

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов
Кафедра педагогики и психологии начального образования

МИРОШНИКОВ ИГОРЬ ИГОРЕВИЧ

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**ГРУППОВОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ КАК СПОСОБ РЕШЕНИЯ
ПРОБЛЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ
У ПОДРОСТКОВ**

Направление подготовки 44.04.02. «Психолого-педагогическое образование»

Направленность (профиль) образовательной программы
«Мастерство психологического консультирования»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующая кафедрой

к.пс.н., доцент Мосина Н.А.

Мосина
(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы

к.пс.н., доцент Сафонова М.В.

05.12.2022
(дата, подпись)

Научный руководитель

к.пс.н., доцент Гордиенко Е.В.

05.12.2022
(дата, подпись)

Студент

Мирошников И.И.

05.12.2022
(дата, подпись)

Красноярск, 2022

СОДЕРЖАНИЕ

Реферат.....	3
ВВЕДЕНИЕ.....	11
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ.....	17
1.1. Исследование профессионального самоопределения в психолого- педагогической литературе.....	17
1.2. Особенности профессионального самоопределения в подростковом возрасте	28
1.3. Возможности группового консультирования при преодолении проблем профессионального самоопределения у подростков.....	39
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ I.....	48
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ПРЕОДОЛЕНИЮ ПРОБЛЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ ГРУППОВОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ.....	52
2.1. Методическая организация исследования и обсуждение результатов констатирующего эксперимента.....	52
2.2. Организация и проведение формирующего эксперимента	75
2.3. Результаты экспериментальной работы и их обсуждение	79
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ II.....	101
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	104
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	109
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	121

Реферат

Диссертация на соискание степени магистра психолого-педагогического образования «Групповое консультирование как способ решения проблем профессионального самоопределения у подростков».

Объем – 154 страницы, включая 28 рисунков, 19 таблиц, 4 приложений.
Количество использованных источников – 81.

Цель исследования – на основе теоретического анализа и эмпирического исследования изучить возможности группового консультирования с подростками в вопросах самоопределения в будущей профессии.

Объект исследования – профессиональное самоопределение подростков.

Предмет исследования – групповое консультирование подростков как средство психологической помощи в процессе самоопределения.

Гипотеза заключается в предположении о том, что групповое консультирование будет являться эффективным средством психологической помощи подросткам, стоящим перед выбором будущей профессии, если:

1) в процессе консультирования будет обеспечиваться возможность добровольного участия, субъективный выбор активности и психологическое воздействие будет направлено на повышение уровня самоопределения;

2) в содержание консультирования будут включены групповые дискуссии, информирование, практические психотехники и упражнения, способствующие активной позиции подростков в процессе консультирования;

3) техники группового консультирования будут применяться с учетом специфики профессионального самоопределения подростка и его психологических особенностей.

Теоретико-методологическую основу исследования составили:

— деятельностный подход: принцип детерминизма, принцип единства сознания и деятельности (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин и др.);

— системный подход: принцип системности, принцип развития (Б.Г. Ананьев, Б.Ф. Ломов, и др.);

— субъектно-развивающий подход: принцип соотношения между индивидуальным и общественным (А. Маслоу, К.А. Абульханова, С.Л. Рубинштейн, и др.);

— исследования в области профессионального самоопределения и формирования профессиональной ориентации (Н.Н. Захаров, А.М. Кухарчук, Е.М. Павлютенков, А.В. Петровский, В.А. Поляков, А.Б. Ценципер, С.Н. Чистякова и др.);

— современные исследования, рассматривающие уклад жизнедеятельности кадетских корпусов (В.А. Монастырский, Н.Ю. Милованова, Л.В. Смольникова, А.Н. Коростылева, Н.В. Власова);

— работы, в которых обоснована необходимость психологического сопровождения подростков (Г. Лебон, Ж.Г. Тард, Н.К. Михайловский, В.М. Бехтерев, Н. Триплет, У Мак-Даугал, Г.Ф. Олпорт и др.).

В работе были применены следующие **методы исследования:**

– теоретические методы: теоретический анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования;

– эмпирические методы, которые включают: тестирование, опрос, метод проективного сочинения.

– методы математической статистики по обработке экспериментальных данных.

В ходе психодиагностического исследования применялись следующие **методики:**

1. «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчарова;

2. «Дифференциально диагностический опросник» Е.А. Климова;
3. «Методика изучения профессиональной идентичности» Л.Б. Шнейдер;
4. «Методика определения типа ценностных ориентаций» М.С. Гуткина, Т.И. Шалавиной, С.Н.Чистяковой;
5. Метод проективного сочинения

Опытно-экспериментальной базой исследования является краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение «Красноярский кадетский корпус имени А.И. Лебеда». В научном исследовании принимали участие обучающиеся 10 класса (всего 21 человек). Возрастные характеристики респондентов: от 16 до 17 лет.

В результате проведенного исследования были достигнуты следующие результаты:

1. Систематизированы взгляды ученых на проблему профессионального самоопределения подростков.

2. Подобран специфический диагностический комплекс для изучения уровня сформированности профессионального самоопределения подростков. Выявлены и описаны особенности уровней профессионального самоопределения подростков. Определены основные пути повышения уровня профессионального самоопределения подростков.

3. Описаны методические основы группового консультирования. Создана программа групповых консультаций, которая апробирована на практике.

4. Прослежены изменения в уровне сформированности профессионального самоопределения подростков до и после проведения программы группового консультирования.

Таким образом, достигнута основная цель исследования, заключающаяся в изучении возможностей группового консультирования с подростками в вопросах самоопределения в будущей профессии.

Прослежены значительные положительные изменения у участников занятий, что подтвердило эффективность программы.

Результаты исследования имеют **теоретическую значимость**, которая состоит в конкретизации научного представления о содержании понятия «профессиональное самоопределение» у обучающихся кадетского корпуса, определении особенностей взаимосвязи показателей профессионального самоопределения в подростковом возрасте.

Практическая значимость работы:

Выявлены и описаны трудности, испытываемые обучающимися краевого государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Красноярский кадетский корпус имени А.И. Лебедева», в процессе профессионального самоопределения, что позволяет выделить направления психолого-педагогической работы с обучающимися и педагогами.

Разработана и внедрена программа развития профессионального самоопределения обучающихся, учитывающая особенности подростков, которые обучаются в кадетском корпусе.

Итогом нашего исследования на данном этапе является подтверждение высказанной гипотезы: групповое консультирование является эффективным средством психологической помощи подросткам, стоящим перед выбором будущей профессии.

Апробация работы и ее внедрение:

Материалы исследования обсуждались на заседаниях кафедры педагогики и психологии начального образования КГПУ им. В.П. Астафьева.

Теоретические и практические результаты исследования докладывались и обсуждались: на международных научно-практических конференциях:

«Научно-методические и практические аспекты интеграционных процессов в науке и образовании» (г. Ижевск, 2022 г.);

«Роль психолого-педагогических исследований в инновационном развитии общества» (г. Воронеж, 2022 г.).

Результаты исследования использованы автором при публикации 2 научных статей:

1) Мирошников И.И. Выявление ведущих профессиональных мотивов, как одно из условий успешного самоопределения обучающихся кадетского корпуса при выборе профессии // Научно-методические и практические аспекты интеграционных процессов в науке и образовании: сборник статей Международной научно–практической конференции (г. Ижевск, РФ, 25 октября 2022г.). Уфа: Аэтерна, 2022.248-253 С.

2) Мирошников И.И., Гордиенко Е.В. Особенности профессиональной идентичности воспитанников кадетского корпуса // Роль психолого-педагогических исследований в инновационном развитии общества: сборник статей Международной научно–практической конференции (г. Воронеж, РФ, 15 декабря 2022г.). Уфа: Аэтерна, 2022.

Abstract

Dissertation for a master's degree in psychological and pedagogical education «Group counseling as a way to solve the problems of professional self-determination in adolescents».

The volume is 143 pages, including 28 figures, 19 tables, 4 appendices. The number of sources used is 81.

The purpose of the study is to study the possibilities of group counseling with adolescents in matters of self-determination in the future profession on the basis of theoretical analysis and empirical research.

The object of the study is the professional self-determination of adolescents.

The subject of the study is group counseling of adolescents as a means of psychological assistance in the process of self-determination.

The hypothesis is based on the assumption that group counseling will be an effective means of psychological assistance to adolescents facing the choice of a future profession if:

1) in the process of counseling, the possibility of voluntary participation will be provided, the subjective choice of activity and psychological impact will be aimed at increasing the level of self-determination;

2) the content of counseling will include group discussions, information, practical psychotechnics and exercises that contribute to the active position of adolescents in the counseling process;

3) group counseling techniques will be applied taking into account the specifics of the professional self-determination of the teenager and his psychological characteristics.

The theoretical and methodological basis of the study was:

activity approach: the principle of determinism, the principle of unity of consciousness and activity (L.S. Vygotsky, A.N. Leontiev, D.B. Elkonin, etc.);

systematic approach: the principle of consistency, the principle of development (B.G. Ananyev, B.F. Lomov, etc.);

subject-developing approach: the principle of the relationship between the individual and the public (A. Maslow, K.A. Abulkhanova, S.L. Rubinstein, etc.);

research in the field of professional self-determination and the formation of professional orientation (N.N. Zakharov, A.M. Kukharchuk, E.M. Pavlyutenkov, A.V. Petrovsky, V.A. Polyakov, A.B. Tsentsiper, S.N. Chistyakova, etc.);

modern studies considering the way of life of cadet corps (V.A. Monastyrsky, N.Yu. Milovanova, L.V. Smolnikova, A.N. Korostyleva, N.V. Vlasova);

works in which the need for psychological support of adolescents is justified (G. Lebon, J.G. Tard, N.K. Mikhailovsky, V.M. Bekhterev, N. Triplet, W. McDougall, G.F. Allport, etc.).

The following research methods were used in the work:

– theoretical methods: theoretical analysis of psychological-pedagogical literature on the research topic;

– empirical methods, which include: testing, survey, the method of projective composition.

– methods of mathematical statistics for processing experimental data.

During the psychodiagnostic study, the following methods were used:

1. «Motives for choosing a profession» by R.V. Ovcharov;
2. «Differential diagnostic questionnaire» by E.A. Klimova;
3. «Methods of studying professional identity» by L.B.Schneider;
4. «Methodology for determining the type of value orientations» by M.S. Gutkin, T.I. Shalavina, S.N.Chistyakova;
5. The method of projective composition.

The experimental base of the study is the regional state budgetary

educational institution «Krasnoyarsk Cadet Corps named after A.I. Lebedev». The students of the 10th grade (21 people in total) took part in the scientific study. Age characteristics of respondents: from 16 to 17 years.

As a result of the conducted research, the following results were achieved:

1. The views of scientists on the problem of professional self-determination of adolescents are systematized.

2. A specific diagnostic complex has been selected to study the level of formation of professional self-determination of adolescents. The features of the levels of professional self-determination of adolescents are identified and described. The main ways of increasing the level of professional self-determination of adolescents are identified.

3. The methodological foundations of group counseling are described. A program of group consultations has been created, which has been tested in practice.

4. Changes in the level of formation of professional self-determination of adolescents before and after the group counseling program were traced.

Thus, the main goal of the study, which is to study the possibilities of group counseling, has been achieved with teenagers in matters of self-determination in the future profession. Significant positive changes were observed among the participants of the classes, which confirmed the effectiveness of the program.

The results of the study have theoretical significance, which consists in concretizing the scientific understanding of the content of the concept of "professional self-determination" among students of the cadet corps, determining the features of the relationship of indicators of professional self-determination in adolescence.

Practical significance of the work:

The difficulties experienced by students of the regional state budgetary educational institution «Krasnoyarsk Cadet Corps named after A.I. Lebedev» in the process of professional self-determination are identified and described,

which allows us to identify areas of psychological and pedagogical work with students and teachers.

A program for the development of professional self-determination of students has been developed and implemented, taking into account the characteristics of teenagers who study in the cadet corps.

The result of our research at this stage is the confirmation of the hypothesis expressed: group counseling is an effective means of psychological assistance to adolescents facing the choice of a future profession.

Approbation of the work and its implementation:

The research materials were discussed at the meetings of the Department of Pedagogy and Psychology of Primary Education of the V.P. Astafiev KSPU.

The theoretical and practical results of the research were reported and discussed: at international scientific and practical conferences:

«Scientific, methodological and practical aspects of integration processes in science and education» (Izhevsk, 2022);

«The role of psychological and pedagogical research in the innovative development of society» (Voronezh, 2022).

The results of the study were used by the author when publishing 2 scientific articles:

1) Miroshnikov I.I. Identification of leading professional motives as one of the conditions for successful self-determination of cadet corps students when choosing a profession // Scientific–methodological and practical aspects of integration processes in science and education: collection of articles of the International scientific-practical conference (Izhevsk, RF, October 25, 2022). Ufa: Aeterna, 2022.248-253 P.

2) Miroshnikov I.I., Gordienko E.V. Features of professional identity of cadet corps students // The role of psychological and pedagogical research in the innovative development of society: collection of articles of the International Scientific and Practical Conference (Voronezh, Russia, December 15, 2022). Ufa: Aeterna, 2022.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В процессе личностного развития каждого подростка наступают периоды, требующие принятия самостоятельных и важных решений, способных оказать влияние на его дальнейшую жизнь. Самоопределение личности это сложный и многогранный процесс, имеющий множество различных аспектов. Большинство подростков, столкнувшись с проблемами самоопределения, оказываются не готовы, а зачастую и не способны к принятию решений и выбору будущей профессии. И первоочередной задачей является оказание помощи подрастающему поколению в познании себя и как итог – принятие ими самостоятельных решений в выборе будущей профессии.

В настоящее время в науке имеются определенные теоретические предпосылки для решения исследуемой проблемы.

Психологические основы к подходу самоопределения и возникающих в его процессе проблем изучались К.А. Абульхановой-Славской, Л.И. Божович, Е.М. Борисовой, Е.А. Климовым, С.Л. Рубинштейном, В.Ф. Сафиним, Э. Эриксоном и многими другими.

Исследованы психологические особенности подросткового возраста, потенциальные возможности и задачи развития (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, И.С. Кон, Д.И. Фельдштейн, Д.Б. Эльконин, А.А. Реан), личностные особенности обучающихся в кадетских корпусах (М.С. Антонова, Н.В. Зубарев, М.Р. Шакиров, В.И. Шарагин); определена сущность профессионального самоопределения и формирования профессиональной ориентации (Дж. Голланд, А.К. Маркова, Н.С. Пряжников, Г. Резапкина и др.) обоснована необходимость психологического сопровождения обучающихся (А.В. Галоненко, С.А. Дынин, Н.В. Ипполитов, Е.А. Климов и др.).

Для формирования личности, способной самостоятельно принять решение о выборе определенной профессии, соответствующей личностным

особенностям и интересам, необходимо включение в психологическое сопровождение всех участников образовательного процесса, что в дальнейшем способствует осознанному выбору подростка и построению дальнейшей индивидуальной профессиональной траектории и приведет к повышению уровня профессионального самоопределения.

Исследование процесса, направленного на осуществление подростками осознанного выбора профессиональной деятельности, показало, что вопрос профессионального самоопределения у воспитанников кадетского корпуса является недостаточно разработанным.

Таким образом, актуальность исследования обусловлена обнаруженными **противоречиями** между:

– потребностью профессионального сообщества в обучающихся с высоким уровнем профессионального самоопределения и низким уровнем профессионального самоопределения обучающихся;

– необходимостью профессионального самоопределения обучающихся и недостаточностью психолого-педагогического сопровождения этого процесса в кадетском корпусе.

Значимость проблемы и ее актуальность обозначили **тему исследования** «Групповое консультирование как способ решения проблем профессионального самоопределения у подростков».

Цель исследования: на основе теоретического анализа и эмпирического исследования изучить возможности группового консультирования с подростками в вопросах самоопределения в будущей профессии.

Объект исследования: профессиональное самоопределение подростков.

Предмет исследования: групповое консультирование подростков как средство психологической помощи в процессе самоопределения.

Гипотеза исследования заключается в предположении о том, что групповое консультирование будет являться эффективным средством психологической помощи подросткам, стоящим перед выбором будущей профессии, если:

1) в процессе консультирования будет обеспечиваться возможность добровольного участия, субъективный выбор активности и психологическое воздействие будет направлено на повышение уровня самоопределения;

2) в содержание консультирования будут включены групповые дискуссии, информирование, практические психотехники и упражнения, способствующие активной позиции подростков в процессе консультирования;

3) техники группового консультирования будут применяться с учетом специфики профессионального самоопределения подростка и его психологических особенностей.

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

1. Проанализировать имеющиеся в отечественной и зарубежной науке подходы к пониманию профессионального самоопределения.

2. Подобрать диагностический комплекс для изучения особенностей самоопределения подростков в будущей профессии.

3. Определить актуальный уровень самоопределения подростков в будущей профессии.

4. Разработать и внедрить программу группового консультирования подростков, позволяющую оказать помощь в самоопределении подростков в будущей профессии.

Теоретико-методологическую основу исследования составили:

— деятельностный подход: принцип детерминизма, принцип единства сознания и деятельности (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин и др.);

— системный подход: принцип системности, принцип развития (Б.Г. Ананьев, Б.Ф. Ломов, и др.);

— субъектно-развивающий подход: принцип соотношения между индивидуальным и общественным (А. Маслоу, К.А. Абульханова, С.Л. Рубинштейн, и др.);

— исследования в области профессионального самоопределения и формирования профессиональной ориентации (Н.Н. Захаров, А.М. Кухарчук, Е.М. Павлютенков, А.В. Петровский, В.А. Поляков, А.Б. Ценципер, С.Н. Чистякова и др.);

— современные исследования, рассматривающие уклад жизнедеятельности кадетских корпусов (В.А. Монастырский, Н.Ю. Милованова, Л.В. Смольникова, А.Н. Коростылева, Н.В. Власова);

— работы, в которых обоснована необходимость психологического сопровождения подростков (Г. Лебон, Ж.Г. Тард, Н.К. Михайловский, В.М. Бехтерев, Н. Триплет, У Мак-Даугал, Г.Ф. Олпорт и др.).

Методы исследования. Для решения поставленных задач исследования используются следующие **методы:**

– теоретические методы: теоретический анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования;

– эмпирические методы, которые включают: тестирование, опрос, метод проективного сочинения.

– методы математической статистики по обработке экспериментальных данных.

Статистическая обработка данных включала в себя сравнение выборок и анализ взаимозависимости признаков. Для сравнения выборок использован U-критерий Манна Уитни, корреляционный анализ построен на основе расчета коэффициента корреляции Спирмана. Статистические расчеты выполнялись при помощи статистической программы STATGRAPHICS Plus 5.0 и программы Excel.

В ходе психодиагностического исследования применялись следующие методики:

1. «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчарова;
2. «Дифференциально-диагностический опросник» Е.А. Климова;
3. «Методика изучения профессиональной идентичности» Л.Б. Шнейдер;
4. «Методика определения типа ценностных ориентаций» М.С. Гуткина, Т.И. Шалавиной, С.Н. Чистяковой;
5. Метод проективного сочинения

Опытно-экспериментальной базой исследования является краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение «Красноярский кадетский корпус имени А.И. Лебеда». В научном исследовании принимали участие обучающиеся 10 класса (всего 21 человек). Возрастные характеристики респондентов: от 16 до 17 лет.

Научная новизна исследования заключается в следующем:

- 1) выявлена и описана специфика профессионального самоопределения обучающихся кадетского корпуса;
- 2) определены основные направления, формы, методы психолого-педагогической работы по преодолению проблем профессионального самоопределения подростков.

Теоретическая значимость исследования заключается в конкретизации научного представления о содержании понятия «профессиональное самоопределение» у обучающихся кадетского корпуса.

Определены особенности взаимосвязей показателей профессионального самоопределения в подростковом возрасте.

Практическая значимость работы:

Выявлены и описаны трудности, испытываемые обучающимися краевого государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Красноярский кадетский корпус имени А.И. Лебеда», в процессе

профессионального самоопределения, что позволяет выделить направления психолого-педагогической работы с обучающимися и педагогами.

Разработана и внедрена программа развития профессионального самоопределения обучающихся, учитывающая особенности подростков, которые обучаются в кадетском корпусе.

Апробация работы и ее внедрение:

Материалы исследования обсуждались на заседаниях кафедры педагогики и психологии начального образования КГПУ им. В.П. Астафьева.

Теоретические и практические результаты исследования докладывались и обсуждались: на международной научно-практической конференциях:

«Научно-методические и практические аспекты интеграционных процессов в науке и образовании» (г. Ижевск, 2022 г.);

«Роль психолого-педагогических исследований в инновационном развитии общества» (г. Воронеж, 2022 г.).

Результаты исследования использованы автором при публикации 2 научных статей:

1) Мирошников И.И. Выявление ведущих профессиональных мотивов, как одно из условий успешного самоопределения обучающихся кадетского корпуса при выборе профессии // Научно-методические и практические аспекты интеграционных процессов в науке и образовании: сборник статей Международной научно–практической конференции (г. Ижевск, РФ, 25 октября 2022г.). Уфа: Аэтерна, 2022.248-253 С.

2) Мирошников И.И., Гордиенко Е.В. Особенности профессиональной идентичности воспитанников кадетского корпуса // Роль психолого-педагогических исследований в инновационном развитии общества: сборник статей Международной научно–практической конференции (г. Воронеж, РФ, 15 декабря 2022г.). Уфа: Аэтерна, 2022.

Структура работы.

Диссертация состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников, приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ

1.1. Исследование профессионального самоопределения в психолого-педагогической литературе

Требования, обязательные при реализации основной общеобразовательной программы основного общего образования отражены в Федеральном государственном образовательном стандарте (далее – ФГОС). Одной из основных личностных характеристик является портрет выпускника «ориентирующегося в мире профессий понимающего значение профессиональной деятельности для человека в интересах устойчивого развития общества и природы» [54]. Достижение данного показателя тесно связано с формированием профессионального самоопределения у подростков.

В настоящее время нет единого подхода к понятиям «самоопределение» и «профессиональное самоопределение», оно по-разному рассматривается представителями различных наук – философами, психологами, педагогами и другими специалистами.

Рассмотрим вышеуказанные понятия более подробно.

К.В. Дрозд утверждает о том, что самоопределение сводится к сознательной целенаправленной деятельности человека по отстаиванию своих личных границ в жизненных ситуациях, нахождению своего места в жизни [22].

В своих трудах Е.А. Климов утверждает о том, что самоопределение учащихся сводится к проектированию и построению своего жизненного пути [33]. Такой же точки зрения придерживается Г.В. Данилова [20], В.Ф. Сафин [63].

Г.П. Никовый [18] считает, что понятия «самоопределение»

и «социально-созревшая личность» синонимичны.

К.А. Абульханова-Славская [1], Р. Бернс [62], К. Роджерс [53], С.Л. Рубинштейн [19] отмечают, что центральным моментом при определении сути самоопределения выступает отношение личности к самому себе, что в последствии отражается и на общественной активности личности.

Интересным является подход Э.Д. Днепров, Е.В. Маликиной, Л.Ю. Мургазаяновой [51], рассматривающих понятие «самоопределение» как самостоятельный этап социализации. Они соотносят изучаемый термин с осознанием личностью своих возможностей.

В «Толковом словаре русского языка» С.И. Ожегова приводится следующее толкование: «определить свое место в жизни, обществе, осознать свои общественные, классовые, национальные интересы» [49]. Исходя из данной трактовки можно выделить три типа самоопределения человека: к смыслу своей жизни, к нормам общественного поведения, к нормам профессиональной деятельности.

По мнению И.С. Кона, самоопределение – процесс определения своего положения в мире, направленного вовне (означает, что человек определяет свой способ участия во внешней действительности), но подразумевающего и внутреннюю работу (предполагает выработку приемлемого для себя способа участия во внешних событиях, соотношенного с должными для человека требованиями [35, 36].

Таким образом, самоопределение рассматривается, как проектирование жизненного пути, система отношений человека к самому себе и окружающим, самостоятельный этап социализации. Можно сделать вывод, что самоопределение – относительно самостоятельный этап социализации, сущность которого заключается в формировании у индивида осознания цели и смысла жизни, готовности к самостоятельной жизнедеятельности на основе соотношения своих желаний, наличных качеств, возможностей и требований,

предъявляемых к нему со стороны окружающих и общества.

Самоопределение продолжается в течение всей жизни взрослого человека. Он занимается поиском ответов на простые жизненные вопросы: «Кто я?», «Зачем я в этом мире?», «Чего я могу достигнуть?» и другие.

С.В. Панина, Т.А. Макаренко в своей работе «Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся» [51] выделяют следующие виды самоопределения:

– жизненное (определение себя относительно общечеловеческих критериев смысла жизни и реализация себя на основе этого самоопределения);

– личностное (поиск личностью своего места в жизни, своей жизненной стратегии, определение критериев личного успеха в личной и профессиональной сфере);

– социальное (определение себя относительно выработанных в обществе (и принятых данным человеком) критериев принадлежности к определенной сфере общественных отношений и определенному социальному кругу, ограничение себя некоторым кругом профессий);

– профессиональное (процесс формирования личностью своего отношения к профессионально-трудовой среде и способ ее самореализации. Это длительный процесс согласования внутриличностных и социально-профессиональных потребностей, который происходит на протяжении всего жизненного и трудового пути. Профессиональное самоопределение предполагает выбор карьеры, сферы приложения сил и личностных возможностей. Это определение человеком себя относительно выработанных в обществе (и принятых данным человеком) критериев профессионализма);

– социально-профессиональное (объективная самооценка учащегося в соответствии с требованиями выбираемой профессии предполагает ознакомление учащегося с той или иной профессиограммой, раскрывающей

требования, предъявляемые профессией к человеку, его психологическим особенностям, состоянию здоровья).

Существуют социологический, психологический и педагогический подходы к самоопределению. Установлено, что по отношению к самоопределению, которое социологами понимается как результат вхождения (конкретного человека или целого поколения) в некоторую социальную структуру и фиксация его результата [5], психолога и педагога интересует в первую очередь процесс, личностные механизмы, факторы, обуславливающие этот процесс.

С точки зрения социологического подхода, ссамоопределение рассматривается как результат социализации человека, его вхождения в социальные структуры общества, усвоения им определенных ценностей, норм, установок, образцов поведения, принятых в различных сферах деятельности. В такой интерпретации самоопределение понимается как многоэтапный процесс социального развития человека [5].

С точки зрения психологического и педагогического подходов, самоопределение — это долговременный, единый и непрерывный процесс определения личностью своего места в мире, осознания себя и своих возможностей.

Центральным звеном и личностным механизмом процесса самоопределения выступает выбор, который осуществляется на основе ценностных ориентаций личности, осваивается и закрепляется в ситуациях выбора.

Обратимся к понятию «профессиональное самоопределение».

Как сложный процесс принятия решения профессиональное самоопределение рассматривают Н.Э. Касаткина [31], Т.В. Кудрявцева [10], М.В. Ретивых [34], В.Ф. Сафин [63], П.А. Шавир [53], В.Ю. Шегурова [7] и другие.

В работах Н.Н. Захарова [40, 41], А.М. Кухарчука [14],

Е.М. Павлютенкова [29], А.В. Петровского [30], В.А. Полякова [28], А.Б. Ценципера [14], С.Н. Чистяковой [76] и других исследователей изучаемое понятие определяется с помощью таких ключевых слов, как акт, позиция, компонент, система, процесс.

Так, профессиональное самоопределение как процесс рассматривают А.М. Кухарчук [14], А.Б. Ценципер [14]. Они считают, что профессиональное самоопределение — это процесс самостоятельного выбора профессии, осуществляемый в результате анализа своих внутренних ресурсов, в том числе своих способностей, соотношения их с требованиями профессии.

Наиболее полно, на наш взгляд, его определяет В.А. Полякова [28], С.Н. Чистякова [76]. Профессиональное самоопределение — это процесс формирования личностью своего отношения к профессионально-трудовой сфере и способ ее реализации, составная часть целостного жизненного самоопределения.

А. Маслоу трактует профессиональное самоопределение как производное от личностного и связывает его с поиском бытийных ценностей [43].

Е.А. Климов в своих работах рассматривает профессиональное самоопределение, «как важное проявление психического развития, формирование себя как полноценного участника сообщества «деталей» чего-то полезного, сообщества профессионалов» [33].

В работе «Твоя профессиональная карьера» С.Н. Чистякова, Т.И. Шалавина считают, что «профессиональное самоопределение — система установок личности (когнитивных, оценочных, мотивационных) по отношению к конкретной профессиональной деятельности и самореализации в ней» [70].

Таким образом, понятие «профессиональное самоопределение сводится» к:

— серии задач, предъявляемых обществом и требующих от личности

решения;

— процессу поэтапного принятия решений, в результате которых человек регулирует собственные предпочтения относительно запросов общества в кадрах;

— процессу формирования индивидуального стиля профессиональной деятельности.

Профессиональное самоопределение учащихся осуществляется под воздействием многочисленных объективных и субъективных, внешних и внутренних, управляемых и стихийных, природных и социальных факторов. Следует отметить, что на формирование профессионального самоопределения учащихся существенное влияние оказывают внутренние психологические особенности самой личности и факторы внешней среды.

А.Е. Голомшток, С.Н. Чистякова, П.А. Шавир [51] выделяют три основные группы психологических предпосылок, способствующих профессиональному самоопределению.

К первой группе психологических предпосылок, содействующих процессу профессионального самоопределения, относится самосознание личности как целостная оценка себя и своего места в жизни.

А.Г. Спиркин отмечает, что в качестве предмета самосознания выступает сознание человека, которое сохраняется в нем и ориентировано на постижение своей сущности. Исследователь определяет различие между сознанием и самосознанием. Он считает, что сознание выступает как ориентировка личности в окружающем мире, а самосознание связано с ориентировкой его в собственной личности [68]. Отличительной особенностью самосознания является то, что оно связано с осознанием себя как субъекта деятельности. Следует подчеркнуть еще один важный момент, связанный с тем, что самосознание включает целостную оценку самого себя применительно к основным этапам жизненного пути.

Самосознание личности выступает в содержании образа «Я»

(Я-концепции), характеризующем наличие у индивида системы представлений о самом себе. Активизация процесса формирования самосознания происходит в юношеском возрасте, когда учащийся осознает свои цели, жизненные устремления, профессиональные планы на основе целостного представления о самом себе, сформированного положительного отношения к самому себе, самооценки своих индивидуально-психологических особенностей.

Таким образом, существенное значение при выборе профессии имеет сформированное целостное самосознание, которое побуждает к профессиональному самоопределению.

Вторая группа внутренних психологических предпосылок, способствующих профессиональному самоопределению, включает профессиональную направленность личности. В.В. Чебышева отмечает, что профессиональная направленность выражена в том, что человек проявляет намерение избрать профессию, в мотивах ее выбора [30]. Л.А. Йовайша определяет профессиональную направленность как «целенаправленное сочетание профессиональных интересов, склонностей, установок и других мотивов» [67].

Третью группу внутренних личностных предпосылок, способствующих процессу профессионального самоопределения учащихся, составляют сформированные ценностные ориентации.

М.Х. Титма классифицирует ценности, влияющие на выбор профессии [71]:

- творить и быть оригинальным;
- использовать личные способности;
- постоянно самосовершенствоваться и развивать кругозор;
- быть полезным обществу;
- хорошо зарабатывать;

- цениться среди друзей и знакомых;
- добиться видного положения и престижа в обществе;
- руководить людьми;
- обеспечить стабильное и спокойное будущее.

Н.С. Пряжников выделяет пять уровней реализации имеющихся возможностей профессионального самоопределения [55]:

- агрессивное неприятие деятельности, демонстративное игнорирование и даже разрушение имеющихся возможностей. Примером является постоянное недовольство своими коллегами, отстаивание своей точки зрения относительно профессиональных вопросов, неприятие позиции другого человека;

- молчаливое избегание деятельности. Проявляется в том, что работник занимает пассивную позицию относительно своих трудовых обязанностей, много отвлекается на посторонние дела, медленно выполняет свои непосредственные обязанности, прописанные в трудовом договоре;

- реализация стереотипных способов деятельности. Данный тип раскрывается, когда человек выполняет свою трудовую функцию согласно инструкции, действуя «по шаблону», не разбираясь в каждой конкретной ситуации отдельно;

- стремление усовершенствовать отдельные элементы своей деятельности. Специалист вовлечен в работу, совершенствуется в своей деятельности, ищет неординарные способы и методы работы, принимает от руководства дополнительные более сложные задачи, чем те, которые выполнялись им ранее;

- стремление существенно усовершенствовать свою деятельность в целом. Отличает от остальных типов поиск новых подходов, принятие неординарных решений, часто идущих в разрез с мнением коллег.

