

*Секция «Актуальные проблемы психологии личности»,
научный руководитель – Фрондзей С.Н., канд. псих. наук*

**ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
САМООПРЕДЕЛЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ -
ВОСПИТАННИКОВ СОЦИАЛЬНОГО ПРИЮТА**

Бикмиева Л.Ф., Дроздикова-Зарипова А.Р.
*Казанский (Приволжский) федеральный университет,
Казань, Россия*

На сколько всем известно, современная нестабильная социально-экономическая ситуация, возрастание безработицы и образование рынка труда, резкая переориентация с одних ведущих областей профессиональной деятельности на другие требуют улучшения подготовки профессионально компетентных, мобильных и конкурентоспособных специалистов, способных в короткое время овладеть новыми знаниями, умениями, навыками и перестроить свою деятельность.

Данная проблема определенным образом связана с профессиональной ориентацией и подготовкой учащихся к профессиональному самоопределению. Поскольку наличие рынка труда, а также отсутствие социальной защищенности личности требуют от выпускников школ способности быстрой адаптации к окружающей среде. Без этого становится все труднее выбрать путь продолжения своего образования, приобрести желаемую профессию и обрести работу.

Одной из проблем подростка является неверный выбор профессии в юности. Кем быть? Каким быть? Где я больше всего нужен? Эти и многие вопросы встают перед старшими школьниками.

Мир профессии очень велик. Он включает в себя тысячи разных интереснейших специальностей. Старшеклассника манят десятки профессий. Каковы они? Разные виды труда требуют от человека разных и подчас противоречивых качеств. В одном случае это способность ладить с людьми, управлять и подчиняться, в другом высокая энергия движений, в третьем - острота наблюдений.

Сделать социально и глубоко личностный выбор в профессиональном самоопределении - задача не из простых и не из легких.

Если подумать, самостоятельный выбор профессии - это «второе рождение человека».

Ведь от того, насколько правильно выбран жизненный путь, зависит общественная ценность человека, его место среди других людей, удовлетворенность работой, физическое и нервно-психическое здоровье, радость и счастье.

Общество расширяет возможности жизненного самоопределения молодежи. Перед ней возможности для приложения своих сил и способностей в самых различных областях деятельности на благо общества [2, с.29].

Особое место занимает изучение профессионального самоопределения в социально-психологическом аспекте, у воспитанников социального приюта. За годы пребывания в социальном приюте ребенок осваивает социальные роли и нравственные нормы жизнедеятельности в современном мире. В этом плане особую актуальность приобретают связи с социальной жизнью. При выпуске, воспитанник из социального приюта, должен пройти определенный курс обучения, направленный на получение профессии и социальной адаптации. При этом нельзя упускать из виду, что взаимопомощь в группах социального приюта сочетается с конкуренцией. Воспитателям следует комплектовать группы с учетом возможности обще-

ния, лидерства. Социальная адаптация в процессе получения воспитанником профессии призвана придать этому естественному соревнованию цивилизованные формы [2, с.123].

Таким образом, профессиональная трудовая деятельность, которой предшествует правильный выбор, один из важнейших факторов, определяющих многое в жизни современного человека.

Мы думаем, огромное преимущество человека заключается в его возможности выбора. Это и определяет актуальность выбранной нами темы.

Однако к настоящему времени в психолого-педагогической литературе практически не раскрыты особенности процесса профессионального самоопределения у подростков-сирот, проживающих в условиях социальных учреждений.

У большинства воспитанников социальных приютов обнаруживается отсутствие проектов собственного будущего, отсутствие целей, а также неумение планировать свою деятельность, что связано с особенностями их психического развития и условиями проживания [1, с.23]. В данном случае немаловажна работа социальных педагогов с ребенком по формированию навыков целеполагания, то есть обучение навыкам постановки целей. Его ядром является осознанный выбор профессии с учетом своих особенностей и возможностей, требований профессиональной деятельности и социально-экономических условий.

