

УДК 159.9

Н. О. Герьянская

N. O. Geryanskaya

Герьянская Нина Олеговна, к. п. н., доцент кафедры психологии, Новосибирский государственный университет экономики и управления, г. Новосибирск, Россия.

Geryanskaya Nina Olegovna, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology, Pedagogy and Law of the Novosibirsk State University of Economics and Management, Novosibirsk, Russia.

МЕТОДЫ АКТИВИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ПРИ ПРОФКОНСУЛЬТИРОВАНИИ

METHODS OF ACTIVATING PROFESSIONAL SELF- DETERMINATION IN PROFESSIONAL COUNSELING

Аннотация. Настоящая статья посвящена изучению профессионального самоопределения с помощью методов активизации при профконсультировании. Актуальность исследования обусловлена тем, что существует недостаточная проработанность теории и практики профессионального самоопределения, которая не учитывает его комплексный характер. Методы активизации профессионального самоопределения способствуют формированию у человека внутренней готовности реализовывать перспективы своего развития.

Annotation. *This article is devoted to the study of professional self-determination using activation methods in professional counseling. The relevance of the study is due to the fact that there is insufficient elaboration of the theory and practice of professional self-determination, which suffers from a narrow focus and does not take into account its complex nature. Methods of activating professional self-determination play an important role in a person's professional orientation, contribute to the formation of his inner readiness to realize the prospects of his development.*

Ключевые слова: профессиональное самоопределение, методы активизации самоопределения, профконсультирование.

Keywords: professional self-determination, methods of activating self-determination, professional counseling.

Актуальность исследования обусловлена тем, что существует недостаточная проработанность теории и практики профессионального самоопределения для старших школьников и молодых людей, которые не смогли профессионально самоопределиваться. Профессиональное самоопределение представляет собой сложный, многоаспектный и постепенный процесс. Его исследование или организация может быть осуществлено в рамках содержательно-процессуальной модели, разработанной Н. С. Пряжниковым [5]. Д. А. Донцов считает, что основная задача профессионального самоопределения заключается в том, чтобы помочь человеку сформировать внутреннюю готовность к самостоятельному и осознанному планированию, корректировке и реализации перспектив своего развития (профессионального, жизненного и личностного) [2]. Результатом такого процесса является принятие решения о выборе профессии. Данный процесс может быть проанализирован с помощью схемы Е. А. Климова, которая включает в себя следующие этапы: самостоятельное формирование общего обзора профессий; самостоятельное определение возможностей и ограничений, связанных с реальностью, и их классификация по степени значимости; сбор информации о выбранной профессии с учетом альтернативных вариантов; проработка вариантов шагов по освоению профессии; мысленное проектирование структуры личного профессионального плана; принятие окончательного решения о выборе профессии [4]. Для оценки сформированности профессиональных планов часто используется анкетирование. С целью планирования дальнейшей работы с клиентами необходимо определить: выбрана ли профессия, факторы, повлиявшие на выбор, обоснованность выбора, соответствие профессии интересам и способностям клиента. По мнению Н. А. Кретовой в рамках групповой профконсультации диагностика может быть интегрирована в мероприятия по психологическому просвещению, направленные на развитие самоопределения в профессиональной сфере и формирование «образа Я». Данный формат консультации охватывает различные психологические аспекты, связанные с выбором профессии.

Для оценки интересов, склонностей и мотивов выбора профессии в групповой консультации могут быть использованы проверенные методики, такие как «Карта интересов», «Дифференциально-диагностический опросник (ДДО)» и «Опросник профессиональной готовности» (ОПГ) [3]. Развивающая групповая консультация предполагает применение методов групповой работы, включающих имитационные и карточные профориентационные игры, элементы социально-психологического тренинга, психотехнические игры и упражнения.

По мнению А. П. Чернявской имитационные игры, моделирующие профессиональную деятельность, предоставляют подросткам и юношам, имеющим ограниченный жизненный опыт, возможность симулировать социальные и профессиональные взаимодействия. Данная форма работы способствует самоанализу и осознанию отношения к избранной профессии [6]. Проведение деловых игр, имитирующих профессии сферы «человек-человек», требует от профконсультанта артистизма, импровизационных способностей и такта в общении с участниками. Завершающее обсуждение игры укрепляет контакт каждого участника с ведущим, позволяя проанализировать возникшие трудности и психологические факторы, которые способствовали или препятствовали выполнению поставленной задачи. Интеграция элементов социально-психологического тренинга, ролевых игр и упражнений в групповую консультацию повышает интерес участников к процессу профессионального выбора. Н. С. Пряжников считает, что это способствует лучшему самопознанию, выявлению личных возможностей, способностей, мотивов поведения, психологической направленности и овладению новыми формами общения [5]. В работе с небольшими группами (6-15 человек) часто применяются игровые профориентационные упражнения и микроситуации. Многие из них используют структурированную процедурную модель, предполагающую групповую работу в кругу, что внешне напоминает психотерапевтические сессии. Для эффективного проведения подобных занятий профконсультанту необходимо обладать определённым уровнем психотерапевтической компетентности, включающим: * воздержание от навязывания собственных суждений; * проявление поддержки и эмпатии к участникам; * организация конструктивного взаимодействия в группе; * создание условий для самовыражения всех участников.

