

# Методологические основы процесса профессионального самоопределения обучающихся

Большакова Юлия Владимировна,  
доцент кафедры педагогики и  
психологии  
БУ ОО ДПО «ИРО», к.п.н.

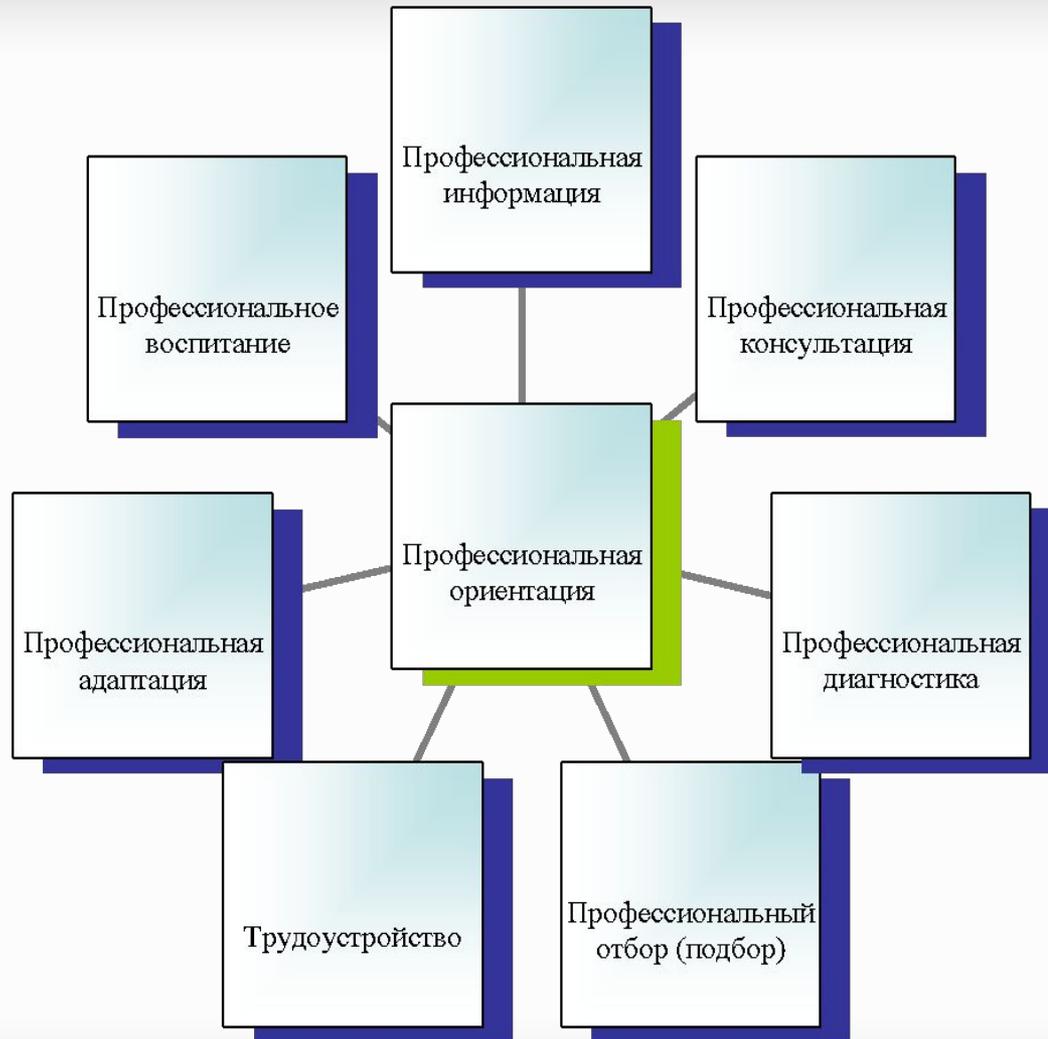
# 1. Профессиональная ориентация. Структура системы профориентации

**Профессиональная ориентация** – это научно-обоснованная система форм, методов и способов, направленных на обеспечение помощи личности в активном осознанном профессиональном самоопределении и трудовом становлении.

**Профессиональную ориентацию** можно рассматривать как систему мер, направленных на создание внешних условий, способствующих осознанному выбору профессии.

Структурными компонентами профориентации являются:  
**профессиональная информация, профессиональное воспитание, профессиональная консультация, профессиональная диагностика, профессиональный отбор (подбор), трудоустройство, профессиональная адаптация.**

# 1. Структура системы профориентации



# 1. Структура системы профориентации

**Под профессиональной информацией (ПИ)** понимается сообщение определенной суммы знаний о различных видах профессий, о формах и способах получения той или иной специальности, об условиях труда и перспективах роста. Без нее невозможна эффективная подготовка обучающихся к сознательному выбору профессии.

**Профессиональное воспитание (ПВ)** складывается из воспитания профессиональных интересов, воспитания уважения к профессии. Формируя интерес к профессии нужно иметь в виду, что в его основе должна быть любовь к труду, психологическая готовность к любой работе.

С ПВ связан другой компонент профориентации – **профессиональная консультация (ПК)**. Она основывается на знаниях интересов и особенностей консультируемого, знании его личностных качеств и соответствии их содержанию профессии, необходимых обществу, на общем представлении о психофизиологическом статусе его организма.

ПВ и ПК не могут успешно функционировать без **профессиональной диагностики (ПД)**, которая занимается изучением личности, физиологических и психологических особенностей молодежи, процесса их роста, формирования их качеств, способностей и интересов. Важную роль в ПД отводят **профессиографии**. Под ней понимается описание профессий. В сведениях о профессиях указывается, что должен знать и уметь, осваивающий профессию.

**Профессиональный отбор (ПО)** выявляет пригодность человека к конкретному виду труда.

**Трудоустройство** представляет собой важный и сложный компонент профориентации. Необходимо не только посоветовать молодым выбрать профессию, но и помочь трудоустроиться.

**Профессиональная адаптация (ПА)** – активный процесс приспособления молодого человека к производству, новому социальному окружению, условиям труда и особенностям конкретной специализации. Успешность ПА является одним из главных критериев правильного выбора профессии, оценкой эффективности всей профориентационной работы. Умелое их сочетание служит основой для научного выбора профессии, имеющего огромное значение как для личности, так и для общества.

