

Мешкова Аделина Михайловна

студентка

ЧОУ ВО «Казанский инновационный университет

им. В.Г. Тимирязова (ИЭУП)»

г. Казань, Республика Татарстан

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПОДРОСТКОВ ПО ПРОБЛЕМЕ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ

Аннотация: в статье рассматриваются теоретические и практические аспекты психолого-педагогического консультирования подростков по профессиональному самоопределению. Представлена авторская программа консультирования с диагностическим, рефлексивным и развивающим этапами. Приведены результаты эмпирического исследования, подтверждающие эффективность комплексной модели сопровождения.

Ключевые слова: профессиональное самоопределение, подростковый возраст, профориентация, консультирование, профессиональный выбор.

Профессиональное самоопределение подростков является ключевой задачей современной образовательной практики. Изменения на рынке труда и необходимость планирования образовательной траектории повышают значимость психологической поддержки старших подростков. Становление самосознания и жизненной перспективы происходит через освоение социального опыта и внутреннее присвоение ценностей [1]. В подростковом возрасте формируются рефлексия, ценностные ориентиры и представления о будущем [3], что делает профессиональное самоопределение важной задачей развития личности [9; 13]. Выбор профессии связан с формированием ведущих мотивов личности [2]. Климов рассматривает профессиональное самоопределение как соотнесение индивидуальных особенностей с требованиями деятельности [4], Пряжников подчёркивает ценностно-смысловой характер выбора [5; 13].

Профессиональное самоопределение – комплексный процесс, включающий когнитивные, мотивационные и ценностные компоненты личности, позво-

ляющий подростку соотносить интересы и способности с требованиями профессий, в том числе, по словам Зотовой М.Б. и Саглам Ф.А., этот процесс эффективно развивается через практическую деятельность, такую как подготовка к конкурсам профессионального мастерства [15].

Ключевой отечественный подход – типология профессий Е.А. Климова [4]. А.Н. Леонтьев подчёркивает роль ведущих мотивов и участия в значимой деятельности [2]. Н.С. Пряжников отмечает ценностно-смысловой характер выбора и важность развития внутренней позиции подростка [5]. Зарубежные исследования, включая теорию Дж. Холланда, акцентируют соответствие типа личности и профессиональной среды [6]. А.К. Маркова связывает выбор профессии с внутренней мотивацией [8], Л.М. Митина – с личностным ростом [10], М.Р. Гинзбург – со стратегическим построением жизненной программы [11]. Стадийность профессионального развития включает самоопределение, адаптацию и профессионализацию [14]. Эффективное консультирование сочетает диагностику, групповую работу и индивидуальное сопровождение.

Комплексный подход обеспечивает формирование осознанных, устойчивых профессиональных намерений и способствует личностному росту.

Цель – разработка и обоснование программы психолого-педагогического консультирования подростков по выбору профессии.

Гипотеза: системное консультирование, включающее диагностику интересов, развитие рефлексии и индивидуальное сопровождение, повышает определённую профессионального выбора, снижает тревожность и формирует реалистичный профессиональный план.

В исследовании участвовали 48 обучающихся 9–10 классов (по 24 человека в экспериментальной и контрольной группах). Методы: анализ литературы, психодиагностические методики (опросник Климова [4], методика Пряжникова [5], тест Холланда [6], методика Спилбергера [7]). Статистическая обработка: средние значения, t-критерий Стьюдента, $p < 0,05$.

Программа длилась три месяца и включала: диагностику и анализ особенностей; обсуждение результатов и формирование представлений о ресурсах;

тренинг и упражнения на развитие рефлексии; индивидуальное консультирование и разработку персонального профессионального плана, одним из эффективных инструментов, применявшихся в рамках тренингов, было использование арт-терапии для повышения мотивации [18]. Эта программа была направлена на формирование социальной самозащищенности у подростков в едином образовательном пространстве [17].

