].

Подростки нуждаются в поддержке сверстников еще и потому, что какими бы понимающими не были бы родители и другие взрослые, их роль всегда ограничена, т.к. подростки только стремятся достичь статуса взрослых, в то время как взрослые его уже достигли. Молодые люди не знают, как им справиться с этой задачей. Но они знают, что предыдущие поколения подростков с ней справились, поэтому, если держаться своих сверстников можно также добиться успехов на профессиональном поприще.

Еще одна характерная черта подросткового возраста - формирование жизненных планов. С одной стороны, жизненный план возникает в результате обобщения и укрупнения целей, которые ставит перед собой личность, интеграции и иерархизации ее мотивов, становления устойчивого ядра ценностных ориентации, которые подчиняют себе частные, преходящие стремления. С другой стороны, идет процесс конкретизации и дифференциации целей и мотивов. Из мечты, где все возможно, и идеала как абстрактного, иногда заведомо недостижимого образца постепенно вырисовывается более или менее реалистичский, ориентированный на действительность план деятельности [21].

Жизненный план - явление одновременно социального и этического порядка. Вопросы кем быть (профессиональное самоопределение) и каким быть (моральное самоопределение) первоначально, на подростковом этапе развития, не различаются. Очень часто подростки называют жизненными планами весьма расплывчатые ориентиры и мечты, которые никак не соотносятся с их практической деятельностью. Они пытаются предвосхитить

свое будущее, не задумываясь о средствах его достижения. Образы будущего подростка отличаются тем, что они ориентированы на результат, а не на процесс развития: подросток может очень живо, в деталях, представлять свое будущее общественное положение, не задумываясь над тем, что для этого нужно сделать. Отсюда и характерная завышенность уровня притязаний, потребность видеть себя непременно выдающимся, великим [25].

Жизненный план в точном смысле этого слова возникает только тогда, когда предметом размышлений становится не только конечный результат, но и способы его достижения, путь, по которому намерен следовать человек, и те объективные и субъективные ресурсы, которые ему для этого понадобятся. В отличие от мечты, которая может быть как активной, так и созерцательной, жизненный план - это план деятельности, поэтому он заземляется в первую очередь на выбор профессии [29].

Для подростка и юноши выбор профессии - в значительной степени моральная проблема. Чем шире диапазон выбора, тем он психологически сложнее [8].

Под понятием «призвания» в научной психолого-педагогической литературе обычно подразумевают единство субъективных склонностей и способностей к той или иной деятельности, в которой личность видит главную сферу самореализации [7]. Но склонности и интересы сами формируются и изменяются в процессе деятельности. Резко выраженные, устойчивые и активные склонности у детей встречаются не так уж часто. Подросток стоит перед выбором сферы деятельности. Но только практически, в ходе самой деятельности выяснится, подходит она ему или нет.

Самоопределение есть одновременно и самоограничение. Выбор специальности делает человека чем-то определенным, он получает определенную сферу деятельности, в которой предметно реализуются его силы и способности. Но вместе с тем это означает отказ от многих других видов деятельности, концентрацию интересов в определенной области.

Развитие интересов подростков проходит несколько стадий, но конечная, наиболее интересующая нас стадия, знаменуется реалистическим и практическим выбором одного наиболее устойчивого интереса, большей частью непосредственно связанного с основной жизненной линией, избираемой подростком. Важную роль в жизни подростка играет познавательный интерес. В качестве основных особенностей этого стержневого интереса можно выделить: относительно большую нацеленность и более узкую локальность предметной направленности; высокую активность и практическую действенность [9].

Итак, характерными чертами подросткового возраста, которые оказывают непосредственное влияние на процесс личностного и профессионального самоопределения, являются:

- активное формирование жизненных планов;
- выход подростка на новую социальную позицию, в которой формируется его отношение к себе как члену общества;
- эмоциональная жизнь подростка становится более импульсивной и слабо регулируемой;
- подростковый конформизм.

Таким образом, интересы, способности, ценности, оценка своих объективных возможностей, материальных условий семьи, уровня учебной подготовки, состояния здоровья - все это играет роль в принятии решения о профессиональном самоопределении. Одним из результатов профессионального самоопределения подростка является профессиональная ориентация [19]. Выбор профессии по-настоящему удачен, только тогда, когда он сопряжен с социально-нравственным выбором, с размышлениями о смысле жизни и природе собственного "я". Первоначальная глобальность и аморфность выбора сменяется по мере его конкретизации и осмысления на реальную деятельность.

## **Выводы по первой главе**

В ходе изучения теоретической части нашего исследования, удалось установить, что профессиональное самоопределение представляет собой процесс, связанный с самоактуализацией и нахождением личностного смысла в выбираемой, осваиваемой или уже выполняемой трудовой деятельности.

Его основными компонентами являются интересы и потребности, ценности, мотивы и цели.

Факторами и условиями, обуславливающими процесс профессионального самоопределения, являются общественное устройство государства и экономическая и социокультурная ситуация в стране; влияние и позиции семьи, ближайшего окружения, школы; индивидуальные особенности личности: возраст, пол, личные профессиональные планы, уровень притязаний, информированности и т.д.

Главным результатом профессионального самоопределения подростка является профессиональная ориентация, которая становится, по-настоящему, удачна только тогда, когда она сопряжена с социально-нравственным выбором, с размышлениями о смысле жизни и природе собственного "я" субъекта профессионального самоопределения, в качестве которого в данном исследовании выступает старший школьник.

## **Глава II. Эмпирическое исследование становления личностного и профессионального самоопределения старших школьников**

### **2.1 Разработка организационно-методических условий процесса профессионального самоопределения подростков**

Помощь в выборе жизненного пути, формирование индивидуальной направленности и в целом оказание влияния на рациональное распределение ресурсов школьника возможна через систематическую работу педагога и семьи, направленную на профессиональное самоопределение и профессиональную ориентацию в школе [22].