# 1. Функции профориентации

**Можно выделить четыре функции профориентации, которые определяются ее целями:**

- 1. Социальная функция** предполагает процесс усвоения обучающимися определенной системы знаний, норм, ценностей, позволяющих им осуществлять свою социально-профессиональную деятельность в качестве полноправного члена общества.
- 2. Экономическая функция** означает улучшение качественного состава рабочей силы, повышением удовлетворенности молодежи содержанием труда, снижение текучести кадров, повышение профессиональной активности и производительности труда, экономию рабочего времени.
- 3. Психолого-педагогическая функция** это выявление и формирование интересов, склонностей, способностей школьника, помощь им в поиске призвания, выборе такой профессии, которая бы соответствовала бы индивидуальным особенностям личности, ее потенциальным возможностям.
- 4. Медико-физиологическая функция** это реализация требований к здоровью и отдельным физиологическим качествам, необходимым для выполнения той или иной профессиональной деятельности.

Таким образом, **профессиональная ориентация это система взаимодействия личности и общества**, направленная на удовлетворение потребности личности в профессиональном самоопределении и потребности общества в обеспечении социально-профессиональной структуры. Результатом такого взаимодействия должна стать сформированность готовности личности к выбору профессии.

## 2. Самоопределение как процесс становления личности

Каждый человек осуществляет в своей жизни в той или иной степени разные виды самоопределения: профессиональное (определяет себя как профессионала), личностное (определяет себя как личность), семейное (определяет себя как член семьи) и т.д.

**Самоопределение** – это сложный, многоступенчатый процесс развития человека, его структурными элементами являются разные виды самоопределения – личностное, социальное, профессиональное и др. Эти виды самоопределения постоянно взаимодействуют. В одних случаях они предшествуют одно другому, например, личностное самоопределение может предшествовать и способствовать профессиональному, чаще всего они происходят одновременно, меняясь местами как причина и следствие. Жизненное самоопределение, возможно, лежит в основе других и начинается с первого дня жизни как выполнение человеком своего предназначения.

**По сути процесс самоопределения длится у достаточно зрелого человека всю жизнь:** человек ищет ответы на вопросы – кто я есть, зачем я живу, чего могу добиться, чем я могу помочь своим близким, своей стране, в чем мое индивидуальное предназначение и др. **Эти потребности самоопределения, связанные с поиском смысла жизни, желательно стимулировать, помогая человеку в этом начиная с дошкольного возраста, хотя есть и взрослые люди, которые редко задумываются или совсем не задумываются над этими вопросами.**

В самоопределении человек сливает в единую смысловую систему обобщенные представления о мире и обобщенные представления о себе самом, определяя смысл своего существования.

**Потребность в самоопределении, его уровень зависят от среды, системы отношений, в которой находится человек (в какой мере среда стимулирует подобные размышления) и от зрелости личности, готовности, мотивации человека. Кроме потребности в самоопределении надо владеть еще способностями к самоанализу, приемами включения себя в более общий социальный контекст.**

## 2. Виды и этапы самоопределения человека

Виды самоопределения	Возраст их появления	Сферы жизнедеятельности	Качества и способности, которые человек в себе оценивает (какой я есть)	Нормы, критерии, с которыми человек себя сопоставляет, относительно которых он самоопределяется (что нужно для социума)	Построение на этой основе системы целей, задач, планов (что я хочу, как я буду поступать). Выбор жизненного пути, жизненных планов
1.Жизненное самоопределение	Начинается с первых дней жизни и постепенно включает в себя все новые линии	Вся жизнедеятельность человека. Я как человек	Способность к жизнедеятельности, жизнеспособность		Жизненные планы
2.Личностное самоопределение	Возможно со старшего дошкольного возраста, особенно на рубеже подросткового и старшего школьного возраста	Сфера развития личности. Я как личность	Основные черты личности готовность к саморазвитию и др.	Принятые в среде человека требования к личности	Планы личностного саморазвития
3.Социальное самоопределение	С подросткового возраста	Разные сферы социальной деятельности, взаимодействия с другими людьми. Я как человек определенного	Способность вписаться в определенный социальный контекст, социальная ответственность	Нормы определенного социального круга	

## 2. Виды и этапы самоопределения человека

Виды самоопределения	Возраст их появления	Сферы жизнедеятельности	Качества и способности, которые человек в себе оценивает (какой я есть)	Нормы, критерии, с которыми человек себя сопоставляет, относительно которых он самоопределяется (что нужно для социума))	Построение на этой основе системы целей, задач, планов (что я хочу, как я буду поступать). Выбор жизненного пути, жизненных планов
4. Профессиональное самоопределение	С дошкольного возраста, особенно в старшем школьном возрасте, далее в течение профессиональной жизни	Профессиональный труд. Я как профессионал	Пригодность к профессии, способность развиваться средствами профессии, развивать саму профессию, работоспособность	Требования профессии	Планы профессионального развития, роста
5. Индивидуальное самоопределение	С дошкольного возраста, далее в течение всей жизни	Сфера развития индивидуальности Я как осознанная индивидуальность	Основные черты индивидуальности целостность, уникальность, относительная автономность и др.	Основные выработанные самим человеком требования к индивидуальности	
6. Семейное самоопределение	С юношеского возраста	Семья. Я как член семьи	Способность строить семью, вписаться в контекст семьи.	Нормы семейной жизни	

## 2. «Профессиональное самоопределение», «личностное самоопределение», «выбор профессии»

Профессиональная ориентация связана с понятием «**профессиональное самоопределение личности**» - это процесс формирования отношения личности к себе как к субъекту будущей профессиональной деятельности, что позволит подготовить человека в будущем к перемене профессии, адаптации к жизни и профессиональной деятельности в условиях рыночной экономики.

**Главная цель профессионального самоопределения** – постепенно сформировать у клиента внутреннюю готовность **самостоятельно и осознанно планировать, корректировать и реализовывать перспективы своего развития.**

**Самоопределение личности** – сознательный акт выявления и утверждения собственной позиции в проблемных ситуациях.

**Профессиональное и личностное самоопределение** имеют много общего, а в высших своих проявлениях они почти сливаются. **Если же попытаться развести их, то можно выделить следующие два отличия:**

1. Профессиональное самоопределение понятие более конкретное, его проще оформить официально (получить диплом и т.д.); личностное самоопределение это более сложное понятие.
2. Профессиональное самоопределение больше зависит от внешних условий, а личностное самоопределение от самого человека.