Главной целью профессионального самоопределения является постоянное формирование у личности внутренней готовности к осознанному и самостоятельному построению [3, с.36].

Организованный нами эксперимент проводился на базе ГБУ социального приюта для детей и подростков "Тургай" Министерства труда, занятости и социальной защиты Сабинского муниципального района Республики Татарстан, в котором проживают 35 воспитанников, из них 21 подросток.

Социальный приют «Тургай» является местом временного пребывания детей, оказавшихся в сложной социальной ситуации. Категории детей, поступающих в учреждение разнообразны по возрастным группам, по психологическому статусу и по уровню личного развития. Эти дети, в силу многих причин, в большинстве своем имеют комплекс проблем, затрагивающих ту или иную сферу человека - эмоциональную, познавательную, мотивационную и сферу подсознания. Для восстановления или компенсации определенных личностных качеств детей необходим курс реабилитации, который включает систему психолого-педагогических, социальных мероприятий, направленных на восстановление, коррекцию и компенсацию нарушений личностного и социального статуса несовершеннолетних.

В ходе исследования нами выделены особенности профессионального самоопределения детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в условиях социального приюта.

Основная проблема воспитанников социального приюта - это отсутствие у них позитивных образов. Недостаточная готовность к будущей самостоятельной жизни вследствие отсутствия семьи приводит к тому, что у детей-сирот чаще, чем у других, возникают проблемы профессионального выбора [1, с.115]. Ребенку-сироте в большей степени приходится рассчитывать на свои собственные силы. Помощники и опора детей - те взрослые, которые с ними работают.

Под профессиональным самоопределением воспитанников социального приюта мы понимаем целенаправленную совместную деятельность детей-сирот и педагогов, целью которой является формирование осознанного выбора ребенком профессиональной деятельности. Здесь учитываются самооценка своих качеств и свои интересы.

В рамках констатирующего эксперимента были определены исходные показатели сформированности профессионального самоопределения по компонентам:

- познавательный компонент;
- ценностно-мотивационный компонент;
- деятельностный компонент.

Согласно выдвинутой в исследовании гипотезе и поставленным задачам, были получены результаты исследования на основе использования комплекса методик, позволяющих выявить уровень профессионального самоопределения у подростков – воспитанников социального приюта.

1) Познавательный компонент профессионального самоопределения.

- *Диагностика профессиональных склонностей Л. Йовайши* (модификация Г.В. Резапкиной) - использовалась для определения склонности учащегося к определенному виду работы и степени выраженности профессиональной склонности.

По результатам диагностики профессиональных склонностей можно сделать следующие выводы: большая часть подростков – воспитанников (66,7%) склонна к экстремальным видам деятельности.

(33,3%) имеют среднюю выраженность склонности к какой-либо профессии, это говорит о том, что у детей нет четких представлений, кем они будут, есть только расплывчатые планы, которые могут в любой момент измениться.

- *Карта интересов А. Е. Голомштока* (модифицированная Г. Резапкиной), помогающая выявить профессиональные интересы старшеклассника. Методика помогла узнать, какие интересы у подростков наиболее выражены, и какую профессию они хотят выбрать.

Так, у большинства опрошенных (52,4%), выявлен яркий интерес в сфере «спорт и военное дело», а также подростки (23,8%) интересуются физикой и математикой, предпринимательством и домоводством. Интересен факт, что никого из респондентов не заинтересовала сфера радиотехники и электроники, а так же сфера истории и политики.

2) Ценностно-мотивационный компонент профессионального самоопределения.

- *Опросник «Ценностные ориентации»* - направлен на определение ведущих ценностей в сфере профессиональной деятельности. Автор методики: М. С. Гуткин, Т. И. Шалавина, С.Н.Чистякова.