Профессиональное самоопределение состоит из взаимосвязанных компонентов, объединенных общностью цели: профессиональное просвещение, развитие интересов, склонностей школьников в различных видах деятельности. Без развития интересов и склонностей невозможно подготовить учащихся к правильному выбору профессии.

Теоретические выводы первой главы нашего исследования обусловили положение гипотезы о том, что в школе будет эффективна работа по профессиональному самоопределению, при условии:

- ориентации на достижение личностных, предметных и метапредметных результатов;
- создания творческой атмосферы;
- создания условий для сотрудничества и взаимопонимания учащихся.

С этой целью в ходе настоящего исследования был проведен ряд мероприятий, направленных на развитие профессионального самоопределения в школе.

Экспериментальной базой нашего исследования стала МБОУ Гимназия № 7 г. Красноярска, в частности ученики 8 «Б» класса, в количестве 20 человек. На сегодняшний день профориентация является одним из основных направлений работы данного образовательного учреждения.

Профориентационная работа в МБОУ Гимназии №7 включает себя несколько этапов. Первый этап подразумевает под собой работу с учениками 4-5 классов и предполагает распределение учащихся по классам с углубленным изучением определенной предметной области.

На втором этапе профориентационной работы учащиеся 7-х классов проходят психологическое тестирование, участвуют в проекте «Школа самоопределения» и совместно с родителями делают выбор в пользу одного из предлагаемых в гимназии образовательных направлений.

Третий этап происходит на восьмом году обучения в гимназии. 8-е классы набираются из учащихся, которые сделали свой выбор в пользу изучения определенной предметной области, которая имеет расширенное предметное содержание. Одновременно с гимназией на этом этапе в процесс профориентации активно включены внешние партнеры гимназии, такие как СибГАУ, СФУ, которые проводят лекторий, интерактивные занятия по выбранному ребятами направлению.

Работа с 9-ми классами в МБОУ Гимназии №7 ориентирована на определение траектории получения образования: в рамках гимназии или за ее пределами. Учащиеся, которые планируют обучаться в 10м классе на базе гимназии проходят 3х дневное погружение, в котором участвуют и их законные представители, по выстраиванию собственного индивидуального учебного плана (ИУПа) на 10-11 класс. 10-е классы гимназии обучаются по ИУПам, что позволяет выстраивать индивидуальную образовательную траекторию и учитывать пожелания и запросы учащихся.

С учетом профориентационной работы, проводимой в гимназии для учащихся 8-х классов, нами был разработан комплекс диагностических и проективных тренингов для учащихся, один из которых был апробирован. Основные задачи каждого тренинга – расширить возможности помощи учащимся в осознании альтернатив выбора и профессионального карьерного развития, помочь им в принятии решения, определении сферы, в которой они хотели бы сосредоточить свою личностную активность [15].

Комплекс состоит из 3 тренингов, каждый из которых ориентирован на формирование различных личностных компетенций и навыков.

Первый тренинг направлен на определение школьником своих сильных и слабых личностных качеств и способностей.

Перед его началом участники заполняют анкету (см. Приложение №1), ответы на вопросы которой, позволяют определить уровень их личностного и профессионального самоопределения. В процессе диагностики определяются характерные особенности личности, а именно ценностные ориентации, мотивы, интересы, потребности, профессиональные намерения, черты характера. В рамках первого тренинга участниками выполняются упражнения, направленные на осмысление самими учащимися своих способностей и особенностей характера, а так же на анализ своих возможностей, имеющихся умений, навыков и предрасположенностей.

Одно из упражнений, «Автопортрет способностей», направленно на осмысление и творческое воспроизведение способностей участника, заключалось в следующем. Каждому участнику предлагается нарисовать свой портрет, который характеризовал бы его способности – некое метафорическое изображение. После выполнения задания, участники обмениваются друг с другом своими рисунками. Каждый участник, получив рисунок, должен написать, какими качествами обладает автор данного рисунка и порекомендовать профессии, которые, как ему кажется, подходят автору данного портрета. Далее каждый автор просматривает качества, которые ему написали участники, и те профессии, которые ему порекомендовали. Под контролем ведущего тренинга происходит обсуждение каждого портрета: у каждого участника есть возможность обсудить, задать вопросы или высказаться относительно того или иного рисунка или полученной информации. В конце упражнения ведущий тренинга спрашивает участников, желающих высказаться, о впечатлениях и чувствах, переживаемых в ходе выполнения данного упражнения [27]. Упражнение позволяет создать

творческую атмосферу и настроить учеников на активное взаимодействие с другими участниками тренинга.

Второе упражнение – «Хочу-могу», направленно на конкретизацию уже имеющихся знаний и умений у участников, а так же их соотношение с желаемыми. Первый этап: участникам предлагается обрисовать свое «хочу» (желания, склонности, предпочтения) относительно будущей профессии и жизни, а так же ответить на следующие вопросы:

- Работа, с какими объектами труда вам наиболее интересна и доставляет удовольствие?
- С людьми или с документами, с животными или с техникой?
- Может быть, работа, связанная с любого рода информацией? Или деятельность, связанная с художественными образами (танец, актерское искусство, живопись)?

Опыт повседневной жизни, учебы, предпочтение того или иного хобби должны помочь участникам с ответами.

Второй этап: участники анализируют свои возможности и способности («могу»). Ведущий предлагает ученикам вспомнить предметы, которые лучше всего даются в школе; задачи какого типа им легче решать; к точным наукам или гуманитарным у вас больше способностей; какие задачи они предпочитают: на четкий алгоритм действий или творческие задания. Также участникам необходимо было максимально объективно оценить свой уровень интеллектуальных способностей, коммуникативных и организаторских умений. В завершении упражнения участникам нужно описать свои личные качества, порядка 10 определений, и оценить свои физические и физиологические возможности, ограничения по здоровью - при выборе некоторых профессий это тоже может быть важным.