Критерии эффективности:

- определённость профессионального выбора;
- снижение личностной тревожности;
- реалистичность профессионального плана;
- устойчивость профессиональных намерений.

В экспериментальной группе снижена тревожность ($p < 0,05$), 75% подростков повысили определённость профессиональных предпочтений и согласованность с индивидуальными склонностями. В контрольной группе изменений не выявлено. Результаты подтверждают стадийность профессионального развития [14] и стратегический характер жизненного самоопределения [10].

Профессиональное самоопределение подростков – сложный процесс, требующий системной поддержки. Одним из ключевых факторов такой поддержки является качество педагогического сопровождения, которое также зависит, по словам Трегубовой Т.М. и Ситдиковой Г.Р., от уровня подготовки преподавателей [16]. Разработанная программа показала эффективность в формировании осознанного и реалистичного профессионального выбора. Рекомендуется внедрение комплексной модели профконсультирования в образовательных организациях.

Список литературы

1. Выготский Л.С. Психология развития человека / Л.С. Выготский. – М.: Смысл, 2005. – 1136 с.
2. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл; Академия, 2004. – 352 с. EDN QXIXLX

3. Эльконин Д.Б. Психология развития / Д.Б. Эльконин. – М.: Академия, 2001. – 384 с.
4. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. – М.: Академия, 2004. – 304 с. EDN QXIENF
5. Пряжников Н.С. Профессиональное самоопределение: теория и практика / Н.С. Пряжников. – М.: Академия, 2008. – 320 с. EDN QXVVLH
6. Холланд Дж. Теория выбора профессии / Дж. Холланд // Психология индивидуальных различий. – М.: ЧеРо, 2000. – С. 511–527.
7. Спилбергер Ч.Д. Концепция тревожности / Ч.Д. Спилбергер // Практикум по психодиагностике. – СПб.: Речь, 2003. – С. 45–67.
8. Маркова А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. – М.: МГФ «Знание», 1996. – 312 с. EDN YQСJKT
9. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – СПб.: Питер, 2008. – 398 с.
10. Митина Л.М. Психология профессионального развития / Л.М. Митина. – М.: Академия, 2002. – 320 с.
11. Гинзбург М.Р. Психология личностного самоопределения / М.Р. Гинзбург. – М.: Юрайт, 2020. – 256 с.
12. Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития / Э.Ф. Зеер. – М.: Юрайт, 2021. – 287 с. EDN LBFABW
13. Пряжников Н.С. Профорентация / Н.С. Пряжников, Е.Ю. Пряжникова. – М.: Академия, 2022. – 368 с.
14. Толочек В.А. Психология труда и профессионального развития личности / В.А. Толочек. – М.: Институт психологии РАН, 2019. – 480 с.
15. Зотова М.Б. Развитие коммуникативных умений обучающихся в процессе подготовки к участию в конкурсах профессионального мастерства / М.Б. Зотова, Ф.А. Саглам // Новые информационные технологии в образовании: сборник статей научно-практической конференции (Набережные Челны, 5 де-

кабря 2018 года). – Набережные Челны: Познание, 2018. – С. 33–37. – EDN YVGFJR.

16. Трегубова Т.М. Формирование академической мобильности преподавателей в контексте европеизации образования / Т.М. Трегубова, Г.Р. Ситдикова // Европейский журнал социальных наук. – 2015. – №9. – С. 118–123. – EDN VEAVVR.

17. Ханмурзина Р.Р. Формирование социальной самозащищенности у студентов вуз в едином образовательном пространстве / Р.Р. Ханмурзина // Казанский педагогический журнал. – 2009. – №7–8 (73–74). – С. 41–49. – EDN LAKGWP.

18. Использование арт-терапии для повышения мотивации к изучению иностранного языка / Г.Р. Ситдикова, Л.А. Малахова, З.Н. Серова [и др.] // Актуальные вопросы гуманитарных и социальных наук: материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Чебоксары: Среда, 2025. – С. 387–389. – EDN LUHDKO.