С помощью опросника «Ценностные ориентации» были выявлены следующие критерии, связанные с выбором профессиональной деятельности:

- ценности, которые могут быть реализованы непосредственно в профессиональной деятельности (57%);
- ценности, которые реализуются за счёт профессиональной деятельности (19%);
- ценности, которые могут быть реализованы вне профессиональной деятельности (24%).

- *Методика «Мотивы выбора профессии»* (Р.В. Овчарова) является ценностно-мотивационным компонентом профессионального самоопределения, помогающая выявить профессиональные мотивы подростков- воспитанников.

Исследование показало, что более 40% подростков-воспитанников руководствуются при выборе профессии своими собственными интересами, склонностями и способностями. Это позволяет сделать благоприятный прогноз их профессиональной самореализации и удовлетворенности собственной профессиональной деятельностью.

3) Деятельностный компонент профессионального самоопределения.

Активизирующий опросник Н. С. Пряжникова позволяет выяснить какие действия готов совершить учащийся для достижения своего профессионального призвания, что он уже делает для подготовки к избранной профессии.

Так, у большинства опрошенных (47,6%), выявлен яркий интерес работать в медицинской сфере, а 33,4% из числа респондентов мечтают реализовать себя в юридической сфере. Лишь небольшая часть (19%) проявили интерес к профессии экономиста. На вопрос «Что собираетесь делать после школы?», были получены следующие ответы:

- 61,9% хотят поступить в высшее учебное заведения,
- 33,3% собираются получить средне-профессиональное образование,
- 4,8 % из числа испытуемых не определились со своим выбором.

На основе этих результатов составлялась формирующая программа «**Первые шаги на пути в профессию**» для успешного формирования профессионального самоопределения у подростков, воспитывающихся в социальном приюте.

Цель формирующего этапа эксперимента:

активизация личностных резервов на этапе профессионального самоопределения подростков, благодаря получению знаний о себе и о мире профессий, расширению границ восприятия самого себя и окружающей действительности.

Задачи:

1. Познакомить детей с различными видами профессий, с основными характеристиками и классификациями профессий.
2. Выявить интересы и способности к различным профессиям.
3. Помочь воспитанникам в соотнесении своих возможностей и выбора с требованиями конкретных профессий.
4. Способствовать формированию самостоятельности и активности в построении профессионального плана у детей-сирот на основе реального восприятия социальной действительности и собственных возможностей.

Занятия проводятся в форме мероприятий 1 раз в неделю, продолжительность одной встречи 2 учебных часа. Программа рассчитана на 14занятий.

Предполагаемый результат реализации программы:

актуализация процессов профессионального самоопределения подростков, получение знаний о себе и о мире профессий, расширение границ восприятия самого себя и окружающего мира.

Программа включает в себя:

- занятия, направленные на расширение представлений о себе, о своих интересах, возможностях;
- занятия, направленные на ознакомление с миром профессий, с профессиональными требованиями и общественной востребованностью того или иного труда;
- занятия, направленные на формирование умения планировать образ будущего профессионала, осознание собственной иерархии

ценностей, моделирование профессиональной перспективы подростка;

- занятия, направленные на формирование навыков социального взаимодействия в процессе реализации собственного профессионального плана.

В рамках данной программы используются разнообразные формы и методы работы с подростками, способствующие включению воспитанников в процесс самораскрытия, самосовершенствования: конкурсы, упражнения, игры, комбинированный урок, «круглый стол», индивидуальные и групповые беседы, семинары, описание профессий, диспут, составление и решение профориентационных кроссвордов, ролевые игры, творческие этюды, метод конкретных ситуаций.

В рамках данной статьи, в качестве примера приведем ряд тем, предлагаемых подросткам – воспитанникам социального приюта:

1. «Мир профессий. Классификация профессий».
2. «Темперамент и выбор профессии».
3. «Интересы и выбор профессии».
4. «Склонности и профессиональная направленность».
5. «Профессиональный тип личности».
6. «Мотивы выбора профессии».
7. «Как правильно сделать выбор?»
8. «В огромном мире профессий».
9. «Типичные ошибки».
10. «Анализируем профессии».
11. «Формула моей профессии».
12. «Мои права и обязанности».
13. «Вечер встречи».
14. Проект «Защита профессии».