Следующий тренинг позволяет участникам подробно познакомиться с миром профессий, определить требуемые навыки для овладения той или иной профессией, необходимый уровень образования и т.д. Помимо лекции-беседы о современном мире профессий и наиболее востребованных из них,

участниками предлагается выполнить профориентационное упражнение "Профессии".

Суть упражнения заключается в следующем: участниками называются различные профессии и совместно с ведущим заостряют внимание на таких вопросах как польза профессии, ее возможные преимущества и недостатки. Для поддержания творческой атмосферы тренинга участники могут придумывать профессии и отвечать на те же вопросы, а в конце выяснить, почему же еще не существует такая профессия. В этом упражнении важно показать участникам то, что каждая профессия существует не просто так и если профессия востребована обществом, значит у людей есть большая потребность в этих услугах.

На заключительном тренинге участникам предлагается написать краткое сочинение о наиболее подходящих им профессиях с использованием терминов и знаний, которыми они овладели на предыдущих этапах тренинга. На этом же занятии проводится итоговое тестирование, аналогичное тому, что проводилось на первом занятии. Результаты двух диагностик сравниваются и анализируются.

## 2.2 Результаты опытно-экспериментальной работы

При прохождении педагогической практики в МБОУ Гимназии №7 нами было проведено исследование, в ходе которого учащиеся 8-го класса ответили на вопросы анкеты и приняли участие в первом вступительном тренинге, который был проведен в рамках урока по обществознанию. В анкетировании приняли участие 20 учеников.

Результаты первичного анкетирования выглядели следующим образом.

Отвечая на вопрос «*Определился ли ты с выбором своего дальнейшего жизненного пути (выбор профессии, продолжение обучения в школе и т. п.)?*», 50% опрошенных респондентов выбрали ответ «*Нет*», в то время как 30% опрошенных уже определились с выбором профессии и местом дальнейшего обучения и выбрали ответ «*Да*». Еще около 20% выбрали ответы «*Скорее да, чем нет*» и «*Скорее нет, чем да*», при этом указав, что решили продолжать обучение в школе, но пока не задумывались о дальнейшем профессиональном пути. (см.рис. №1)

### Данные о выборе дальнейшего жизненного пути

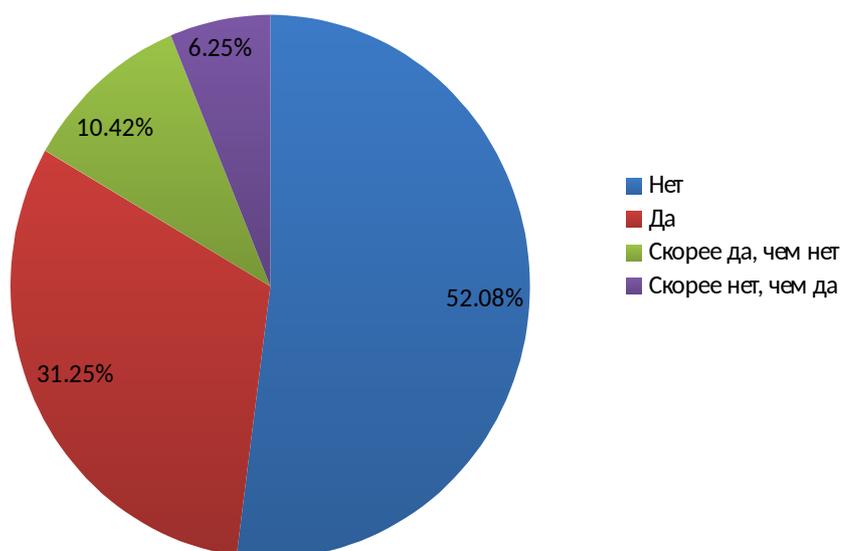


Рис.1

Так же существенные различия обнаружались в вопросах мотивов обучения. На вопрос анкеты «*Что, по твоему мнению, побуждает тебя учиться?*» около 30% учеников ответили, что учиться необходимо лишь для того, чтобы получать одобрение со стороны родителей и иметь авторитет в классе. Еще 50% считают, что учиться необходимо для того, чтобы получать хорошие оценки и быть образованным и культурным человеком. И только 20% отметили, что знания необходимы для дальнейшей учебы и работы (см.рис.№2).

### Данные о мотивах обучения



Рис.2

На вопрос анкеты, в котором предлагалось выбрать критерии наиболее предпочтительной для респондентов профессии, ответы выглядели следующим образом. Большинство выбрали ответ «*работать в хороших условиях; чтобы работа не была утомительной, не вызывала отрицательных эмоций*» и «*получать заработную плату, обеспечивающую высокий уровень благосостояния*», остальные опрошиваемые выбрали ответы «*достичь высокого общественного положения, получить признание окружающих*», «*в наибольшей степени проявить творческую инициативу, самостоятельность*» и «*максимально раскрыть свои способности*».

Вопрос «Как ты считаешь, от чего, главным образом, будет зависеть твой успех в жизни?», в котором нужно было выбрать несколько вариантов ответа, вызывал трудности у опрашиваемых школьников. Поэтому большинство отвечали, что успех их жизни будет зависеть как «от помощи родственников, друзей, знакомых» - то есть наличия связей, так и «от моей личной инициативы, энергии, предприимчивости».