Среди карточных профконсультационных методик выделяют два основных типа: Информационно-поисковые системы (ИПС): например, «Профессии», которые напоминают раскладывание пасьянса и позволяют визуализировать привлекательные профессии, и игровые карточные методики, направленные не на непосредственный выбор профессии, а на моделирование жизненного пути, в ходе которого участники, преодолевая игровые «трудности», приближаются к своим профессиональным и жизненным целям. Настольные игровые методики, благодаря своей простоте, могут использоваться как самостоятельно, так и совместно с родителями. Подобные игры, такие как «Или - Или», моделируют проблемы самоопределения в доступной форме, позволяя участникам проанализировать 80 сделанных выборов и определить реализованный ими профессиональный и жизненный стереотип.

О. Б. Даутова предлагает в практике профориентационной работы с небольшими группами (6-15 человек) широко применять игровые упражнения и микроситуации. Многие из них основаны на процедурной модели, предполагающей групповое взаимодействие участников в кругу, что визуально напоминает психотерапевтические группы [1]. Для эффективного проведения подобных занятий профконсультанту необходим базовый уровень психотерапевтической культуры. Это включает в себя: ненавязчивость (воздерживаться от навязывания собственного мнения участникам), поддержка и эмпатия (демонстрировать участникам свою поддержку и понимание), организация взаимодействия (способствовать реальному взаимодействию между членами группы), создание условий для самовыражения (обеспечить возможность каждому участнику свободно выражать свои мысли и чувства).

Основная задача активизирующих профориентационных опросников заключается не в получении объективной информации о клиенте, а в стимулировании его к размышлениям о собственных возможностях личностного и профессионального развития. В отличие от традиционных тестов, которые фокусируются на психодиагностике и выявлении объективных характеристик человека, активизирующие опросники сознательно отказываются от идеи "объективного" диагноза, основанного на психометрических принципах. Применительно к самоопределяющемуся человеку, а не к испытуемому в рамках теста, куда важнее сформировать готовность к рефлексии, к внутреннему поиску и переживанию противоречий, связанных с сопоставлением различных внутренних позиций и ориентации.

Таким образом, методы активизации профессионального самоопределения направлены на стимулирование готовности учащихся к размышлению о перспективах своего личностного и профессионального развития. В их числе – активизирующие методики, такие как профориентационные игры, опросники, игровые упражнения и карточные информационно-поисковые системы. Эти методы помогают учащимся определить свои цели, ценности и смыслы, а также развить навыки принятия решений в процессе профессионального самоопределения. Успех профориентационной работы как системы обеспечения профессионального самоопределения при выборе профессии или ее смены проявляется не сразу. Это обусловлено как индивидуальными особенностями человека, так и внешними обстоятельствами его жизни. Методы активизации профессионального самоопределения способствуют формированию у человека внутренней готовности реализовывать перспективы своего развития.

Список литературы

1. Даутова, О. Б. Самоопределение личности школьника в профильном обучении / О. Б. Даутова ; под ред. А. П. Тряпицыной. – СПб.: КАРО, 2006. – 352 с. – Текст : непосредственный.

2. Донцов, Д. А. Профессиональное психологическое консультирование: смысл и значение, принципы, формы / Д. А. Донцов, М. В. Донцова. – Текст : электронный. // Школьные технологии, 2011. – № 5. – URL : <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-psihologicheskoe-konsultirovanie-smysl-i-znachenie-printsipy-formy> (дата обращения : 08.11.2024).
3. Кретьова, Н. А. Процесс профессионального самоопределения: принципы, содержание / Н. А. Кретьова. – Текст : электронный. // Научные исследования в образовании, 2009. – № 2. – URL : <https://cyberleninka.ru/article/n/protsess-professionalnogo-samoopredeleniya-printsipy-soderzhanie> (дата обращения : 08.11.2024).
4. Пряжников, Н. С. Активные методы профессионального самоопределения: Учебное пособие. / Н. С. Пряжников. – М.: МГППИ, 2020. – 88 с. – Текст : непосредственный.
5. Пряжников, Н. С. Теория и практика профессионального самоопределения. / Н. С. Пряжников. – М.: МГППИ, 2007. – 108 с. – Текст : непосредственный.
6. Чернявская, А. П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. / А. П. Чернявская. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001. – 96 с. – Текст : непосредственный.

© Герьянская Н. О., 2025