В настоящее время предложенная программа «Первые шаги на пути в профессию» проходит апробацию на базе социального приюта «Тургай».

Таким образом, выбор профессии, или профессиональное самоопределение – это основа самоутверждения человека в обществе, одно из главных решений в жизни. Выбор профессии определяет очень многое, а именно: кем быть, к какой социальной группе принадлежать, где и с кем работать, какой стиль жизни выбрать.

Нельзя останавливаться на достигнутом, даже если думаешь, что «нашел себя», надо развиваться, брать примеры у более опытных, делиться своим опытом с другими. Профессию надо выбирать исходя из всех интересов и возможностей.

Список литературы

1. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи. - Киев: наукова Думка, 2008. - 142 с.
2. Загорец И.В. Профессиональная ориентация подростков в семье и школе. - Минск: Знание, 1999. - 315 с.
3. Захаров Н.Н., Симоненко В.Д. Профессиональная ориентация школьников. - М.: Просвещение, 2003. - 192 с.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА «КЛЮЧ», РАЗРАБОТАННОГО Х.М. АЛИЕВЫМ, ДЛЯ СНЯТИЯ СТРЕССА У ВОДИТЕЛЯ АВТОМОБИЛЯ

Смирнов И.В., Алиев Х.М., Куров Л.Н.

Московский автомобильно-дорожный государственный технический университет (МАДИ) . Московский центр защиты от стресса, Москва, Россия

Водитель во время езды испытывает волнение, нервно-психическое напряжение и ответственность, связанные с тем, что от его езды зависит судьба пассажиров, пешеходов, а также его будущее.

Езда водителя относится к стрессовым ситуациям, т.к. она прослеживается камерами видеонаблюдения и оценивается сотрудниками ГИБДД.

Деятельность водителя требует длительного эмоционального напряжения и внимания, связанного с тем, что в условиях дефицита времени он перерабатывает информацию и принимает решение, от которого зависит жизнь людей. Особенно большой дефицит времени возникает в опасных и неожиданных сложных дорожных ситуациях.

Причинами стресса являются пробки, поломка автомобиля, ненастная погода, ДТП, а также то, что водитель не может точно предвидеть поведение других участников движения.

Психический стресс – это состояние эмоционального напряжения, отрицательно влияющее на восприятие, внимание, мышление, координацию движения, скорость реакции водителя, что может приводить к ДТП. Даже хорошо теоретически и практически подготовленный водитель не всегда может успешно завершить свой рейс, если у него недостаточно развиты психические функции и психологические черты личности. Необходима психологическая подготовка водителя, связанная с его умением сознательно управлять своими двигательными действиями, регулировать свое эмоциональное состояние во время езды.

Большой интерес представляет использование для снятия стресса у водителя, устранения панического состояния в ответственных ситуациях приемов метода «Ключ», разработанного Х.М. Алиевым, генеральным директором московского «Центра защиты от стресса» [1].

Метод «Ключ» утвержден Минздравом СССР в 1987 году, рекомендован для обучения навыкам стрессоустойчивости и снижения утомляемости у работающего человека; это Суперфизкультура для совершенствования ума и тела 5 минут в день для поддержания высокого творческого и физического тонуса в любых условиях, который позволяет освободиться быстро от накопившихся эмоций и напряжений и восстановиться как после длительного отдыха.

Исследования, проведенные под руководством Х.М. Алиева, с водителями автомобилей показали, что использование метода «Ключ» снижает у них тревожность, нормализует давление и повышает активность.

Список литературы

1. Алиев Х.М. Метод КЛЮЧ. Открой свой мир! ВКЛЮчи внутренние резервы. - СПб.: Изд-во Питер-Юг, 2011. - 179 с.