Отвечая на вопрос о самостоятельности принятого решения: «Самостоятельно ли ты принял решение о выборе своего дальнейшего жизненного пути (выбор профессии, продолжение обучения в школе и т. п.)?», около половины школьников ответили, что самостоятельно приняли решение, около трети опрашиваемых выбрали вариант «скорее да, чем нет» и «скорее нет, чем да» и лишь небольшая часть ответила, что полностью не самостоятельно приняли решение о выборе своего дальнейшего пути (см.рис. №3)

### Данные о самостоятельности выбора

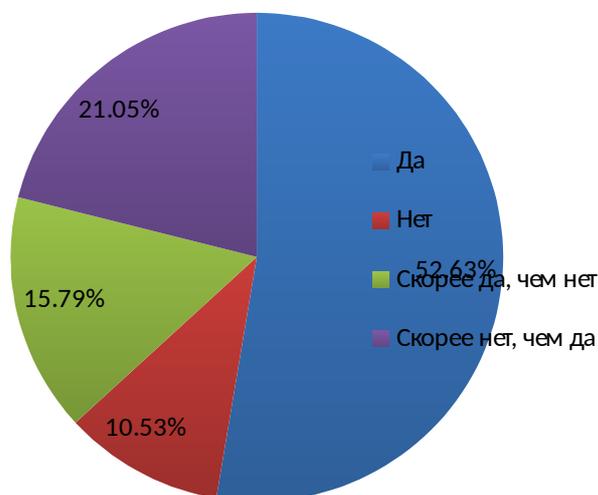


Рис.3

На заключительный вопрос анкеты «Как ты считаешь, готов ли к самостоятельной “взрослой” жизни?», подавляющее большинство выбрало ответ «нет». Такой ответ вполне ожидаем, и является нормальным, для опрашиваемых этого возраста.

В ходе анализа результатов первичного анкетирования были выявлены различия в ценностных и жизненных ориентациях и особенностях ценностно-смысловой сферы представителей исследуемого возраста, несформированность мотивационной сферы для профессионального самоопределения, фиксировался низкий уровень понимания значимости образования в целом.

Такие результаты опроса актуализировали потребность в организации тренингов по профессиональному самоопределению.

Первый тренинг был направлен на индивидуализацию процесса профессионального самоопределения, что в будущем помогло бы избежать «коллективного», возможно ошибочного, выбора дальнейшего пути. Для эффективности данной деятельности особое внимание важно уделять индивидуальной работе с учениками: необходимо найти определенное занятие, максимально соответствующее его личным качествам и возможностям. В ходе тренинга учащимся предлагались такие упражнения, как «рисование автопортрета способностей ученика»; упражнение, направленное на осмысление «хочу» и «могу», а так же ряд творческих заданий, позволяющих ученикам конкретизировать свои профессиональные предпочтения. Участники с большим энтузиазмом отнеслись к предложенным упражнениям, хотя их выполнение и вызывало определенные трудности. В основном они были связаны с первым упражнением, выполнение которого требовало творческого подхода. Эмоциональное состояние класса на протяжении всего тренинга было положительным и благоприятно сказывалось на продуктивности работы участников. После упражнений было проведено обсуждение, в ходе которого участники делились своими впечатлениями, полученными на тренинге.

В ходе опытно-экспериментальной работы, после проведения тренинга по личностному самоопределению старших школьников, был проведен повторный диагностический опрос по адаптированному варианту анкеты.

**Сводная таблица итоговых результатов опытно-  
экспериментальной работы**

Варианты ответа	Начало опытно- экспериментальной работы (количество утвердительных ответов учащихся, %)	Конец опытно- экспериментальной работы (количество утвердительных ответов учащихся, %)
Понимаю, что знания необходимы для дальнейшей учебы и работы	20%	40%
Учусь для развития интеллектуальных способностей	30%	35%
Работа должна позволять максимально раскрыть мои способности	10%	40%
В наибольшей степени проявить творческую инициативу и самостоятельность в будущей профессии	10%	20%
Главным образом, мой успех в жизни будет зависеть от качества моих знаний и моей личной инициативы, энергии.	20%	30%

Анализ результатов повторного тестирования выявил положительную динамику изменения ответов опрашиваемых в различных вопросах адаптированной анкеты. Некоторые из ответов касались критериев при

выборе желаемой профессии, а некоторые – демонстрировали изменения в ценностно-смысловой ориентации опрашиваемых школьников.

Большинство респондентов, по результатам вторичного тестирования, аргументировали необходимость учиться не только тем, что это необходимо для получения хороших оценок и одобрения родителей, но и для того, чтобы в дальнейшем использовать знания, полученные в школе при реализации своих жизненных планов и т.п.

Таким образом, участие учеников в проведенной тренинговой работе активизировало субъектность подростков: процесс личностного и профессионального самоопределения стал для школьников индивидуализированным. Учащиеся 8 «Б» класса с энтузиазмом подошли как к участию в тренинге, так и к процессу анкетирования. Упражнение «Хочу-могу» помогло конкретизировать участникам свои имеющиеся и необходимые, для достижения целей, навыки. Трудности вызвало упражнение «Автопортрет способностей» - они были связаны с тем, что это задание требовало творческого и самостоятельного подхода. Однако общими усилиями упражнение удалось выполнить и извлечь из него максимум положительного результата.

Большой интерес вызвали у старших школьников и результаты итогового тестирования – им была предоставлена возможность сравнить свои ответы и также увидеть их динамику. Поэтому можно утверждать, что проведенная опытно-экспериментальная работа способствовала успешному решению задач личностного, социального и профессионального самоопределения обучающихся.

## **Заключение**

В результате теоретического исследования и практической деятельности были сделаны следующие выводы.

Анализируя психолого-педагогическую литературу, которая была связана с темой личностного и профессионального самоопределения подростков, было выявлено, что профессиональное самоопределение – это сложный, многогранный процесс, связанный с самоактуализацией, самореализацией и нахождением личностного смысла в выбираемой, осваиваемой или уже выполняемой трудовой деятельности.

Основными составляющими профессионального самоопределения являются следующие компоненты:

- интересы и потребности, которые в свою очередь являются обязательными условиями для последующего формирования ценностных ориентаций;
- ценности, которые наиболее тесно увязаны с преобладающими потребностями индивида;
- мотивы поступков и деятельности, которые обуславливают целенаправленный, сознательный характер действий человека;
- цели, оформление которых, позволяет самостоятельно реализовывать себя в жизни и труде.