Таким образом, в качестве психологических предпосылок, существенно влияющих на процесс профессионального самоопределения учащихся,

выступают самосознание, профессиональная направленность и ценностные ориентации личности.

Рассмотрим структуру профессионального самоопределения.

Опираясь на работу Л.А. Головей, В.Р. Манукян, Л.В. Рыкман «Профессиональное развитие личности: начало пути» [15], профессиональное самоопределение разделяется по уровневым и содержательным характеристикам.

К уровневым характеристикам исследователи относят:

- наличие выбора, его устойчивость;
- сформированность профессионального плана;
- статус профессиональной идентичности;
- информированность о мире профессий;
- учебная и внеучебная познавательная активность;
- мотивация выбора профессии;
- сформированность содержательных характеристик.

К содержательным характеристикам относятся:

- содержание профессионального выбора;
- сферы учебных и внеучебных предпочтений;
- сферы познавательных интересов;
- профессиональная направленность;
- мотивы выбора профессии.

Опишем подробнее выделяемые показатели профессионального самоопределения.

Наличие профессионального выбора позволяет судить о конкретном результате профессионального самоопределения — выбрана будущая профессия или нет.

Устойчивость этого выбора свидетельствует о его окончательности либо попытках пересмотра и принятия других возможных вариантов. Поскольку профессиональное самоопределение школьников не является

одномоментным процессом, то постоянные пересмотры вариантов выбора позволяют судить о том, как именно, какими темпами и с каким результатом осуществляется этот процесс.

Профессиональный план и степень его сформированности позволяют зафиксировать не только наличие профессионального выбора, но и наличие путей получения профессии. Показатель сформированности профессионального плана, таким образом, включает две характеристики: наличие выбора профессии и наличие путей ее получения. В зависимости от выраженности этих характеристик определяется степень сформированности профессионального плана: так, при отсутствии выбора и путей получения профессиональный план считается не сформированным; при наличии выбора профессии, но отсутствии путей ее получения профессиональный план сформирован частично; при наличии выбора профессии, а также путей ее получения профессиональный план имеет высокую степень сформированности.

Статус профессиональной идентичности рассматривается исходя из двух характеристик: наличие выбора профессии и самостоятельность выбора.

Информированность о мире профессий в целом позволяет судить о наличии у школьника необходимой информации для принятия решения о выборе профессии. К такой информации может относиться знание содержания профессий и их требований к человеку, знание специфики рынка труда и понимание путей получения профессии и карьерного развития в той или иной области.

Учебная и внеучебная познавательная активность характеризует степень проявления активности в овладении той или иной предметной сферы, как общего, так и дополнительного образования. Об учебной активности можно судить по школьной успеваемости, участию в предметных олимпиадах и конкурсах разного уровня. Внеучебную познавательную

активность могут характеризовать количество и длительность занятий в специализированных кружках и секциях, а также увлечений в свободное время.

Мотивация выбора профессии, а именно соотношение внешних и внутренних мотивов выбора, позволяет оценить источник побуждения к выбору той или иной профессиональной деятельности.

Содержательные показатели профессионального самоопределения несут информацию о том, какая профессия из всего многообразия избирается человеком, насколько она соответствует его познавательной и профессиональной направленности, а также его предпочтениям.

Проведенный анализ понятия «профессиональное самоопределение», психологические предпосылки, способствующие этому процессу, структура профессионального самоопределения позволили выделить следующие взаимосвязанные компоненты профессионального самоопределения: мотивационный (содержит потребность в профессиональном развитии, устойчивую мотивацию к самообразованию в интересующей профессиональной сфере, осознанность важности профессионального самоопределения, характер доминирующего мотива выбора профессии, сформированность и структуру профессиональных интересов, структуру жизненных целей), когнитивный (знание общеобразовательных и специальных дисциплин, своих профессиональных качеств, склонностей и возможностей о различных сторонах своей личности и о себе, как потенциальном участнике профессиональной деятельности, а также требований выбранной профессии.), операционально-деятельностный (владение методами конструирования личного плана профессионального развития: использование алгоритма составления плана, умение намечать корректные, реальные, измеримые цели, планировать действия по их достижению, оценивать продвижение к поставленной цели, осуществлять коррекцию разработанного плана карьерного роста), оценочно-

рефлексивный (адекватная самооценка своей социальной компетенции, т.е. способность принимать решения и делать выбор, готовность нести ответственность за свой выбор, способность конструктивно строить взаимоотношения с окружающими, осознание требований социума и их анализ с точки зрения поставленных целей профессионального развития).

Таким образом, мы рассмотрели трактовку определений «самоопределение», «профессиональное самоопределение», раскрыли данные понятия с позиций социологического, педагогического и психологического подходов, изучили психологические предпосылки, содействующих процессу профессионального самоопределения, раскрыли структуру профессионального самоопределения и выделили 4 основных компонента процесса профессионального самоопределения: мотивационный, когнитивный, организационно-деятельностный, оценочно-рефлексивный компоненты. Далее, опираясь на специфику выбранной темы, считаем необходимым рассмотреть особенности профессионального самоопределения подростков.

1.2. Особенности профессионального самоопределения в подростковом возрасте

Подростковый период является переходным от детства к взрослости, где ведущим видом деятельности является интимно-личностное общение со сверстниками [59, 60].

Согласно возрастной периодизации подростковый возраст считается с 11 до 19 лет. Некоторые исследователи, например, Ф. Райс [58] разделяют данный период на две стадии: ранний подростковый (до 14 лет) и старший подростковый (до 19 лет) возраст. Э. Эриксон [78], а также Г. Крайг [39] рассматривают с 12 до 19 лет.

Л.И. Божович считает, что весь подростковый период является кризисным и разделяет его на 2 фазы: 12-15 лет и 15-17 лет [8]. Д.И. Фельдштейн разделяет данный период на три: «локально-капризный», «право-значимый», «утверждающе-действенный», делая акцент на конфликтности [73]. И.В. Дубровина весь подростковый возраст определяет, как «кризис независимости» [23]. Л.И. Бершедова определяет возраст с 15 до 18 лет как кризис юношеского возраста [6]. К.Н. Поливанова в своих работах выделяет стабильные и критические периоды подросткового возраста и определяет начало подросткового кризиса 10,6 лет и его пик 11,8 лет [56].

В данный возрастной период происходят изменения в трех направлениях: физиологическом, психологическом и социальном плане [65, 66].

Пубертатный период оказывает значительное воздействие на личность и ее формирование в целом. Происходят изменения в нервной, эндокринной, иммунной, сердечно-сосудистой, костно-мышечной системах, интенсивное развитие органов дыхания, пищеварения. Особенно становятся заметны внешние перемены, выражающиеся в антропометрических данных (рост и вес), меняются размеры различных частей тела и их соотношение к друг другу. Усиленный рост костно-мышечной системы приводит к непропорциональности тела.

Рассмотрим особенности развития высших психических познавательных процессов, свойственных подросткам.

Происходит переход от образного мышления к понятийно-логическому. Подросток способен абстрагироваться от образов и картинок, представленных наглядно, и выдвигать гипотезы, а также рассуждать с опорой на собственный опыт. По мере получения новых знаний человек овладевает мыслительными операциями, которые в будущем становятся «единой структурой» [27]. Обосновывая данное

высказывание, Ж. Пиаже предложил детям разных возрастных категорий (младший школьный возраст, подростковый возраст) 5 сосудов с прозрачной жидкостью. Перед ними была поставлена задача при смешивании получить раствор желтоватого оттенка. В результате дети младшего школьного возраста выполняли задание стихийно, «наугад», подростки делали путем рассуждений, выдвижения предположений. Появляется способность анализировать абстрактные идеи [27]. В старшем подростковом возрасте продолжается развитие абстрактно-логического мышления [57]. У подростков повышается потребность в обсуждении философских тем, рассуждении о тех вопросах, на которые нет однозначного ответа, вовлекая в это взрослых (родителей, учителей) [35, 36].

Перестраиваются мнемические процессы [57]. Дети при изучении нового материала в учебной программе отходят от шаблонного выполнения заданий по образцу и дословного заучивания текстов и правил, используют построение таблиц, перестройку материала с использованием ассоциаций, различные мнемические приемы. Динамично развивается логическая память. Так как появляется большое количество новых предметов и объем воспринимаемой информации увеличивается, то за счет уменьшения механической памяти у подростков возникает ощущение, что память начала ухудшаться, хотя А.Н. Леонтьевым доказано, что увеличивается опосредованная память.

Воображение чаще всего проявляется в творчестве (написание песен, стихотворений, рисование картин, ведение личных дневников). Для снятия внутреннего напряжения, устранения диссонанса, при нереализованных мечтах подросток погружается в фантазии [2, 3].

Увеличивается словарный запас, обучающиеся более свободно оперируют понятиями, высказывают мысли и подтверждают факты определенными доводами, повышается качество письменной речи.

Немаловажное значение в подростковом возрасте играет формирование «Я-концепции», которая может быть положительной, либо отрицательной в зависимости от социальной среды [17, 48]. Развитие негативной «Я-концепции» приводит к неуверенности, принятию себя, низкой самооценке и отражается на всех сферах жизни (в том числе на успеваемости, отношениях с окружающими).

Учебная деятельность в подростковом возрасте остается одной из преобладающих ценностей. Обучающиеся приближаются к периоду, где основной становится учебно-профессиональная деятельность. При этом особенно важно направить усилия педагогического воздействия на нахождение подростками своего места в обществе, построении своей личной траектории развития, определении своих профессиональных предпочтений.

Н.А. Дука, Д.Н. Соловьевым, Т.О. Соловьевой установлено, что главной целью профориентационной работы является подготовка к выбору профессии подростком [24]. При этом, под профориентационной работой понимается «сопровождение профессионального самоопределения», а именно определение обучающимся своей позиции по отношению к профессии [24]. Результатом является готовность к анализу, оцениванию, коррекции, утверждение собственной позиции в выборе профессии. Основная роль педагога заключается в том, чтоб сформировать положительное отношение к труду в целом, оказание помощи в поиске баланса между потребностями и запросами современного общества и личными профессиональными предпочтениями подростка.

Е.А. Костюнина определила несколько этапов и основные ошибки, совершаемые на них при профессиональном самоопределении подростков [38]:

1 этап – зарождение профессиональных намерений:

– изначально подросток выбирает престижное учебное заведение,

в котором хочет продолжить образование, а только потом уже саму специализацию;

– отводится мало времени на обдумывание того, чем действительно хочется заниматься, постоянно этот вопрос откладывается или переносится на более поздний срок;

– выбор профессии уже заранее предопределен другими (например, в семье из поколение в поколение все работают врачами и, соответственно, родители, считают, что ребенок должен следовать по этому же профессиональному пути).

2 этап – профессиональное обучение: значимая роль при выборе профессии отводится способности адекватно оценивать себя и свои возможности.

3 этап – вхождение в профессию: при принятии решение о своем профессиональном предпочтении учитывается влияние семьи и сверстников.

4 этап – реализация профессиональных стремлений: низкий уровень критичности подростка.

Основными факторами, оказывающими влияние на профессиональное самоопределение подростка, являются:

- личные истинные профессиональные предпочтения;
- позиция значимых взрослых и сверстников;
- способности человека;
- уровень притязаний;
- информированность;
- склонности.

При этом психологами отмечается 3 основных фактора, влияющих на профессиональное самоопределение: самооценка (сформированное положительное умение оценивать себя отражается на проявлении подростками интереса к организованной педагогом деятельности, включении в процесс); наличие первоначальных представлений о профессии; умение

соотнести самооценку и свои знания о той или иной профессии.

Е.М. Павлютенков проранжировал факторы, влияющие на профессиональный выбор подростков от наиболее значимого, занимающего первую позицию к менее значимым [50]:

- 1) дружеские отношения;
- 2) средства массовой информации;
- 3) педагогический коллектив;
- 4) семья;
- 5) успеваемость;
- 6) внеклассная работа.

Также исследования зарубежных авторов [50] подтверждают зависимость профессионального определения подросток с реальной картиной и понимаем сложности трудоустройства, связь карьерного роста с показателями согласованности профессионального самоопределения, влияние профессионального статуса родителей на выбор профессии подростком.

Л.А. Елфутина [26] выделяет внешние (социально-экономические условия, условия трудоустройства, гендерные установки, этнокультурные традиции) и внутренние факторы (ценностно-мотивационная сфера, степень личной ответственности за выбор, способности, уверенность в своих возможностях, образы-идеалы и идентификация с ними, жизненные планы).

М.В. Данилова в своем исследовании доказывает, что возрастное направление развития профессионального самоопределения в первую очередь связано с углублением значимости эмоционально-нравственных ориентиров, увеличении степени выраженности профессионального типа личности [21].

Интересным является факт, приведенный в трудах Л.М. Митиной [46] о том, что в современных условиях происходит процесс перестройки стереотипов о профессионализации, понимая под данным высказыванием то

факт, что если раньше идеальное представление о профессии у подростков формировалось исходя из образа конкретного человека (историческая личность, значимый взрослый, высококвалифицированный специалист), то в настоящее время понятие «идеальный образ профессионала» приравнивается к желаемому идеальному образу жизни, где профессия является средством достижения сформированного представления.

При этом следует отметить, что у девушек подросткового возраста процесс профессионального определения начинается раньше, чем у юношей и отличается большей целостностью, дифференцированностью, устойчивостью. Если у девушек основные параметры профессионального определения сформированы к 14-15 годам, то у юношей в этот возрастной период отмечается слабая дифференциация жизненных ориентиров, повышается степень неопределенности профессионального выбора. Показатели интеллектуального развития выступают в качестве основы для формирования профессионального самоопределения подростка, следовательно, у подростков с высоким уровнем интеллекта проявляется наиболее выраженный интерес к профессиональной направленности.

Итак, мы рассмотрели особенности подросткового возраста, определили, что в данный возрастной период происходят изменения в трех направлениях: физиологическом, психологическом и социальном плане. Также немаловажное значение играет формирование «Я-концепции». Нами определена основная цель профориентационной работы, установлены этапы и основные ошибки, совершаемые на них при профессиональном самоопределении подростков, выявлены основные факторы, оказывающие влияние на профессиональное самоопределение подростков. Далее, исходя из логики исследования, считаем необходимым рассмотреть возможности группового консультирования при решении проблем профессионального самоопределения у подростков.

1.3. Возможности группового консультирования при преодолении проблем профессионального самоопределения у подростков

Групповое консультирование является одной из наиболее результативных форм для работы с подростками при преодолении проблем профессионального самоопределения, так как имеет ряд преимуществ перед другими формами работы:

получение обратной связи от сверстников, что приводит к осознанию своей ценности и уникальности, принятии своей позиции;

поддержка (каждый участник имеет возможность быть услышанным и поддерживаемым другими участниками группы, что повышает ресурсные возможности подростка, группа позволяет выражать открыто свои мысли и чувства);

взаимодействие друг с другом (реализуется основная потребность в интимно-личностном общении со сверстниками, возможность смоделировать («прожить») ситуацию; каждый подросток является активным участником группы вне зависимости от того, какой у него социальный статус в учебном коллективе).

Существуют разные виды психологической помощи: непосредственно консультирование, психологическая коррекция, психотерапия, психопрофилактика, психологическая реабилитация, психологическое развитие или формирование новых психических операций или психических образований. Здесь имеет значение глубина погружения, уровень процесса оказания психологической помощи.

В области практической психологии возможны следующие виды психологической помощи в развитии профессионального самоопределения.

Групповой психологический тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) – метод активного обучения, направленный на развитие знаний, умений, навыков и социальных установок в рамках клинической

психотерапии при лечении неврозов, алкоголизма и ряда соматических заболеваний и в работе с психически здоровыми людьми, имеющими психологические проблемы, в целях оказания им помощи в саморазвитии [11].

Индивидуальная или групповая психотерапия. Под психотерапией в настоящее время принято понимать «комплексное лечебное вербальное и невербальное воздействие на эмоции, суждения, самосознание человека при многих психических, нервных и психосоматических заболеваниях» [11].

Групповая или индивидуальная психокоррекция (лат. *correctio* – поправка, частичное исправление или изменение) – направленное психолого-педагогическое воздействие на те или иные психологические структуры с целью исправления таких особенностей психического развития, которые по принятой в возрастной психологии системе критериев не соответствуют гипотетической «оптимальной» модели этого развития, норме или, скорее, возрастному ориентиру как идеальному варианту развития ребенка на той или иной ступени онтогенеза (отклонений в психическом развитии ребенка интеллектуальном, эмоциональном, мотивационном, поведенческом, волевом, двигательном и пр.) на основе создания оптимальных психолого-педагогических условий для развития творческого потенциала личности каждого ребенка [11].

Психолого-педагогическое просвещение – раздел профилактической деятельности психолога, направленный на формирование у населения (учителей, воспитателей, школьников, родителей, широкой общественности) положительных установок к психологической помощи, деятельности психолога-практика и расширение кругозора в области психологического знания [77].

Индивидуальное или групповое психологическое консультирование, понимаемое как профессиональное отношение квалифицированного консультанта к клиенту, которое обычно представляется как «личность-

личность», хотя иногда в нем участвуют более двух человек, с целью помочь клиентам понять происходящее в их жизненном пространстве и осмысленно достичь поставленной цели на основе осознанного выбора при разрешении проблем эмоционального и межличностного характера с учетом имеющихся у клиентов ресурсов [64].

В нашей работе мы ставим приоритет на проведении группового консультирования как наиболее эффективного способа решения проблем профессионального самоопределения у подростков.

Необходимость групповых форм работы берет свое начало с древнейших времен. Аристотель называл человека «общественным животным» и видел в качестве одного из источников жизненной силы потребность человека в установлении контактов с себе подобными [11].

Изменение поведения человека под действием группы людей изучались такими исследователями, как В.М. Бехтерев, Г. Лебон, У. Мак-Даугал, Н.К. Михайловский, Г.Ф. Олпорт, Ж.Г. Тард, Н. Триплет и другими.

Г. Лебон и У. Мак-Даугалл, изучив влияние группы на ее участников установили, что группа действительно оказывает значительное влияние на поведение людей; возникает эффект «заражения» (проявление одинаковых качеств, способов поведения, чувств у разных людей) [74].

Г. Лебон выделял следующие факторы, влияющие на изменения в поведении людей в группе:

человек становится более уверенным, возникает прилив сил и энергии;
возникает эффект «заражения»;
повышается внушаемость.

На протяжении всего периода работы с группой участники постоянно раскрывают представление о себе для окружающих.

Описание представления, восприятия и познания самого себя и участия других в этом процессе рассмотрим через «Окно Джогари» Джозефа Лафта и Гарри Инграма [32]. Модель можно представить в виде рисунка,

содержащего в себе 4 области личного взаимодействия:

	То, что я знаю	То, чего я не знаю
То, что они знают	Арена	Слепое пятно
То, чего они не знают	Видимость	Неизвестное

«Арена» раскрывает те представления о человеке, которые известны ему самому и доступны для других, включает в себя поведение, чувства и мотивы.

«Слепое пятно» представляет собой сведения, которые известны другим членам группы, но при этом не известны самому участнику.

«Видимость» – сведения, которые известны только самому участнику.

«Неизвестное» (бессознательное) содержит в себе данные, которые неизвестны как самому участнику, так и членам группы, включает в себя подавленные впечатления и переживания, чувства.

Таким образом, при построении работы над профессиональным определением подростка мы в первую очередь будем ориентироваться на открытую зону (Арену), расширение представлений о каждом из участников позволит выстроить более продуктивную работу и взаимодействие с другими членами группы.

О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев в своем труде «Групповое психологическое консультирование» определяют следующие основные задачи группового психологического консультирования [75]:

- улучшение межличностных отношений в группе;
- повышение личной и социальной эффективности человека при взаимодействии (например, принятие на себя ответственности, проявление лидерских качеств);
- увеличение ресурсных зон человека;

– повышение эмоциональной рефлексии.

Для эффективной работы в группе соблюдаются несколько правил:

минимальное количество участников группы – 4-5 человек, максимальное – 15-17 человек;

безопасные и комфортные условия для каждого участника группы;

возможность видеть и слышать каждого участника группы;

подбор заданий, который позволяет принять каждого участника группы, включить его в деятельность, помогает осознать значимость, важность и уникальность подростка;

психологическая работа осуществляется по добровольному желанию участника.

Дж. Кори выделяют следующие виды консультативных групп по критерию возраста [37]:

консультативные группы для детей;

консультативные группы для подростков;

консультативные группы для студентов и молодежи;

консультативные группы для взрослых;

консультативные группы для пожилых людей.

Каждая группа отличается своими целями, задачами и формами работы с ее участниками.

Нас интересует групповое консультирование подростков, которое дает возможность прийти к осознанию того, что они могут обсуждать эти проблемы совместно с ровесниками, что у них имеются аналогичные трудности.

Итоговыми эффектами на уровне участников группы может являться:

– повышение самопринятия;

– поиск альтернативных путей решения собственной проблемы, возможность выбора разных вариантов решения трудностей;

– осознание ответственности перед собой и другими людьми;

– развитие рефлексии.

Итоговыми эффектами на уровне группы в целом может являться:

– повышение сплоченности коллектива, уровня доверия к друг другу;

– стремление к взаимной поддержке;

– повышение мотивации.

Поскольку профессиональное самоопределение предполагает самопознание личности, достижение профессиональной идентичности и необходимость обучения определенным навыкам и шагам на пути к самоопределению и построению карьеры, то основной задачей как для педагога, так и для психолога должно стать научить конструктивно решать проблемы профессионального самоопределения, в том числе и кроющиеся в личности самих старшеклассников.

Т.А. Ярая в своих исследованиях представила основные типы и виды работ, используемые психологом при групповом консультировании с группой подростков [80]:

– справочно-информационная (представление информации о профессиях, выявление профессионально важных качеств для разных сфер деятельности, нахождение требований к обучению для интересующей профессии, анализ рынка труда);

– диагностическая (определение индивидуальных особенностей подростков, выявление профессиональных склонностей и направленности личности, установление мотивов при призраивании профессиональной траектории);

– развивающая (моделирование профессиональной деятельности, проигрывание ситуаций (решение профессиональных «кейсов»), стимулирование участников к осознанному профессиональному выбору и построению личной траектории);

– корректирующая (коррекция индивидуальной траектории профессионального пути подростков, представление необходимой

дополнительной информации).

Основной целью группового консультирования при решении проблем профессионального самоопределения подростков является самостоятельный, осознанный выбор подростком будущей профессии, построение индивидуальной траектории развития.

Для того чтобы профессиональные намерения обучающихся стали самостоятельными необходимо на уровне образовательного учреждения создать специальные условия, способствующие осознанному профессиональному выбору.

Модель развития профессиональных намерений учащихся, разработанная Л.В. Брендаковой [9] в рамках концепции и технологии профессионального развития личности, предлагаемой Л.М. Митиной позволяет структурировать необходимую информацию, касаемую профессиональной деятельности обучающихся.

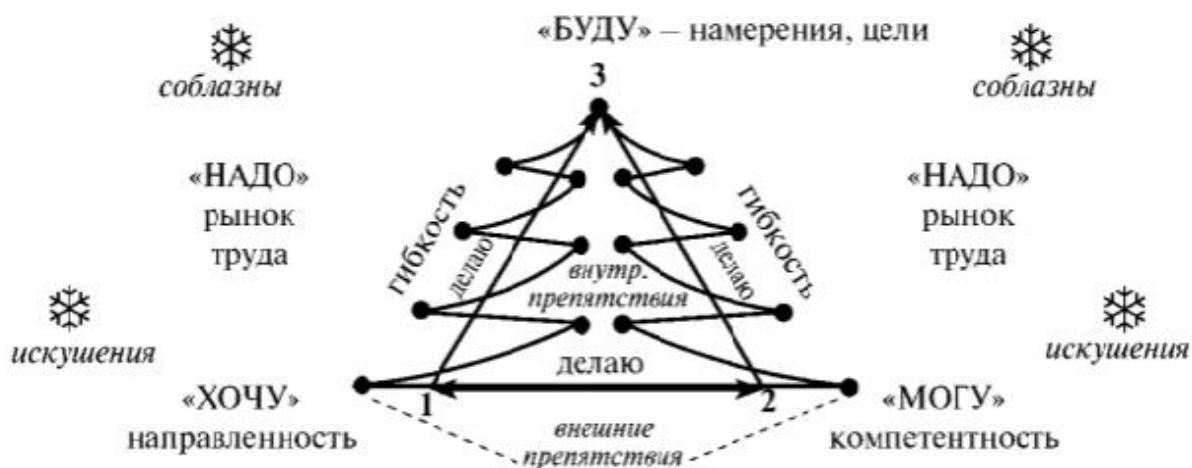


Рис. 1 Модель развития профессиональных намерений Л.В. Брендаковой

Модель развития профессиональных намерений Л.В. Брендаковой построена на основе «интенционального треугольника», включающего в себя 3 точки: 1 – направленность, 2 – знания, необходимые для профессионального определения, 3 – цель. Вне треугольника находится анализ рынка труда (потребность в профессионалах. Под гибкостью

понимаются препятствия, неоднозначный выбор. «Делаю» в данной модели характеризует стремления к вершине треугольника, к поставленной цели. Соблазны и искушения, меняющие маршрут следования человека к намеченной цели представлен в виде снежинки. Внутренние и внешние препятствия, соединенные между собой, превращают модель в изображение «елки».

Данная модель позволяет построить структуру работы с подростками и в рамках группового консультирования каждому из участников создать свою индивидуальную «елку».

Основными методами, используемыми нами в работе над решением проблем профессионального самоопределения подростков, являются:

«мозговой штурм»;

опрос (поиск ответов на поставленные вопросы, такие как: Что нужно учитывать при выборе профессии? Какие мои личные качества помогут в выбранной профессии? Какой ты видишь свою идеальную профессию? Какие качества в себе нужно развить, которые тебе помогут в выбранной профессии? и другие);

профориентационные игры (позволяют моделировать профессиональные ситуации, развивать профессионально значимые качества, сформировать навык самопрезентации. Например, такие игры, как «Угадай профессию», «Ассоциации», «Открытие бизнеса», «Собеседование», «Как я устраиваюсь на работу» и другие);

психологические игры и упражнения (позволяют проанализировать личные качества, определить свои «сильные» и «слабые» стороны, построить программу самосовершенствования. Например, такие упражнения, как «Мои сильные и слабые стороны», «Волшебный магазин» и другие).

Таким образом, можно сделать вывод, что основное содержание работы при решении проблем профессионального самоопределения

подростков направлено на личностный рост и раскрытие личностного потенциала, навыков и умений, необходимых в будущей трудовой деятельности (развитие самопринятия, самоконтроля, рефлексии, целеустремленности; способности эффективного общения; навыков управления эмоциями, самопрезентации, сотрудничества; повышение мотивации).

Также отметим, что групповое консультирование обладает широкими возможностями при преодолении проблем профессионального самоопределения у подростков. Во-первых, сама групповая форма работы имеет большой потенциал – подростки могут приобрести групповой опыт, самораскрыться, проанализировать чужие проблемы и осознать, что они идентичны, что такие трудности испытывают и другие подростки и т.д. Во-вторых, групповое консультирование может включать в себя тренинговые элементы, которые являются наиболее активным методом социального обучения. В-третьих, групповое консультирование включает в себя разнообразные методы работы, позволяющие эффективно преодолеть проблемы профессионального самоопределения подростков.

Выводы по главе I

1. Понятие «самоопределение» рассматривается такими учеными, как К.В. Абульханова-Славская, Р. Бернс, Г.В. Данилова, И.С. Кон, Е.В. Маликина, Л.Ю. Мургазаянова, Г.П. Никовый, В.Ф. Сафин и другие.

Центральным звеном и личностным механизмом процесса самоопределения выступает выбор, который осуществляется на основе ценностных ориентаций личности, осваивается и закрепляется в ситуациях выбора.

Понятие «профессиональное самоопределение» рассматривается такими учеными, как Н.Н. Захаров, Н.Э. Касаткина, А.В. Петровский, В.А. Поляков, М.В. Ретивых, В.Ф. Сафин, А.Б. Ценципер, и другие.

Под «профессиональным самоопределением» будем понимать процесс формирования личностью своего отношения к профессионально-трудовой сфере и способ ее реализации.

Исходя из теоретических представлений отечественных и зарубежных исследователей, раскрытого нами содержания понятия «профессиональное самоопределение» нами определены четыре основных компонента:

мотивационный (содержит потребность в профессиональном развитии, устойчивую мотивацию к самообразованию в интересующей профессиональной сфере);

когнитивный (знание общеобразовательных и специальных дисциплин, своих профессиональных качеств, склонностей и возможностей с различных сторон своей личности и о себе);

операционально-деятельностный (владение методами конструирования личного плана профессионального развития),

оценочно-рефлексивный (адекватная самооценка своей социальной компетенции, готовность нести ответственность за свой выбор, осознание требований социума и их анализ с точки зрения поставленных целей профессионального развития).

2 Обучающиеся приближаются к периоду, где основной становится учебно-профессиональная деятельность. При этом особенно важно направить усилия педагогического воздействия на нахождение подростками своего места в обществе, построении своей личной траектории развития, определении своих профессиональных предпочтений. При этом самооценка, наличие первоначальных представлений о профессии, умение соотнести самооценку и свои знания о той или иной профессии являются важными факторами, обуславливающими успешность профессиональное самоопределения подростков.

3. Основной целью группового консультирования при решении проблем профессионального самоопределения подростков является самостоятельный, осознанный выбор подростком будущей профессии, построение индивидуальной траектории развития.

Основное содержание работы при решении проблем профессионального самоопределения подростков направлено на личностный рост и раскрытие личностного потенциала, навыков и умений, необходимых в будущей трудовой деятельности (развитие самопринятия, самоконтроля, рефлексии, целеустремленности; способности эффективного общения; навыков управления эмоциями, самопрезентации, сотрудничества; повышение мотивации).

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ПРЕОДОЛЕНИЮ ПРОБЛЕМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ В ПРОЦЕССЕ ГРУППОВОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

2.1. Методическая организация исследования и обсуждение результатов констатирующего эксперимента

Проведение эмпирического исследования включало три этапа:

Первый этап (подготовительный) – изучение общенаучного интереса к феномену профессионального самоопределения, конкретизация направления научного исследования.

Проводится подборка и анализ отечественной и зарубежной научной и научно-популярной литературы по теме самоопределения. Происходит знакомство с современной практикой по оказанию психолого-педагогической помощи и поддержки подросткам, испытывающим трудности при профессиональном самоопределении, что подтверждает необходимость использования группового консультирования при работе с данной категорией обучающихся.

На данном этапе считаем важным отметить, что подростки, рассматриваемые в нашем исследовании, обучаются в кадетском корпусе. Специфика учреждения и построения образовательного процесса отличается от подростков, которые обучаются в общеобразовательной школе.

Основные различия можно отметить в целях обучения воспитанников, в личностных особенностях подростков и процессе адаптации к образовательному процессу в кадетском корпусе.

Основная цель кадетского образования - подготовка государственного человека (деятеля, несущего службу на каком-либо государственном или общественном поприще) - патриота, готового брать на себя ответственность за судьбу своей страны и родного края; инициативного, самостоятельного, мобильного гражданина с лидерской позицией; просвещенного культурного

разумного, зрелого в суждениях и поступках человека, способного к жизнестворчеству и созиданию; благородного и благопристойного мужчины, заботливого семьянина.

В системе кадетского образования Красноярского края разработан ряд программ, в том числе, обеспечивающие гражданское и военно-патриотическое воспитание: например, дополнительная общеобразовательная программа «Краевой кадетский парламент», которая ориентирована на формирование человека и гражданина, интегрированного в современное общество, нацеленного на совершенствование этого общества и является одним из основных инструментов вовлечения обучающихся в общественную и гражданскую активную деятельность, как форму гражданского образования (Программа реализуется как социальная практика, являющаяся инструментом отработки знаний, умений и навыков, приобретенных в ходе освоения предметной области «общественные науки», так и моделирование различных социальных форм взаимодействия: переговорная площадка, дебаты, разработка, экспертиза и мониторинг итогов, результатов и эффектов проектно-организованных социальных практик, мастер-класс, презентация); «Программа воспитания и социального взросления», по которой проводится работа по нравственному и военно-патриотическому воспитанию кадет с целью формирования качеств защитника Отечества.

Работа по нравственному и военно-патриотическому воспитанию выстроена в систему и тесно переплетается с организацией процесса жизнедеятельности кадет. С первых дней пребывания в корпусе кадеты изучают историю кадетских корпусов, военной атрибутики, кадетской формы. Приучают к правильному ее ношению и бережному отношению.