Динамика профессионального самоопределения состоит в изменении отношения к себе и в изменении критериев этого отношения. Часто по мере роста профессионализма человека у него вырастают требования к себе, изменяются критерии оценки, например, молодой человек после окончания вуза считает себя почти профессионалом, а спустя ряд лет работы начинает в этом сомневаться, что становится стимулом его дальнейшего самосовершенствования. Иногда, напротив, не добившись реального профессионального успеха, человек снижает требования к себе, маскируя отсутствие успехов своим нежеланием (я этого не добился, но я этого и не хотел).

**В течение всей профессиональной жизни человека происходит продолжение, углубление, уточнение профессионального самоопределения, это выражается в том, что расширяется образ профессионала, корректируется в ходе самоанализа принятие себя как профессионала, пересматривается отношение к профессии и себя в ней и т.д.**

**Профессиональный выбор** в отличие от профессионального самоопределения – это решение.

## 2. Факторы выбора профессии (Климов Е.А.)



## 2. Факторы выбора профессии (Климов Е.А.)

### Формула выбора профессии

**Хочу**



- **Жизненные ценности**
- **Мои увлечения и профессиональные интересы**
- **Профессиональные склонности**

**Могу**



- **Способности:**
  - ✓ Общие (интеллектуальные, коммуникативные, способность к саморегуляции)
  - ✓ Специальные (математические, литературные, художественные и т.п.)
- **Личностные особенности** (темперамент, характер)
- **Состояние здоровья** (медицинские противопоказания к труду)

**Надо**



- **Рынок труда**
  - ✓ Востребованность профессии на рынке труда
  - ✓ Содержание профессии и основные действия профессионала
  - ✓ Условия и характер труда
  - ✓ Требования к качеству подготовки профессионала
  - ✓ Требования профессии к личностным качествам
- **Рынок образования**
  - ✓ Перечень учебных заведений региона (России)
  - ✓ Условия поступления в учебные заведения профессионального образования



### 3. Индивидуальная консультация по профессиональному самоопределению старшеклассников

На сегодняшний день, **профессиональная консультация** является не только элементом системы профессиональной ориентации, но и элементом психологической помощи. Профессиональная психологическая консультация поводится в ситуациях, когда человеку сложно принять решение в силу определенных обстоятельств (личностных проблем, либо социально-психологических факторов).

В Концепции государственной системы профессиональной ориентации населения дано следующее определение: **«профессиональная консультация** (от лат. «род занятий» и «совещание») – научно-организованная система взаимодействия психолога-профконсультанта и личности, которая нуждается в помощи в выборе или изменении выбора профессии или вида деятельности на основе изучения индивидуально-психологических характеристик, особенностей жизненной ситуации, профессиональных интересов, склонностей, состояния здоровья личности и с учетом потребностей рынка труда».

Таким образом, **основной целью профконсультации** можно считать формирование профплана личности и составление прогноза стратегий деятельности человека по достижению желаемой цели с учетом индивидуально-психологических его характеристик, особенностей жизненной ситуации, профессиональных интересов, склонностей, состояния его здоровья.

**Правила. Профконсультация** должна проходить как ситуация обучения правилам выбора профессии, ориентирования в мире профессий, без оказания какого-либо давления на личность или навязывания ему решений, без «выдачи» готовых «рецептов» и рекомендаций. Выбор должен сделать сам консультируемый, только в этом случае он будет стремиться реализовать сделанный выбор.

В своей работе профконсультант опирается на уже сформированные или имеющиеся у личности ценностные представления, направленность личности, учитывая более или менее выраженные склонности и интересы. Сформировать за время профконсультации их не возможно, но можно в той или иной степени корректировать представления человека о субъективных и объективных условиях выбора профессии.

Из всего вышеизложенного вытекает вывод, что профконсультация проводится в несколько этапов и предполагает несколько встреч с консультируемым.

### 3. Схема проведения индивидуальной профконсультации

Этапы	Содержание
Подготовительный этап	<p><b>Основная задача консультанта на данном этапе</b> – составить общее представление о проблеме клиента. Консультант анализирует имеющиеся у него данные и готовится к консультации: подбирает справочно-информационный материал, необходимые диагностические методики, продумывает стратегию.</p>
Первый этап	<p><b>Задача консультанта</b> – помочь клиенту сформулировать свою профконсультационную проблему, то есть увидеть эту проблему глазами клиента. Данный этап начинается со знакомства и во многом определяет успешность всей консультации. В самом начале встречи консультант должен представиться. С самого начала консультации необходимо позаботиться о дружеской, доверительной атмосфере. Успешность установления контакта с клиентом зависит от уровня коммуникативной культуры профконсультанта, которая предполагает контроль за собственным невербальным поведением (визуальным контактом, эмоциональным тоном речи, позами и жестами, межличностным пространством), диагностику состояния клиента по посылаемым им невербальным сигналам, а также вербальную культуру.</p> <p><b>Далее консультант оценивает исходную ситуацию по следующим позициям:</b></p> <p><i>Клиент</i> : в чем заключается его проблема, как он относится к консультации и профконсультанту, в каком состоянии находится, каков может быть внутренний мотив обращения к консультанту.</p> <p><i>Профконсультант</i>: осознание профессиональной квалификации и компетентности относительно данной ситуации, функциональная готовность к ней, статус в глазах клиента.</p>
Второй этап	<p><b>Основная задача</b> – выдвижение профконсультационной гипотезы, то есть рассмотрение проблемы клиента глазами специалиста и уточнение либо изменение предварительной гипотезы, определение пути совместного решения проблемы, разработка общего плана дальнейшей консультации, коррекция условий ее проведения. При этом он может удлинить время беседы, перенести ее на другое время, а в промежутке между встречами уточнить</p>

### 3. Схема проведения индивидуальной профконсультации

Этапы	Содержание
<b>Третий этап</b>	Консультант и клиент совместно определяют конкретную цель данной консультации (информационно-справочная, диагностико-рекомендательная, диагностико-корректирующая, формирующая). Этот этап предполагает равную степень активности. Консультант помогает клиенту взглянуть на себя глазами специалиста. Для этого нужно на доступном уровне объяснить ему необходимые понятия.
<b>Четвертый этап</b>	Консультант и консультируемый совместно стремятся достичь определенной ими на предыдущем этапе цели (информационной, диагностической или формирующей). Важно показать клиенту, что он и сам немало знает. Применяются не только психодиагностические методики, но и наблюдения за клиентом, за его высказываниями о себе, самооценка. Формирующая цель достигается с помощью профориентационных задач, совместного обсуждения различных ситуаций, а так же профориентационных игр.
<b>Пятый этап</b>	На этом этапе происходит совместное подведение итогов консультации (окончательных или промежуточных). Консультируемого спрашивают, что дала ему консультация, достигнуты ли ее цели, какие выводы он сделал. Далее, если консультация многоразовая, определяются пути дальнейшей работы, а если одноразовая – составляется более совершенный вариант профессионального плана. В том случае, если обратная связь с консультируемым в чем-то неожиданна для профконсультанта, значит, на каком-то этапе он совершил ошибку. При выходе из контакта желательно отметить положительные стороны клиента, отметить его интересные мысли, выразить надежду на удачное профессиональное будущее клиента.