Таким образом, происходит осмысление личностных потребностей индивида, выстраивается их иерархия, распределяются предпочтения, определяются интересы, формируются ценности, оформляются мотивы, возникают цели, изучаются внешние условия, которые будут способствовать или препятствовать достижению цели. После чего принимается решение на деятельность, т.е. происходит самоопределение.

Основными факторами и условиями становления профессионального самоопределения являются:

- общественное устройство государства, экономическая и социокультурная ситуация, система социальных норм и престиж профессий;
- влияние и позиции семьи, окружения, а так же школы и других образовательных организаций;
- индивидуальные особенности личности: возраст, пол, личные профессиональные планы, уровень притязаний, информированности и т.д.

Переходный период от детства к взрослости протекает особо остро и драматично - в нем проявляются наиболее противоречивые тенденции социального и психического развития личности. Главное то, что данный период отличается выходом подростка на качественно новую социальную позицию, в которой формируется его сознательное отношение к себе как члену общества, а также активным построением жизненных планов и расширением круга интересов, личных увлечений, стремлений и направленностью в будущее.

Поэтому помимо «внешних» факторов на профессиональное и личностное самоопределение, оказывает влияние и факторы «внутренние» - особенности психического развития личности.

Таким образом, интересы, способности, ценности, оценка своих объективных возможностей, материальных условий семьи, уровня учебной подготовки, состояния здоровья - все это играет роль в принятии решения о профессиональном самоопределении.

Одним из результатов профессионального самоопределения подростка является профессиональная ориентация. Выбор профессии по-настоящему удачен, только тогда, когда он сопряжен с социально-нравственным выбором, с размышлениями о смысле жизни и природе собственного "я".

Опытно-экспериментальная работа, проведенная на базе МБОУ Гимназии №7 г. Красноярска, продемонстрировала нам действительную сложность процесса личностного и профессионального самоопределения.

Несмотря на проводимую в МБОУ Гимназии №7 профориентационную работу, с помощью диагностики у учащихся 8-го класса были выявлены такие проблемы как: различия в ценностных и жизненных ориентациях и особенностях ценностно-смысловой сферы представителей исследуемого возраста; несформированность мотивационной сферы для профессионального самоопределения; низкий уровень понимания значимости образования в целом. Такие результаты опроса актуализировали потребность в разработке и организации тренингов по профессиональному самоопределению.

В связи с этим, в рамках опытно-экспериментальной работы, нами был апробирован первый, вступительный тренинг и два тестирования. В ходе тренинга учащимся предлагались различные упражнения, направленные на конкретизацию и осмысление своих профессиональных предпочтений, а также имеющихся навыков и способностей и определение своих сильных и слабых сторон. Первый тренинг был направлен на индивидуализацию процесса профессионального самоопределения, что в будущем помогло бы избежать «коллективного», возможно ошибочного, выбора дальнейшего пути.

Таким образом, участие учеников в проведенной тренинговой работе активизировало субъектность подростков: процесс личностного и профессионального самоопределения стал для школьников индивидуализированным.

Анализ результатов итогового тестирования выявил положительную динамику изменения ответов опрашиваемых в различных вопросах, в том числе и касающихся ценностно-смысловой ориентации и мотивационной сферы учащихся.

В ходе опытно-экспериментальной работы нами было определено, что целенаправленная деятельность по профессиональному самоопределению в образовательном учреждении будет эффективна при условии:

- ориентации на достижение личностных, предметных и метапредметных результатов;

- создания творческой атмосферы;
- создания условий для сотрудничества и взаимопонимания учащихся.

Таким образом, теоретический анализ и практическая деятельность показали, что цель исследования достигнута, а задачи решены. В дальнейшей педагогической работе возможна полная реализация комплекса тренингов по личностному и профессиональному самоопределению подростков.

## **Список использованной литературы**

1. Аверин В.А. Психология детей и подростков/ В.А.Аверин. – 2-е изд., перераб. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1998. – 379 с.
2. Александрова О.В. Социально-профессиональное самоопределение подростков// Ярославский педагогический вестник – Том II (Психолого-педагогические науки) – 2010. – № 3. С 30-35.
3. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте/ Л.И. Божович – СПб.: Питер, 2008. – 400с.
4. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды/ Под ред. Д.И. Фельдштейна – 3-е изд., доп. – М: МПСИ, 2001. – 349с.
5. Возрастная психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ О.Б. Дарвиш: под. ред. В.Е. Ключко – М.: ВЛАДРОС-ПРЕСС, 2004. – 264с.
6. Горина Е.Е. Служба занятости: проблемы формирования и оптимизация функционирования// Регионология. – 2010. – №2. С 33-38.
7. Зеер Э.Ф. Психология профессионального образования/ Э.Ф. Зеер. – 3-е изд., доп. – М.:Академия, 2013. – 416с.
8. Дикова В.В. Анализ психологических особенностей выбора профессии старшеклассниками в контексте регионального рынка труда// Профессиональное образование и рынок труда. – 2017. – №1. С 63-69.
9. Ильин В.С. Формирование личности школьника (целостный процесс)/ В.С. Ильин. – М.:Педагогика, 2004. – 144с.
- 10.Климов Е.А. Введение в профессию/ Е.А. Климов. – 3-е изд., перераб. – М.: Академия, 2011. – 208с.
- 11.Козопасова Т.Н. Влияние группы сверстников на профессиональное самоопределение школьника // Территория науки. – 2013. – №1. С 54-56.
- 12.Кон И.С. Психология старшеклассника: Пособие для учителей/ И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1980. – 192с.
- 13.Коровкин А.Г. Динамика занятости и рынка труда в РФ в перспективе до 2030 года// Проблемы прогнозирования. – 2015. – №3. С 79-90.
- 14.Костюнина Е. А., Агеева Л. Г. Трудности профессионального самоопределения подростков// Арзамасский филиал Нижегородского