Каждый подросток также во второй половине дня посещает программы дополнительного образования, которые предполагают инвариантную составляющую (обеспечивающую этическую подготовку, подготовку

по основам православной культуры, хореографическую подготовку всех воспитанников; подготовку кадет по основам военной службы и особую физическую подготовку) и вариативную составляющую (включающую широкий спектр дополнительных общеобразовательных программ, обеспечивающих выявление, поддержку и сопровождение развития способностей и одаренностей обучающихся в социальной, художественно-эстетической, интеллектуальной сферах и области спорта).

Попечительство над системой кадетского и женского гимназического образования Красноярского края осуществляет непосредственно Губернатор края и Генеральский клуб, в котором состоят генералы – руководители силовых ведомств как действующие, так и находящиеся в отставке. Жизненный путь представителей Генеральского клуба служит примером для дальнейшего профессионального самоопределения воспитанников кадетских корпусов. Значительная доля выпускников связывает свою жизнь со службой Отечеству, поступая в военные вузы, а также в учебные заведения силовых структур.

Пройдя процедуру индивидуального отбора и поступив в кадетский корпус у ребенка кардинально меняются условия обучения. Происходит процесс адаптации к особому укладу жизнедеятельности с военизированной составляющей, для которого характерна жесткая дисциплина, регламентированный распорядок дня с отсутствием свободного времени, проживание в казарме в отдалении от родительского дома.

В.А. Монастырский, Н.Ю. Милованова [44, 47] выделяют 4 вида адаптации:

1) социально-бытовая (к условиям жизнедеятельности, казарменному образу жизни). Авторами отмечается, что данный вид возникает в основном в первые два месяца после поступления в общеобразовательное учреждение. Происходит перестройка сложившихся стереотипов поведения и формирование новых, что отражается непосредственно и на самой личности

подростка. Основной причиной конфликтов становится неспособность подчиняться требованиям коллектива, нежелание соблюдать порядок, трудности в самообслуживании.

2) учебная (к профильной программе обучения). Основное отличие от общеобразовательной школы в том, что учебный план состоит из двух частей: инвариантной и вариантной. Инвариантная часть (кадетский компонент) включает в себя такие предметы, как основы военной службы, основы православной культуры, хореографию, этику. Доля воспитанников, посещающих данные курсы, составляет 100% от общего числа обучающихся. Таким образом, кадеты в первой половине дня осваивают основную образовательную программу, вторую половину дня занимает дополнительное образование, обязательное для всех. На выполнение уроков отводится дополнительное время, в которое ребенок самостоятельно справляется с домашним заданием. Успешность напрямую зависит от мотивов обучения.

3) профессионально-служебная (к особому укладу жизнедеятельности, освоению новой социальной роли «кадет», к усиленным физическим нагрузкам).

4) социально-психологическая (к новому коллективу). При переходе из четвертого в пятый класс младший подросток попадает в новый коллектив, в котором обучаются только мальчики, соответственно, меняется круг общения, сокращаются коммуникации с родственниками и друзьями. Возникает внутренний диссонанс в необходимости общения по уставу, подчинения своим сверстникам (младшему командиру) [81].

Следует отметить, что при успешном прохождении периода адаптации подросток принимает на себя новую социальную роль и становится успешным во всех сферах жизнедеятельности, формируется навык самостоятельной работы, устанавливается благоприятный психологический климат в коллективе. При этом, если для подростка тяжело проходит данный период, то включаются психозащитные реакции, такие как

активный протест (воспитанник стремится всеми способами выразить негативизм к принятой системе, проявляет враждебность к коллективу, нарушает дисциплину), пассивный протест (выражается в депрессивном состоянии, нежелании выполнять повседневные обязанности, повышенной тревожности, неуверенности в себе). Подросток стремится к автономии (И.С. Кон выделяет поведенческую автономию (самостоятельное принятие решений), эмоциональную автономию, моральную и ценностную автономию (собственные взгляды на жизнь и собственное мнение), отстаивает право быть собой. Основной формой воздействия на кадета в данной ситуации должно стать, в первую очередь, сотрудничество со стороны педагогического коллектива.

Второй этап (основной) – осуществление теоретического и эмпирического исследования.

1. Изучение литературы по теме профессионального самоопределения подростков дает понимание степени изученности данного понятия. Отслеживаются актуальные на сегодняшний день аспекты в теоретических и практических изысканиях в данной области науки, что позволяет уточнить актуальность изучения особенностей профессионального самоопределения подростков. Определена методологическая база исследования, разработан научный аппарат эксперимента.

2. Определена выборка испытуемых. В научном исследовании принимали участие обучающиеся 10 класса (всего 21 человек) краевого государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Красноярский кадетский корпус имени А.И. Лебедея». Возрастные характеристики респондентов: от 16 до 17 лет.

3. Подбор диагностического комплекса, направленного на изучение особенностей профессионального самоопределения, включал в себя несколько пунктов: отбор методик, апробация и корректировка диагностического комплекса.

4. Проведение исследования (констатирующий, формирующий эксперимент) по выявлению уровня профессионального самоопределения у воспитанников краевого государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Красноярский кадетский корпус имени А.И. Лебеда». Анализ и интерпретация результатов, полученных после констатирующего эксперимента, послужили основой для подбора упражнений, включенных при работе с подростками посредством группового консультирования.

Третий этап (заключительный) – систематизация результатов исследования.

Обобщенные и систематизированные полученные данные представлены в 2 статьях и оформленной магистерской диссертации.

На основании анализа литературы нами был спланирован констатирующий эксперимент.

Основной целью мы поставили выявление актуального уровня развития профессионального самоопределения подростков. Для реализации данной цели мы поставили следующие задачи:

1. Проанализировать имеющиеся в отечественной и зарубежной науке подходы к пониманию профессионального самоопределения.

2. Подобрать диагностический комплекс для изучения особенностей самоопределения подростков в будущей профессии.

3. Определить актуальный уровень самоопределения подростков в будущей профессии.

4. Разработать и внедрить программу группового консультирования подростков, позволяющую оказать помощь в самоопределении подростков в будущей профессии.

Для реализации программы исследования мы подготовили пакет методик.

Таблица 1.

Диагностическая программа исследования

Методика	Характеристика уровней сформированности		
	Низкий	Средний	Высокий
Методика «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчарова	Уровень проявления качества выявляется от общего качественного анализа группы.		
«Дифференциально-диагностический опросник» Е.А. Климова	Интерес к профессиональной сфере мало выражен по всем показателям	Профессиональная направленность и интерес выражены в средней степени	Профессиональная направленность выражена ярко и отчетливо
Методика изучения профессиональной идентичности» Л.Б. Шнейдер	Человек не делает осознанный выбор, его представления навязаны окружающими людьми; выраженное недовольство собой, постоянная самокритика, самообвинение в неудачах, потеря интереса к происходящему в настоящее время	Выраженный интерес к выбору профессии, человек находится на стадии поиска себя, определении своих целей, осознании того, что он действительно хочет добиться	Человек четко представляет чего он хочет достичь, данное состояние сопровождается чувством удовлетворения, осмысленности жизни, отмечается позитивное отношение к себе
«Определение типа ценностных ориентаций» М.С. Гуткина, Т.И. Шалавиной, С.Н.Чистяковой	Не реализует свои профессиональные ценности в профессии	Частично реализует свои профессиональные ценности в профессии	Полностью реализует свои профессиональные ценности в профессии
Метод проективного сочинения	Уровень проявления качества выявляется от общего качественного анализа группы.		

Для диагностики мотивационного компонента была использована:

Методика «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчарова [12] (позволяет определить ведущий тип мотивации при выборе профессии: внутренние индивидуально значимые мотивы (общение с разными людьми, соответствует имеющимся способностям, умственному и физическому развитию, привлекательна, возможность проявить себя творчески),

внутренние социально значимые мотивы (высокая ответственность, польза другим людям, профессиональный рост, руководящая должность, результативность труда), внешние положительные мотивы (смена места жительства, высокая оплата труда, близкое расположение к дому, связана с предпочитаемым школьным предметом, возможность использования профессиональных знаний, умений, навыков вне рабочего времени), внешние отрицательные мотивы (нет необходимости в изучении нового оборудования, престиж профессии, одобрение родителями, друзьями, имеется возможность занять рабочее место в настоящее время, не дожидаясь более перспективного).

Когнитивный компонент исследовали при помощи:

1. «Дифференциально диагностического опросника» Е.А. Климova [4] (позволяет определить предрасположенность человека к определенным типам профессий, отраженных в следующих группах: человек-природа, человек-техника, человек-человек, человек-знаковая техника, знаковый образ, человек-художественный образ)

2. «Методики изучения профессиональной идентичности» Л.Б. Шнейдера [79] (позволяет выявить профессиональную идентичность человека, выраженную в 5 статусах: преждевременная идентичность (проявляется в том случае, если человек не делает осознанный выбор, его представления навязаны окружающими людьми), диффузная идентичность (выражается в недовольстве собой, ангедонии, потеря интереса к происходящему в настоящее время, при попадании в стрессовую ситуацию происходит обвинение себя во всех неудачах), мораторий (проблема самоопределения наиболее ярко выражена именно на этом статусе, человек находится в поиске своего жизненного и профессионального пути, пытается понять, что именно он хочет достичь), достигнутая позитивная идентичность (человек четко представляет чего он хочет достичь, данное состояние сопровождается чувством удовлетворения, осмысленности жизни,

отмечается позитивное отношение к себе), псевдопозитивная идентичность (непринятие критики от других людей, завышенная самооценка, низкий уровень способности адекватно и объективно оценивать свои поступки, достижения, гиперидентичность, выраженная в абсолютном принятии определенной роли и статуса в группе, достижении цели любой ценой).

Операционально-деятельностный компонент изучался при помощи методики:

«Определение типа ценностных ориентаций» М.С. Гуткина, Т.И. Шалавиной, С.Н.Чистяковой (позволяет выявить один из трех типов ценностных ориентаций относительно профессии: непротиворечивый профессиональный (содержательные ценности, возможность реализации непосредственно в самой профессии), противоречивый (имеет промежуточное положение, включает качества, как непротиворечивых профессиональных ценностных ориентаций, так и непротиворечивых непрофессиональных ценностных ориентаций), непротиворечивый внепрофессиональный (главным ориентиром являются ценности несвязанные с профессиональной деятельностью).

Для диагностики оценочно-рефлексивного компонента использовался метод проективного сочинения (позволяет определить представления подростков об идеальной профессии, найти себя в этом идеальном мире, понять, что необходимо сделать и какие шаги предпринять для достижения своей профессиональной цели).

Выбор конкретных заданий для определения уровня развития отдельных качеств осуществлен в соответствии с рядом требований:

- 1) задания должны соответствовать возрастным особенностям подростков;
- 2) комплекс диагностических заданий должен демонстрировать уровень развития критериев сформированности самоопределения воспитанников кадетского корпуса («мотивационный компонент»,

«когнитивный компонент», «операционально-деятельностный компонент», «оценочно-рефлексивный компонент»).

Таким образом, оценивая каждый из компонентов, мы можем выделить три уровня сформированности профессионального самоопределения подростков:

1. Низкий. Обучающиеся имеют размытое представление о своей профессиональной перспективе и ее необходимости в настоящее время, ярко выраженное недовольство собой, неадекватное оценивание своих ресурсов и возможностей, постоянная самокритика, самообвинение в неудачах, проявляется потеря интереса к происходящему в настоящее время. Обучающиеся испытывают состояние тревожности, не склонны к проявлению активной жизненной позиции, планированию, действуют по заданному образцу, ответственность за принятие важных решений перекладывается на других, либо навязана окружением (значимыми взрослыми, сверстниками, общепринятыми стереотипами). Для работы с данной группой необходима высокая мотивация к деятельности, постоянный контроль извне за выполнением заданного плана.

2. Средний. Обучающиеся осознают необходимость и важность умения определить свои жизненные приоритеты, выбрать профессиональную деятельность, в настоящее время подросток находится на стадии поиска себя, определении своих целей, осознании того, что он действительно хочет добиться. Имеется положительная (представлена на среднем, либо высоком уровне) мотивация.

3. Высокий. Воспитанники осознают важность и значимость профессионального самоопределения. Четко представляют чего они хотят достичь, умеют ставить цели, как краткосрочные, так долгосрочные планировать пути достижения, оценивать конечный результат, корректировать при необходимости. Данное состояние сопровождается чувством удовлетворения, осмысленности жизни, отмечается позитивное отношение

к себе.

Данные результатов воспитанников краевого государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Красноярский кадетский корпус имени А.И. Лебедея» приведены в приложении А.

Далее мы представляем анализ результатов изучения актуального уровня профессионального самоопределения подростков.

Анализ сформированности мотивационного компонента

Рассмотрим ведущие профессиональные мотивы обучающихся с помощью методики «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчаровой, которая отмечает, что основными процессами управления деятельностью и поведением школьников являются внутренние и внешние мотивы. Внутренняя мотивация направлена на потребности самого человека, определение того, что хочется ему самому, в то время как внешняя мотивация подразумевает влияние сторонних лиц, либо стереотипов о трудовой деятельности и определенной профессии.

Приоритетными факторами, оказывающими существенное влияние на выбор будущей профессии воспитанников кадетского корпуса являются: возможность приносить пользу людям, возможность профессионального роста. Также часть респондентов отмечает близость с местом жительства и престижность, высокую оплату труда.

Рассмотрим частоту встречаемости преобладающих мотивов (таблица 2).

Таблица 2.

Мотивы выбора профессии

Основные мотивы выбора профессии	количество человек
Внутренние индивидуально значимые мотивы	4
Внутренние социально значимые мотивы	2
Внешние положительные	11
Внешние отрицательные	4

Из таблицы видно, что у обучающихся кадетского корпуса основными мотивами выбора профессии являются внутренние индивидуально значимые мотивы, внутренние социально значимые мотивы, а также внешние положительные мотивы. 19% воспитанников (4 человека от общего количества респондентов) обращают внимание, что при выборе профессии важно учитывать соответствие будущей профессиональной деятельности своим способностям, имеется ли возможность проявить себя творчески, высокую личную значимость. 10% воспитанников (2 человека от общего количества респондентов) выделяют, что существенным является возможность приносить пользу людям, профессиональный рост, реализация себя в должности руководителя. 52% воспитанников (11 человек от общего количества респондентов) – высокая оплата труда, близкое расположение с местом жительства, применение профессиональных знаний, умений и навыков за рамками рабочего времени. 19% воспитанников (4 человека от общего количества респондентов) – нравится родителям и друзьям, единственная возможность в связи с личными обстоятельствами, является в настоящее время престижной.

Умение преподавательского состава понимать ведущие профессиональные мотивы обучающихся и их цели позволит грамотно спланировать учебно-воспитательную деятельность учреждения, проанализировать имеющиеся ресурсы и направить их на достижение обозначенных целей, оказать содействие в обретении ключевых навыков действовать в ситуации неопределенности.

На основании диагностики ведущих профессиональных мотивов обучающихся были сделаны выводы об уровнях сформированности мотивационного компонента.

Таблица 3. Уровни сформированности мотивационного компонента профессионального самоопределения подростков

Уровень	Контрольная группа	Экспериментальная группа
Высокий	2 (20%)	2 (18%)
Средний	6(60%)	7 (56%)
Низкий	2(20%)	2 (18%)

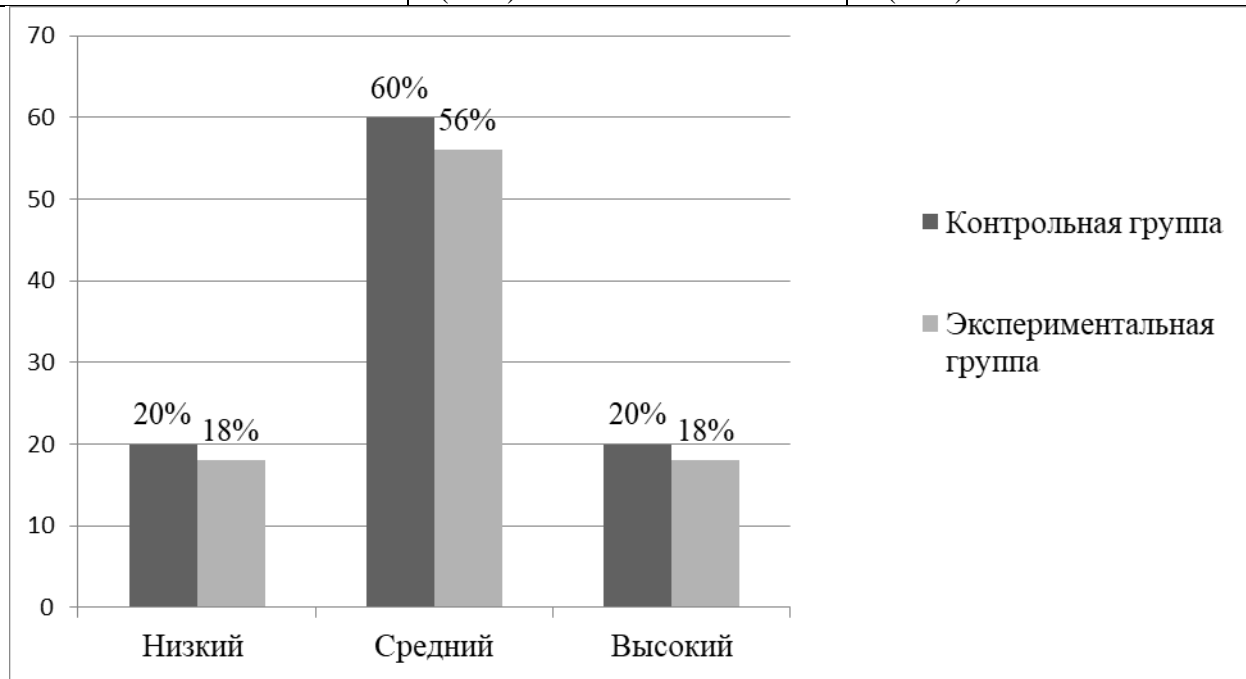


Рис. 2 Уровни выраженности мотивационного компонента обучающихся 10 класса

На рисунке 2 мы можем увидеть данные исследования: в контрольной группе 20% учащихся имеют низкий уровень развития данного качества, 60% - средний уровень и 20% - высокий уровень. В экспериментальной группе 18% учащихся имеют низкий уровень развития данного качества, 56% - средний уровень, 18% учащихся - высокий уровень.

Следовательно, у учащихся контрольной группы значительно не отличается от учащихся экспериментальной группы, так как существуют незначительные различия на каждом из уровней (на низком уровне - 2%, на среднем уровне - 4%, на высоком уровне — 2%). Это свидетельствует о том, что у учащихся как в контрольной группе, так и в экспериментальной группе примерно одинаковый уровень сформированности мотивационного компонента.

Анализ сформированности когнитивного компонента

Для исследования данного компонента мы использовали «Дифференциально-диагностический опросник» Е.А. Климова, «Методику изучения профессиональной идентичности» Л.Б. Шнейдер.

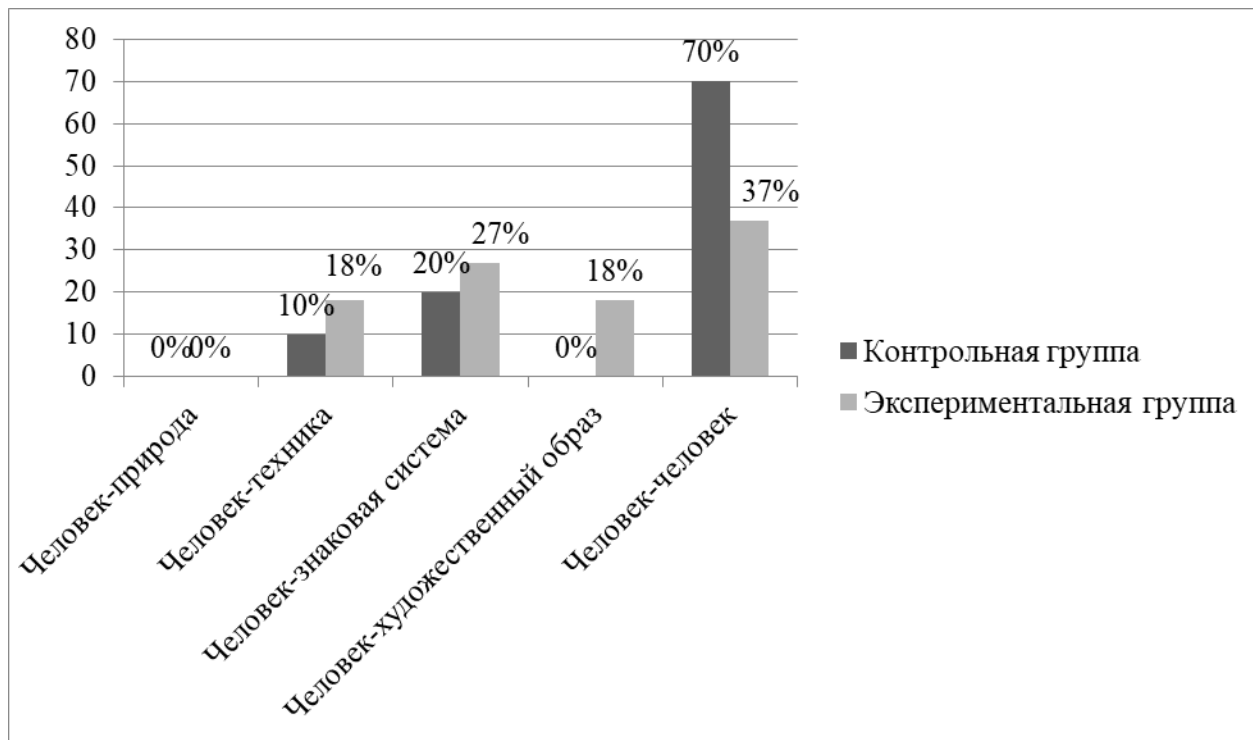


Рис.3 Предрасположенность обучающихся к определенным типам профессий

Рассматривая шкалу «Человек-природа» можно отметить, что никто из обучающихся как в контрольной, так и в экспериментальной группе не относится к данному типу профессий.

10% обучающихся (1 человек) контрольной группы и 18% (2 человека) экспериментальной группы имеют склонность к профессиям типа «человек-техника», которая характерна для людей, склонных к техническим специальностям. Профессии этого типа отличаются от остальных тем, что человек работает с техническими объектами (оборудованием). Примеры специальностей: специалисты по производству и обработке металла, токарь, фрезеровщик, электромонтажник, техник по производству вычислительных машин, радиомеханик и другие. Основными личностными характеристиками,

присущими этой категории людей являются наблюдательность, ответственность, высокая концентрация внимания, способность быстро переключаться с одного вида деятельности на другой, выносливость.

20% (2 человека) и 27% (3 человека) обучающихся, соответственно, к профессиям типа «человек-знаковая-система». К данной группе профессий относится работа с текстами, изображениями, документами, числами, формулами. Примеры специальностей: аналитик, бухгалтер, инженер, конструктор, архитектор, программист и другие. Основными личностными характеристиками, присущими этой категории людей являются скрупулезность, дисциплинированность, высокая концентрация внимания, склонность к выполнению рутинной работы.

0% и 18%, (2 человека) соответственно, к профессиям типа «человек-художественный образ», объединяет творческие направления. Примеры специальностей: хореограф, музыкант, актер, журналист, фотограф и другие. Основными личностными характеристиками, присущими этой категории людей являются чувство прекрасного, богатое воображение, трудолюбие, сила воли.

70% (7 человек) и 37% (4 человека), соответственно, к профессиям типа «человек-человек». Главным в данной сфере является взаимодействие с другими людьми. Примеры специальностей: воспитатель, учитель, организатор мероприятий, врач, экскурсовод, тренер, менеджер по продажам, продавец, стюардесса и другие. Основными личностными характеристиками, присущими этой категории людей являются эмоциональная устойчивость, умение находить общий язык с другими людьми, толерантность, терпимость.

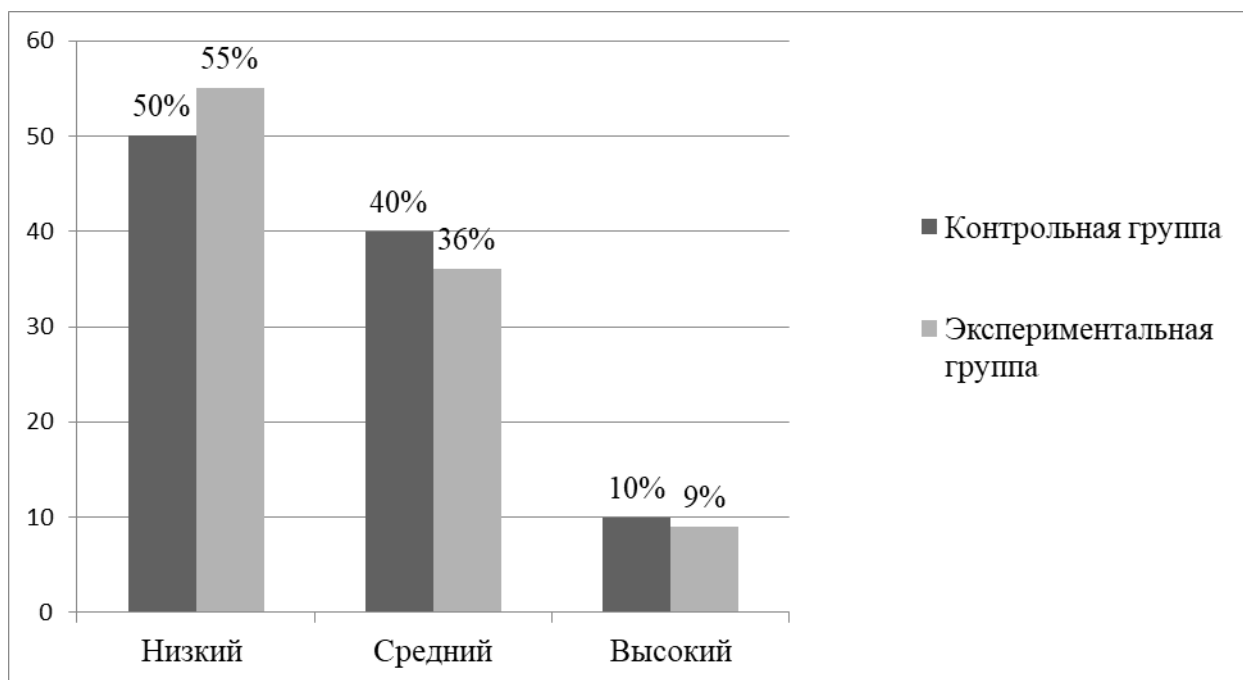


Рис. 4 Уровни выраженности predispositions обучающихся к определенным типам профессий

По данным представленным на гистограмме (рисунок 3) мы можем увидеть: в контрольной группе 50% учащихся имеют низкий уровень выраженности predispositions обучающихся к определенным типам профессий, 40% - средний уровень и 10% - высокий уровень. В экспериментальной группе 55% учащихся имеют низкий уровень выраженности predispositions обучающихся к определенным типам профессий, 36% - средний уровень, 9% учащихся - высокий уровень.

Рассмотрим результаты выявления статуса профессиональной идентичности по «Методике изучения профессиональной идентичности» Л.Б. Шнейдер.

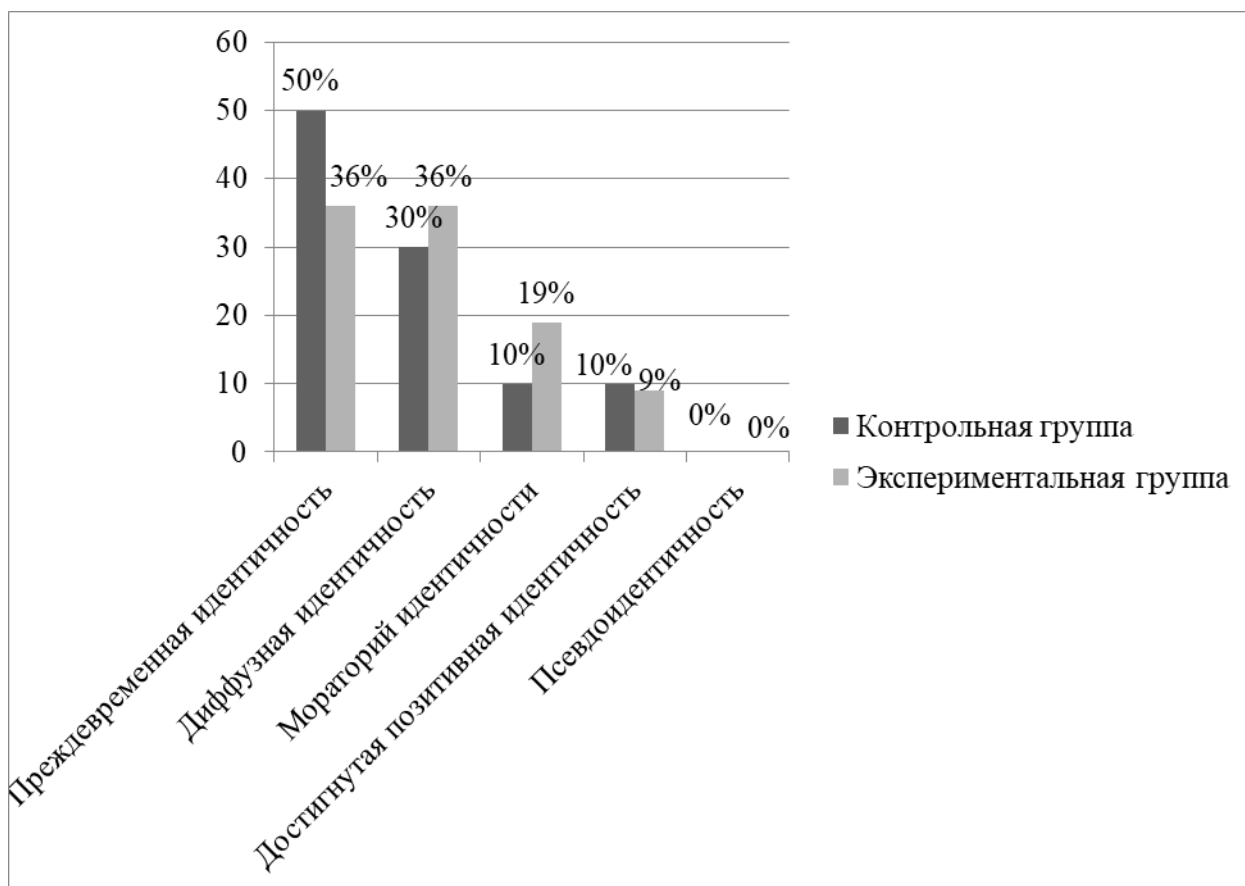


Рис.5 Статус профессиональной идентичности обучающихся 10 класса

По данным, представленным на гистограмме (рисунок 5):

50% контрольной группы и 36% экспериментальной группы имеют статус преждевременной идентичности (выражается в навязанном обществе выборе жизненных решений, значимые взрослые, сверстники оказывают большое влияние, проявляется в том, что при необходимости принятия решения подросток ощущает психологический дискомфорт, перекладывает ответственность на сторонних людей), 30% и 36% - диффузной идентичности (подросток не осознает важности в принятии решения относительно своей профессиональной траектории, не ставит текущих кратковременных и долгосрочных целей, не пытается изменить ситуацию, возникают сомнения и непонимание, что именно хочется достичь и какую специальность выбрать, нет четного плана действия), 10% и 19%, соответственно – мораторий идентичности (человек находится в поиске своего жизненного и профессионального пути, пытается понять, что именно он хочет достичь),

10% и 9%, соответственно – достигнутую позитивную идентичность (человек четко представляет чего он хочет достичь, данное состояние сопровождается чувством удовлетворения, осмысленности жизни, отмечается позитивное отношение к себе) и никто из подростков не относится к статусу псевдоидентичность.

Рассмотрим уровень сформированности когнитивного компонента у обучающихся контрольной и экспериментальной групп.