Завершается консультация протоколированием следующих сведений: анкетные данные; общие выводы по предварительным данным; первоначальное понимание клиентом своей проблемы; гипотеза профконсультанта; совместно конкретизированная цель и шаги, предпринятые для её достижения; итоги консультации, сформулированные клиентом и консультантом; рекомендации.

Конечно, эта схема носит общий характер, и должна “настраиваться” согласно ситуации.

# 3. Виды индивидуальных профконсультаций

По целям профконсультацию можно разделить на следующие виды.

**Первичная профконсультация** - направленная на определение запросов оптанта, первичной ситуации. Время беседы, наблюдений, интервьюирования или анкетирования - от 30 минут до 1 часа. Стандартное диагностическое обследование длится от 1 часа 30 минут до 2 часов.

**Повторная профконсультация** - проводится при необходимости углубленной диагностики личностных особенностей, интеллектуальных, специальных способностей, проведения коррекции основ личности, ее мотивационно-потребностной сферы, актуализации мотивов профессионального самоопределения. Время повторной консультации - от 1 часа 30 минут до 2 часов.

**Заключительная профконсультация** - направленная на совместную разработку стратегии действия по достижению намеченной цели. Рекомендацию профконсультант вырабатывает и обсуждает совместно с клиентом. При окончательном решении они опираются на достоверные факты и оценки, прогнозы, помогая тем самым клиенту познать и осмыслить свои личные качества, сопоставить их с содержанием и требованиями к человеку различных профессий, видов работ, должностей, сделать обоснованные выводы. Окончательное решение в выборе профессии, а следовательно и учебного заведения принимает клиент. Продолжительность этой консультации от 1 часа до 1 часа 30 минут.

**Формирующая профконсультация** - направлена на формирование профплана оптанта, составление прогноза, в процессе которого оптанта будет ознакомлен с методами и средствами, направленными на самоопределение, самостоятельное формирование и развитие профессионально-важных качеств, а также вариантами индивидуального стиля деятельности, позволяющего компенсировать имеющиеся недостатки.

**Прогноз профессиональной деятельности** - это описание благоприятных и неблагоприятных особенностей конкретной деятельности, определяемых психологической структурой изученной личности. Этот прогноз должен быть: достоверным, структурным, отдаленным. Данная консультация длится от 1,5 до 3 часов.

# 3. Виды индивидуальных профконсультаций

По форме проведения индивидуальные профессиональные консультации могут быть следующие:

**Справочная консультация** – в ходе которой учащимся сообщается о каналах трудоустройства, требованиях о приеме на работу и учебу, системе оплаты труда, перспективах профессионального роста.

**Диагностическая консультация** – направленная на изучение личности учащегося, его интересов, склонностей, особенностей с целью выявления их соответствия избираемой или близкой к ней профессии.

**Углубленная индивидуальная профконсультация** основывается на глубоком всестороннем изучении человека: его склонностей, интересов, состояния здоровья и физического развития, уровня и структуры внимания, типа мышления, умелости рук и координации движений, особенностей характера. При этом учитывается мнение учителей и родителей, успешность обучения и особенности референтной группы. Обобщение этих данных дает возможность воздействовать на учащихся не только с целью профориентации, но и развития личности в целом.

**Медицинская профконсультация**, направленная на выявление состояния здоровья школьника, его психологических свойств в отношении к избираемой профессии, его переориентацию (если необходимо) на другую или близкую к избираемой области деятельность, которая будет больше соответствовать его психофизиологическим данным.

### 3. Профориентационные методы

Название группы методов	Список методов
<b>Информационно-справочные и просветительские методы</b>	профессиограммы; справочная литература; экскурсии на предприятия и в учебные заведения; встречи со специалистами; система профориентационных уроков; приемы и методы совместного с клиентом знакомства с миром профессий (проблемные вопросы, отдельные задания с последующим обсуждением их выполнения); методы активизации познавательной деятельности клиента (задание самостоятельно узнать что-то о профессии с объяснением клиенту порядка и приемов получения информации о данной профессии, учебном заведении) и т.д.
<b>Диагностические методы</b>	беседы-интервью; опросники профессиональной мотивации; опросники профессиональных способностей; личностные опросники; проективные личностные тесты; наблюдение; профориентационные активизирующие методы; профессиональные пробы в специально организованном учебном процессе и т.д.
<b>Методы морально-эмоциональной поддержки</b>	профориентационные активизирующие методы (игры с элементами психотренинга); положительные примеры самоопределения; обсуждение и проигрывание ситуаций по формированию эмоциональной устойчивости, морально-эмоциональной готовности к возможным сложностям самоопределения; тренинг общения (освоение коммуникативных навыков при приеме на работу, деловых контактах, на экзаменах) и т.д.
<b>Методы принятия решения и построения перспектив профессионального развития</b>	построение цепочки последовательных действий, обеспечивающих реализацию намеченных целей и перспектив; построение системы различных вариантов действий клиента, позволяющие выбрать наиболее оптимальные варианты перспектив; использование различных схем альтернативного выбора (при уже имеющемся варианте) профессии, учебного заведения, специальности (используется обычно на заключительном этапе консультации) и т.д.

**Каждый раз когда выбирается тот или иной методический аппарат важно это делать с учетом особенностей клиента, запроса, ситуации консультации.**

# 3. Характеристика типичных профконсультационных ситуаций

В качестве критерия выделения типа ситуации возьмем мотив обращения молодого человека на консультацию.