- государственного университета имени Н. И. Лобачевского. – 2016. – №1.
15. Кулакова А.Б., Фомина Ж.В. Элементы тренинговой работы в образовательном процессе// Вопросы территориального развития. – 2014. – №8. С 1-7.
  16. Ларина А.А. Процесс формирования личностно-профессионального самоопределения подростка// Территория науки. – 2013. – №1. С 49-54.
  17. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность/ А.Н. Леонтьев. М.: Академия, 2004. – 352с.
  18. Малин С.В., Поляруш А.А. Активизирующие технологии профориентационной работы со старшеклассниками в современной школе// Теория и практика общественного развития. – 2010. – №4. С 115-120.
  19. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. высш. учеб. заведений/ В.С. Мухина. – 9-е изд. – М.: Академия, 2004. – 456с.
  20. Педагогическая поддержка профессионального самоопределения старшеклассников. Книга для учителя и социального педагога/ С.Н. Чистякова, П.С. Лернер, Н.Ф. Родичев, Е.В. Титов. – М.: Новая школа, 2004. – 112с.
  21. Пряжников Н.С. Профессиональное самоопределение: теория и практика/ Н.С. Пряжников. М.: «Академия», 2007. – 500с.
  22. Пряжников Н.С. Профориентация: Учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования/ Н.С. Пряжников, Е.Ю. Пряжникова. – 6-е изд. – М.: Академия, 2013. – 496с.
  23. Психология личности в трудах отечественных психологов/ Под ред. Л.В. Куликова. – 2-е изд., исправл. и доп. – СПб.: Питер, 2009. – 464с.
  24. Семакович Е.А. Исследование профессий и специальностей в структуре предпочтения молодежи// Теория и практика общественного развития. – 2015. – №11. С 90-91.

25. Семенюк Л.М. Хрестоматия по возрастной психологии: учебное пособие для студентов/ Под ред. Д.И. Фельдштейна. – 2-е изд., доп. – М.: Институт практической психологии, 1996. – 304с.
26. Тоистева О.С. Профессиональное самоопределение подростков: актуальность, проблемы и пути решения// Педагогическое образование в России. – 2011. – №4. С 32-36.
27. Трагель М.В. Модель компетенций ведущего тренинговых групп как сочетание профессиональных знаний, навыков, ценностей и установок// Профессиональное образование в России и за рубежом. – 2015. – №1. С 74-79.
28. Фельдштейн Д. И. Психология развития личности в онтогенезе./ Д.И. Фельдштейн. – М.: Педагогика, 1989. – 208с.
29. Фельдштейн Д. И. Психология становления личности./ Д.И. Фельдштейн. – М.: Международная педагогическая академия, 1994. – 190с.
30. Шикина Е.А. Особенности профессиональной ориентации выпускников школ: проблемы и решения// Теория и практика общественного развития. – 2014. – №8. С 65-67.
31. Шикина Е.А. Современная экономика: проблемы, тенденции, перспективы// Теория и практика общественного развития. – 2012. – № 6. С 70-75.

## **Приложение №1**

### **План тренингов по личностному и профессиональному самоопределению старших школьников**

#### **Цель тренингов:**

Создание условий для формирования у участников тренинга понимание важности правильного профессионального выбора, понимание себя, своих склонностей и способностей, усилить понимание зачем я учусь, желание поступить в ВУЗ.

### **Предполагаемые результаты:**

1. Участники тренинга смогут более подробно разобраться в мире профессий.
2. Познакомятся с типами профессий, профессионально важными качествами для разных профессий.
3. Определятся со своими интересами и способностями, узнают свои сильные и слабые стороны.
4. Узнают свою профессиональную направленность в соответствии с особенностями личности.
5. Определят свои жизненные ценности, влияющие на выбор профессии.
4. Сформируют интерес к осознанному выбору будущей профессии.

### **Тренинг №1.**

Перед проведением тренинга проводится первичная диагностика по адаптированному варианту анкеты с целью выявления аспектов, связанных с личностным и профессиональным самоопределением школьников.

### **Шаг 1: Упражнение “Автопортрет”**

Ведущий предлагает задание нарисовать каждому участнику свой портрет так, чтобы другой участник его не видел (это не обязательно изображение лица или человеческого облика, похожего на того или иного участника, это может быть метафорическое изображение). После чего все участники обмениваются рисунками друг с другом. Каждый участник, получив рисунок, должен написать, какими качествами обладает автор данного рисунка (пишутся слева на листе) и порекомендовать профессии, которые, как ему кажется, подходят автору данного портрета (пишутся справа). Далее рисунки передаются по кругу, таким образом, каждый участник характеризует автора каждого рисунка и рекомендует ему подходящие профессии. В конце каждый автор просматривает качества, которые ему написали участники, и те профессии, которые порекомендовала группа, и презентует их для обсуждения. После чего, у каждого участника есть возможность обсудить, задать вопросы или высказаться относительно того или иного рисунка или

полученной информации. В конце упражнения ведущий спрашивает участников, желающих высказаться, о впечатлениях и чувствах, переживаемых в ходе выполнения данного упражнения.

## **Шаг 2: «Хочу-могу»**

Первый этап: обрисуйте свое «хочу» (желания, склонности, предпочтения) относительно будущей профессии (да и вообще жизни: ведь профессия во многом определяет весь ее уклад).

Работа с какими объектами труда вам наиболее интересна и доставляет удовольствие? С людьми или с документами, с животными или с техникой? Может быть, работа, связанная с любого рода информацией? Или деятельность, связанная с художественными образами (танец, актерское искусство, живопись и т. д.)? Даже если вы еще ни дня в своей жизни не работали в обычном понимании этого слова, то опыт повседневной жизни, учебы, предпочтение того или иного хобби подскажут вам ответ.