Таблица 7 Уровни сформированности когнитивного компонента профессионального самоопределения подростков

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	1 (9%)	1 (10%)
Средний	2 (18%)	1 (10%)
Низкий	8 (73%)	8 (80%)

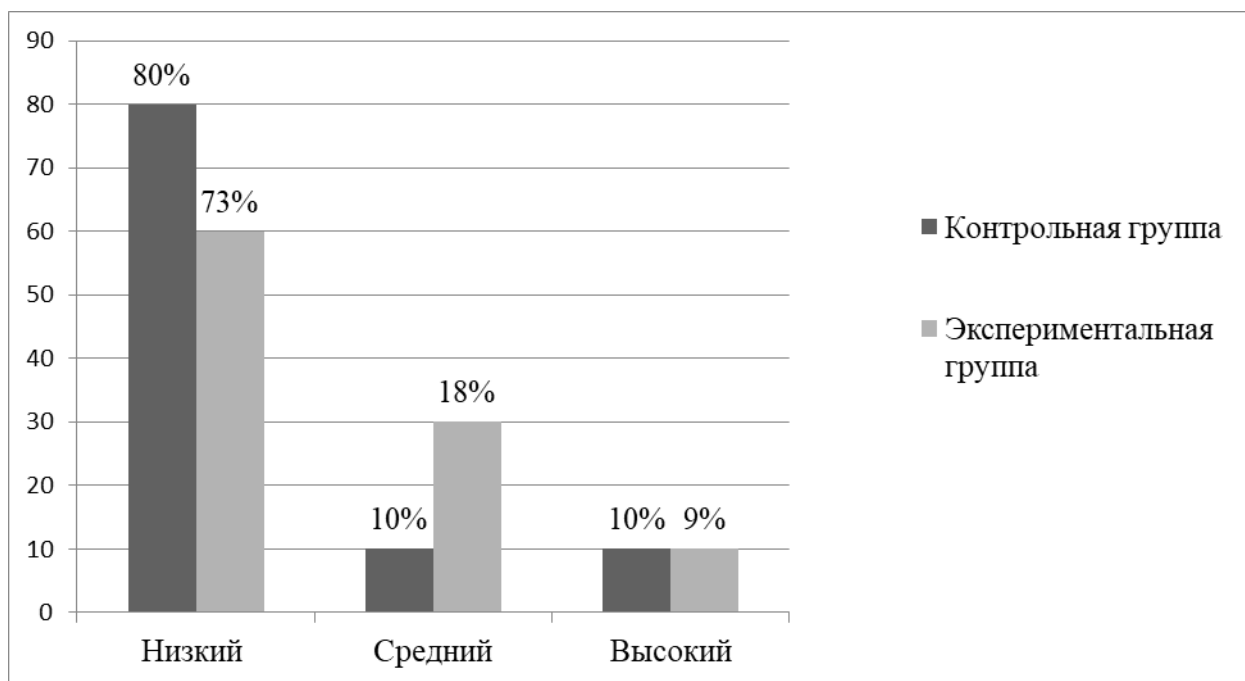


Рис. 6 Уровни выраженности когнитивного компонента обучающихся 10 класса

На рисунке 6 мы можем увидеть данные исследования: в контрольной группе 80% учащихся имеют низкий уровень развития данного качества, 10% - средний уровень и 10% - высокий уровень. В экспериментальной группе 73% учащихся имеют низкий уровень развития данного качества,

18% - средний уровень, 9% учащихся - высокий уровень.

Подводя итог изучению сформированности данного компонента, можно сделать вывод о том, что обучающиеся экспериментальной и контрольной групп характеризуются высокой степенью авторитарности сторонних людей, оказывающих на них воздействие, при этом низким уровнем самостоятельности в принятии решений относительно своей профессиональной деятельности.

Анализ сформированности операционально-деятельностного компонента

Рассмотрим особенности ценностных ориентаций воспитанников краевого государственного бюджетного учреждения «Красноярский кадетский корпус имени А.И. Лебеда» с помощью методики «Определение типа ценностных ориентаций» М.С. Гуткина, Т.И. Шалавиной, С.Н. Чистяковой.

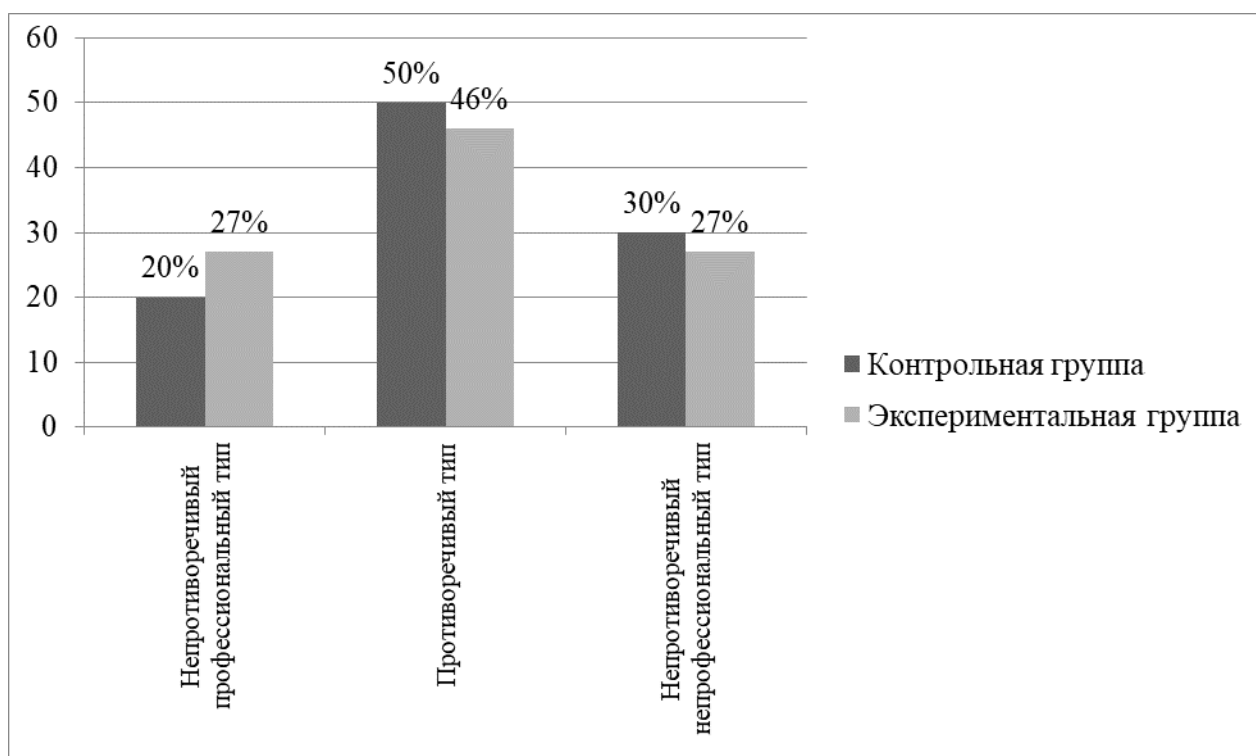


Рис. 7 Тип ценностных ориентаций обучающихся 10 класса

Рассмотрим уровень сформированности операционно-деятельностного компонента у обучающихся контрольной и экспериментальной групп.

20% учащихся контрольной группы 27% экспериментальной группы выделяют главными ценностями в работе - содержательные, где имеется возможность реализовать себя, раскрыть свои способности, почувствовать себя успешным, продвинуться по карьерной лестнице, 30% и 27% подростков, соответственно, относятся к непротиворечивому непрофессиональному типу, их отличает от остальных ориентация на деятельность вне профессии. 50% и 46% обучающихся, соответственно, занимают промежуточное положение между непротиворечивым профессиональным типом ценностных ориентаций и непротиворечивым непрофессиональным типом ценностных ориентаций, что свидетельствует о том, что для таких подростков присущи качества из одного и другого типа ценностных ориентаций.

Рассмотрим уровни сформированности операционно-деятельностного компонента профессионального самоопределения воспитанников краевого государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Красноярский кадетский корпус имени А.И. Лебеда».

Таблица 8 Уровни сформированности операционно-деятельностного компонента профессионального самоопределения подростков

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	3 (27%)	2 (20%)
Средний	5(46%)	5 (50%)
Низкий	3(27%)	3 (30%)

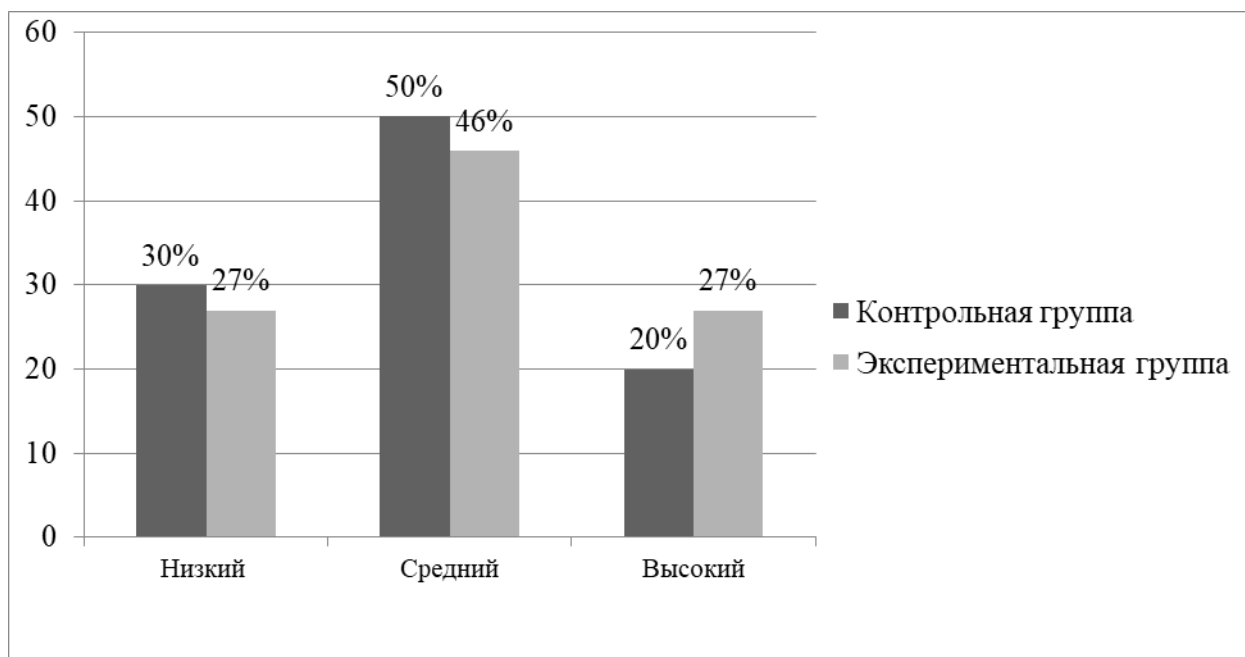


Рис. 8 Уровни выраженности операционально-деятельностного компонента обучающихся 10 класса

Исходя из рис. 8, мы видим, что: в контрольной группе 30% учащихся имеют низкий уровень развития данного качества, 50% - средний уровень и 20% - высокий уровень. В экспериментальной группе 27% учащихся имеют низкий уровень развития данного качества, 50% - средний уровень, 20% учащихся - высокий уровень.

Для успешного профессионального самоопределения подростки должны осознавать важность профессиональной деятельности, уметь реализовать себя за счет ее содержательных компонентов. Если акцент сдвигается на проявление активности вне профессии и реализации себя, например, в хобби, то определение своих перспективных целей, в том числе, построение индивидуальной траектории, осознанный выбор, предпочтение одного вида деятельности из множества доступных вызывает затруднение.

Анализ сформированности оценочно-рефлексивного компонента

Для определения представлений подростков об идеальной профессии, своего места в профессиональной деятельности мы использовали метод проективного сочинения.

Рассмотрим уровни сформированности оценочно-рефлексивного компонента профессионального самоопределения подростков

Таблица 9 Уровни сформированности оценочно-рефлексивного компонента профессионального самоопределения подростков

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	2 (18%)	1 (10%)
Средний	4(36%)	5 (50%)
Низкий	5(46%)	4 (40%)

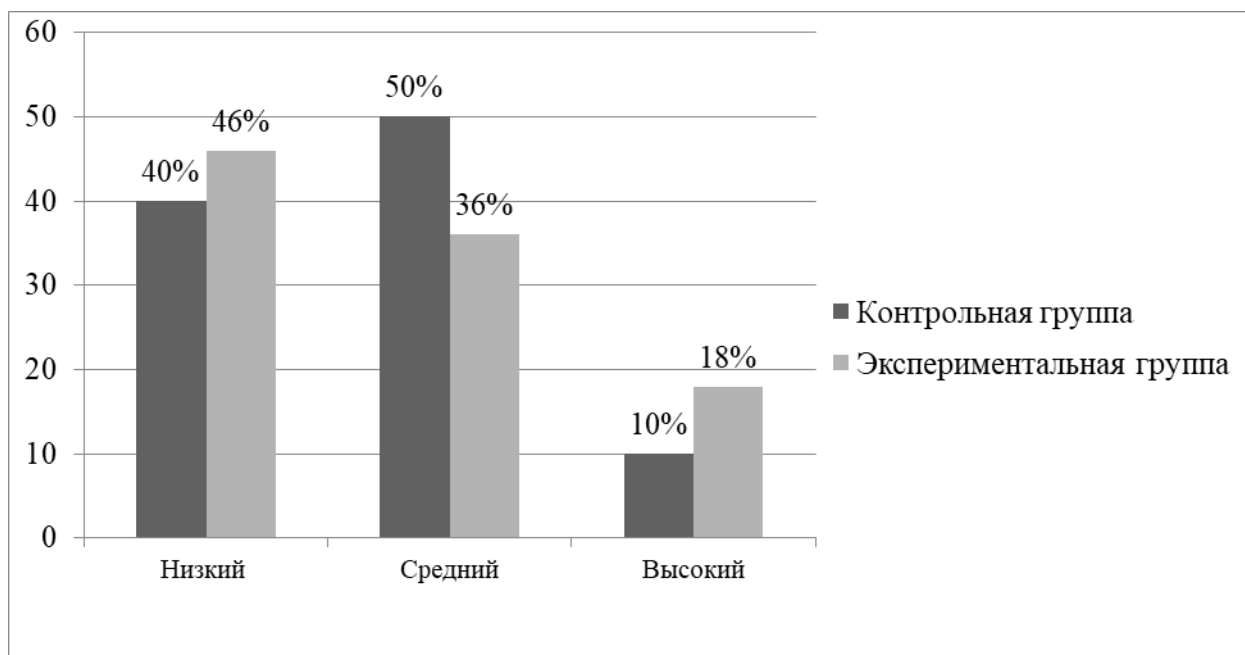


Рис. 9 Уровни выраженности оценочно-рефлексивного компонента обучающихся 10 класса

Результаты изучения сформированности оценочно-рефлексивного компонента профессионального самоопределения подростков в контрольной и экспериментальной группах позволяют сделать вывод о необходимости совершенствования у обучающихся умений профессионального самоопределения. В контрольной группе 40% учащихся имеют низкий уровень развития данного качества, 50% - средний уровень и 10% - высокий уровень. В экспериментальной группе 46% учащихся имеют низкий уровень развития данного качества, 36% - средний уровень, 18% учащихся - высокий уровень.

Уровень проявления выраженности оценочно-рефлексивного компонента выявлялся от общего качественного анализа группы. Для высокого уровня характерно четкое видение своей будущей профессии, определение своего места в этой профессии, отмечается прогнозирование результата, анализ действий, умение планировать. Средний уровень – ведется поиск своего я, имеется представление о профессиональной деятельности, но нет четкого видения себя в этой деятельности, низкий уровень - не берут на себя ответственность за результат, затруднено понимание своего

предназначения в жизни, каким видом деятельности хочется заниматься в будущем, отсутствуют навыки планирования и целеполагания, возникают затруднения с расстановкой приоритетов. Текст представлен общими фразами о профессии, обязанностях.

Анализ общего уровня сформированности профессионального самоопределения

Рассмотрим общий показатель сформированности профессионального самоопределения подростков.

В таблице 10 и на рисунке 8 обобщённо представлены результаты изучения сформированности профессионального самоопределения подростков экспериментальной и контрольной групп.

Таблица 10. Изучение сформированности профессионального самоопределения подростков.

Компоненты	Уровни сформированности					
	Экспериментальная группа			Контрольная группа		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
Мотивационный	18%	56%	18%	20%	60%	20%
Когнитивный	9%	18%	73%	10%	10%	80%
Организационно-деятельностный	27%	46%	27%	20%	50%	30%
Оценочно-рефлексивный	18%	36%	46%	10%	50%	40%
Общий уровень	18%	46%	36%	20%	40%	40%

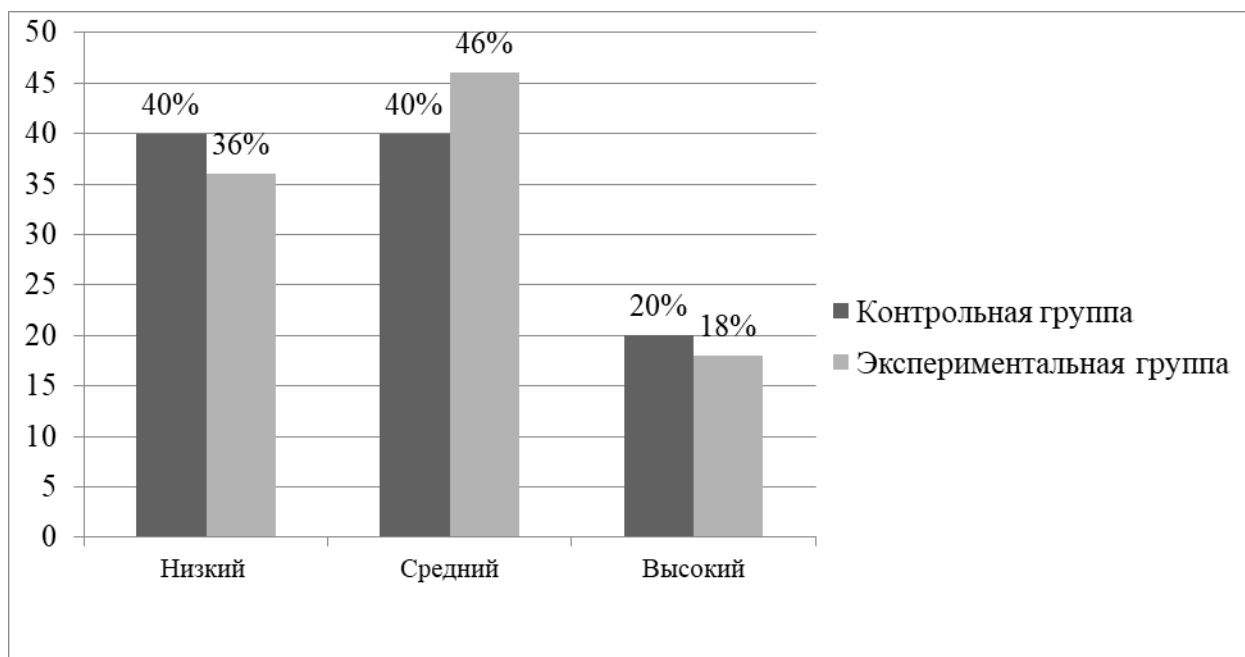


Рис. 10 Общий показатель сформированности профессионального самоопределения подростков.

Исходя из всех результатов, полученных нами при анализе первичных данных, мы видим, что, не смотря простроенный режим и распорядок жизнедеятельности подростков, разнообразную учебно-воспитательную программу значительной части обучающихся присущ низкий и средний уровни профессионального самоопределения. Обучающиеся имеют размытое представление о своей профессиональной перспективе и ее необходимости в настоящее время, ярко выраженное недовольство собой, неадекватное оценивание своих ресурсов и возможностей, постоянная самокритика, самообвинение в неудачах, проявляется потеря интереса к происходящему в настоящее время. Подростки испытывают состояние тревожности, не склонны к проявлению активной жизненной позиции, планированию, действуют по заданному образцу, ответственность за принятие важных решений перекладывается на других, либо навязана окружением (значимыми взрослыми, сверстниками, общепринятыми стереотипами). Для работы с данной группой необходима высокая мотивация к деятельности, постоянный контроль извне за выполнением заданного плана. Также

необходимо обеспечить комплексное психолого-педагогическое сопровождение воспитанников в процессе образования и социализации, оказание им адресной профессиональной помощи и поддержки.

Мы провели сравнительный анализ между первой и второй группой по ряду параметров вариативного мышления. Результат сравнительного анализа между показателями отражен в таблице 11.

Таблица 11. Направление и достоверность различий между контрольной и экспериментальной групп по параметрам профессионального самоопределения.

N п/п	Наименование параметра сравнения	Группы сравнения (первая-вторая)
1	Мотивационный	Нет различий
2	Когнитивный	Нет различий
3	Организационно-деятельностный	Нет различий
4	Оценочно-рефлексивный	Нет различий

Результаты расчетов показывают, что из характеристик профессионального самоопределения ни по одной из них не выявлено достоверных различий между двумя группами.

Таким образом, мы выяснили, что на этапе первичного констатирующего эксперимента две группы характеризовались сходными характеристиками критериев профессионального самоопределения и у них схожи показатели мотивационного, когнитивного, организационно-деятельностного, оценочно-рефлексивного компонентов.

Проведенный выше сравнительный анализ был направлен на сравнение уровней выраженности признаков. Он демонстрирует уровневые различия.

Для исследования взаимосвязей между описываемыми критериями профессионального самоопределения, проведен корреляционный анализ

по методу Спирмана, корреляционный анализ построен на основе расчета коэффициента корреляции Спирмана. Статистические расчеты выполнялись при помощи статистической программы STATGRAPHICS Plus 5.0 и программы Excel.

Представим анализ корреляционных связей у общей выборки испытуемых. Результат анализа взаимосвязи отражен в таблице 12.

Таблица 12. Взаимосвязь между параметрами, статистическая значимость ненулевой корреляции которых на уровне достоверности 95%

Параметры	Мотивационный	Когнитивный	Организационно-деятельностный	Оценочно-рефлексивный
Мотивационный				
Когнитивный				
Организационно-деятельностный				
Оценочно-рефлексивный				

Отмеченные параметры имеют прямую корреляционную связь. Можно сделать вывод: чем выше уровень мотивационного компонента, тем выше уровень организационно-деятельностного, оценочно-рефлексивного компонентов; чем выше уровень когнитивного компонента, тем выше показатели по параметрам организационно-деятельностного, оценочно-рефлексивного компонентов; чем выше уровень организационно-деятельностного компонента, тем больше уровень оценочно-рефлексивного компонента.

Таким образом, результаты изучения профессионального самоопределения контрольной и экспериментальной групп констатируют следующее:

1) Характеристики контрольной и экспериментальной групп совпадают уровнем значимости 0,05, группы однородны.

2) В экспериментальной группе низким уровнем сформированности профессионального самоопределения обладают 36% обучающихся, средним – 46%, высоким – 18%. В контрольной группе доля обучающихся с низким уровнем сформированности профессионального самоопределения составляет 40%, средним – 40%, высоким – 20%.

3) Уровни сформированности профессионального самоопределения в контрольной и экспериментальной группах, находятся, в основном, на среднем и низком уровнях.

2.2. Организация и проведение формирующего эксперимента

Исходя из результатов констатирующего эксперимента, из того, что преобладает в двух группах средний и низкий уровень сформированности профессионального самоопределения, мы пришли к выводу, что существует необходимость работать с проблемой профессионального самоопределения подростков.

Одной из наиболее оптимальных форм работы с подростками является групповое консультирование, которое позволит по мнению Р.Джорджа и Т. Кристиани [25] «облегчить взаимопонимание и индивидуальные изменения поведения». Такая организация позволяет создать благоприятную атмосферу для самораскрытия, активного вовлечения в работу каждого из участников.

Программа представляет собой групповые занятия на основе тренинга с использованием элементов сказкотерапии, арт-терапии, игровой терапии, элементов психогимнастики и психологических упражнений. Тренинг – форма активного обучения, целью которого является, прежде всего, передача психологических знаний, а также развитие некоторых умений и навыков, в структуру которого входят ритуал приветствия, разминка, основные упражнения, упражнения на расслабление, обратная связь, ритуал прощания.

Нами была запланирована работа в различных направлениях: снятие тревожности, развитие позитивной Я-концепции, развитие навыков коммуникации.

На первом этапе составления программы мы определили ее цель и задачи.

Целью программы является повышение уровня сформированности профессионального самоопределения подростков.

Нами выделены следующие задачи:

1. Оказать психологическую помощь подросткам в решении проблем профессионального определения по средствам группового консультирования и психологического просвещения.

2. Оказать психологическую помощь в коррекции самовосприятия подростков и формировании адекватной самооценки.

3. Создать условия для осознания обучающимися своих «сильных» и «слабых» сторон.

4. Стабилизировать эмоциональное состояние подростков через упражнения, техники и приемы, используемые в групповом консультировании.

5. Обучить подростков психологическим техникам отреагирования эмоций.

На втором этапе эксперимента мы определили качественный и количественный состав участников.

В экспериментальную группу вошло 11 учащихся: 4 человека с низким уровнем развития профессионального самоопределения, 5 человек со средним уровнем и 2 человек с высоким уровнем развития профессионального самоопределения. Аналогичным способом была скомплектована контрольная группа. Состав экспериментальной и контрольной группы мы представили в таблице 13.

Таблица 13. Состав экспериментальной и контрольной групп

№	Экспериментальная группа	уровень развития профессионального самоопределения	Контрольная группа	№
	И.Ф.		И.Ф.	
1	Станислав А.	Низкий	Никита И.	1
2	Всеволод М	Низкий	Алексей Н.	2
3	Арсений Н.	Низкий	Иван У.	3
4	Кирилл С.	Низкий	Сергей Ф.	4
5	Родион Д.	Средний	Александр А.	5
6	Вадим И.	Средний	Дмитрий В.	6
7	Константин И.	Средний	Валерий Н.	7
8	Дмитрий Н.	Средний	Станислав Р.	8
9	Семен С.	Средний		
10	Дмитрий К.	Высокий	Александр К.	9
11	Павел Я.	Высокий	Михаил С.	10

Далее мы определили временные рамки для проведения программы. Цикл состоит из 15 занятий по 45 минут каждое, количество встреч в неделю с интервалом в 2-3 дня составляет две встречи.

Следующим этапом нашей работы было выделение основных этапов занятий, определение содержания каждого этапа и подборе соответствующих техник и упражнений.

Программа занятий включает три этапа:

I. Ориентировочный (2 занятия).

II. Реконструктивный (11 занятий).

III. Закрепляющий (2 занятия).

Задачи первого этапа:

1. Знакомство с участниками.
2. Установление доверительной связи, сплочение группы.
3. Создание благоприятного эмоционального фона в группе, раскрепощение группы.
4. Формирование у подростков интереса к участию в групповой работе.

Задачи второго этапа:

1. Создать атмосферу комфорта для каждой консультации.
2. Проработать темы для каждой консультации.
3. Уточнить индивидуальные переживания участников, оказать психологическую помощь.
4. Обеспечить участников необходимой информацией.
5. Обучить практическим техникам

Задачи третьего этапа:

1. Отработка навыков и умений, сформированных в ходе группового консультирования.
2. Создание позитивного настроения и завершение деятельности.

Следующим шагом нашей работы стало определение структуры занятия. Каждое занятие построено по определённой схеме. Занятия с элементами сказкотерапии, арт-терапии, игровой терапии, включением элементов психологических упражнений построены по схеме: приветствие, разминка, основная часть, обратная связь, прощание.

Целью приветствия и разминки является снятие эмоционального напряжения детей и создание благоприятного эмоционального фона для проведения занятия. В ходе основной части реализуется главная цель тренинга, выполняется основное упражнение.

В заключительной части занятия (обратная связь, подведение итогов) происходит снятие усталости, возможного напряжения и подведение итогов. В каждом занятии присутствует ритуал приветствия для быстрого включения группы в работу, обеспечивает собранность и готовность к участию в упражнениях всех членов группы. Ритуал прощания помогает подвести итог занятия, понять готовность к следующей встрече.

По окончании работы нами было запланировано проведение просветительской работы для родителей. Учитель также получает ряд рекомендаций по работе с этой группой детей. Просветительская работа

с родителями разделена на два этапа: подготовительный и основной. На первом этапе родителям в виде собрания сообщается о наличии проблемы профессионального самоопределения подростков. Раскрывается сущность трудностей, с которыми сталкиваются школьники. После согласия родителей начинается непосредственно работа с обучающимися. После проведенной программы наступает основной этап просвещения родителей. Проводится мини-собрание, где обсуждаются итоги занятий с подростками. В своем выступлении психолог рассказывает об особенностях, возникающих в ходе всех занятий, о состояниях и реакциях воспитанников. По окончании беседы психолог дает рекомендации родителям по дальнейшей работе с детьми: как выстраивать отношения с ребенком, возможные способы взаимодействия с ним.

Следующий этап нашей работы был направлен на апробацию составленной программы. Определив круг проблем, мы выделили несколько блоков программы с определенным содержательным материалом в каждом из них. Содержание программы представлено в Приложении В.

2.3. Результаты экспериментальной работы и их обсуждение

С целью отслеживания динамики изменения уровня сформированности профессионального самоопределения, нами были использованы методики аналогичные первому срезу: «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчарова; «Дифференциально диагностический опросник» Е.А. Климова; «Методика изучения профессиональной идентичности» Л.Б.Шнейдер; «Методика определения типа ценностных ориентаций» М.С. Гуткина, Т. И. Шалавиной, С.Н.Чистяковой; Метод проективного сочинения. Для проверки достоверности различий был применен U-критерий Манна-Уитни. Ниже мы представляем обсуждение полученных результатов.

Анализ сформированности мотивационного компонента

Динамика изменений ведущих профессиональных мотивов экспериментальной и контрольной групп до и после формирующего эксперимента представлены на рисунках 9 и 10.

Приоритетными факторами, оказывающими существенное влияние на выбор будущей профессии воспитанников кадетского корпуса после проведения эксперимента также остаются: возможность приносить пользу людям, возможность профессионального роста. Близость с местом жительства и престижность, высокая оплата труда становятся ниже по рангу после возможности реализации себя в профессиональной деятельности.

Рассмотрим частоту встречаемости преобладающих мотивов (таблица 14).

Таблица 14. Мотивы выбора профессии

Класс	10 класс, контрольная группа, количество человек	10 класс, экспериментальная группа, количество человек
Основные мотивы выбора профессии		
Внутренние индивидуально значимые мотивы	2	5
Внутренние социально значимые мотивы	1	2
Внешние положительные	5	3
Внешние отрицательные	2	1

Из таблицы видно, что в контрольной группе не произошло изменений за период проведения формирующего эксперимента, в то время как в экспериментальной группе отмечается переход из внешних положительных мотивов во внутренние индивидуально значимые мотивы.

Таким образом, 34% воспитанников (до формирующего эксперимента отмечалось только у 19% обучающихся) - 7 человек от общего количества респондентов выделяют приоритетными внутренние индивидуально

значимые мотивы (соответствие будущей профессиональной деятельности своим способностям, возможность проявить себя творчески, высокая личная значимость). 14% воспитанников (до формирующего эксперимента отмечалось только у 10% обучающихся) - 3 человека от общего количества респондентов выделяют значимыми внутренними социально значимыми мотивы (возможность приносить пользу людям, профессиональный рост, реализация себя в должности руководителя). 38 % воспитанников (до формирующего эксперимента отмечалось у 52% воспитанников) – 8 человек от общего количества респондентов считают важными внешними положительными мотивы (высокая оплата труда, близкое расположение с местом жительства, применение профессиональных знаний, умений и навыков за рамками рабочего времени). 14% воспитанников (до формирующего эксперимента отмечалось у 19% обучающихся) - 3 человека от общего количества респондентов (нравится родителям и друзьям, единственная возможность в связи с личными обстоятельствами, является в настоящее время престижной).

На основании диагностики ведущих профессиональных мотивов обучающихся были сделаны выводы об уровнях сформированности мотивационного компонента после формирующего эксперимента.