## Мотивы обращения оптантов

Каждый конкретный случай консультант относит к определенному типу ситуаций и строит программу работы соответственно данному типу

**Мотив неопределенности.** Оптант не имеет никакого собственного профплана, но осознает необходимость своевременного решения проблемы. Проявляется потребность выхода из неопределенной ситуации. **Этот вариант получил название «нулевой».**

**Мотив альтернативного выбора.** Оптант имеет несколько вариантов профплана и не знает, какой выбрать. Существует потребность в подтверждении одного из вариантов – это альтернативный вариант.

Оптант обращается на консультацию, имея сформированный профплан. Появляется потребность в подтверждении профплана – **это подтверждающий вариант.**

**Конфликтная ситуация.** Оптант имеет профплан, для осуществления которого имеются препятствия (внешние или внутренние). Возникла конфликтная ситуация, из которой оптант не может выйти самостоятельно, но осознает потребность выхода из нее.

**Мотив познания.** Оптант обращается за консультацией с целью реализации потребности в самопознании.

## 1 тип. «Нулевой» вариант консультации.

Оптант не имеет собственного профплана. В «Анкете оптанта» поставлен прочерк в данных «профессия» и «учебное заведение», отсутствие какого-либо реального плана подтверждается в беседе.

## 2 тип. Альтернативный вариант консультации.

При первичной консультации оптант имеет два или несколько вариантов профплана. В «Анкете оптанта» могут быть перечислены все или некоторые варианты, но может быть поставлен прочерк.

## 3 тип. Подтверждающий вариант консультации.

Оптант хочет подтвердить правильность своего выбора. Задача профконсультанта – подтвердить или отвергнуть существующий выбор.

## 4 тип. «Конфликтный» вариант консультации.

При первичной консультации выявляются конфликтные ситуации. Конфликты могут быть разными: родители не согласны с выбором молодого человека, оптант не верит в свои силы, у него завышенный уровень притязаний, имеются трудности в общении, желание получить объективную оценку своих возможностей.

## 5 тип. Консультация как реализация мотива познания.

Оптантом руководит желание разобраться в своем характере, преодолеть трудности в общении. По мотивам обращения такие случаи могут быть отнесены к «подтверждающему» варианту. Но обычно в ходе беседы выявляется интерес к познанию личности, своих способностей без отнесения результатов исследования к профессиональной деятельности.

### 3. Специфика профориентационной помощи различным образовательно-возрастным группам (дошкольное образование, школьное образование, профессиональное образование)

Образовательно-возрастные группы	Специфика помощи	
	Ожидания клиентов	Помощь профконсультанта
<b>Дошкольники</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• выбор кружков (часто выбирают родители);</li> <li>• интерес к наиболее ярким профессиям (которые «на виду»);</li> <li>• интерес к профессии своих родителей;</li> <li>• стремление попробовать себя (в игровой деятельности).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• помощь в выборе кружка (работа с родителями);</li> <li>• увлекательные рассказы (с примерами) об интересующих профессиях и профессиях родителей;</li> <li>• проигрывание профессий (с целью осознания смысла и общественного значения этих профессий);</li> </ul>
<b>Учащиеся младших классов и средней школы (1-7 классы)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• интерес к модным (ярким) профессиям;</li> <li>• стремление увязать с профессиями учебные предметы;</li> <li>• выбор кружков, секций.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• увлекательные рассказы (с примерами) об интересующих профессиях;</li> <li>• постепенное расширение представлений о мире профессий;</li> <li>• помощь в выборе увлечения, хобби;</li> <li>• сформировать добросовестное отношение к труду, установку на выбор профессии, интерес к трудовой деятельности.</li> </ul>
<b>Учащиеся 8-9 классов</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• проблема: куда пойти после 9 класса?</li> <li>• более конкретный интерес к профессиям;</li> <li>• интерес к профессиональным образовательным организациям;</li> <li>• выбор подготовительных курсов;</li> <li>• интерес к своей профпригодности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• профконсультационная помощь в выборе подготовительных курсов и профиля учебного заведения;</li> <li>• помощь в самопознании (но без окончательной рекомендации о профессиональной непригодности);</li> <li>• большой акцент на ценностно-смысловые стороны профессионального труда;</li> <li>• профинформационная работа: знакомство с особенностями профессий и учебных заведений.</li> </ul>

### 3. Специфика профориентационной помощи различным образовательно-возрастным группам (дошкольное образование, школьное образование, профессиональное образование)

Образовательно-возрастные группы	Специфика помощи	
	Ожидания клиентов	Помощь профконсультанта
<b>Учащиеся 10-11 класса</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• выбор профессии;</li> <li>• выбор учебного заведения;</li> <li>• выбор подготовительных курсов;</li> <li>• интерес к будущей трудовой жизни;</li> <li>• главное – стремление к более конкретному выбору.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• основной акцент – на ценностно-смысловую сторону самоопределения (дискуссии, обсуждение разных позиций);</li> <li>• профинформационная помощь (конкретная – больший акцент на особенности поступления в ПУЗ);</li> <li>• индивидуальный подход;</li> <li>• проигрывание различных вариантов выбора.</li> </ul>
<b>Выпускники школ – разные варианты: дальнейшее обучение; временная работа (в том числе и как резервный вариант); для юношей – служба в армии (выбор рода войск).</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• конкретный (окончательный) выбор;</li> <li>• иногда стремление «философствовать» (как вариант «ухода» от решения конкретных задач).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• главный акцент на помощь в конкретном выборе;</li> <li>• возможны и «философствования», но как прием для налаживания контакта.</li> </ul>
<b>Студенты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• уточнение специальности;</li> <li>• выбор темы курсовой или дипломной работы;</li> <li>• выбор научного руководителя;</li> <li>• выбор места производственной практики;</li> <li>• проблемы, связанные с «кризисами профессионального обучения».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• помощь по этим позициям;</li> <li>• главный акцент – на ценностно-смысловые аспекты учебной деятельности;</li> <li>• помощь должна оказываться в тактичной и ненавязчивой форме.</li> </ul>
<b>Выпускники профессиональных учебных заведений</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• поиск места работы;</li> <li>• поступление в аспирантуру.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• конкретная помощь.</li> </ul>

## 4. Принципы работы профконсультанта

Последствия общения с консультантом имеют большую личностную значимость для клиента. Каким будет вмешательство консультанта – развивающим или разрушающим личность клиента – зависит от соблюдения им этических принципов профессиональной деятельности:

1. **Ответственность.** Консультант несет персональную ответственность за адекватность используемых методов, правильность проведения диагностических процедур, обоснованность суждений, выводов, рекомендаций.
2. **Компетентность.** Профконсультант должен иметь необходимую специальную теоретическую и практическую подготовку, использовать приемы и методы, соответствующие его квалификации и личным возможностям, постоянно повышать свою квалификацию, знакомиться с новыми разработками в области своей профессиональной деятельности, выбирать методы адекватно конкретной ситуации консультирования.
3. **Добровольность.** Клиент участвует в профконсультации по собственному желанию и имеет право отказаться от какого-либо вида работы с консультантом (тестирования, анкетирования и т.п.) без объяснения причин.
4. **Конфиденциальность.** Информация, полученная профконсультантом в процессе работы с клиентом, не подлежит разглашению ( сознательному или случайному), а передача её другим лицам возможна лишь с согласия консультируемого и если это соответствует его интересам.
5. **Активность.** Консультируемый самостоятельно принимает решение по проблеме, с которой обратился к профконсультанту или в службу занятости. Профконсультант оказывает информационную и психологическую помощь в ответ на запрос клиента, создает условия и поощряет активность и самостоятельность консультируемого в принятии им решения. Суждения и оценки профконсультанта в процессе работы с клиентом не должны ограничивать свободу последнего в принятии им решения.
6. **Позитивный эффект.** Профконсультант интерпретирует полученные результаты с позиции соответствия индивидуально-психологических особенностей клиента требованиям конкретной профессии с учетом перспектив ее развития и возможностей компенсации. Он акцентирует внимание на возможностях консультируемого, поддерживает и стимулирует его поисковую активность.
7. **Лояльность.** Профконсультант уважает личность клиента и защищает его право на свободу в профессиональном самоопределении. В общении с любым клиентом профконсультант должен проявлять доброжелательность, тактичность независимо от своего эмоционального и физического состояния и субъективного отношения к нему.

## 4. Основные правила работы профконсультанта (консультирование старшеклассников по профессиональному самоопределению)

1. Консультант должен исходить из позиций того, что каждый человек является личностью, обладающей индивидуальностью, интересами, способностями, особенностями характера, которые необходимо использовать в реализации потенциальных возможностей клиента.
2. Знание теоретических основ профессиональной ориентации, профессионального самоопределения старшеклассников (основные понятия, в т.ч. этапы профессионального развития, кризисы профессионального становления и т.д.);
3. Знание диагностического аппарата и умение их использовать в зависимости от запроса, от индивидуальных особенностей клиента.
4. Знание медицинских противопоказаний при выборе профессии.
5. Знание особенностей развития экономики (востребованность профессий на рынке труда: спрос и предложение и т.д.).
6. Знание особенностей рынка образовательных услуг (проходные баллы и конкурсы, уровни образования и т.д.)
7. Знание основ возрастной психологии, клинической психологии.
8. Знание разных психологических теорий (бихевиорально-когнитивный, личностно-центрированный и т.д.).
9. Показывать плюсы и минусы всех выбранных вариантов, планирование дальнейшей профессиональной и жизненной траектории с учетом выбранной профессии.
10. При выявлении запроса следует понимать, что любое обращение к консультанту, как правило имеет две стороны. Одна, «внешняя» сторона («внешняя» сторона запроса может формулироваться в виде мотивов: получения профессии; получения направления обучения и т.д.) отражает формулирование проблемы самим человеком и его ожидания от консультации. Другая, «внутренняя» сторона (может выражаться в виде: эмоциональной поддержки и сочувствия; способа справиться с повышенной тревожностью и т. д.) воспроизводит психологическое содержание, стоящее за обращением к консультанту. При этом «внутренняя» сторона запроса может не осознаваться самим консультируемым, и выявление ее — задача консультанта. Игнорирование такой ситуации приводит к непониманию профконсультантом консультируемого, а это, в свою очередь, может провоцировать у последнего агрессивные реакции и вызвать чувство неудовлетворенности консультацией, что часто выражается в формулировании отношения к профконсультанту как к «плохому специалисту».
11. Знание применения этического стандарта. Этический стандарт профессионального консультанта включает в себя основные этические нормы профконсультирования. Он призван обеспечить: решение профессиональных задач в соответствии с этическими нормами; защиту клиентов от непрофессионального и неэтичного воздействия в процессе консультации; сохранение доверия между коллегами, а также между профконсультантом и клиентом. Этический стандарт является обязательным для соблюдения всеми профессиональными консультантами.

## 4. Метод и его базисные положения консультирования старшеклассников по профессиональному самоопределению

«Если вы удачно выберете труд и вложите в него всю свою душу, то счастье само вас отыщет» (К.Д. Ушинский), надо только выбрать удачно.

1. **Очень важна осмысленность и осознанность выбора:** что мое, чем я хочу заниматься и т.д.: важно заглянуть в себя и задать себе эти вопросы для понимания, для осознания и для осмысления. В этом случае выбор профессии можно сравнить с танцем пары (профессия и вы). Хочу ли я танцевать с этой профессией, или нет, а какой у нас будет танец (скучный, веселый, влекущий, долгий, короткий и т.д.). Из первого вытекает следующее положение:
2. **Профессия должна вызывать интерес, нравиться.** Важно искать свою профессию, словно себе пару в этом союзе любви: вызывает интерес-не вызывает, загорается-не загорается огонь внутри. Здесь я бы вспомнила слова японского писателя Мураками Х. о профессии: *«Профессия изначально должна быть актом любви. И никак не браком по расчету».* **Эти два пункта моего метода являются базисными в правильном выборе профессии, как фундамент. Остальные надстраиваются.**
3. Важен кто-то, кто бы помог выбрать, если это сложно сделать самому. Иной раз просто подсказать, поддержать, чутко, осторожно. Это как в одной притче, в которой посторонний мужчина стал для лошади сопроводителем в долгой дороге: очень осторожно, каждый раз прислушиваясь к движениям лошади, тонко, они шли вместе (он не знал куда, знала только она), и пришли они к ее хозяину. Хозяин сказал: «Спасибо, что привели». Мужчина ответил: «Не я привел. Она привела. Я просто шел рядом».
4. **Помощник важен, но выбор всегда остается за человеком (ребенком).** Как в одной притче опять про лошадь, которую хозяин привел к водопою, чтобы напиться воды. Хозяин говорит: «я ее могу подвести к водопою (это я могу сделать), чтобы напиться воды, но пить за нее я не смогу, выбор за ней: пить или не пить». Если выбор сложно сделать то возвращаемся на ступени 1 и 2 и работаем здесь.

