

Паксюткина Лариса Борисовна

студентка

Научный руководитель

Филиппова Светлана Анатольевна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

ПОВЫШЕНИЕ МОТИВАЦИИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ К ВЫБОРУ ПРОФЕССИИ ПОСРЕДСТВОМ СОВРЕМЕННЫХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ

***Аннотация:** в статье анализируется роль современных психологических технологий в повышении мотивации старшеклассников к профессиональному выбору и их применение в профориентационной программе. Рассматриваются психофизиологические методики, активизирующие игры и тренинги, карьерное консультирование, профессиональные пробы, метод проектов, а также цифровые средства: профориентационные платформы и технологии виртуальной реальности. Установлено, что данные технологии способствуют повышению мотивации и осознанности профессионального выбора.*

***Ключевые слова:** профессиональное самоопределение, мотивация выбора профессии, старшеклассники, профориентация, психологические технологии, цифровизация профориентации.*

Изменения на рынке труда и появление новых профессий делают выбор будущей специальности одной из главных задач старшеклассника. Информации о профессиях сейчас много, и проблема не в её нехватке, а в том, как она подаётся и умеет ли школьник ею пользоваться. Разрозненные сведения из интернета, рекламы и советов окружающих редко складываются в целостную картину, поэтому выбор часто оказывается несамостоятельным и неосознанным: многие

ориентируются на престиж, ожидания родителей или мнение сверстников, а не на собственные интересы и возможности. Из-за этого мотивация становится внешней и неустойчивой. Поэтому задача профориентационной работы – не просто давать информацию, а научить школьника пользоваться ею при выборе профессии.

В психологии профессиональное самоопределение – это не одномоментный выбор, а длительный процесс, в ходе которого подросток постепенно формирует представление о себе в профессии и учится соотносить свои возможности с её требованиями [4, с. 17]. В его основе, как показал С.Л. Рубинштейн, лежит самодетерминация – способность человека определять выбор изнутри, через собственные ценности и смыслы, а не только под давлением внешних обстоятельств [6, с. 246]. Важно, чтобы выбор был не вынужденным, а осознанным опирающимся на собственные интересы и ценности [5, с. 32]. Готовность к нему складывается из нескольких качеств: самостоятельности, знания мира профессий, умения принимать решения и положительного отношения к самой ситуации выбора [8, с. 166]. В старшем школьном возрасте эти качества только формируются намерения уже появляются, а реального опыта работы ещё нет [3, с. 76].

Старший школьный возраст обладает рядом психологических особенностей, значимых для профессионального выбора. Ведущей в этот период становится учебно-профессиональная деятельность, а среди новообразований на первый план выходят самосознание, мировоззрение и жизненная перспектива: по Л.И. Божович, обращённость в будущее превращается в смысловой центр личности старшеклассника [2, с. 380]. Подросток стремится к самостоятельности, но остаётся чувствительным к мнению взрослых и сверстников, а сама ситуация выбора нередко сопровождается повышенной тревожностью, которая мешает принять решение. Заметную роль играют и индивидуально-психологические особенности – работоспособность, стрессоустойчивость, устойчивость внимания, эмоциональная реактивность, во многом определяющие, насколько та или иная профессия подойдёт конкретному подростку.

В работе по профессиональному самоопределению применяют технологии, отвечающие особенностям нынешнего поколения школьников. Под технологией здесь понимают методы и приёмы, выстроенные в определённой последовательности ради конкретного результата [7, с. 15]. Чтобы учесть индивидуальные особенности подростка, применяют психофизиологические методики: аппаратно-программные комплексы оценивают сенсомоторные реакции, память, внимание и уровень тревожности, что помогает объективнее соотнести его возможности с требованиями профессий, где нужны концентрация, эмоциональная устойчивость и быстрота реакции [1, с. 176].

Широко используются активизирующие методы, профориентационные игры и упражнения, которые преодолевают пассивность и включают подростка в ситуацию ценностно-смыслового выбора [5, с. 88]. Деловые игры, квесты и игровые симуляции моделируют реальные профессиональные ситуации и позволяют попробовать себя в разных ролях, а социально-психологические тренинги снижают тревожность, повышают вовлечённость и формируют навыки принятия решений в условиях неопределённости.

Наиболее актуальное направление сегодня – цифровые технологии, перенёвшие профориентацию в привычную подросткам онлайн-среду. На государственных платформах «Билет в будущее» и «Россия – мои горизонты» школьники проходят тестирование, знакомятся с профессиями и участвуют в виртуальных пробах, получая персонализированные рекомендации. Технологии виртуальной и дополненной реальности (VR/AR) позволяют «примерить» профессию врача, инженера или педагога ещё до поступления и сформировать о ней реалистичное представление. А профессиональные пробы переводят интерес из области слов в реальное действие – кратковременное включение учащегося в настоящую или смоделированную деятельность [9, с. 54].

Таким образом, современные психологические технологии позволяют не просто информировать старшеклассника, а формировать у него осознанное и внутренне мотивированное отношение к выбору профессии. Наибольший эффект они дают не по отдельности, а в составе единой программы, где школьник

выступает активным участником выбора, а не пассивным получателем советов. Сочетание игровых и цифровых технологий помогает подростку соотнести свои интересы и возможности с миром профессий и принять решение, за которое он готов отвечать.

Список литературы

1. Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности: учеб. пособие для вузов / В.А. Бодров. – М.: ПЕР СЭ, 2001. – 511 с. EDN SGKMJJ
2. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – М.: Просвещение, 1968. – 464 с.
3. Зеер Э.Ф. Психология профессий: учеб. пособие / Э.Ф. Зеер. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003. – 336 с. EDN QXGPCR
4. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие / Е.А. Климов. – Ростов н/Д.: Феникс, 1996. – 512 с.
5. Пряжников Н.С. Профессиональное самоопределение: теория и практика: учеб. пособие / Н.С. Пряжников. – М.: Академия, 2008. – 320 с. EDN QXVVLH
6. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 1999. – 720 с.
7. Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных технологий: в 2 т. Т. 1 / Г.К. Селевко. – М.: Народное образование, 2006. – 816 с. EDN QVDTKP
8. Чернявская А.П. Психологические предпосылки развития профессиональной зрелости старшеклассников / А.П. Чернявская // Ярославский педагогический вестник. – 2017. – №3. – С. 166–169. EDN YUNFSJ
9. Чистякова С.Н. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников / С.Н. Чистякова. – М.: Академия, 2005. – 128 с. EDN QUEZAT