Таблица 15 Уровни сформированности мотивационного компонента профессионального самоопределения подростков после формирующего эксперимента

Уровень	Контрольная группа	Экспериментальная группа
Высокий	2 (20%)	5 (46%)
Средний	6(60%)	5 (46%)
Низкий	2(20%)	1 (8%)

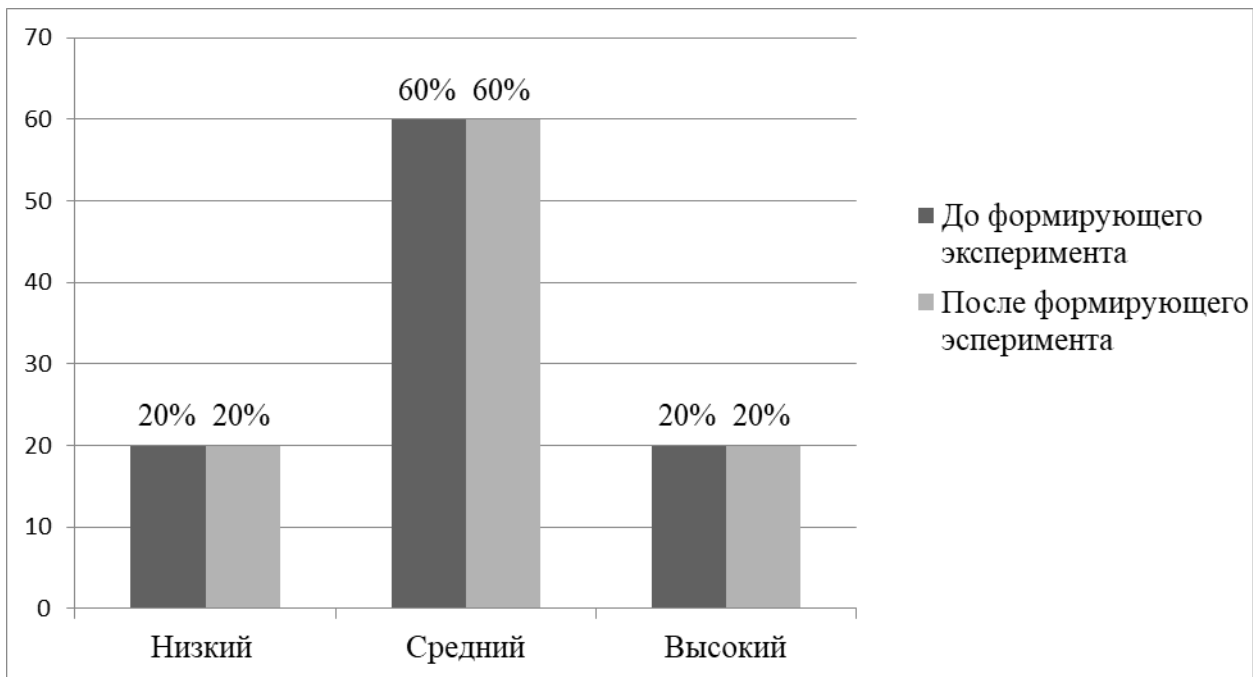


Рис. 11 Уровни выраженности мотивационного компонента обучающихся контрольной группы после проведения формирующего эксперимента

Следует отметить, что уровень выраженности мотивационного компонента обучающихся контрольной группы после проведения формирующего эксперимента не изменился.

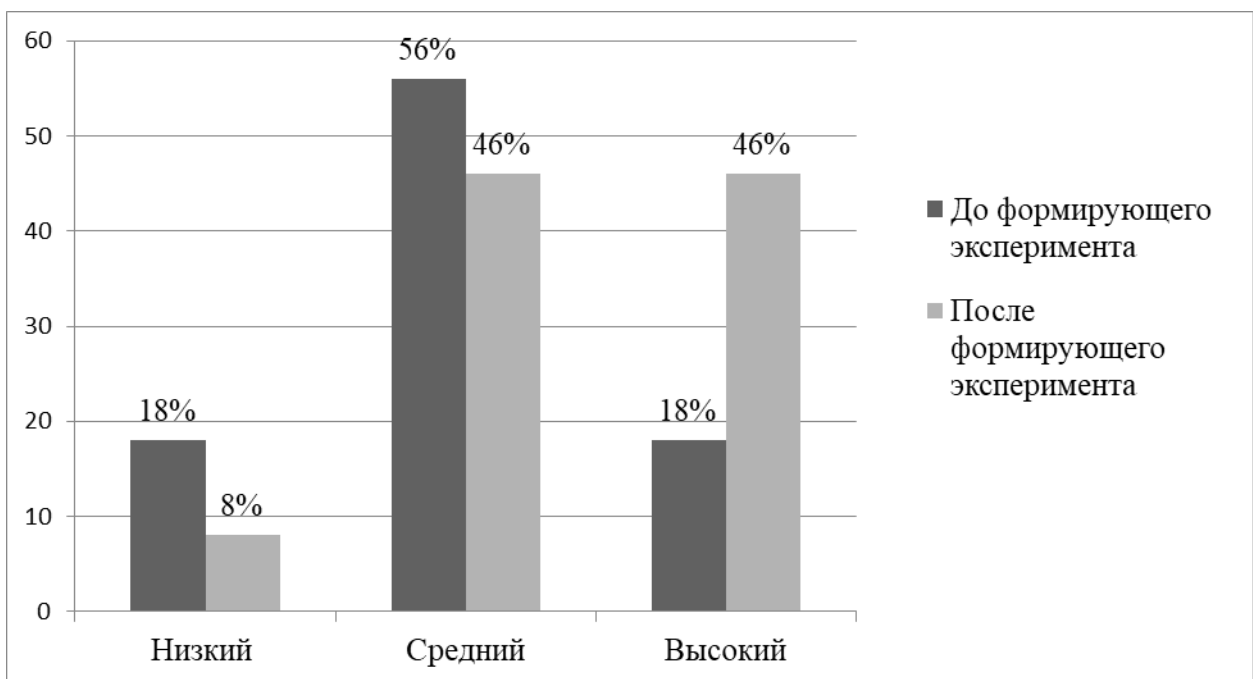


Рис. 12 Уровни выраженности мотивационного компонента обучающихся

экспериментальной группы после проведения формирующего эксперимента

Уровень выраженности мотивационного компонента обучающихся экспериментальной группы после проведения формирующего эксперимента существенно изменился: 8% учащихся имеют низкий уровень развития данного качества, 46% - средний уровень и 46% - высокий уровень (до проведения эксперимента данные уровни имели следующие показатели: 18%, 56%, 18%, соответственно).

Таким образом, экспериментально подтверждается, что при проведении целенаправленного воздействия в мотивационной сфере происходят изменения, значимые мотивы из внешних переходят во внутренние.

Анализ сформированности когнитивного компонента

Динамика изменений когнитивного компонента до и после формирующего эксперимента по «Дифференциально диагностическому опроснику» Е.А. Климова, «Методике изучения профессиональной идентичности» Л.Б. Шнейдер представлена ниже (рисунки 5-9)

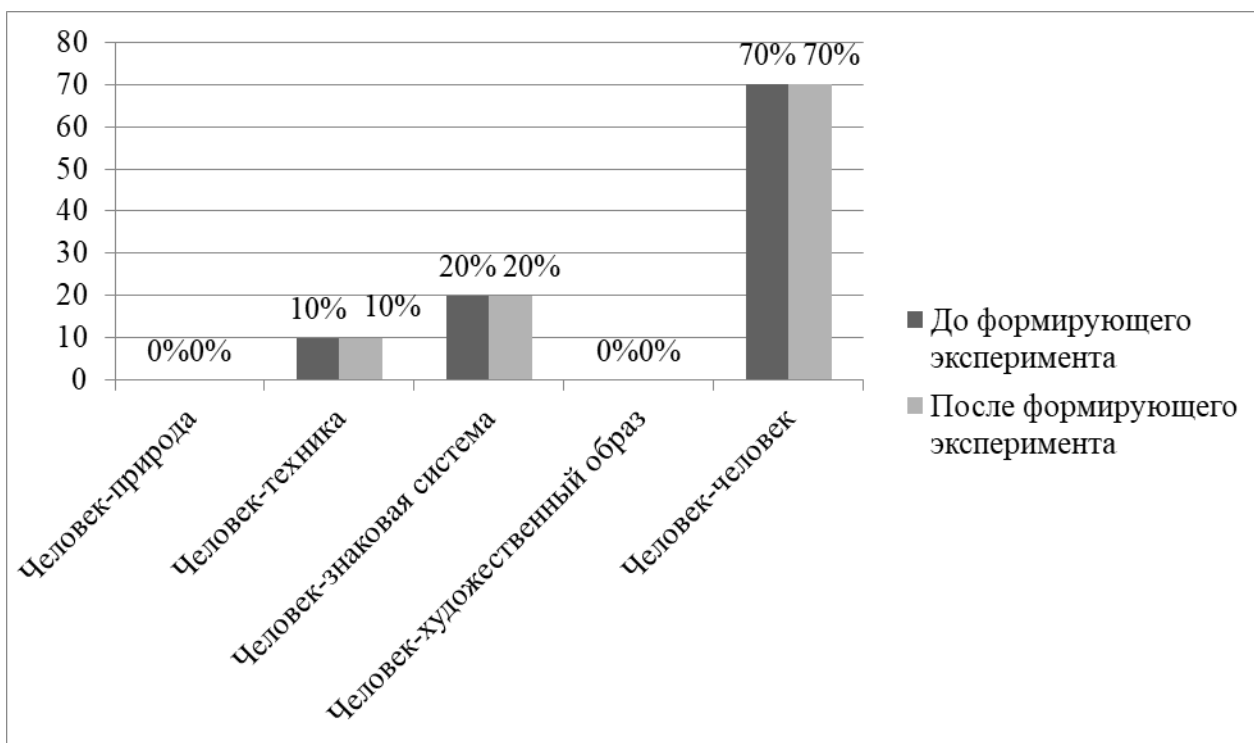


Рис.13 Предрасположенность обучающихся контрольной группы к определенным типам профессий после проведения формирующего эксперимента

Как видно из рисунка 13, уровень предрасположенности обучающихся контрольной группы к определенным типам профессий после проведения формирующего эксперимента не изменилась.

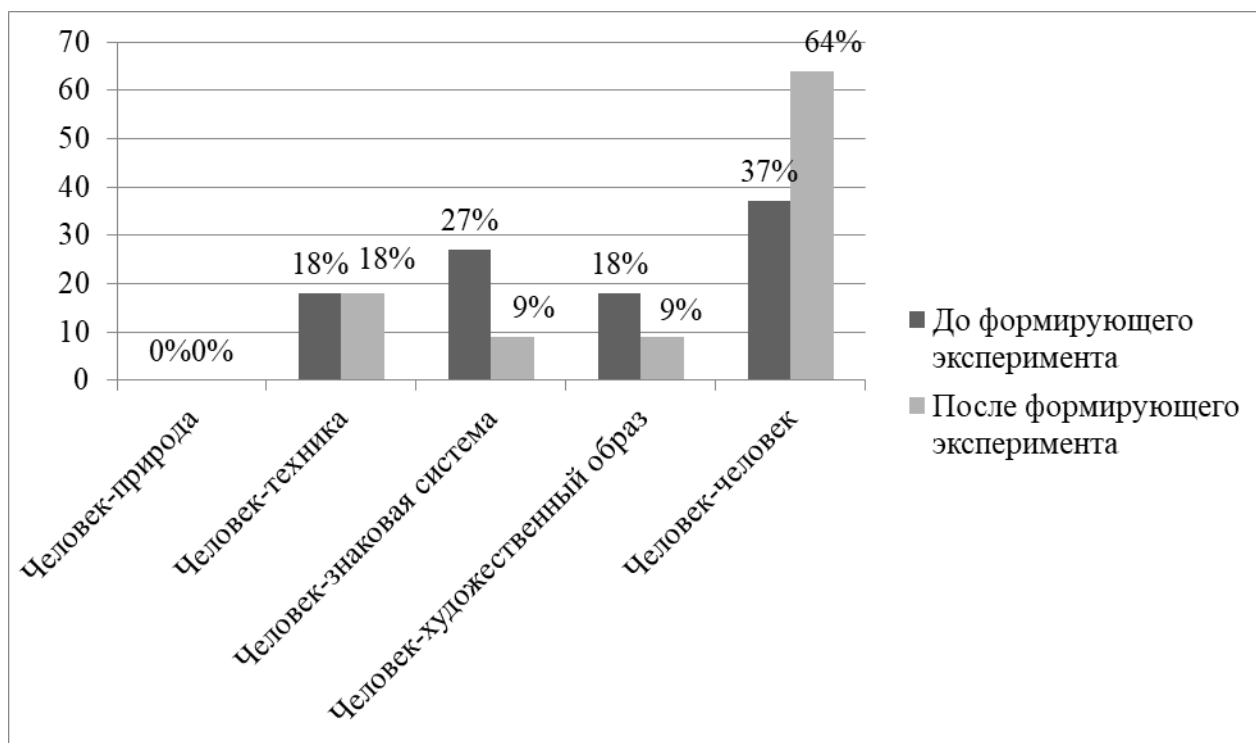


Рис. 14 Предрасположенность обучающихся экспериментальной группы к определенным типам профессий после проведения формирующего эксперимента

По данным, представленным на рисунке 14, видно, что во время первого констатирующего среза среди обучающихся экспериментального класса по результатам методики к типу «Человек-природа» себя никто не отнес, «Человек-техника» - 18%, «Человек-знаковая система» - 27%, «Человек-художественный образ» - 18%, «Человек-человек» - 37%. Отметим, что после проведения программы формирующего эксперимента показатели изменились. Количество обучающихся с типом «Человек-знаковая система» снизилось до 9%, «Человек-художественный образ» также снизилось до 9%, «Человек-человек» повысилось с 37% до 64%. Такое распределение позволяет нам говорить о том, что после спланированной работы у обучающихся происходит переосмысление приоритетов и ценностей и появляется желание реализовать себя в другой сфере профессиональной деятельности.

Рассмотрим уровневое распределение обучающихся по данной методике до и после проведения формирующего эксперимента

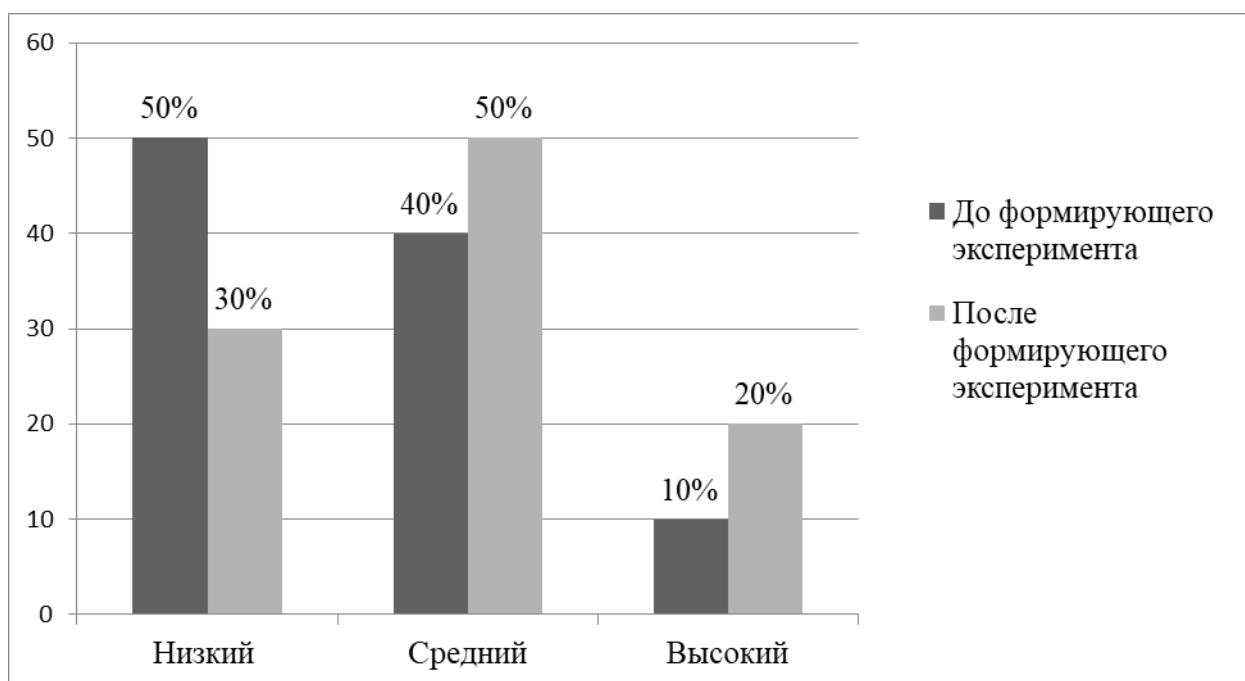


Рис. 15 Уровни выраженности предрасположенности обучающихся контрольной группы к определенным типам профессий до и после проведения формирующего эксперимента

По данным, представленным на гистограмме (рисунок 15), мы можем увидеть, что в контрольной группе произошли изменения: на высоком уровне прирост составил 10% (увеличение на 1 обучающегося), на среднем – на 10%, на низком уровне показатели снизились на 20%.

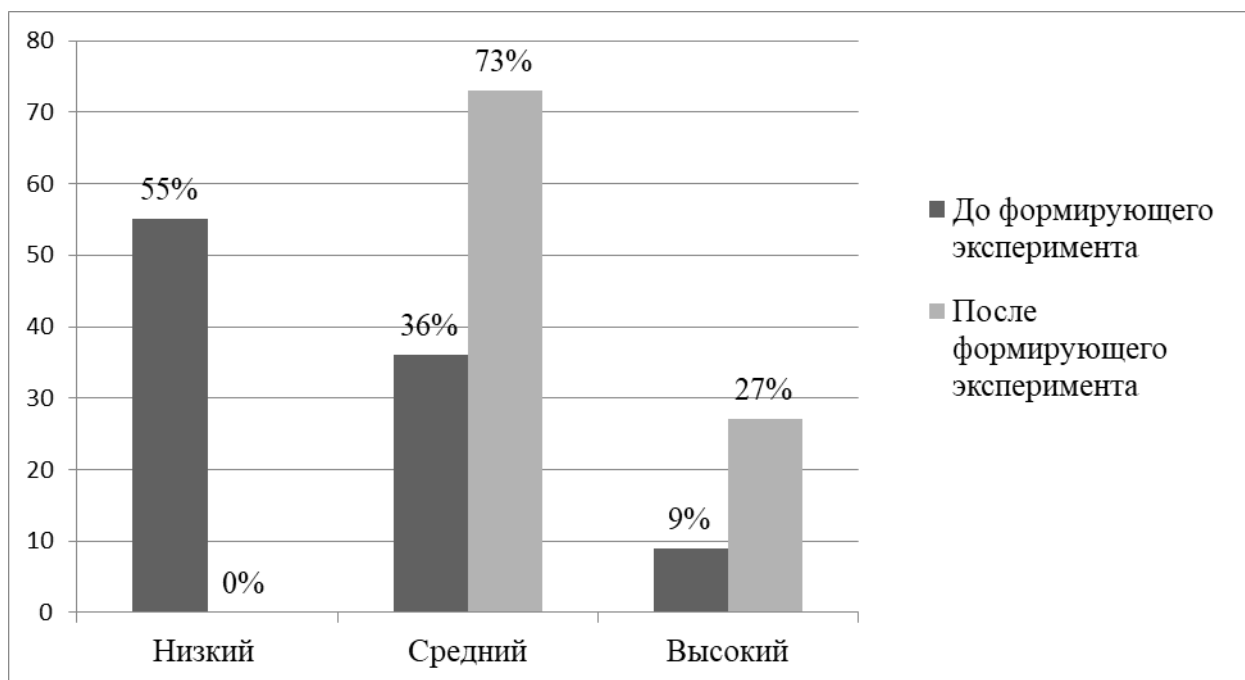


Рис. 16 Уровни выраженности predispositions обучающихся экспериментальной группы к определенным типам профессий до и после проведения формирующего эксперимента

Исходя из рисунка 16, можно отметить, что уровень выраженности predispositions обучающихся экспериментальной группы к определенным типам профессий до и после проведения формирующего эксперимента значительно изменился. Количество обучающихся, у которых не выражен интерес к профессии снизилось с 55% до 0%, число подростков, проявляющих слабо интерес возросло на 37% (было 36%, после проведения эксперимента стало 73%). На высоком уровне также произошли изменения с 9% до 27%.

Рассмотрим динамику выявления статуса профессиональной идентичности по «Методике изучения профессиональной идентичности» Л.Б. Шнейдер в контрольной и экспериментальной группах после проведения формирующего эксперимента.

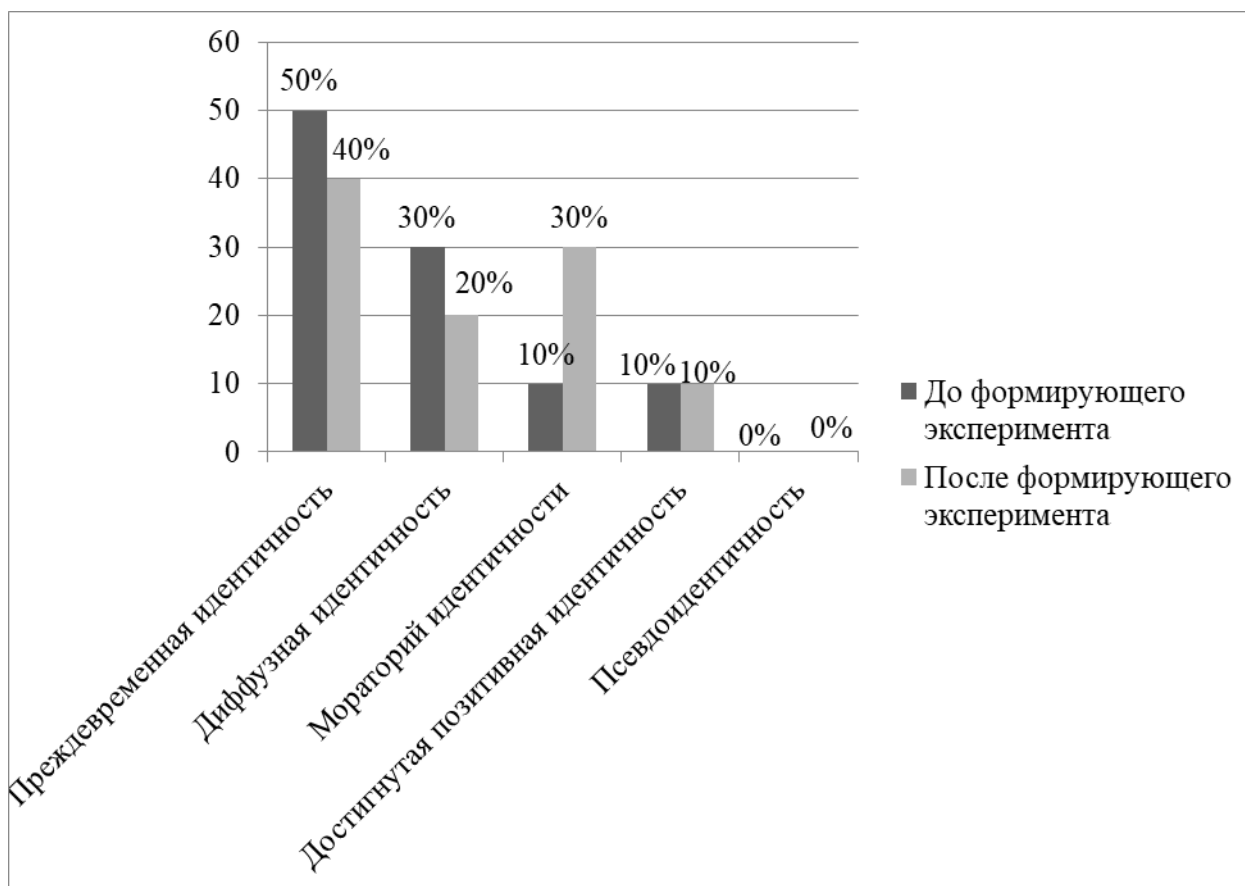


Рис.17 Статус профессиональной идентичности обучающихся контрольной группы после проведения формирующего эксперимента

По данным, представленным на гистограмме (рисунок 17), видно, что в контрольной группе после проведения формирующего эксперимента снизился уровень преждевременной идентичности с 50% до 40%, диффузной идентичности с 30% до 20%, при этом повысился уровень моратория идентичности с 10% до 30%, что свидетельствует о том, что обучающиеся находятся в переходной стадии и могут вернуться как к прежнему статусу профессиональной идентичности, так и перейти на новый статус.

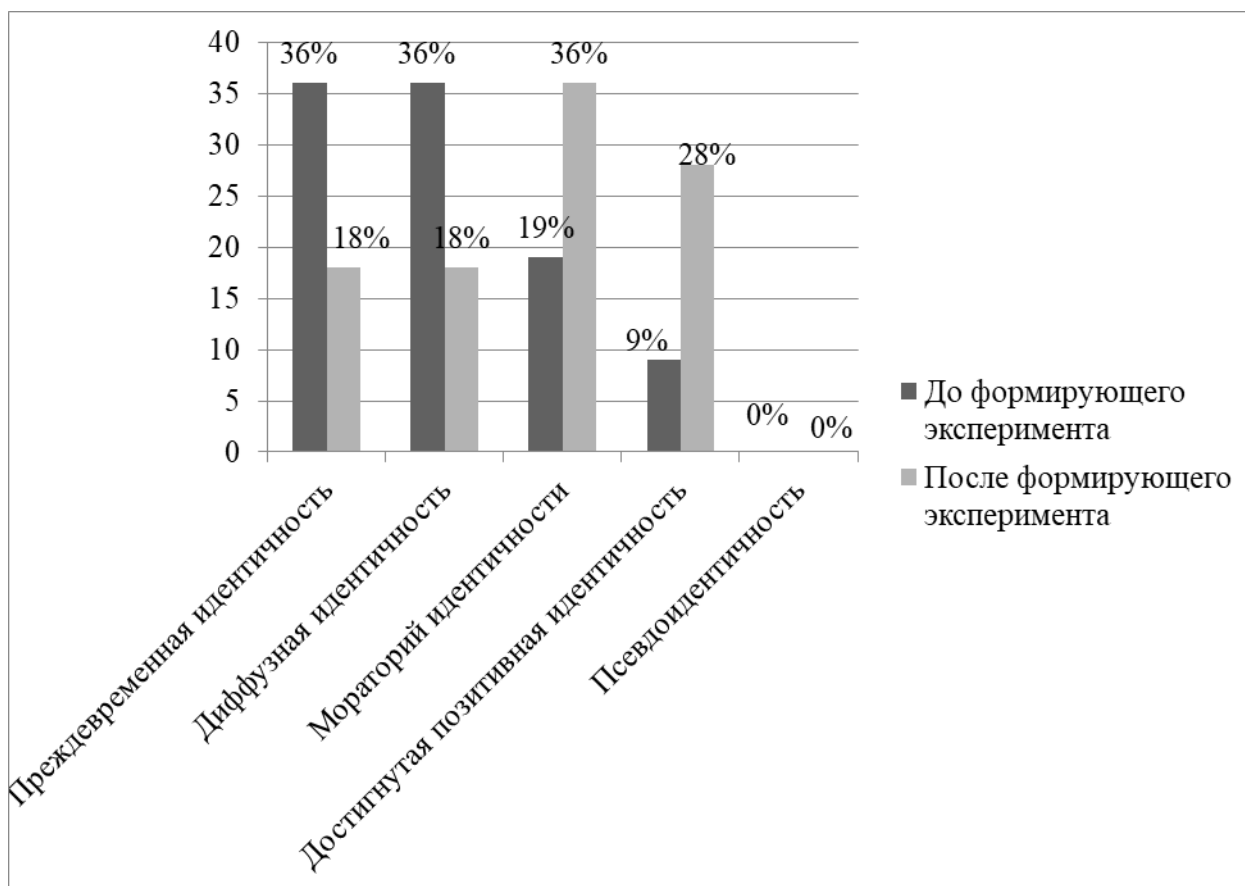


Рис.18 Статус профессиональной идентичности обучающихся экспериментальной группы после проведения формирующего эксперимента

По данным, представленным на гистограмме (рисунок 18):

Статус преждевременной идентичности снизился с 36% до 18%, диффузная идентичность также снизилась в этих пределах (с 36% до 18%), при этом показатели по мораторию идентичности и достигнутой позитивной идентичности выросли (с 19% до 36%, с 9% до 28%, соответственно).

Рассмотрим уровень сформированности когнитивного компонента у обучающихся контрольной и экспериментальной групп после проведения формирующего эксперимента.

Таблица 16. Уровни сформированности когнитивного компонента профессионального самоопределения подростков

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	3 (28%)	1 (10%)
Средний	4 (36%)	3 (30%)
Низкий	4 (36%)	6 (60%)

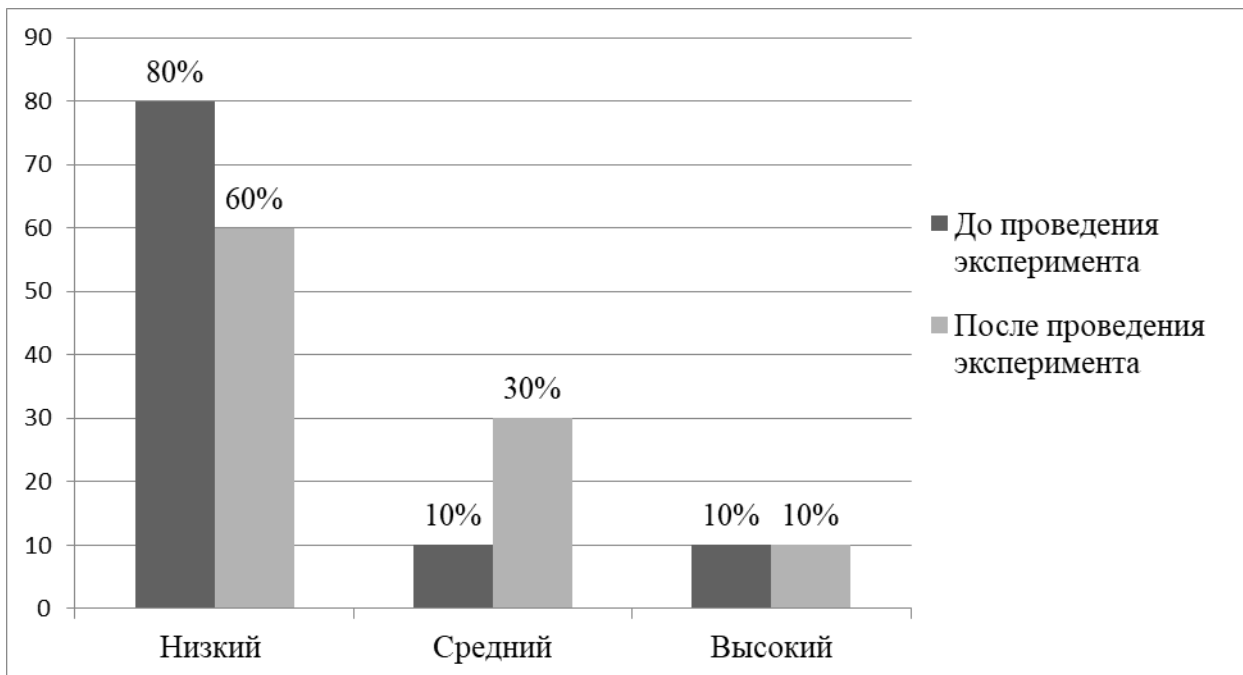


Рис. 19 Уровни выраженности когнитивного компонента обучающихся контрольной группы после проведения формирующего эксперимента

Исходя из данных, представленных на рисунке 19, мы можем увидеть, что уровень выраженности когнитивного компонента обучающихся контрольной группы после проведения формирующего эксперимента изменился: обучающихся с низким уровнем стало меньше – 60% (при проведении первого контрольного среза 80%), а на среднем показатель, наоборот, вырос с 10% до 30%.

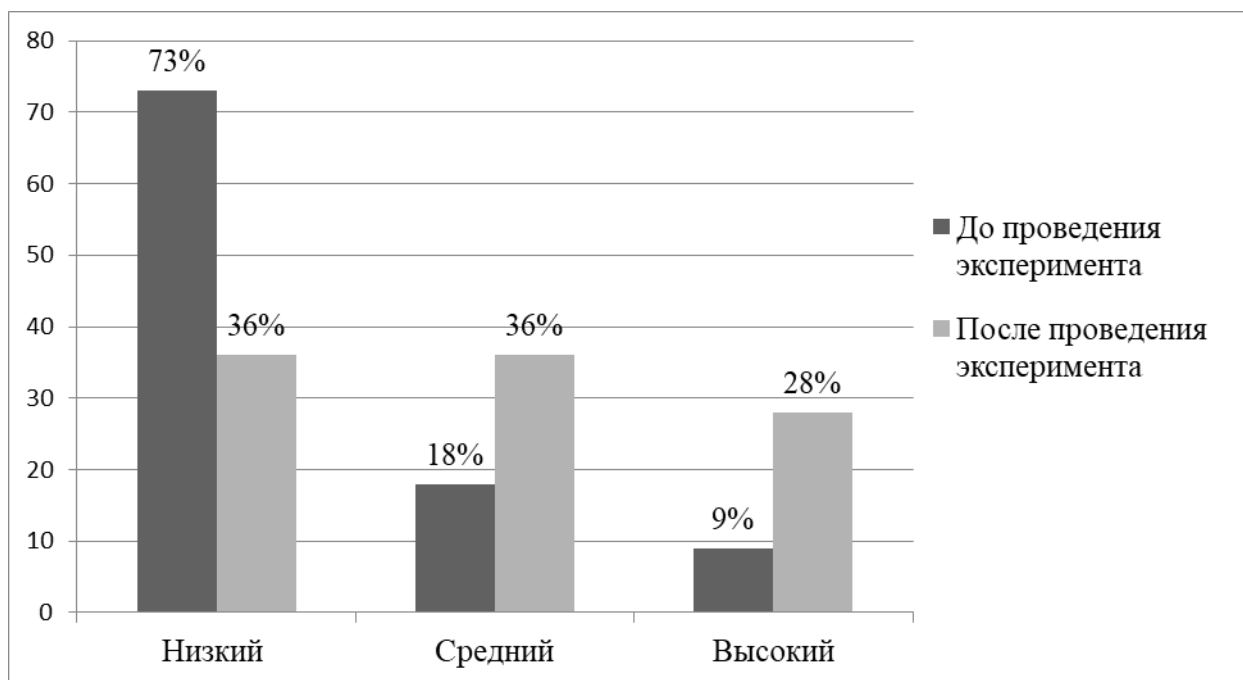


Рис. 20 Уровни выраженности когнитивного компонента обучающихся экспериментальной группы после проведения формирующего эксперимента

После проведения формирующего эксперимента степень авторитарности сторонних людей, оказывающих на подростков воздействие (низкий уровень), снизилась с 73% до 36%, при этом показатели среднего и высокого уровней возросли с 18% до 36% и с 9% до 28% соответственно.