Составьте список своих требований к условиям труда. На улице вам хотелось бы работать или в офисе? Заниматься сидячей работой или постоянно перемещаться? А как насчет командировок? Есть желание работать в тесном общении с коллегами - или полностью в индивидуальном режиме? Важен для вас расписанный, четкий график дня или больше нравится гибкий, который вы можете регулировать самостоятельно?

Второй этап: проанализируйте свои возможности и способности («могу»).

Вспомните предметы, которые вам лучше всего даются в школе; задачи какого типа вам всегда легко решать; к точным наукам или гуманитарным у вас больше способностей; какие задачи вы предпочитаете, на четкий алгоритм действий - или творческие.

Оцените свой уровень интеллектуальных способностей, коммуникативных (умение эффективно общаться, убеждать других, разрешать конфликты, вступать в контакт с незнакомыми людьми) и организаторских умений. Опирайтесь на свой опыт, а также спросите у ваших близких, как они вас видят.

Опишите свои личные качества - какой вы человек? Ответственный или не очень, аккуратный или неряшливый, индивидуалист или коллективист? Можете записать 10 основных качеств, вам присущих.

Оцените свои физические и физиологические возможности, ограничения по здоровью. При выборе некоторых профессий это тоже может быть важным.

## **Тренинг №2.**

### **Шаг 1: Лекция-беседа Профессии, количество, разнообразие.**

При выборе профессии стоит учитывать два основных критерия: личностные качества и , так называемую, профпригодность. Проще говоря, человек должен не только хотеть трудиться в определенной сфере, но также обладать определенным потенциалом для самореализации в ней.

«Технари» и «гуманитарии» – самое элементарное разделение людей по критерию профпригодности. Соответствующие способности могут быть ярко выраженными, но бывает и так, что человек имеет примерно одинаковую склонность и к техническим, и к гуманитарным наукам. В любом случае, в рамках каждой из этих двух групп профессий существует масса подгрупп, а потому выбор достаточно широк.

#### **Технические**

Сфера техники и технологий подходит для людей с выраженными склонностями к точным наукам: математике, химии, физике, информатике. Соответствующие профессии характеризуются высокой динамичностью: это обусловлено постоянно продолжающимся индустриально-техническим развитием. Графики, списки, чертежи и расчеты – вот инструментальная база технических профессий. Чтобы получать удовольствие от такой работы, нужно не только уметь все это делать, но также искренне любить точные науки.

#### **Экономические**

Экономика так же, как техника и технология, любит точность и определенность. Однако одной лишь точности в ее мире мало: помимо всего прочего экономические профессии имеют свою специфику, которая

заключается в постоянной необходимости прогнозирования, позиционирования и анализа. Предпринимательство как профессия сочетает в себе все перечисленное, потому как рыночные процессы подчиняются законам разных экономических наук, а для успешного ведения бизнеса нужно учитывать абсолютно все факторы данной сферы деятельности.

### Творческие

Перечень творческих профессий достаточно широк. В список входят художественные, театральные, эстрадные, танцевальные и другие направления, связанные с искусством. Если вы чувствуете, что вы креативны и талантливы, а творчество и искусство – это те сферы где вы сможете проявить себя, то вам обязательно надо ознакомиться с этим разделом.

### **Профессии связанные с туризмом**

Работники турагентств, экскурсоводы, бортпроводники, пилоты и прочие – это яркие представители профессий, напрямую связанных с путешествиями. Однако существует список профессий, которые связаны с перелетами и поездками лишь косвенно, а потому те имеют командировочный характер. Геологи, археологи и другие исследователи просто не мыслят своей жизни без путешествий, хотя суть предмета их деятельности заключается вовсе не в изменении дислокации. Это скорее необходимость. Такая же, как, например, у рыбака или матроса. Поэтому среди представителей малоквалифицированных профессий также есть путешественники.

### Медицинские

Врачи, медсестры, генетики, вирусологи и другие исследователи в сфере медицинского дела выбрали в свое время профессию медика. Уровень ответственности в данной сфере прямо-таки зашкаливает, а необходимые для работы знания порой находятся на стыке таких наук, как химия, физика, биология и даже инженерия. Список специализаций для медиков не велик. Сегодня медучреждениям постоянно требуются анестезиологи, детские и взрослые реаниматологи, наркологи и психиатры, а также врачи скорой помощи и работники сферы медико-лабораторной диагностики.

### Педагогические

С развитием сегмента негосударственного образования уровень востребованности представителей педагогических профессий резко вырос. Кроме того, в последнее время становится очень распространена практика частного репетиторства. Работа няни и занятость в дошкольных учреждениях также требует от кандидата педагогического образования. Современные образовательно-развлекательные и спортивные студии для детей и взрослых предлагают обучение танцам, языкам, а также творческие занятия. Во всех этих сферах востребована профессия педагога.

### Юридические

Список юридических профессий традиционно ассоциируются с правосудием, однако в условиях формирующегося (развивающегося) правового государства этим дело отнюдь не заканчивается. К помощи юристов прибегают как государственные, так и коммерческие организации, причем масштабы могут быть самыми различными – от предприятия до мировой арены. Деятельность некоммерческих организаций также подчиняется правовым нормам, потому хорошие юристы без работы не остаются. Многие из них становятся индивидуальными предпринимателями, так как юрисконсультство в наши дни чрезвычайно востребовано – как среди физических, так и среди юридических лиц.

### Работа с людьми

Профессии, связанные с работой с людьми, либо несут в себе определенное социальное благо, либо находятся на стыке двух (и более) сфер деятельности, преследуя несколько иные цели. Так, если сравнивать, например, профессию педагога и менеджера по персоналу, то первый трудится исключительно с людьми и ради людей (в целом), а второй преследует корпоративные интересы. Поэтому работа с людьми – это очень общее понятие, которое, однако, во всех случаях требует от работника проявления высокоморальных человеческих качеств.