И опираясь в том числе на него, я строю свою работу. И конечно я помогаю людям, детям.

## 4. Использование основных подходов консультирования и терапии в консультировании по профессиональному самоопределению

### Основные подходы

#### Бихевиоральный подход

##### Основные конструкты

Развитие человека определяется окружающей средой, формирующей личность, но реакции личности, в свою очередь, формируют и окружающую среду. Поведение имеет свои законы, поддается объяснению и систематическому изучению. Большое внимание уделяется внешнему поведению, а не подсознательным силам. Сложность в поведении возникает из-за неправильного обучения.

##### Основные методы

Прикладной бихевиоральный анализ, тренинг анализа, тренинг расслабления, тренинг уверенности; систематическая десенсибилизация, моделирование, положительное подкрепление, бихевиоральный план и многие другие техники, предназначенные для разрешения разных проблем.

##### Цели

Устранить результаты ошибочного обучения и изменить неправильное поведение на более адекватное. Специфические направления при изменении поведения определяются самим клиентом.

#### Экзистенциально (гуманистическая) теория

Каждая личность уникальна, и каждый по-разному воспринимает и анализирует мир. Основной задачей может быть решение главных жизненных вопросов, таких как ценности, вина, тревожность. Есть тенденция к подчеркиванию важности настоящего, процесса становления. Большая часть теорий этой ориентации считают центральным вопросы личности, восприятия человеком других идей и ощущения

Экзистенциально-гуманистическая терапия очень разнообразна, и к ней обычно не привязывают определенные методы. Терапевт решает вопросы смысла и действия в окружающем мире. Здесь могут быть использованы методы разных подходов. Особое внимание уделяется взглядам клиента на мир.

Найти смысл и действовать в этом мире. Осознать гуманитарный смысл вопросов выбора, долга, тревоги. Развитие зрелой интенциональности.

## 4. Использование основных подходов консультирования и терапии в консультировании по профессиональному самоопределению

### Основные подходы

#### Личностно-центрированная терапия

##### Основные конструи

Мнение, которое человек имеет о себе (самооценка), определяет его способ видения мира. Конгруэнтность реального Я - идеального Я – желаемая цель, так как рассматривается как определение психического здоровья. Влиянию окружающей среды на личность уделяется мало внимания.

##### Основные методы

Работа в настоящем времени, теплота, подлинность чувства, эмпатия отношений. В личностно-центрированном консультировании основная опора делается на первичную эмпатию и навыки присоединения, мало задается вопросов.

##### Цели

Высвободить человеческий потенциал для поиска своего собственного естественного направления и разрешить противоречия реального и идеального Я. Исследование сложных эмоций для обеспечения роста уникальной личности.

#### Гештальт-терапия

Личность «естественного» человека может быть расколота или разделена на части. Это расщепление, отход от цельного образа ведет к беспокойству, тревоге, патологии. Задача терапевта – вернуть клиенту цельность. Теория гештальта подчеркивает важность личной ответственности, завершения незаконченных дел и переживание мыслей и чувств из прошлого в настоящем.

Главное внимание уделяется непосредственному переживанию, чувству. Часто использование директив, речевые изменения, методика пустого кресла, разговор с частью своей личности, систематическая работа со снами.

Лучше понять жизнь в настоящем и взять на себя ответственность за свой жизненный путь.

## 4. Использование основных подходов консультирования и терапии в консультировании по профессиональному самоопределению

### Основные подходы

#### Логотерапия

##### Основные конструкты

Близкие к экзистенциальному мышлению. Больше внимание уделяется личной способности контролировать смысл и ход своей жизни. Смысл может прийти из действия или из размышлений. Большое внимание уделяется духовной жизни человека. Тело, ум и дух составляют единое целое.

##### Основные методы

Внимательное выслушивание клиента с целью понять уникальный смысл его существования, порожденный прошлым. Использование смены отношений, переключения и парадоксального намерения в помощь переформулированию. Могут быть использованы методы убеждения. Могут составляться узко специализированные бихевиоральные планы действий.

##### Цели

Облегчить поиски смысла и помочь найти смысл в жизни. Лучший пример такого поиска – личный пример Франкла, прожившего со смыслом в труднейшей ситуации концентрационного лагеря.

#### Когнитивно-бихевиоральная терапия

Люди порождают идеи и мысли об окружающем их мире, чтобы объяснить реальность и самих себя. Они действуют на основе своих знаний. Иррациональное мышление может привести к неэффективному поведению. Люди способны думать более рационально и вследствие этого меньше страдать.

Изучение логики клиента. Переформулирование знаний клиента. Обучение клиента новым способам мышления. Профилактика стресса. Воссоздание прошлого опыта. Используется большая часть бихевиоральных методик.

Устранение саморазрушительного мышления, выработка более рационального и терпимого взгляда на себя и других. Затем действие на основе этого знания.

## 6. Оценка результатов психологического консультирования

Под результативностью психолого-педагогического консультирования понимаются его конечные итоги для клиента, а именно – то, что в его психологии и поведении действительно изменилось под влиянием проведения консультирования.

В соответствии с приведенным выше определением результативности психологического консультирования его итоги могут оцениваться по-разному:

во-первых, по самоощущению клиента, по тому, насколько лучше он стал себя чувствовать после проведения психологического консультирования;

во-вторых, по результатам психологического тестирования состояний и психологических свойств (особенностей личности) клиента;

в-третьих, по наблюдениям со стороны за поведением клиента. Оценивать итоги проведенного консультирования можно по каждому из названных критериев в отдельности, а лучше – по всем таким критериям, вместе взятым.

Для того чтобы оценка результатов консультирования была достаточно точной, необходимо заранее, до начала психологического консультирования решить, каким образом будут оцениваться его результаты.

Процедуры, как и критерии оценивания результатов психологического консультирования, могут быть различными. Оценку можно производить, например, в ходе самого консультирования, после его начала, по окончании консультирования.

Итоги психологического консультирования можно оценивать и спустя некоторое время после завершения консультирования, если предполагается, что его позитивные результаты проявятся не сразу и настолько, чтобы их можно было полностью оценить. Последний вариант процедуры оценивания результатов психологического консультирования чаще всего применяется тогда, когда изменяемые в ходе психологического консультирования свойства и формы поведения клиента являются достаточно инертными, устойчивыми и преобразуются медленно, едва заметно. Это могут быть, например, способности, черты характера, привычки клиента.