Обобщая полученные результаты по изучению сформированности данного компонента, мы считаем, что работа была эффективной, поскольку способствовала выраженной положительной динамике развития показателей.

Анализ сформированности операционально-деятельностного компонента

Рассмотрим динамику особенностей ценностных ориентаций воспитанников краевого государственного бюджетного учреждения «Красноярский кадетский корпус имени А.И. Лебедея», изучаемую при помощи методики «Определение типа ценностных ориентаций» М.С. Гуткина, Т.И. Шалавиной, С.Н. Чистяковой.

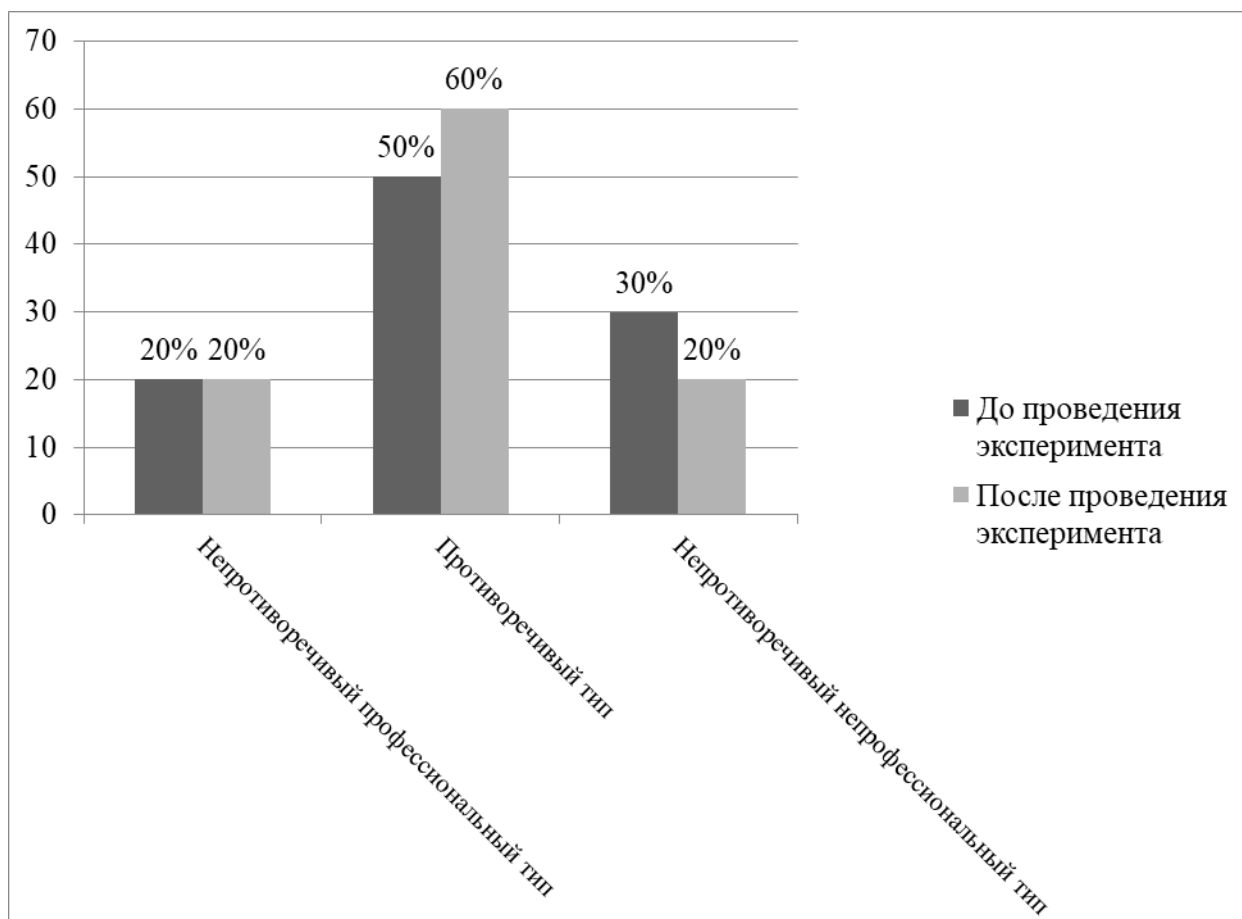


Рис. 21 Тип ценностных ориентаций обучающихся контрольной группы после проведения формирующего эксперимента

По данным, представленным на гистограмме (рисунок 21), видно, что количество подростков, ориентированных на деятельность вне профессии снизилось с 30% до 20%, при этом возросло на 10% количество обучающихся занимающих промежуточное положение (противоречивый тип).

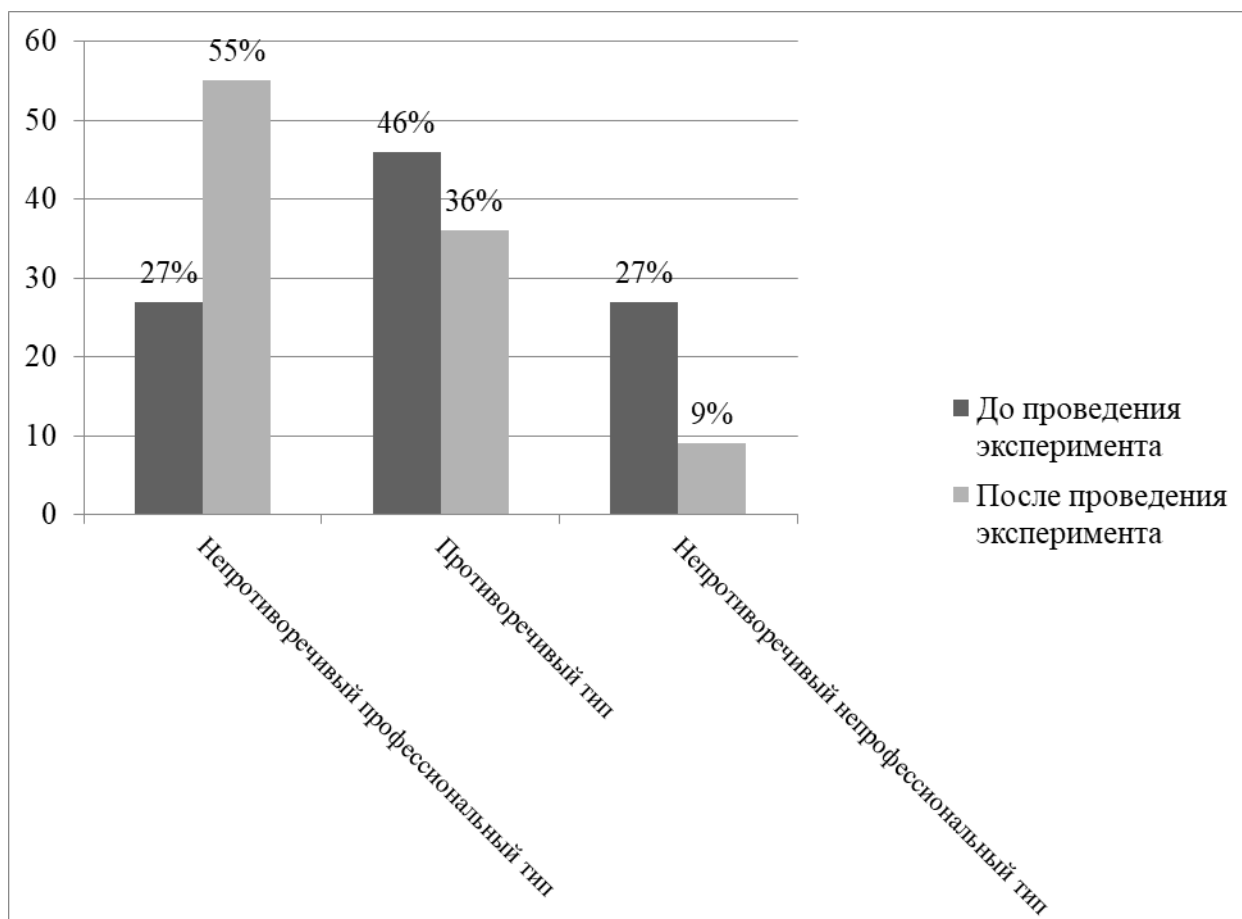


Рис. 22 Тип ценностных ориентаций обучающихся экспериментальной группы после проведения формирующего эксперимента

Количество подростков, которые считают главными в работе содержательные ценности возросло с 27% до 55%. Произошло снижение обучающихся, занимающих промежуточное положение между непротиворечивым профессиональным типом ценностных ориентаций и непротиворечивым непрофессиональным типом ценностных ориентаций (с 46% до 36%), и подростков, которые хотят реализовать себя вне профессиональной деятельности с 27% до 9%.

Рассмотрим уровни сформированности операционально-деятельностного компонента профессионального самоопределения воспитанников краевого государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Красноярский кадетский корпус имени

А.И. Лебеда» контрольной и экспериментальной групп после проведения формирующего эксперимента.

Таблица 17. Уровни сформированности операционально-деятельностного компонента профессионального самоопределения подростков после проведения формирующего эксперимента.

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	6 (55%)	2 (20%)
Средний	4 (36%)	6 (60%)
Низкий	1 (9%)	2 (20%)

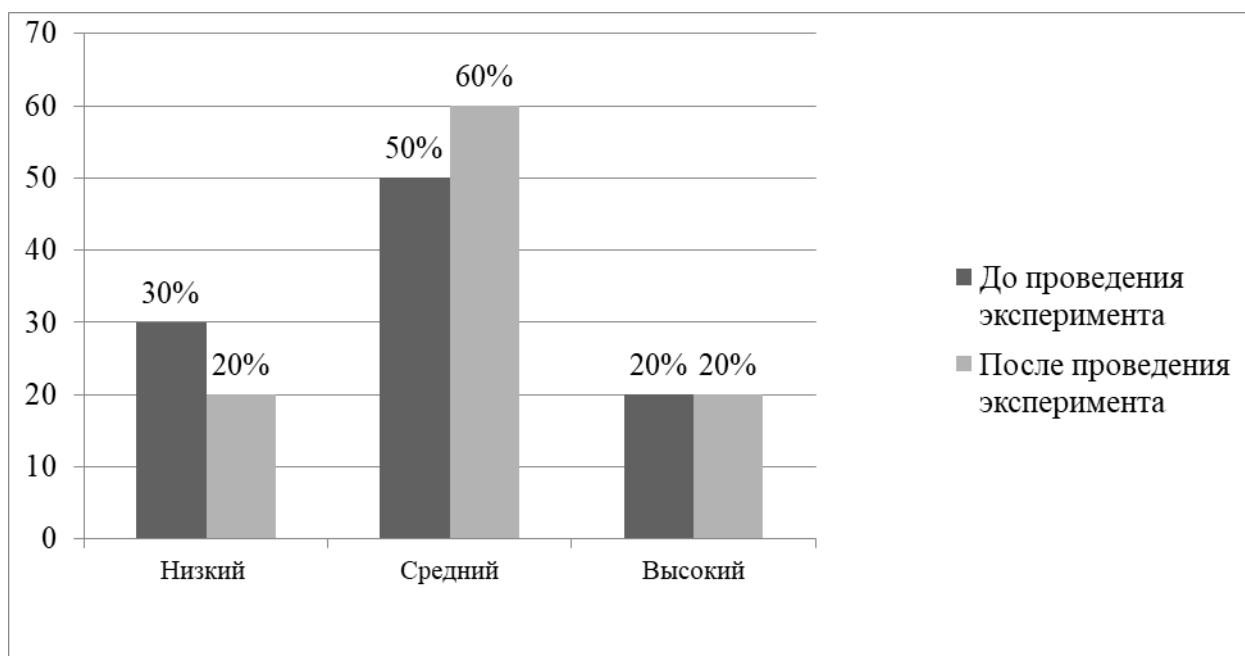


Рис. 23 Уровни выраженности операционально-деятельностного компонента обучающихся контрольной группы после проведения формирующего эксперимента

Исходя из рисунка 23 мы видим, что: высокий уровень выраженности операционально-деятельностного компонента обучающихся контрольной группы после проведения формирующего эксперимента не изменился. Произошли изменения на низком и среднем уровне (снижение с 30% до 20%, повышение с 50% до 60%).

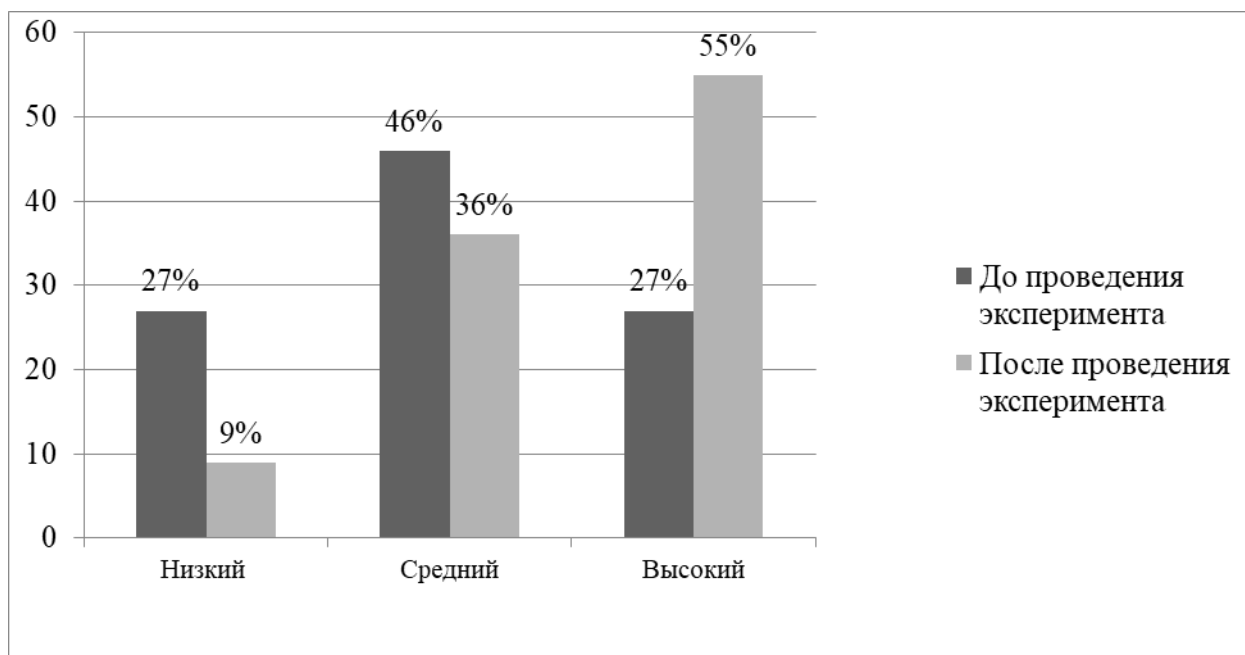


Рис. 24 Уровни выраженности операционально-деятельностного компонента обучающихся экспериментальной группы после проведения формирующего эксперимента

Исходя из рисунка 24, можно сделать вывод, что число подростков, которые частично реализует свои профессиональные ценности в профессии, снизилось с 46% до 36%, высокий уровень выраженности изучаемого компонента существенно изменился (повышение с 27% до 55%), показатели низкого уровня уменьшились с 27% до 9%.

Таким образом, мы можем сказать, что по результатам методики наблюдается позитивная динамика развития операционально-деятельностного компонента, как экспериментальной, так и в контрольной группах, но в экспериментальной она выражена больше.

Анализ сформированности оценочно-рефлексивного компонента

Рассмотрим динамику представлений подростков об идеальной профессии, своем месте в профессиональной деятельности с помощью метода проективного сочинения.

Уровни сформированности оценочно-рефлексивного компонента профессионального самоопределения подростков в контрольных

и экспериментальных группах после проведения формирующего эксперимента представлены ниже.

Таблица 18. Уровни сформированности оценочно-рефлексивного компонента профессионального самоопределения подростков в контрольных и экспериментальных группах после проведения формирующего эксперимента.

Уровень	Экспериментальная группа	Контрольная группа
Высокий	4 (36%)	1 (10%)
Средний	6(55%)	6 (60%)
Низкий	1 (9%)	3 (30%)

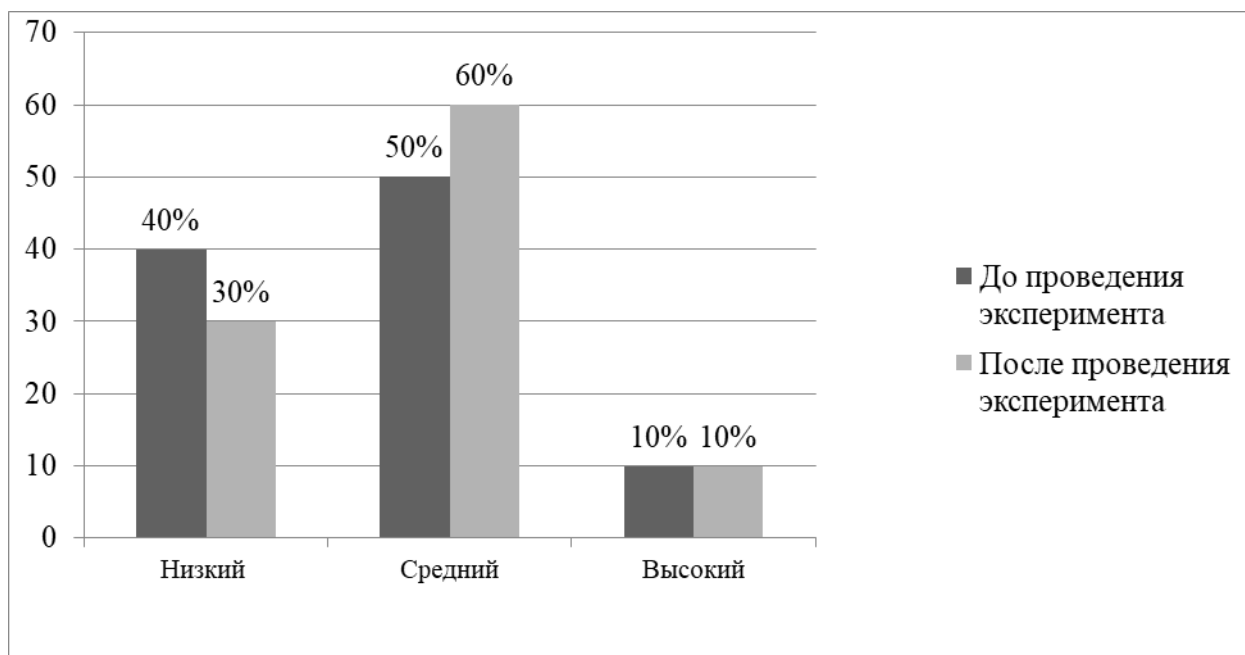


Рис. 25 Уровни выраженности оценочно-рефлексивного компонента обучающихся контрольной группы после проведения формирующего эксперимента

Данные, представленные на рисунке 25, свидетельствуют о том, что уровни выраженности оценочно-рефлексивного компонента обучающихся контрольной группы после проведения формирующего эксперимента изменились на 10% по сравнению с первичным срезом (на низком уровне произошло уменьшение на 10%, на среднем увеличение на 10%, высокий уровень остался без изменений).

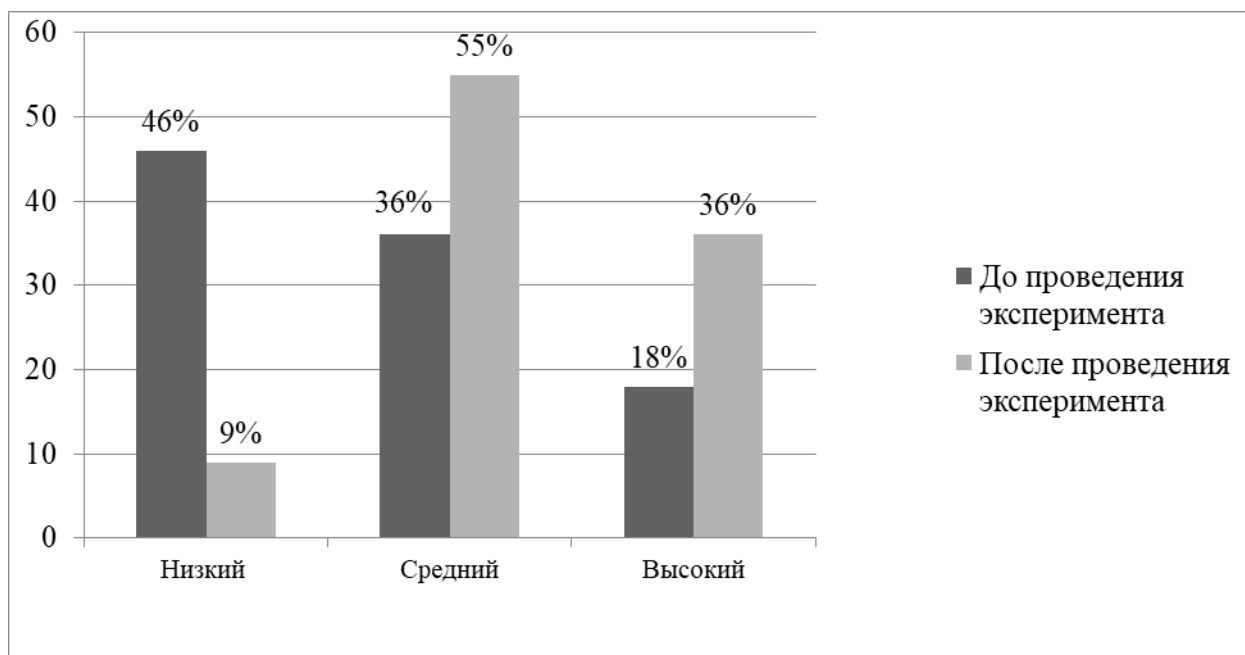


Рис. 26 Уровни выраженности оценочно-рефлексивного компонента обучающихся экспериментальной группы после проведения формирующего эксперимента

Результаты изучения сформированности оценочно-рефлексивного компонента профессионального самоопределения подростков в экспериментальной группе представлены на рисунке 7, из которого видно, что показатели низкого уровня изменились с 46% до 9%, среднего с 36% до 55%, высокого – с 18% до 36%.

Обучающиеся более четко описывают видение своей будущей профессии, определяют свое место в этой профессии, используют профессионализмы, выделяют конкретные действия, направленные на достижение личного результата, проявляется умение активизироваться для выполнения определенной деятельности.

Анализ общего уровня сформированности профессионального самоопределения

Рассмотрим общий показатель сформированности профессионального самоопределения подростков после проведения формирующего эксперимента.

В таблице 19 и на рисунках 27, 28 обобщённо представлены результаты изучения сформированности профессионального самоопределения подростков экспериментальной и контрольной групп после проведения формирующего эксперимента.

Таблица 19. Изучение сформированности профессионального самоопределения подростков после проведения формирующего эксперимента.

Компоненты	Уровни сформированности					
	Экспериментальная группа			Контрольная группа		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
Мотивационный	46%	46%	8%	20%	60%	20%
Когнитивный	28%	36%	36%	10%	30%	60%
Операционально-деятельностный	55%	36%	9%	20%	60%	20%
Оценочно-рефлексивный	36%	55%	9%	10%	60%	30%
Общий уровень	55%	36%	9%	20%	50%	30%

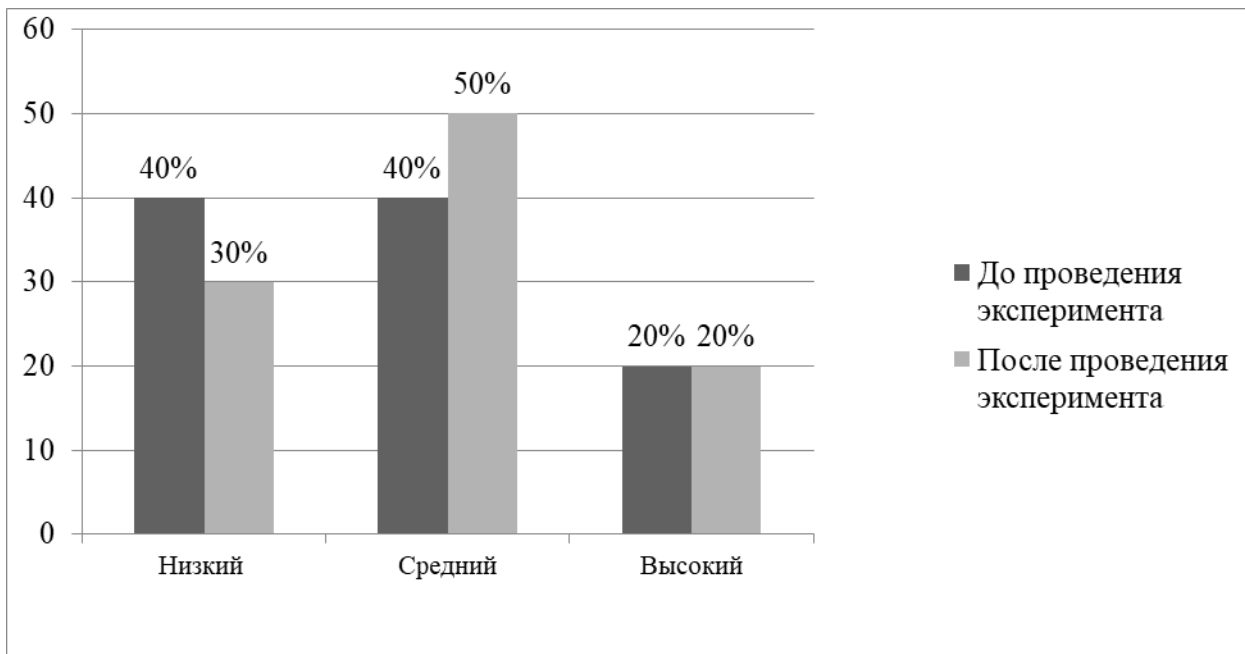


Рис. 27 Общий показатель сформированности профессионального самоопределения подростков контрольной группы после проведения формирующего эксперимента

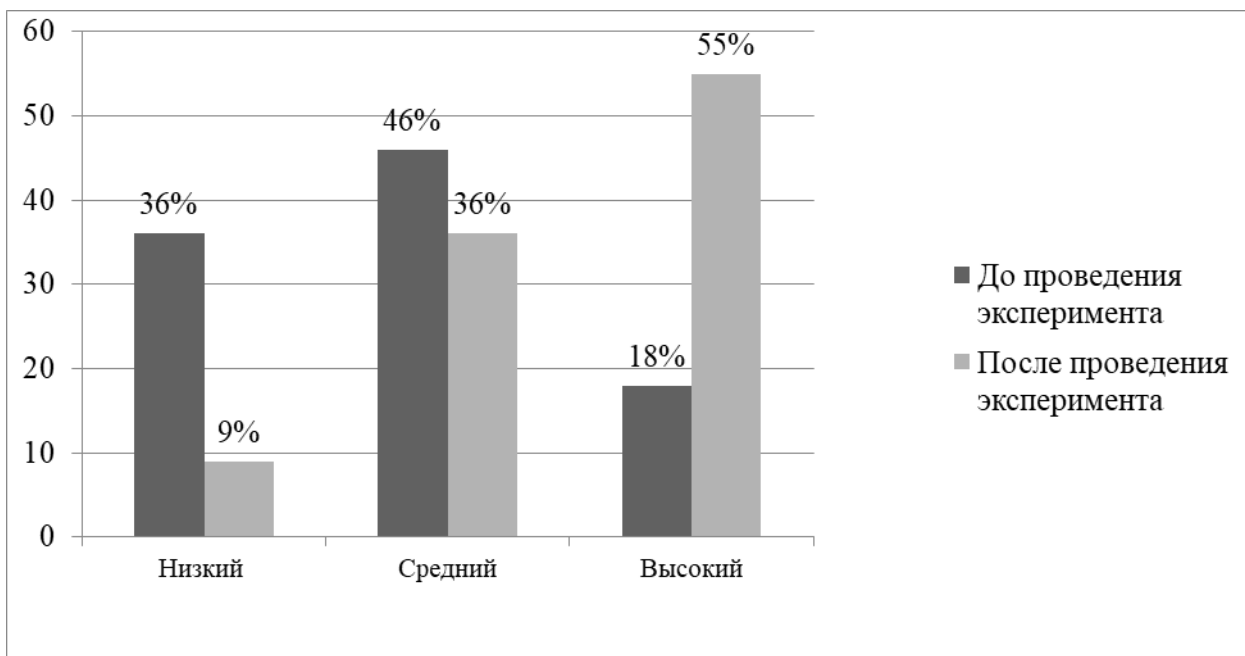


Рис. 28 Общий показатель сформированности профессионального самоопределения подростков экспериментальной группы после проведения формирующего эксперимента

Итак, в экспериментальной группе количество подростков, имеющих низкий уровень сформированности профессионального самоопределения с 33% уменьшилось до 9%. В контрольной группе для общей выборки уровень также снизился (с 40% до 30%).

К среднему уровню сформированности профессионального самоопределения в экспериментальной группе до формирующего эксперимента относилось 46% обучающихся, после их количество стало 36%. В контрольной группе для общей выборки в рамках среднего уровня сформированности профессионального самоопределения произошли изменения в сторону увеличения количества обучающихся с 40% до 50%.

Относительно высокого уровня сформированности профессионального самоопределения в экспериментальной группе увеличилось (с 18% до 55%). Очевидна положительная динамика развития. В контрольной группе в рамках высокого уровня сформированности профессионального самоопределения изменения не произошли.

Для статистической проверки различий между уровнями сформированности профессионального самоопределения после формирующего эксперимента был применён U-критерий Манна-Уитни.

Между экспериментальной и контрольной группами выявлены различия на 0,95% достоверности в уровнях развития сформированности профессионального самоопределения после формирующего эксперимента.

Таким образом, различия между уровнями сформированности профессионального самоопределения у подростков в экспериментальной и контрольной группах являются статистически значимыми.

В целом результаты исследования свидетельствуют о повышении уровня сформированности профессионального самоопределения в экспериментальной группе и подтверждают эффективность предложенной нами программы.

Таким образом, мы экспериментально подтвердили, что групповое консультирование является эффективным средством психологической помощи подросткам, стоящим перед выбором будущей профессии.

Выводы по главе II

Для выявления актуального уровня сформированности профессионального самоопределения подростков мы провели исследование по следующим методикам: «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчарова, «Дифференциально-диагностический опросник» Е.А. Климова, «Методика изучения профессиональной идентичности» Л.Б.Шнейдер, «Методика определения типа ценностных ориентаций» М.С. Гуткина, Т. И. Шалавиной, С.Н.Чистяковой, метод проективного сочинения.

Приоритетными факторами, оказывающими существенное влияние на выбор будущей профессии воспитанников кадетского корпуса являются: возможность приносить пользу людям, возможность профессионального роста. Также часть респондентов отмечает близость с местом жительства и престижность, высокую оплату труда.

50% контрольной группы и 36% экспериментальной группы имеют статус преждевременной идентичности, 30% и 36% - диффузной идентичности, 10% и 19%, соответственно – мораторий идентичности, 10% и 9%, соответственно – достигнутую позитивную идентичность и никто из подростков не относится к статусу псевдоидентичность.

20% учащихся контрольной группы 27% экспериментальной группы выделяют главными ценностями в работе - содержательные, где имеется возможность реализовать себя, раскрыть свои способности, почувствовать себя успешным, продвинуться по карьерной лестнице, 30% и 27% подростков, соответственно, относятся к непротиворечивому непрофессиональному типу, их отличает от остальных ориентация на деятельность вне профессии. 50% и 46% обучающихся, соответственно, занимают промежуточное положение между непротиворечивым профессиональным типом ценностных ориентаций и непротиворечивым

непрофессиональным типом ценностных ориентаций, что свидетельствует о том, что для таких подростков присущи качества из одного и другого типа ценностных ориентаций.