### Безопасность

Список профессий, связанных с безопасностью, может быть как техническим, так и социально-гуманитарным, а может находиться на стыке этих двух сфер. Кроме того, в данной области существует разделение на силовое обеспечение безопасности и информационное. Безопасность в сфере ИТ и инженерная охрана особенно актуальна на уровне предприятия, а пожарная и военная безопасность – это уже, как правило, вопросы государственной службы.

### Аграрные

Представителями данных профессий решаются две основные задачи: защита экологии и снабжение человечества дарами растительно-животного мира. Можно заметить, что в некоторых моментах эти две цели являются противоположно направленными. В этом и заключается сложность данных профессий: важно не только грамотно производить и распределять эти ресурсы, но также руководствоваться любовью человека к природе при принятии соответствующих решений. Основные профессии данных направлений могут быть связаны не только с аграрным и животноводческим делом, то также с такими науками, как география и экология.

### Лингвистические

Если вы раздумываете связать свою жизнь с изучением языков, а также их использованием, то изучите данный раздел. Подробное описание профессий журналиста, лингвиста, писателя и многих других.

## **Шаг 2: Профориентационное упражнение "Профессии"**

Процедура группового профориентационного тренинга. Участники называют профессии, относящиеся к разным отраслям.

В этом упражнении главное показать участникам то, что каждая профессия существует не просто так. Если она есть, то это надо людям. Если профессия востребована обществом, значит у людей большая потребность в этих услугах.

Если участники называют общеизвестную профессию, такую как врач или учитель, то можно не останавливаться на ней. Если называются редкие

профессии, такие как аквалангист или скульптор, то можно заострить внимание на таких вопросах как, польза профессий и т.п. Если участники придумывают профессию, то ее надо обязательно покритиковать всеобщими усилиями. Выяснить, почему же еще не существует такая профессия.

### **Заключительный тренинг**

На заключительном тренинге участникам предлагается написать краткое сочинение о наиболее подходящих им профессиях с использованием терминов и знаний, которыми они овладели на предыдущих этапах тренинга. На этом же занятии проводится итоговое тестирование, аналогичное тому, что проводилось на первом занятии. Результаты двух диагностик сравниваются и анализируются.

## **Приложение №2**

### **Адаптированный вариант анкеты**

**I. Ниже представлен ряд суждений. Выбери из них те, которые наиболее соответствуют твоему мнению (отметь только 2 суждения).**

1. Учиться необходимо, чтобы не осложнять отношения с родителями
2. Хорошее образование позволяет получить престижную работу
3. В процессе обучения развиваются интеллектуальные способности человека

4.Продолжают образование те, у кого нет желания работать

5.Хорошее образование позволяет достичь высокого социального положения

**II. Ниже представлен ряд суждений. Выбери из них те, которые наиболее соответствуют твоему мнению (отметь только 2 суждения).**

Для меня наиболее предпочтительна та профессия, которая позволила бы:

1.Работать в хороших условиях; чтобы работа не была утомительной, не вызывала отрицательных эмоций

2.Достичь высокого общественного положения, получить признание окружающих

3.В наибольшей степени проявить творческую инициативу, самостоятельность

4.Сохранить достаточно энергии и времени для разнообразного досуга, увлечений, общения с друзьями

5.Получать заработную плату, обеспечивающую высокий уровень благосостояния

6.Максимально раскрыть свои способности

**III. Определился ли ты с выбором своего дальнейшего жизненного пути (выбор профессии, продолжение обучения в школе и т. п.) При выборе ответа под цифрами 2 и 3, укажи, с чем именно ты определился (выбор профессии, продолжение обучения в школе или в другом образовательном учреждении):**

1.Да

2.Скорее да, чем нет

3.Скорее нет, чем да

4.Нет

**IV. Самостоятельно ли ты принял решение о выборе своего дальнейшего**

**жизненного пути (выбор профессии, продолжение обучения в школе и т. п.):**

1. Да
2. Скорее да, чем нет
3. Скорее нет, чем да
4. Нет

**V. Как ты считаешь, сможешь ли реализовать свои ближайшие жизненные планы, учитывая свои способности и возможности?**

1. Да
2. Скорее да, чем нет
3. Скорее нет, чем да
4. Нет

**VI. Определился ли ты с выбором профессии?**

1. Да
2. Скорее да, чем нет
4. Скорее нет, чем да
5. Нет

**VII. Что, по твоему мнению, побуждает тебя учиться? (Отметь только 3 варианта ответа.)**

1. Учусь, так как это мой долг перед обществом
2. Хочу иметь авторитет у учителей
3. Люблю думать, рассуждать, находить новые способы выполнения заданий
4. Не хочу, чтобы меня ругали учителя, родители
5. Хочу быть одним из лучших в классе
6. Хочу быть образованным и культурным человеком
7. Стремлюсь выполнять все требования учителей
8. Хочу получать одобрение со стороны родителей

- 9.Понимаю, что знания мне нужны для дальнейшей учебы и работы
- 10.Не хочу иметь низкий авторитет в классе из-за плохой учебы
- 11.Хочу получать хорошие оценки
- 12.Люблю узнавать новое

**VIII. Как ты считаешь, от чего, главным образом, будет зависеть твой успех в жизни? (Отметь только 2 варианта ответа.)**

- 1.От помощи родственников, друзей, знакомых
- 2.От моих физических данных, состояния здоровья, внешности
- 3.От моей личной инициативы, энергии, предприимчивости
- 4.От удачного стечения обстоятельств
- 5.От умения показать себя с лучшей стороны, подать себя
- 6.От моих интеллектуальных способностей, качества знаний

**IX. Как ты считаешь, готов ли к самостоятельной “взрослой” жизни?**

- 1.Да
- 2.Скорее да, чем нет
- 3.Скорее нет, чем да
- 4.Нет