# Морально-этический кодекс

В общении с оптантом профконсультант должен придерживаться следующих морально-этических норм поведения:

не ущемлять личность в поисках профессии;

руководствоваться безальтернативным принципом «не навреди», выбрав уместный тон, слова, доводы;

быть предельно корректным, создавая благоприятную, комфортную ситуацию;

не разглашать результатов, составляющих профессиональную тайну, которые могут быть сообщены другим лицам лишь в исключительных случаях.

Например, родителям, если они смогут оказать реальную действенную помощь;

стимулировать интерес к себе, своим сообщениям, выводам, рекомендациям;

«принять» консультируемого, не обсуждая и не осуждая его негативных черт;

воспринимать клиента как равного партнёра по общению;

не раскрывать основания валидности;

консультировать только при добровольном согласии и не выходить за рамки запроса;

не скрывать, какие решения могут быть вынесены на основе проведённых исследований;

одновременно рассматривать и альтернативную диагностическую гипотезу.

# Стратегия поведения

В каждом случае необходимо придерживаться разных стратегий поведения.

В первом - правильно слушать, проявляя доброжелательность и заинтересованность.

Во втором - точно воспринимать речь собеседника, понимать её смысл и стремиться запомнить, используя приёмы активного или рефлексивного слушания (перефразирование, уточнение, резюмирование).

В третьем - уместны приёмы нерефлексивного слушания или умение внимательно молчать, не вмешиваясь в речь оппанта. После того, как он выскажется выразить своё понимание и одобрение.

# Возможные ошибки

проекция - консультант приписывает оптанту собственные чувства и мысли;

«эхо-эффект» - перенесение неуспеха в одной деятельности на другую;

атрибуция - подсознательное приписывание оптанту способностей и черт, сходного с ним человека;

правильность первого впечатления, опирающегося на систему ожиданий, а не на проникновение в личность.

## **Возможны эффекты восприятия:**

новизны

первичности

стереотипизации

эффект «ореола»

# 6. Оценка эффективности профориентационной работы

## Система отслеживания обратной связи

	Оперативная обратная связь	Отсроченная обратная связь	Долгосроченная обратная связь (в проекте)
<b>Сроки проведения</b>	анкетирование происходит сразу после консультации	опрос происходит через 1-1,5 года после консультаций	опрос происходит через 8-10 лет после консультации
<b>Категории респондентов</b>	опрашиваются все старшеклассники и их посетившие консультацию родители	опрашиваются выпускники школ (завершившие обучение в 9 и 11 классах), ныне обучающиеся в профессиональных образовательных организациях	опрашиваются все клиенты, которые уже окончили профессиональное обучение и реализовали первые шаги в процессе развития своей профессиональной карьеры
<b>Формы проведения</b>	анкетирование проводится на основе специально разработанных анкет в письменном виде	опрос проводится в форме интервью посредством телефонного обзвона	опроса проводится в форме фокус-группы
<b>Цели анкетирования, опроса</b>	цель: позволяет увидеть результаты работы старшеклассников и их родителей сразу после консультации.	цель: позволяет увидеть связь между результатами консультации и первыми шагами профессионального развития клиентов Центра и открытие новых возможностей в ситуации профессионального самоопределения с помощью ретроспективной рефлексии.	цель: получение информации о том, какую профконсультационную поддержку клиенты получили в Центре и что еще им могло бы помочь для осуществления их профессионального самоопределения.

Полученные данные анализируются, пишутся справки, в которых осуществляется анализ данных за прошедшие года по результатам консультаций и выносятся предложения по повышению качества оказания консультационных услуг по построению профессиональных и образовательных планов старшеклассников.

# **Взаимосвязь школы и семьи в профориентации**

**Трудовое воспитание в семье должно начинаться в раннем возрасте и носить игровой характер.**

**Родители призваны помочь детям лучше разобраться в их склонностях и возможностях и определить их профессиональный жизненный путь.**

**При проведении профориентационной работы встает вопрос о престиже профессий среди самих родителей, который часто приобретает первостепенное значение.**

**Тест для родителей - «Детско-родительские отношения»**

Данный тест позволяет в общих чертах оценить, насколько Ваши отношения с ребенком благополучны.

# Выводы

При выделении критериев и показателей профориентационной работы следует ориентироваться не только на конкретные результаты (выборы), сколько на формирование самой готовности эти выборы совершать, т. е. готовности к самоопределению. Отсюда можно несколько уточнить главную (идеальную) цель профессионального самоопределения, которая состоит в постепенном формировании у школьника внутренней готовности к осознанному и самостоятельному планированию, корректировке и реализации перспектив своего развития (профессионального, жизненного, личностного) или, говоря иначе, готовности рассматривать себя, развивающимся в рамках определенного времени, пространства и смысла. Формирование у него такой готовности будет составлять главный результат профконсультационной помощи.

# Тесты

<http://www.proforientator.ru/tests>

Здесь представлены экспресс-тесты на профориентацию, которые помогут Вам понять, кем стать в будущем, и определить профессиональные сферы, наиболее соответствующие вашему интересам, личностному типу, способностям.

Обращаем ваше внимание, что для точного выбора профессии и учебного заведения следует пройти углубленную комплексную профориентационную диагностику и получить консультацию психолога.

[Тест "Личность и профессии"](#) [Тест "Личность и профессии"](#)  
[«Готовность к выбору профессии»](#) [Тест "Личность и профессии"](#)  
[«Готовность к выбору профессии»](#) [«Будь готов:](#)  
[профессиональные роли»](#) [Тест "Личность и профессии"](#)  
[«Готовность к выбору профессии»](#) [«Будь готов:](#)  
[профессиональные роли»](#) [«Гуманитарий или технарь?»](#) [Тест](#)  
["Личность и профессии"](#) [«Готовность к выбору профессии»](#)  
[«Будь готов: профессиональные роли»](#) [«Гуманитарий или](#)  
[технарь?»](#) [«Менеджер по продажам»](#) [Тест "Личность и](#)  
[профессии"](#) [«Готовность к выбору профессии»](#) [«Будь готов:](#)  
[профессиональные роли»](#) [«Гуманитарий или технарь?»](#)

**Спасибо за внимание!**