Не смотря на простроенный режим и распорядок жизнедеятельности подростков, разнообразную учебно-воспитательную программу значительной части обучающихся присущ низкий и средний уровни профессионального самоопределения. Обучающиеся имеют размытое представление о своей профессиональной перспективе и ее необходимости в настоящее время, ярко выраженное недовольство собой, неадекватное оценивание своих ресурсов и возможностей, постоянная самокритика, самообвинение в неудачах, проявляется потеря интереса к происходящему в настоящее время. Подростки испытывают состояние тревожности, не склонны к проявлению активной жизненной позиции, планированию, действуют по заданному образцу, ответственность за принятие важных решений перекладывается на других, либо навязана окружением (значимыми взрослыми, сверстниками, общепринятыми стереотипами). Для работы с данной группой необходима высокая мотивация к деятельности, постоянный контроль извне за выполнением заданного плана. Также необходимо обеспечить комплексное психолого-педагогическое сопровождение воспитанников в процессе образования и социализации, оказание им адресной профессиональной помощи и поддержки.

На этапе первичного констатирующего эксперимента две группы характеризовались сходными характеристиками критериев профессионального самоопределения и у них схожи показатели мотивационного, когнитивного, организационно-деятельностного, оценочно-рефлексивного компонентов.

После проведения формирующего эксперимента в экспериментальной группе количество подростков, имеющих низкий уровень сформированности профессионального самоопределения с 33% уменьшилось до 9%.

В контрольной группе для общей выборки уровень также снизился (с 40% до 30%).

К среднему уровню сформированности профессионального самоопределения в экспериментальной группе до формирующего эксперимента относилось 46% обучающихся, после их количество стало 36%. В контрольной группе для общей выборки в рамках среднего уровня сформированности профессионального самоопределения произошли изменения в сторону увеличения количества обучающихся с 40% до 50%.

Относительно высокого уровня сформированности профессионального самоопределения в экспериментальной группе увеличилось (с 18% до 55%). Очевидна положительная динамика развития. В контрольной группе в рамках высокого уровня сформированности профессионального самоопределения изменения не произошли.

Между экспериментальной и контрольной группами выявлены различия на 0,95% достоверности в уровнях развития сформированности профессионального самоопределения после формирующего эксперимента.

Опираясь на полученные результаты, можно сделать вывод, что групповое консультирование является эффективным средством психологической помощи подросткам, стоящим перед выбором будущей профессии.

Заключение

1. Обоснована актуальность решения проблем профессионального самоопределения подростков, обусловленная необходимостью разрешения противоречия между потребностью профессионального сообщества в обучающихся с высоким уровнем профессионального самоопределения и низким уровнем профессионального самоопределения обучающихся; необходимостью профессионального самоопределения обучающихся и недостаточностью психолого-педагогического сопровождения этого процесса в кадетском корпусе.

2. Понятие «профессиональное самоопределение» сводится к:

— серии задач, предъявляемых обществом и требующих от личности решения;

— процессу поэтапного принятия решений, в результате которых человек регулирует собственные предпочтения относительно запросов общества в кадрах;

— процессу формирования индивидуального стиля профессиональной деятельности.

Под «профессиональным самоопределением» будем понимать процесс формирования личностью своего отношения к профессионально-трудовой сфере и способ ее реализации.

3. В качестве основных компонентов профессионального самоопределения определены:

мотивационный (содержит потребность в профессиональном развитии, устойчивую мотивацию к самообразованию в интересующей профессиональной сфере, осознанность важности профессионального самоопределения, характер доминирующего мотива выбора профессии, сформированность и структуру профессиональных интересов, структуру жизненных целей);

когнитивный (знание общеобразовательных и специальных дисциплин, своих профессиональных качеств, склонностей и возможностей о различных

сторонах своей личности и о себе, как потенциальном участнике профессиональной деятельности, а также требований выбранной профессии.);

операционально-деятельностный (владение методами конструирования личного плана профессионального развития: использование алгоритма составления плана, умение намечать корректные, реальные, измеримые цели, планировать действия по их достижению, оценивать продвижение к поставленной цели, осуществлять коррекцию разработанного плана карьерного роста.),

оценочно-рефлексивный (адекватная самооценка своей социальной компетенции, т.е. способность принимать решения и делать выбор, готовность нести ответственность за свой выбор, способность конструктивно строить взаимоотношения с окружающими, осознание требований социума и их анализ с точки зрения поставленных целей профессионального развития).

4. Выявлены особенности профессионального самоопределения в подростковом возрасте. У девушек процесс профессионального определения начинается раньше, чем у юношей и отличается большей целостностью, дифференцированностью, устойчивостью. Если у девушек основные параметры профессионального определения сформированы к 14-15 годам, то у юношей в этот возрастной период отмечается слабая дифференциация жизненных ориентиров, повышается степень неопределенности профессионального выбора.

Основная роль педагога заключается в том, чтоб сформировать положительное отношение к труду в целом, оказание помощи в поиске баланса между потребностями и запросами современного общества и личными профессиональными предпочтениями подростка. Образовательное учреждение должно создать условия, позволяющие повысить имеющийся у воспитанников уровень готовности к ответственному

и самостоятельному выбору профессии с опорой на когнитивные, мотивационные, ценностно-смысловые, рефлексивные и регулятивные характеристики личности подростков.

5. Для проведения экспериментального исследования был подобран диагностический комплекс для выявления уровня профессионального самоопределения подростков:

«Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчарова;

«Дифференциально диагностический опросник» Е.А. Климова;

«Методика изучения профессиональной идентичности» Л.Б.Шнейдер;

«Методика определения типа ценностных ориентаций»

М.С. Гуткина, Т.И. Шалавиной, С.Н.Чистяковой;

Метод проективного сочинения

В результате констатирующего эксперимента было выявлено: в экспериментальной группе у 18% подростков высокий уровень профессионального самоопределения, для 46% испытуемых характерен средний уровень профессионального самоопределения, у 36% респондентов отмечается низкий уровень профессионального самоопределения; в контрольной группе у 20% отмечается высокий, у 40% - средний и у 40% - низкий уровни профессионального самоопределения.

Низкий уровень сформированности профессионального самоопределения характеризуется тем, что обучающиеся имеют размытое представление о своей профессиональной перспективе и ее необходимости в настоящее время, ярко выраженное недовольство собой, неадекватное оценивание своих ресурсов и возможностей, постоянная самокритика, самообвинение в неудачах, проявляется потеря интереса к происходящему в настоящее время. Обучающиеся испытывают состояние тревожности, не склонны к проявлению активной жизненной позиции, планированию, действуют по заданному образцу, ответственность за принятие важных решений перекладывается на других, либо навязана окружением (значимыми

взрослыми, сверстниками, общепринятыми стереотипами). Для работы с данной группой необходима высокая мотивация к деятельности, постоянный контроль извне за выполнением заданного плана.

Подростки на среднем уровне сформированности профессионального самоопределения осознают необходимость и важность умения определить свои жизненные приоритеты, выбрать профессиональную деятельность, в настоящее время подросток находится на стадии поиска себя, определении своих целей, осознании того, что он действительно хочет добиться. Имеется положительная (представлена на среднем, либо высоком уровне) мотивация.

Высокий уровень сформированности профессионального самоопределения говорит о том, что воспитанники осознают важность и значимость профессионального самоопределения. Четко представляют чего они хотят достичь, умеют ставить цели, как краткосрочные, так долгосрочные планировать пути достижения, оценивать конечный результат, корректировать при необходимости. Данное состояние сопровождается чувством удовлетворения, осмысленности жизни, отмечается позитивное отношение к себе.

С целью решения проблем профессионального самоопределения подростков была разработана и апробирована программа групповых консультаций. Анализ данных формирующего эксперимента показал положительную динамику изменений уровня сформированности профессионального самоопределения.

В экспериментальной группе количество подростков, имеющих низкий уровень сформированности профессионального самоопределения с 33% уменьшилось до 9%. В контрольной группе для общей выборки уровень также снизился (с 40% до 30%).

К среднему уровню сформированности профессионального самоопределения в экспериментальной группе до формирующего эксперимента относилось 46% обучающихся, после их количество стало 36%.

В контрольной группе для общей выборки в рамках среднего уровня сформированности профессионального самоопределения произошли изменения в сторону увеличения количества обучающихся с 40% до 50%.

Относительно высокого уровня сформированности профессионального самоопределения в экспериментальной группе увеличилось (с 18% до 55%). Очевидна положительная динамика развития. В контрольной группе в рамках высокого уровня сформированности профессионального самоопределения изменения не произошли.

Таким образом, мы экспериментально доказали, что групповое консультирование будет результативно при решении проблем профессионального самоопределения подростков.

Список использованных источников

1. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности. Москва: Наука. 1980. 335 с. Режим доступа: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001000622>.
2. Артемьева Т.И. Методологический аспект проблемы способностей. Москва: «Наука». 1977. 184 с. Режим доступа: http://pedlib.ru/Books/6/0067/6_0067-147.shtml.
3. Артемьева, Т. И. Проблема способностей: личностный аспект // Психологический журнал. 1984. Т. 5. N 3. С. 46-55. Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=21397436>.
4. Беличева, С.А. Социально-педагогическая диагностика и сопровождение социализации несовершеннолетних: учебное пособие для среднего профессионального образования. Москва: Издательство Юрайт. 2019. 304 с. Режим доступа: https://mx3.ura.it.ru/uploads/pdf_review/08742235-E501-46E6-B262-E2038DCB1B22.pdf.
5. Белых И.Л. Самоопределение личности: философский, социологический, психологический, педагогический аспекты // Вестник КрасГАУ. 2013. N 3. С. 170-173. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/samoopredelenie-lichnosti-filosofskiy-sotsiologicheskij-psiologicheskij-pedagogicheskij-aspekty>.
6. Бершедова Л.И. Психологическая готовность к переходу на новый этап возрастного развития как личностное новообразование критических периодов: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук. Москва. 1999. Режим доступа: <https://www.dissercat.com/content/psikhologicheskaya-gotovnost-k-perekhodu-na-novyi-etap-voznastnogo-razvitiya-kak-lichnostnoe>.
7. Бобриков В.Н. Формирование профессионального самоопределения

личности при профильном обучении в системе непрерывного технического образования // ИТС. 2003. N 1. С. 70-76. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-professionalnogo-samoopredeleniya-lichnosti-pri-profilnom-obuchenii-v-sisteme-nepreryvnogo-tehnicheskogo-obrazovaniya>.

8. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды. М.-Воронеж: Международная пед. академия. 1995. 264 с. Режим доступа: <https://ebooks.grsu.by/psihologia/bozhovich-l-i-etapy-formirovaniya-lichnosti-v-ontogeneze.htm>.

9. Брендакова Л.В. Психологические условия и средства развития профессиональных намерений учащихся на предпрофильной ступени обучения: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук. Москва. 2008. Режим доступа: <https://www.dissercat.com/content/psikhologicheskie-usloviya-i-sredstva-razvitiya-professionalnykh-namerenii-uchashchikhsya-na/read>.

10. Буянова Г.В. Анализ подходов к изучению и формированию профессионального самоопределения студентов вуза // Вестник ПГГПУ. Серия № 1. Психологические и педагогические науки. 2015. N 2. С. 13-22. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-podhodov-k-izucheniyu-i-formirovaniyu-professionalnogo-samoopredeleniya-studentov-vuza>.

11. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Учеб. пособие. М: Ось-89. 1999. 176 с. Режим доступа: https://pedlib.ru/Books/1/0186/1_0186-16.shtml.

12. Володина Ю.А. Психология профессионального самоопределения подростков и юношей : учеб. пособие. Москва: Берлин : Директ-Медиа. 2022. 200 с. Режим доступа: https://www.google.ru/books/edition/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F_%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B5%D1%81%D1

%81%D0%B8%D0%BE/jnFUEAAAQBAJ?hl=ru&gbpv=0.

13. Выготский Л.С. Психология. М.: ЭКСМО – Пресс. 2000. 1008 с.
Режим доступа: <https://klex.ru/b3w>

14. Гладкова О.В. Мотивы и ценности в системе профессионального самоопределения // Молодой ученый. 2022. N 2 (397). С. 175-178. Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/397/87771>.

15. Головей Л.А., Манукян В.Р., Рыкман Л.В. и др. Профессиональное развитие личности: начало пути (эмпирическое исследование). СПб.: Нестор-История, 2015. 336 с. Режим доступа: https://dspace.spbu.ru/bitstream/11701/2285/1/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B5%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%B8%D0%B5%20%D0%BB%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8_%D0%BD%D0%B0%D1%87%D0%B0%D0%BB%D0%BE%20%D0%BF%D1%83%D1%82%D0%B8.pdf.

16. Головей Л.А. Профессиональное самоопределение на пороге взрослости: показатели, факторы, кризисы // На пороге взросления. Сборник научных статей. М.: МГППУ. 2011. С. 62-77. Режим доступа: https://psyjournals.ru/na_poroge_vzrosleniya/issue/48300.shtml.

17. Горбунова Л.Г. Предпрофессиональная подготовка кадетов к деятельности в сфере с высоким уровнем риска и гражданской ответственности // Ярославский педагогический вестник. 2014. Том 2. N 1. С. 150-156. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/pred-professionalnaya-podgotovka-kadetov-k-deyatelnosti-v-sfere-s-vysokim-urovнем-riska-i-grazhdanskoj-otvetstvennosti>.

18. Горностаева Е.Е. Культурное самоопределение старшеклассников в обучении социально-гуманитарным дисциплинам: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук.

Волгоград. 2016. Режим доступа: https://vspu.ru/sites/default/files/disfiles/dissertations/dissertaciya_5.pdf.

19. Григоренко Д.Л. Самоопределение личности как междисциплинарная проблема // Человек и образование. 2008. N 2. С. 89-94. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/samoopredelenie-lichnosti-kak-mezhdistsiplinarnaya-problema>.

20. Данилова Г.В. Влияние массовой культуры на процесс самоопределения старшеклассников: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук. Санкт-Петербург. 1997. Режим доступа: <http://www.dslib.net/obw-pedagogika/vlijanie-massovoj-kultury-na-process-samoopredelenija-starsheklassnikov.html>.

21. Данилова М.В. Профессиональное самоопределение подростков в связи с интеллектуально-личностными особенностями и социально-семейной ситуацией развития: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук. Санкт-Петербург. 2009. Режим доступа: <https://www.dissercat.com/content/professionalnoe-samoopredelenie-podrostkov-v-svyazi-s-intellektualno-lichnostnymi-osobennost/read>.

22. Дрозд К.В. Актуальные вопросы педагогики и образования: учебник и практикум для вузов. Москва: Издательство Юрайт. 2022. С. 42. Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/492929>.

23. Дубровина И.В. Формирование личности в переходный период от подросткового к юношескому возрасту. М.: Педагогика. 1987. 181 с. Режим доступа: <https://spbib.ru/ru/catalog/-/books/10618772-formirovaniye-lichnosti-v-perekhodnyy-period-ot-podrostkovogo-k-yunosheskomu-vozzrastu>

24. Дука Н.А., Соловьёв Д.Н., Соловьёва Т.О. Профорентация в деятельности классного руководителя кадетского корпуса // Современное педагогическое образование. 2021. N 11. С. 55-59. Режим доступа: URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/proforientatsiya-v-deyatelnosti-klassnogo-rukoditelya-kadetskogo-korpusa>.

25. Джордж Р., Кристиани Т. Консультирование: теория и практика. М.: Эксмо. 2002. 448 с. Режим доступа: <https://search.rsl.ru/ru/record/01002156954>.

26. Елфутина Л.А. Особенности профессионального самоопределения современных подростков: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук. Москва. 2007. Режим доступа: <https://www.dissercat.com/content/osobennosti-professionalnogo-samoopredeleniya-sovremennykh-podrostkov/read>.

27. Зубкова С.Н. Психологические особенности мышления подростков // Психология и педагогика XXI века: актуальные вопросы, достижения и инновации: Сборник статей Всероссийской студенческой научно-практической конференции. Орехово-Зуево: Государственный гуманитарно-технологический университет. 2019. С. 47-50. Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=43806900>.

28. Иванов В.Н., Якимов О.Г. К вопросу о сущности профессионального самоопределения современных школьников // Вестник ЧГПУ им. И.Я. Яковлева, 2018. N 3 (99). С. 201-207. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-suschnosti-professionalnogo-samoopredeleniya-sovremennyh-shkolnikov>.

29. Кайкаева А.К. Содержательные особенности ведущих мотивов выбора профессии у старшеклассников // Молодой ученый, 2020. № 24 (314).

С. 485-489. Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/314/71455>.

30. Кармазина Н.В., Шушара Т.В., Коваль Т.В. Профессиональное самоопределение: история вопроса // Гуманитарные науки. 2016. N 2 (34). С. 23-28. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-samoopredelenie-istoriya-voprosa>.

31. Касаткина Н.Э., Пахомова Е.А., Руднева Е.Л. Формирование профессионального самоопределения обучающихся в условиях регионального рынка труда как фактор устойчивой занятости // Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусств. 2015. N 2 (31). С. 181-188. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-professionalnogo-samoopredeleniya-obuchayuschih-sya-v-usloviyah-regionalnogo-rynka-truda-kak-faktor-ustoychivoy>.

32. Кипнис М. Энциклопедия игр и упражнений для любого тренинга. Изд-во: АСТ. 2020. 832 с. Режим доступа: https://www.google.ru/books/edition/%D0%AD%D0%BD%D1%86%D0%B8%D0%BA%D0%BB%D0%BE%D0%BF%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%8F_%D0%B8%D0%B3%D1%80_%D0%B8_%D1%83%D0%BF/UuRTDwAAQBAJ?hl=ru&gbpv=0.

33. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия». 2010. 304 с. Режим доступа: https://academia-moscow.ru/ftp_share/_books/fragments/fragment_21192.pdf.

34. Колесников И.А. Профессиональное самоопределение старших школьников как педагогическое понятие // Вестник ЮУрГУ. Серия: Образование. Педагогические науки. 2009. N 31 (164). С. 71-76. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-samoopredelenie-starshih-shkolnikov-kak-pedagogicheskoe-ponyatie>.

35. Кон И.С. Открытие «Я». М.: Политиздат. 1978. 367 с. Режим доступа: <https://klex.ru/bqt>.

36. Кон И.С. Психология юношеского возраста. Москва: Книга

по Требованию. 2013. 176 с. Режим доступа: <https://www.bookvoed.ru/files/3515/10/76/97.pdf>.

37. Кори Д. Теория и практика группового консультирования. М.: Эксмо. 2003. 640 с. Режим доступа: <https://klex.ru/aqk>.

38. Костюнина Е.А. Трудности профессионального самоопределения подростков // Молодой ученый. 2015. N 20 (100). С. 530-533. Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/100/22646>.

39. Крайг Г. Психология развития. СПб.: Питер. 2000. 992 с. Режим доступа: <https://vshp.pro/wp-content/uploads/2020/04/Krajg-Grejs.-Psihologiya-razvitiya.pdf>.

40. Ларина А.А. Психологические стратегии личностно-профессионального самоопределения подростка в условиях предпрофильной подготовки: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук. Тамбов. 2011. Режим доступа: <https://www.dissercat.com/content/psikhologicheskie-strategii-lichnostno-professionalnogo-samoopredeleniya-podrostka-v-usloviy/read>.

41. Ларина А.А. Личностно-профессиональное самоопределение учащихся – одна из центральных задач современной школы // Молодой ученый. 2010. N 1-2 (13). Т. 2. С. 205-208. Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/13/1166>.

42. Логинова А.А. Гендерные особенности мышления детей подросткового возраста // Наука через призму времени. 2019. N 3 (24). С. 87-90. Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37096832>.

43. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы. СПб.: Речь. 2001. 417 с. Режим доступа: <https://www.litres.ru/abraham-maslou/novye-rubezhi-chelovecheskoj-prirody/chitat-onlayn>.

44. Милованова Н.Ю. Трудности социальной адаптации воспитанников к особенностям жизнедеятельности кадетского корпуса // Социально-экономические явления и процессы. 2011. N 10. С. 314-317. Режим доступа:

<https://cyberleninka.ru/article/n/trudnosti-sotsialnoy-adaptatsii-vospitannikov-k-osobennostyam-zhiznedeyatelnosti-kadetskogo-korpusa>.

45. Мирошников И.И. Выявление ведущих профессиональных мотивов, как одно из условий успешного самоопределения обучающихся кадетского корпуса при выборе профессии // Научно-методические и практические аспекты интеграционных процессов в науке и образовании: сборник статей Международной научно–практической конференции (г. Ижевск, РФ, 25 октября 2022г.). Уфа: Аэтерна, 2022. 248-253 С. Режим доступа: <https://aeterna-ufa.ru/sbornik/NK-437.pdf>

46. Митина Л.М. Психология личностно-профессионального развития субъектов образования. М.; СПб.: Нестор-История. 2014. 376 с. Режим доступа: <https://www.pirao.ru/images/workers/MitinaLM/psikhologiya-razvitiya.pdf>.

47. Монастырский В.А., Милованова Н.Ю. Адаптация учащихся к жизнедеятельности кадетского корпуса // Гаудеамус. 2006. N 9. С.122-127. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/adaptatsiya-uchaschihsya-k-zhiznedeyatelnosti-kadetskogo-korpusa>.

48. Нездайминова Е.А. Исследование влияния кадетских образовательных учреждений на личностное развитие подростков // Вектор науки ТГУ. Серия: Педагогика, психология. 2015. N 2 (21). С. 171-173. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23935713>.

49. Ожегов С.И. Словарь русского языка. / под общей редакцией профессора Л.И. Скворцова. Москва: ООО «Издательство Оникс»: ООО «Издательство Мир и образование». 2007. 640 с.

50. Павлютенков Е.М. Формирование мотивов выбора профессии у учащихся общеобразовательных школ: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук. Запорожье. 1983. Режим доступа: <https://www.dissercat.com/content/formirovanie-motivov-vybora-professii-u-uchashchikhsya-obshcheobrazovatelnykh-shkol>.

51. Панина С.В., Макаренко Т.А. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся. Учебник и практикум для академического бакалавриата. Москва: Издательство Юрайт. 2016. 312 с. Режим доступа: <https://avidreaders.ru/read-book/samooopredelenie-i-professionalnaya-orientaciya-uchaschihsya-3.html>.

52. Петрова С.М. К проблеме структурных компонентов самосознания личности: методический аспект // Вестник Псковского государственного университета. Серия: Социально-гуманитарные науки. 2007. N 1. С.182-190. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-strukturnyh-komponentov-samosoznaniya-lichnosti-metodicheskiy-aspekt>.

53. Петрова Ю.И. Понятие профессионального выбора в современных психологических исследованиях // Молодой ученый. 2016. N 22 (126). С. 224-227. Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/126/34998>.

54. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования». Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/401333920>.

55. Пряжников Н.С. Профессиональное самоопределение: теория и практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: «Академия». 2008. 320 с. Режим доступа: [https://psychlib.ru/mgppu/PPs-2008/PPs-320.htm#\\$p1](https://psychlib.ru/mgppu/PPs-2008/PPs-320.htm#$p1).

56. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов. М.: Академия. 2000. -184 с. Режим доступа: <https://klex.ru/geb>.

57. Психология человека от рождения до смерти. Психологический атлас человека/под ред. А.А.Реана. СПб.:Прайм-ЕВРОЗНАК. 2007. 656 с. Режим доступа: <https://klex.ru/358>.

58. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Райс, К. Долджин. 12-е изд. Санкт-Петербург: Питер. 2010. 816 с. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21551443>.

59. Рыжов Б.Н. Системная психология. Второе издание Москва: Т8 Издательские Технологии. 2017. 356 с. Режим доступа: <https://klex.ru/vwy>.

60. Рыжов Б.Н. Системная периодизация развития // Системная психология и социология. 2012. N 5. С. 5-24. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17825491>.

61. Самойлик Н.А. Типы профессионально-ценностных ориентаций представителей разных профессиональных групп // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2017. N. 21. С. 78-86. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/tipy-professionalno-tsennostnyh-orientatsiy-predstaviteley-raznyh-professionalnyh-grupp>.

62. Саукова Е.В. Теоретические подходы к понятию «самоопределение» в психологии // Молодой ученый. 2020. N 39 (329). С. 60-62. Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/329/73807>.

63. Сафин В.Ф. Психология самоопределения личности: учеб.пособие. Свердлов. пед. институт Свердловск. 1986. 142 с. Режим доступа: <https://bookree.org/reader?file=385989&pg=4>.

64. Саханский Н.Б. Консультирование как вид образовательной деятельности // Управление образованием: теория и практика. 2014. N 2 (14). С. 1-23. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/konsultirovanie-kak-vid-obrazovatelnoy-deyatelnosti>.

65. Солдатова Е.Л. Психология нормативных кризисов взрослости: монография. Челябинск: Изд-во ЮУр-ГУ. 2005. 281 с. Режим доступа: <https://search.rsl.ru/ru/record/01002805358>.

66. Солдатова, Е.Л. Структура и динамика нормативного кризиса перехода к взрослости: монография. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2007. - 267 с. <https://search.rsl.ru/ru/record/01004073005>

67. Соловьева Т.П. Формирование устойчивых интересов старшеклассников к профессии в совместной деятельности школы, УПК и юношеской библиотеки: автореферат диссертации на соискание ученой

степени кандидата педагогических наук. Москва. 1984. Режим доступа: <https://www.dissercat.com/content/formirovanie-ustoichivyykh-interesov-starsheklassnikov-k-professii-v-sovmestnoi-deyatelnosti>.

68. Спиркин А.Г. Сознание и самосознание. М. 1972. 303 с. Режим доступа: https://bookap.info/book/spirkin_soznanie_i_samosoznanie_1972/buypage.

69. Смирнягина М.М. Возрастные границы и психологическое содержание стабильного периода подросткового возраста // Психология. Психофизиология. 2009. N 5 (138). С. 56-61. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/vozzrastnye-granitsy-i-psihologicheskoe-soderzhanie-stabilnogo-perioda-podrostkovogo-vozrasta>.

70. Твоя профессиональная карьера: учеб. для 8-9 кл. общеобразоват. учреждений / [М. С. Гуткин, П. С. Лернер, Г. Ф. Михальченко и др.] ; под ред. С. Н. Чистяковой, Т. И. Шалавиной. Москва: Просвещение. 2003. 158 с. Режим доступа: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001860828>.

71. Титма М.Х. Выбор профессии как социальная проблема (на материалах конкретных исследований в ЭССР). Москва: Мысль. 1975. 198 с. Режим доступа: <https://search.rsl.ru/ru/record/01006978578>.

72. Тошихина Е.Г. Неклиническая психотерапия и практикум. Часть 2. Издательство: СПбГУ. 2019. 104 с. Режим доступа: <https://iknigi.net/avtor-evgeniya-troshihina/175818-neklinicheskaya-psihoterapiya-i-praktikum-chast-2-evgeniya-troshihina/read/page-1.html>.

73. Фельдштейн Д.И. Психология развивающейся личности. М. 1996. 248 с. Режим доступа: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001706606>.

74. Фролова С.В. Групповое психологическое консультирование. Саратов: Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского. 2018. 145 с. Режим доступа: http://elibrary.sgu.ru/uch_lit/2203.pdf.

75. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е. Групповое психологическое

консультирование: учебное пособие для вузов. Москва: Издательство Юрайт, 2022. 195 с. Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/494478>.

76. Чистякова С.Н. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников. М.: Издательский центр «Академия». 2005. 128с. Режим доступа: <https://search.rsl.ru/ru/record/01002688582>.

77. Чупров Л.Ф. Психолого-педагогическое просвещение в практической деятельности психолога // Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири. 2012. N 1-1. С. 104-110. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskoe-prosveschenie-v-prakticheskoy-deyatelnosti-psihologa>.

78. Шаповаленко И.В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология). Москва: Гардарики. 2005. 349 с. Режим доступа: http://www.intellect-invest.org.ua/content/userfiles/files/library/Shapovalenko_Vozrast_psihol_2005.pdf.

79. Шнейдер Л.Б. Психология идентичности: учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры. М.: Издательство Юрайт. 2019. 328 с. Режим доступа: https://mx3.urait.ru/uploads/pdf_review/5AF0CD34-CC59-4434-9106-375029236498.pdf.

80. Ярая Т.А. Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения подростков // Гуманитарные науки, 2016. N 2 (34). С. 101-107. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie-professionalnogo-samoopredeleniya-podrostkov>.

81. Tishkova, A.S. Specificity of social-psychological adaptation of pupils to the conditions of training in the cadet corps: theoretical review // SMALTA. 2017. N 5. P. 72-75. Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30040466>.

Приложение А

Таблица 1. Характеристика уровней развития профессионального самоопределения подростков

Компонент	Методика	Характеристика уровней сформированности компонента		
		Низкий	Средний	Высокий
Мотивационный	Методика «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчарова	Уровень проявления качества выявляется от общего качественного анализа группы.		
		1 балл	2 балла	3 балла
Когнитивный	«Дифференциально-диагностический опросник» Е.А. Климова	Интерес к профессиональной сфере мало выражен по всем показателям	Профессиональная направленность и интерес выражены в средней степени	Профессиональная направленность выражена ярко и отчетливо
		1 балл	2 балла	3 балла
	Методика изучения профессиональной идентичности» Л.Б. Шнейдер	Человек не делает осознанный выбор, его представления навязаны окружающими людьми; выраженное недовольство собой, постоянная самокритика, самообвинение в неудачах, потеря интереса к происходящему в настоящее время	Выраженный интерес к выбору профессии, человек находится на стадии поиска себя, определении своих целей, осознании того, что он действительно хочет добиться	Человек четко представляет чего он хочет достичь, данное состояние сопровождается чувством удовлетворения, осмысленности жизни, отмечается позитивное отношение к себе
		1 балл	2 балла	3 балла
Операционально-деятельностный	«Определение типа ценностных ориентаций» М.С. Гуткина, Т.И. Шалавиной, С.Н. Чистяковой	Не реализует свои профессиональные ценности в профессии	Частично реализует свои профессиональные ценности в профессии	Полностью реализует свои профессиональные ценности в профессии
		1 балл	2 балла	3 балла

Продолжение таблицы 1

Компонент	Методика	Характеристика уровней сформированности компонента		
		Низкий	Средний	Высокий
Оценочно-рефлексивный	Метод проективного сочинения	Уровень проявления качества выявляется от общего качественного анализа группы.		
		1 балл	2 балла	3 балла
Итоговый уровень		0-7 баллов	8-11 баллов	12-15 баллов

Примечание: Если обучающийся не приступает к выполнению диагностического задания, то он получает 0 баллов.

Приложение Б

Таблица 2. Сформированность мотивационного компонента у обучающихся контрольной группы до формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	Балл	Уровень
1	Александр А.	2	средний
2	Дмитрий В.	2	средний
3	Никита И.	1	низкий
4	Александр К.	3	высокий
5	Валерий Н.	2	средний
6	Алексей Н.	2	средний
7	Станислав Р.	2	средний
8	Михаил С.	3	высокий
9	Иван У.	2	средний
10	Сергей Ф.	1	низкий

Таблица 3. Сформированность мотивационного компонента у обучающихся экспериментальной группы до формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	Балл	Уровень
1	Станислав А.	1	низкий
2	Родион Д.	2	средний
3	Вадим И.	2	средний
4	Константин И.	2	средний
5	Дмитрий К.	3	высокий
6	Всеволод М	1	низкий
7	Дмитрий Н.	2	средний
8	Арсений Н.	2	средний
9	Кирилл С.	2	средний
10	Семен С.	2	средний
11	Павел Я.	3	высокий

Таблица 4. Сформированность когнитивного компонента у обучающихся контрольной группы до формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	«Методика изучения профессиональной идентичности» Л.Б. Шнейдер		«ДДО» Е.А. Климова	Итоговый балл	Уровень
		Коэффициент	Балл	Балл		
1	Александр А.	1	1	1	2	низкий
2	Дмитрий В.	1	1	1	2	низкий
3	Никита И.	2	1	2	3	низкий
4	Александр К.	3	2	2	4	средний
5	Валерий Н.	1	1	2	3	низкий
6	Алексей Н.	2	1	1	2	низкий
7	Станислав Р.	1	1	1	2	низкий
8	Михаил С.	4	3	3	6	высокий
9	Иван У.	2	1	2	3	низкий
10	Сергей Ф.	1	1	1	2	низкий

Таблица 5. Сформированность когнитивного компонента у обучающихся экспериментальной группы до формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	«Методика изучения профессиональной идентичности» Л.Б. Шнейдер		«ДДО» Е.А. Климова	Итоговый балл	Уровень
		Коэффициент	Балл	Балл		
1	Станислав А.	2	1	2	3	низкий
2	Родион Д.	1	1	1	2	низкий
3	Вадим И.	3	2	2	4	средний
4	Константин И.	1	1	1	2	низкий
5	Дмитрий К.	4	3	3	6	высокий
6	Всеволод М	1	1	2	3	низкий
7	Дмитрий Н.	2	1	1	2	низкий
8	Арсений Н.	1	1	1	2	низкий
9	Кирилл С.	1	1	1	2	низкий
10	Семен С.	1	1	1	2	низкий
11	Павел Я.	3	2	2	4	средний

Таблица 6. Сформированность операционально-деятельностного компонента у обучающихся контрольной группы до формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	Балл	Уровень
1	Александр А.	2	средний
2	Дмитрий В.	2	средний
3	Никита И.	1	низкий
4	Александр К.	3	высокий
5	Валерий Н.	2	средний
6	Алексей Н.	2	средний
7	Станислав Р.	2	средний
8	Михаил С.	3	высокий
9	Иван У.	1	низкий
10	Сергей Ф.	1	низкий

Таблица 7. Сформированность операционально-деятельностного компонента у обучающихся экспериментальной группы до формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	Балл	Уровень
1	Станислав А.	1	низкий
2	Родион Д.	2	средний
3	Вадим И.	2	средний
4	Константин И.	2	средний
5	Дмитрий К.	3	высокий
6	Всеволод М	1	низкий
7	Дмитрий Н.	3	высокий
8	Арсений Н.	2	средний
9	Кирилл С.	1	низкий
10	Семен С.	2	средний
11	Павел Я.	3	высокий

Таблица 8. Сформированность оценочно-рефлексивного компонента у обучающихся контрольной группы до формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	Балл	Уровень
1	Александр А.	2	средний
2	Дмитрий В.	2	средний
3	Никита И.	1	низкий
4	Александр К.	3	высокий
5	Валерий Н.	2	средний
6	Алексей Н.	1	низкий
7	Станислав Р.	2	средний
8	Михаил С.	2	высокий
9	Иван У.	1	низкий
10	Сергей Ф.	1	низкий

Таблица 9. Сформированность оценочно-рефлексивного компонента у обучающихся экспериментальной группы до формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	Балл	Уровень
1	Станислав А.	1	низкий
2	Родион Д.	2	средний
3	Вадим И.	1	низкий
4	Константин И.	2	средний
5	Дмитрий К.	3	высокий
6	Всеволод М	1	низкий
7	Дмитрий Н.	1	низкий
8	Арсений Н.	1	низкий
9	Кирилл С.	2	средний
10	Семен С.	2	средний
11	Павел Я.	3	высокий

Таблица 10. Уровни выраженности качеств профессионального самоопределения у контрольной группы до формирующего эксперимента

№ п/п	Компонент	Мотивационный	Когнитивный	Операционно- деятельностный	Оценочно- рефлексивный	Итоговый балл	Итоговый уровень
	Имя, Фамилия						
1	Александр А.	2	2	2	2	8	средний
2	Дмитрий В.	2	2	2	2	8	средний
3	Никита И.	1	3	1	1	5	низкий
4	Александр К.	3	4	3	3	13	высокий
5	Валерий Н.	2	3	2	2	8	средний
6	Алексей Н.	2	2	2	1	7	низкий
7	Станислав Р.	2	2	2	2	8	средний
8	Михаил С.	3	6	3	2	14	высокий
9	Иван У.	2	3	1	1	6	низкий
10	Сергей Ф.	1	2	1	1	5	низкий

Таблица 11. Уровни выраженности качеств профессионального самоопределения у экспериментальной группы до формирующего эксперимента

№ п/п	Компонент	Мотивационный	Когнитивный	Операционно- деятельностный	Оценочно- рефлексивный	Итоговый балл	Итоговый уровень
	Имя, Фамилия						
1	Станислав А.	1	3	1	1	5	низкий
2	Родион Д.	2	2	2	2	8	средний
3	Вадим И.	2	4	2	1	9	средний
4	Константин И.	2	2	2	2	8	средний
5	Дмитрий К.	3	6	3	3	15	высокий
6	Всеволод М	1	3	1	1	5	низкий
7	Дмитрий Н.	2	2	3	1	8	средний
8	Арсений Н.	2	2	2	1	7	низкий
9	Кирилл С.	2	2	1	2	7	низкий
10	Семен С.	2	2	2	2	8	средний
11	Павел Я.	3	4	3	3	13	высокий

Приложение В.

Психологическая матрица занятий для подростков «Формирование профессионального самоопределения у подростков»

Цель: повышение уровня профессионального самоопределения подростков

Задачи	Развитие самопринятия, самоконтроля, рефлексии	Развитие целеустремленности	Развитие способности эффективного общения	Развитие навыков управления эмоциями	Развитие позитивного отношения к жизни, повышение мотивации	Развитие межличностного взаимодействия	Развитие навыков сотрудничества
Когнитивная сфера	1. Сформировать представление о собственной уникальности. 2. Понимать свои ресурсы и дефициты.	1. Сформировать представление о целеполагании и планировании 2. Научиться ставить цели 3. Осознание важности умения организовать собственную деятельность	1. Сформировать представление о вербальных и невербальных средствах общения. 2. Осознание своей позы и собственных жестов.	1. Сформировать представление о собственных эмоциональных состояниях. 2. Осознать индивидуальную стратегию совладания с эмоциями.	1. Развитие гибкости мировоззрения 2. Выявление плюсов позитивного отношения 3. Сформировать представление о позитивном отношении к жизни 4. Осознать собственное отношение 5. Проиллюстрировать свое время и приоритеты	1. Сформировать представление о межличностном отношении 2. Осознать собственное место во взаимодействии 3. Осознание качеств, важных для межличностного общения	1. Сформировать представление о понятии сотрудничество

<p>Эмоциональ- ная сфера</p>	<p>1. Сформировать адекватную самооценку. 2. Научить адекватно реагировать на критику 3. Развитие самоуважения 4. Умение принимать успехи и неудачи.</p>	<p>1. Дать опыт проживания целеустремленног о и нецелеустремленного человека 2. Развитие адекватной самооценки 3. Развитие самоуважения</p>	<p>1. Дать опыт построения доверительных отношений средствами невербальной коммуникации. 2. Определить по бессознательным признакам внутреннее состояние собеседника.</p>	<p>1. Дать возможность иного способа отреагирования своих эмоций. 2. Снятие эмоционального напряжения.</p>	<p>1. Дать опыт проживания ситуаций оптимистом, реалистом и пессимистом 2. составление позитивного проекта собственной жизни</p>	<p>1. Дать опыт проживания реального взаимодействия 2. Дать опыт понимания себя и партнера, языка тела, своих чувств и ощущений. 3. Научиться принимать решения</p>	<p>1. Дать опыт проживания с людьми, пытающимися спровоцировать на конфликт</p>
<p>Поведенчес- кая сфера</p>	<p>1. Развитие навыка позитивного отношения к себе 2. Рефлексия</p>	<p>1. Развитие навыка уверенного поведения 2. Развитие навыка публичного выступления 3. Развитие уверенности в межличностном отношении 4. Рефлексия</p>	<p>1. Развитие навыка безоценочного восприятия. 2. Развитие умения улавливать и анализировать невербальные сигналы других людей. 3. Рефлексия</p>	<p>1. Развитие умения отслеживать эмоциональное состояние собеседника. 2. Развитие умения перенаправлять негативную энергию в позитивную 3. Рефлексия 4. Умение контролировать себя в стрессовых ситуациях</p>	<p>1. Развитие гибкости мышления, поведения. 2. Обучить позитивному восприятию 3. Развитие уверенности в себе 4. Рефлексия</p>	<p>1. Развитие навыка уверенного поведения 2. Развитие уверенности в межличностном общении</p>	<p>1. Развитие навыка активного слушания 2. Овладение конкретными техниками сотрудничества 3. Рефлексия 4. Научиться приёмам убеждения для установления сотрудничества 5. Выстроить взаимодействие с учетом интересов сторон</p>

1 занятие. Знакомство, сплочение коллектива.

1. Приветствие

Упражнение «Поздоровайся локтями»

Участники здороваются, соприкоснувшись локтями

Время: 2 минут

Подготовка: отставьте в сторону стулья и столы, чтобы участники могли свободно ходить по помещению.

1. Попросите участников встать в круг.

2. Предложите всем рассчитаться на один–четыре и сделать следующее:

- каждый «номер первый» складывает руки за головой, так чтобы локти были направлены в разные стороны;
- каждый «номер второй» упирается руками в бедра так, чтобы локти также были направлены вправо и влево;
- каждый «номер третий» кладет левую руку на левое бедро, правую руку – на правое колено, при этом руки согнуты, локти отведены в стороны;
- каждый «номер четвертый» держит сложенные крест-накрест руки на груди (локти смотрят в стороны).

За это время они должны познакомиться с как можно большим числом членов группы, просто назвав свое имя и коснувшись друг друга локтями.

Упражнение «Снежный ком».

Цель упражнения: знакомство участников, установление эмоционального контакта.

Время: 5 минут

Ход упражнения: Участники по очереди называют свое имя с каким-нибудь прилагательным, начинающимся на первую букву имени. Следующий по кругу должен назвать предыдущих, затем себя; таким образом, каждый следующий должен назвать предыдущих, затем себя; таким образом, каждый следующий должен будет называть все больше имен с прилагательными, это облегчит запоминание и несколько разрядит обстановку.

Пример:

1. Сергей строгий - 2. Сергей строгий, Петр прилежный - 3. Сергей строгий, Петр прилежный, Наташа независимая и т.д.
Для того чтобы лучше запомнить имена, предлагаю записать их на листочки (именно так, как вы хотите, чтоб вас называли). Прикрепить к себе.

2. Введение ритуала приветствия.

Цель: создание положительного эмоционального фона, сплочение группы, формирование чувства близости с другими.

Оборудование и материалы: не требуются.

Время: 3 минут.

Ход упражнения: Я хочу поговорить с вами о том, как обычно приветствуют друг друга люди. Кто из вас может

продемонстрировать типичное русское рукопожатие?

Я хотела бы, чтобы вы сейчас придумали смешное приветствие, которое мы будем использовать в ближайшее время. Это рукопожатие должно стать своего рода отличием нашей группы. Сначала выберите себе партнера. Вам предоставляется три минуты, чтобы изобрести, как можно более необычный способ рукопожатия. Это приветствие должно быть достаточно простым, чтобы все легко могли его запомнить, но при этом достаточно смешным, чтобы нам было весело пожимать друг другу руки именно таким способом. Теперь пусть каждая пара покажет придуманное ей приветствие. Нам необходимо выбрать то рукопожатие, которое мы будем с вами использовать на следующей встрече.

Ну вот, мы с Вами познакомились, и теперь я хочу сообщить о том, что в нашей группе будут существовать определенные правила, которых мы должны придерживаться. Правила будут относиться ко всем участникам.

4. Введение правил группы

Время: 2 минуты

После прочтения каждого правила следует его обсуждение: как ты понимаешь это правило? готов ли ты следовать ему?

- Правило активности (нет зрителей в группе).
- Правило «Здесь и теперь» (надо говорить о себе и сейчас).
- Правило закрытости группы, т.е. то, что происходит в группе не обсуждается за ее пределами. Не рассказывать другим, что мы узнаем друг о друге на занятиях и как разные ребята ведут себя на них.

- Правило ответственности и искренности: нужно попытаться быть самим собой, говорить то, что ты думаешь и чувствуешь. Не оценивать поведение участников группы, если они сами об этом не попросят.
- Правило «Стоп»: тот член группы, который не захочет отвечать на вопрос или участвовать в игре, может сказать «Стоп», но желательно его использовать как можно реже.
- Правило доверительного общения (если начинаешь говорить, то говори правду).
- Правило «0.0» (не опаздывать)

Все правила записаны на ватмане, ведущий предлагает участникам дополнить список правил.

Далее ведущий «торжественно обещает следовать всем правилам» и предлагает участникам сделать тоже самое.

Для начала давайте возьмем листочки и подумаем, что мы хотим получить от работы в группе, для какой цели вы сюда пришли? (участники пишут цели и крепят их на стену)

- По окончании тренинга мы потом вернемся к нашим целям и посмотрим справились ли мы, достигли ли цели.

5. Разминка

Упражнение «Интервью»

Время: 6 минут

Цель упражнения: - развитие умения слушать партнера и совершенствовать коммуникативные навыки, - сокращение коммуникативной дистанции между участниками тренинга.

Участники разбиваются на пары и в течение 3 минут беседуют со своим партнером, пытаясь узнать о нем как можно

больше. Затем каждый готовит краткое представление своего собеседника. Главная задача - подчеркнуть его индивидуальность, непохожесть на других. После чего участники по очереди представляют друг друга.

6. Основная часть

Упражнение «Ищу друга»

Цель: развитие коммуникативных навыков.

Необходимое время: 20 минут.

Материалы: Лист бумаги, фломастеры.

Подготовка: Специальной подготовки не требуется.

Инструкция ведущего:

– Любой человек, пожалуй, мечтает о том, чтобы иметь настоящего друга. Кому-то из вас наверняка уже повезло, и такой друг у вас есть. У кого-то – множество знакомых и приятелей, но трудно выбрать из них человека, которого можно было бы гордо назвать другом. А кто-то, возможно, в силу застенчивости или замкнутости чувствует себя одиноким и с горечью признается себе, что друзей у него нет. Но в любом случае настоящий друг никому не помешает.

С этого момента я становлюсь редактором особой газеты бесплатных объявлений. Она называется «Ищу друга». Каждый из вас может поместить в нашу газету объявление о поиске друга. В этом объявлении нет ограничений на количество слов или размер букв. Принимается любая форма. Вы можете изложить весь список требований к кандидату в друзья,

весь набор качеств, которыми он должен обладать, а можете нарисовать его портрет. Можете рассказать о себе. Одним словом, делайте объявление таким, каким пожелаете. Следует только помнить, что объявлений о поиске друзей будет много и вам надо позаботиться, чтобы именно ваше привлекло внимание.

Возьмите листы бумаги, фломастеры – творите! Время на подготовку – десять минут.

Спустя отнесенное время ведущий предлагает развесить листы па стенах. Подписывать их не нужно. Участники группы молча читают объявления. Каждый имеет право нарисовать красный кружок на том объявлении, которое привлекло его внимание, и он готов связаться с его подателем. Можно ограничить выбор таких объявлений, например, тремя.

– Теперь можно снять листы с объявлениями. Посмотрите, отозвались ли на ваше объявление. Посчитайте количество красных кружков на ваших листах. Пусть каждый по кругу назовет одну цифру – количество доставшихся вам выборов.

Вот теперь и наступит самый важный момент игры. Ведущий предлагает обсудить вопросы:

-Чем характеризуется объявление, получившее наибольшее число заинтересованных ответов?

-Что помешало вам откликнуться на другие объявления? (Речь идет об объявлениях, не получивших ни одного выбора, – если такие окажутся.

7. Релаксация

Упражнение «Водопад»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, мышечных зажимов

Время: 2 минуты

Ход упражнения: Представьте себе, что вы стоите возле водопада. Чудесный день, голубое небо, тёплое солнце. Горный воздух свеж и приятен. Вам дышится легко и свободно. Но водопад наш необычен, вместо воды в нём падает мягкий белый свет. Представьте себе, что вы стоите под этим водопадом и почувствуйте, как этот прекрасный белый свет струится по вашей голове. Вы чувствуете, как он льётся по лбу, затем по лицу, по шее... Белый свет течёт по вашим плечам ..., помогает им стать мягкими и расслабленными ... А нежный свет течёт дальше по груди у ..., по животу у ... Пусть свет гладит ваши ручки, пальчики. Свет течёт и по ногам и вы чувствуете, как тело становится мягче и вы расслабляетесь. Этот удивительный водопад из белого света обтекает всё ваше тело. Вы чувствуете себя совершенно спокойно, и с каждым вздохом вы всё сильнее расслабляетесь. А теперь потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Волшебный свет наполнил вас свежими силами и энергией.

8. Домашнее задание

Цель: снятие «зажимов»

До следующей нашей встречи ваша задача состоит в том, чтобы «собрать» 30 приветов. Подходите на улице к незнакомому человеку и говорите «привет», если он с вами поздоровался, то это «один» привет.

9. Обратная связь

Упражнение «Свечка».

Цель: проанализировать прошедший тренинг — что было хорошего, плохого, возможность увидеть отношения членов группы к происходящему.

Время выполнения: 5 минут.

Оборудование, материалы: горящая свечка.

Ход упражнения: Участники располагаются в круг. По очереди, участники берут свечу и высказывают свои мысли, чувства, отношение к тому, что порадовало, что открыли для себя, что не получилось; дают пожелания и советы.

10. Прощание (ритуал прощания).

2 занятие. Развитие самопринятия.

1. Ритуал приветствия, придуманный группой (2 минуты)

2. Повторение правил группы (2 минут)

3. Разминка

Упражнение "Ревущий мотор"

Время: 3 минуты

- Вы видели настоящие автомобильные гонки? Сейчас мы организуем нечто вроде автогонок по кругу. Представьте себе рев гоночного автомобиля - <Рррмм!> Один из вас начинает, произнося <Рррмм!> и быстро поворачивает голову налево или направо. Его сосед, в чью сторону он повернулся, тут же <вступает в гонку> и быстро произносит свое <Рррмм!>, повернувшись к следующему соседу. Таким образом, <рев мотора> быстро передается по кругу, пока не сделает полный оборот. Кто хотел бы начать?

4. Основная часть

Теоретическая информация (2 минуты)

Принятие себя означает признание себя и безусловную любовь к себе такому, каков я есть, отношение к себе как личности, достойной уважения, способной к самостоятельному выбору, веру в себя и свои возможности, доверие собственной природе, организму.

Также можно отметить, что самопринятие -это самоотношение, в которой немалую роль играет самооценка. Самооценка, как общее позитивное или негативное отношение к себе. Можно различать самоуважение к себе, как бы со стороны, вытекающее реальными недостатками или достоинствами человека и самопринятие непосредственное эмоциональное отношение к себе, которое независит от того, есть ли в человеке те черты, которые объясняют это отношение. А также не менее важной характеристикой самоотношения, чем его оценочный знак, являются его целостности, независимость от внешних явлений, оценок.

Упражнение «В лучах солнца»

Цель упражнения: Определение своих лучших качеств, использование их в качестве ресурса в преодолении трудных ситуаций.

Время: 5 минут

Ведущий: «На отдельном листе нарисуйте солнце так, как его рисуют дети: с кружком посередине и множеством лучиков.

В кружке напишите свое имя. Около каждого луча напишите что-нибудь хорошее о себе. Ваша задача — написать о себе

как можно лучше».

По окончании выполнения рисунков участникам дается следующее задание.

Ведущий: «Носите этот листочек повсюду с собой, время от времени добавляя лучи. А если вам станет грустно, достаньте это солнце, посмотрите на него и вспомните, почему вы написали о том или ином своем качестве».

Теоретическая информация (2 минуты)

Вопросы внешней и внутренней привлекательности имеют значение для людей любого возраста. Исследования показали, что то, как человек оценивает свою привлекательность, влияет не только на его «Я»-концепцию. Сомнения, имеющиеся у него в отношении себя, могут вызвать аналогичные сомнения и у других людей. Поэтому следует не столько ориентироваться на внешнюю оценку своей личности другими, сколько, и это главное, — иметь собственное представление о себе. Каждому человеку важно знать, что он — его индивидуальные особенности и внешность как часть личности — является ценностью, и он не нуждается в том, чтобы кто-то подтверждал это.

Вместе с тем самосовершенствование является непременным условием сохранения и умножения этой ценности и, разумеется, требует значительных усилий с нашей стороны.

Упражнение «Идеальный образ»

Цель упражнения: Создание своего желаемого «Я»-образа.

Время: 10-15 минут

Упражнение выполняется на фоне тихо звучащей спокойной музыки.

Ведущий: «Расслабьтесь и посидите несколько минут спокойно, ни о чем не думая...А теперь мысленно начинайте рисовать свой портрет в полный рост.

Важно, чтобы, создавая его, вы думали о том, что сейчас вы рисуете себя таким, каким хотели бы видеть. Создавайте не только свой внешний, но и, главное, внутренний облик. Вы создаете себя сами. Что из того, что в вас сейчас есть, вы обязательно нарисуете? Что не нарисуете ни за что на свете? Что вы вложите в себя такого, чего в вас сейчас нет? Уделите достаточно внимания своей внешности, своему телу, своему физическому здоровью... Какие умения, способности, идеи, какая внешность вам понадобятся?.. Для чего вам все это?

Какие цели вы собираетесь достигать? Подумайте об этом. Порисуйте еще немного и закончите портрет. Скажите себе: „Это я. Такой, каким я сделал себя сам. Нравлюсь ли. я себе таким?“ Если нет или не совсем, внесите необходимые изменения, уберите ненужное, добавьте детали. Сделайте все, чтобы вы были довольны. Не торопитесь. Создайте свой идеальный образ, где внешне вы — сам идеал, внутренне — сама гармония. Вы здоровы, молоды, доброжелательны. Вы нравитесь себе. Прочувствуйте этот образ, войдите в него, побудьте в нем... А сейчас я начинаю считать от одного до пяти, и на счет

„пять“ вы возвращаетесь в нашу комнату».

Обсуждение:

Участники описывают свой идеальный образ и отвечают на вопрос: «Что им необходимо сделать, изменить, чтобы достичь желаемого образа?»

Теоретическая информация (4 минут)

Людам, имеющим оптимальный уровень самоодобрения и самопринятия, свойственны следующие навыки и способности (Атватер И., 1988):

1. Верность своим принципам, несмотря на противоположные мнения других, в сочетании с достаточной гибкостью и умением изменить свое мнение, если оно ошибочно.
2. Способность действовать по своему усмотрению, не испытывая вины или сожаления в случае неодобрения со стороны других.
3. Способность не тратить время на чрезмерное беспокойство о завтрашнем и вчерашнем дне.
4. Умение сохранять уверенность в своих способностях, несмотря на временные неудачи и трудности.
5. Умение ценить в каждом человеке личность и чувство его полезности для других, как бы он ни отличался уровнем своих способностей и занимаемым положением.
6. Относительная непринужденность в общении, умение как отстаивать свою правоту, так и соглашаться с мнением других.
7. Умение принимать комплименты и похвалу без притворной скромности.
8. Умение оказывать сопротивление.
9. Способность принимать свои и чужие чувства, умение подавлять свои порывы.
10. Способность находить удовольствие в самой разнообразной деятельности, включая работу, игру, общение с друзьями, творческое самовыражение или отдых.
11. Чуткое отношение к нуждам других, соблюдение принятых социальных норм.

12. Умение находить в людях хорошее, верить в их порядочность, несмотря на их недостатки.

Эти навыки и способности описывают конкретные формы поведения, которыми может овладеть каждый. Сделать это будет проще, если воспользоваться приемом, представленным в следующем упражнении.

Упражнение «Развитие самопринятия»

Цель упражнения: Развитие «социальных навыков», позволяющих человеку жить полноценной жизнью и способствующих тому, чтобы рядом с ним лучше жилось другим.

Время: 7 минут

Ведущий: «Проанализируйте свое поведение с точки зрения соответствия навыкам самоодобрения. Проранжируйте список, определив свой уровень владения перечисленными навыками, то есть расставьте их по порядку — начиная с того, которым вы владеете в большей степени, и заканчивая тем, которым вы не владеете вовсе.

Следующий этап: выберите два навыка — из начала и конца списка и реализуйте их в своем повседневном поведении, каждый день давая себе отчет, как у вас это получается. И так до тех пор, пока вы не почувствуете, что пользуетесь ими почти автоматически. Затем выберите следующие два навыка и т. д. Это довольно длительная работа, но ею стоит заняться, поскольку известно, что способы нашего поведения оказывают такое же влияние на наш внутренний мир, как и он на них. Если вы будете вести себя как человек с высоким уровнем самопринятия, то достаточно скоро почувствуете, что действительно стали больше любить себя, стали ближе к успеху».

5. Домашнее задание

Заведите дневничок и каждый день, для кого-то самое удобное время – перед сном, хвалите себя за что-либо. За переведенную через дорогу старушку, за удачно провернутую сделку, за проявленную выдержку и т.д.

6. Релаксация

Время: 3 минуты

Притча

Вы не можете быть никем иным, а лишь тем, кто вы есть. Расслабьтесь! Существованию вы нужны именно таким.

Однажды царь пришёл в сад и увидел вянущие и гибнущие деревья, кусты и цветы. Дуб сказал, что он умирает потому, что не может быть таким высоким, как сосна. Обратившись к сосне, царь нашёл её опадающей потому, что она не может давать виноград подобно виноградной лозе. А лоза умирала потому, что она не может цвести, словно роза. Вскоре он нашёл одно растение, радующее сердце, цветущее и свежее. После расспросов он получил такой ответ:

— Я считаю это само собой разумеющимся, ведь когда ты посадил меня, ты хотел получить радость. Если бы ты хотел дуб, виноград или розу — ты посадил бы их. Поэтому я думаю, что не могу быть ничем другим, кроме того, что я есть. И я стараюсь развивать свои лучшие качества.

Ты здесь, потому что существование нуждалось в тебе таком, какой ты есть! В ином случае кто-то другой был бы здесь. Ты — воплощение чего-то особенного, существенного, чего-то очень важного. Почему тебе необходимо быть Буддой? Если бы Бог хотел другого Будду, он произвёл бы столько Будд, сколько захотел. Но он создал только одного Будду, этого достаточно. С тех пор он не создал другого Будду или Христа. Вместо этого он создал тебя. Подумай, какое внимание

Универсума было уделено именно тебе!

Ты избран — не Будда, не Христос, не Кришна. Их дело сделано, они внесли свой вклад в существование. Сейчас ты здесь, чтобы внести свой вклад. Взгляни на себя. Ты можешь быть только собой ... невозможно, чтобы ты стал кем-то другим. Ты можешь радоваться и цвести, или можешь завянуть, если ты не принимаешь себя.

7. Обратная связь

Упражнение «Свечка».

Цель: проанализировать прошедший тренинг — что было хорошего, плохого, возможность увидеть отношения членов группы к происходящему.

Время выполнения: 5 минут.

Оборудование, материалы: горящая свечка.

Ход упражнения: Участники располагаются в круг. По очереди, участники берут свечу и высказывают свои мысли, чувства, отношение к тому, что порадовало, что открыли для себя, что не получилось; дают пожелания и советы.

7. Прощание (ритуал, придуманный группой)

Приложение Г

Таблица 12. Сформированность мотивационного компонента у обучающихся контрольной группы после формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	Балл	Уровень
1	Александр А.	2	средний
2	Дмитрий В.	2	средний
3	Никита И.	1	низкий
4	Александр К.	3	высокий
5	Валерий Н.	2	средний
6	Алексей Н.	2	средний
7	Станислав Р.	2	средний
8	Михаил С.	3	высокий
9	Иван У.	2	средний
10	Сергей Ф.	1	низкий

Таблица 13. Сформированность мотивационного компонента у обучающихся экспериментальной группы после формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	Балл	Уровень
1	Станислав А.	1	низкий
2	Родион Д.	3	высокий
3	Вадим И.	3	высокий
4	Константин И.	3	высокий
5	Дмитрий К.	3	высокий
6	Всеволод М	2	средний
7	Дмитрий Н.	2	средний
8	Арсений Н.	2	средний
9	Кирилл С.	2	средний
10	Семен С.	2	средний
11	Павел Я.	3	высокий

Таблица 14. Сформированность когнитивного компонента у обучающихся контрольной группы после формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	«Методика изучения профессиональной идентичности» Л.Б. Шнейдер		«ДДО» Е.А. Климова	Итоговый балл	Уровень
		Коэффициент	Балл	Балл		
1	Александр А.	3	2	2	4	средний
2	Дмитрий В.	1	1	1	2	низкий
3	Никита И.	4	3	3	6	высокий
4	Александр К.	3	2	2	4	средний
5	Валерий Н.	4	3	3	6	высокий
6	Алексей Н.	1	1	1	2	низкий
7	Станислав Р.	3	2	1	3	средний
8	Михаил С.	1	1	2	3	низкий
9	Иван У.	1	1	2	3	низкий
10	Сергей Ф.	3	2	2	4	средний

Таблица 15. Сформированность когнитивного компонента у обучающихся экспериментальной группы после формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	«Методика изучения профессиональной идентичности» Л.Б. Шнейдер		«ДДО» Е.А. Климова	Итоговый балл	Уровень
		Коэффициент	Балл	Балл		
1	Станислав А.	3	2	2	3	средний
2	Родион Д.	1	1	2	3	низкий
3	Вадим И.	4	3	3	6	высокий
4	Константин И.	3	2	2	4	средний
5	Дмитрий К.	4	3	3	6	высокий
6	Всеволод М	1	1	2	3	низкий
7	Дмитрий Н.	3	2	2	4	средний
8	Арсений Н.	1	1	2	3	низкий
9	Кирилл С.	1	1	2	3	низкий
10	Семен С.	3	2	2	4	средний
11	Павел Я.	4	3	3	6	высокий

Таблица 16. Сформированность операционально-деятельностного компонента у обучающихся контрольной группы после формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	Балл	Уровень
1	Александр А.	2	средний
2	Дмитрий В.	2	средний
3	Никита И.	2	средний
4	Александр К.	3	высокий
5	Валерий Н.	2	средний
6	Алексей Н.	2	средний
7	Станислав Р.	2	средний
8	Михаил С.	3	высокий
9	Иван У.	1	низкий
10	Сергей Ф.	1	низкий

Таблица 17. Сформированность операционально-деятельностного компонента у обучающихся экспериментальной группы после формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	Балл	Уровень
1	Станислав А.	2	средний
2	Родион Д.	3	высокий
3	Вадим И.	2	средний
4	Константин И.	3	высокий
5	Дмитрий К.	3	высокий
6	Всеволод М	2	средний
7	Дмитрий Н.	3	высокий
8	Арсений Н.	3	высокий
9	Кирилл С.	1	низкий
10	Семен С.	2	средний
11	Павел Я.	3	высокий

Таблица 18. Сформированность оценочно-рефлексивного компонента у обучающихся контрольной группы после формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	Балл	Уровень
1	Александр А.	2	средний
2	Дмитрий В.	2	средний
3	Никита И.	2	средний
4	Александр К.	3	высокий
5	Валерий Н.	2	средний
6	Алексей Н.	1	низкий
7	Станислав Р.	2	средний
8	Михаил С.	2	высокий
9	Иван У.	1	низкий
10	Сергей Ф.	1	низкий

Таблица 19. Сформированность оценочно-рефлексивного компонента у обучающихся экспериментальной группы после формирующего эксперимента

№ п/п	Имя, фамилия	Балл	Уровень
1	Станислав А.	2	средний
2	Родион Д.	3	высокий
3	Вадим И.	2	средний
4	Константин И.	3	высокий
5	Дмитрий К.	3	высокий
6	Всеволод М	2	средний
7	Дмитрий Н.	2	средний
8	Арсений Н.	1	низкий
9	Кирилл С.	2	средний
10	Семен С.	2	средний
11	Павел Я.	3	высокий

Таблица 20. Уровни выраженности качеств профессионального самоопределения у контрольной группы после формирующего эксперимента

№ п/п	Компонент	Мотивационный	Когнитивный	Операционно- деятельностный	Оценочно- рефлексивный	Итоговый балл	Итоговый уровень
	Имя, Фамилия						
1	Александр А.	2	1	2	2	7	средний
2	Дмитрий В.	2	2	2	2	8	средний
3	Никита И.	1	2	2	2	7	средний
4	Александр К.	3	2	3	3	11	высокий
5	Валерий Н.	2	1	2	2	7	средний
6	Алексей Н.	2	1	2	1	6	низкий
7	Станислав Р.	2	1	2	2	7	средний
8	Михаил С.	3	3	3	2	11	высокий
9	Иван У.	2	1	1	1	5	низкий
10	Сергей Ф.	1	1	1	1	4	низкий

Таблица 21. Уровни выраженности качеств профессионального самоопределения у экспериментальной группы после формирующего эксперимента

№ п/п	Компонент	Мотивационный	Когнитивный	Операционно- деятельностный	Оценочно- рефлексивный	Итоговый балл	Итоговый уровень
	Имя, Фамилия						
1	Станислав А.	1	2	2	2	7	средний
2	Родион Д.	3	1	3	3	10	высокий
3	Вадим И.	3	3	2	2	10	высокий
4	Константин И.	3	2	3	3	11	высокий
5	Дмитрий К.	3	3	3	3	12	высокий
6	Всеволод М	2	1	2	2	7	средний
7	Дмитрий Н.	2	2	3	2	10	высокий
8	Арсений Н.	2	1	3	1	7	средний
9	Кирилл С.	2	1	1	2	6	низкий
10	Семен С.	2	2	2	2	8	средний
11	Павел Я.	3	3	3	3	12	высокий