

Тренинговые методы как способ профессионального самоопределения подростков**Рогашкова Елена Алексеевна***студентка**Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, Москва, Россия**E-mail: mirriel@yandex.ru*

Современная ситуация практической профориентации в России подразумевает создание качественно новых решений и подходов. Многие специалисты в данной области отмечают недостаток активизирующих профориентационных методик, которые стали бы прекрасным инструментом, способствующим профессиональному самоопределению подростков [Климов, 1996; Митина, 1997; Пряжников, 2002; Тюшев, 2006; и др.]. Вместе с тем, возрастает важность правильного, полноценного выбора профессии, что будет способствовать социальной адаптации и самореализации человека, желающего добиться жизненного и профессионального успеха.

На наш взгляд, частичное решение проблемы заключается в поиске адекватных методов профессионального самоопределения в других областях психологической практики. В частности, хорошим инструментом будут являться тренинговые методы, так как они обладают сильным активизирующим потенциалом; применимы для работы не с отдельным человеком, а с группой людей; оставляют простор для творчества и новых открытий.

Таким образом, *цель данного исследования* – проверить, могут ли тренинговые методы быть средством активизации профессионального самоопределения.

Гипотеза исследования: Методы групповой дискуссии и игры при недостатке профориентирующей информации повышают активность субъекта по отношению к выбору собственной профессии.

Объект исследования – профессиональное самоопределение учащихся двух 10-х классов подмосковной гимназии

Предмет исследования – особенности активизации профессионального самоопределения с помощью тренинговых методов.

Выборка: В исследовании принимали участие 63 ученика двух 10-х классов гимназии города Фрязино Московской области.

Исследование проходило в три стадии:

Анкетирование. На данном этапе контрольная и исследуемая группы заполняли специально составленную анкету для оценки уровня профессионального самоопределения.

Тренинговые занятия. Исследуемая группа прошла тренинг, состоящий из трех тренинговых занятий.

Повторное анкетирование. После прохождения тренинга, исследуемая группа еще раз заполнила анкету.

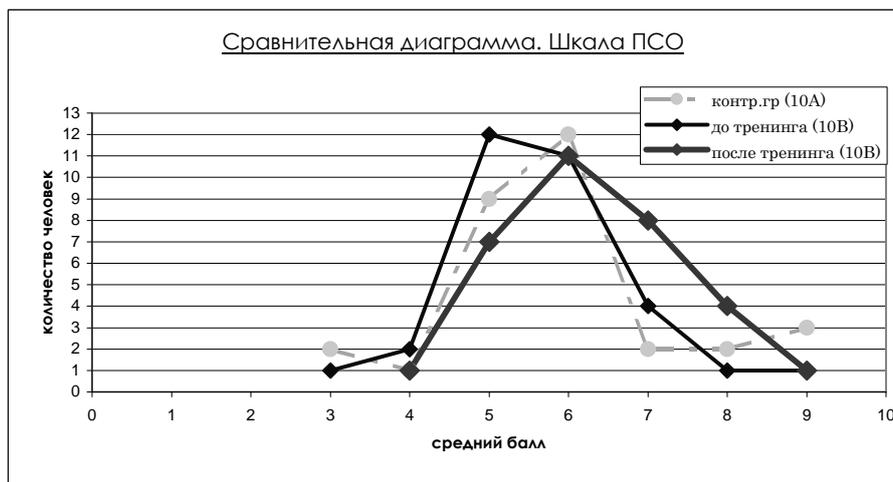
Результаты:

В рамках работы была создана и опробована анкета, позволяющая оценить уровень профессионального самоопределения и степень социализированности десятиклассников. Также была проведена разработка и апробация программы тренинга, состоящего из трех занятий, который был направлен на активизацию профессионального самоопределения.

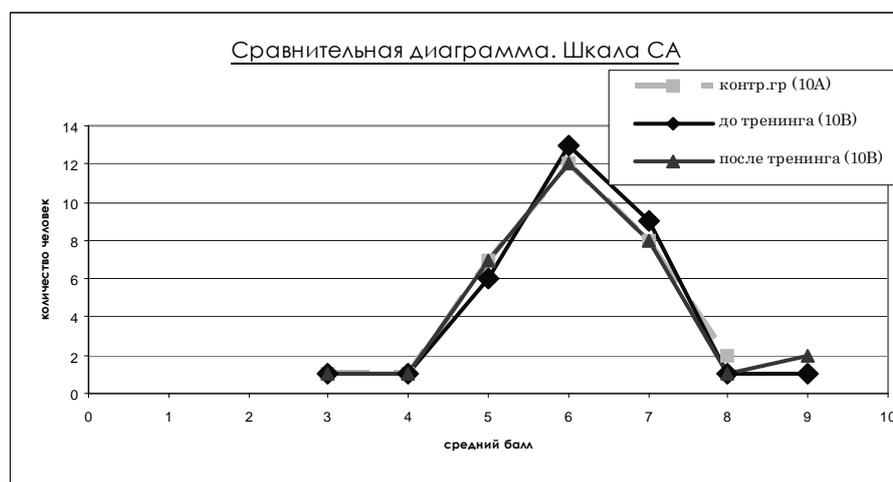
Программа тренинга создавалась с учетом воздействия на все три формы активизации: мотивационно-эмоциональную, познавательно-интеллектуальную и практико-поведенческую. Также мы включили ряд тренинговых методов – групповую дискуссию и игровые методы, что позволило повысить насыщенность и эффективность тренинга.

Что касается процесса проведения тренинга, то участники оценили второе занятие, посвященное преимущественно игровым методам, как наиболее полезное и понравившееся. Лучшие оценки самочувствия членов группы были зафиксированы после третьего занятия.

По результатам тренинга у исследуемой группы десятиклассников наблюдаются значимые повышения средних оценок по шкале анкеты «Профессиональное самоопределение» (на диаграмме – шкала ПСО). Оказалось, что эффективность программы в большей степени отразилась на таких темах, как планирование профессиональной карьеры; желание предпринимать активные действия для совершения более правильного профессионального выбора; ориентация в мире профессий.



По шкале социализированности (шкала СА) значимых сдвигов не было обнаружено. Было зафиксировано лишь незначительное повышение оценок, связанное с улучшением взаимоотношений внутри группы, а также ощущением подростками себя как более взрослых.



На наш взгляд, тренинг оказался хорошим началом профориентационной работы с десятиклассниками, так как с его помощью подростки лучше осознали важность проблемы профессионального выбора, обратили внимание на эту проблемы и заинтересовались ею, а также почувствовали потребность в дополнительной информации, которая помогла бы им совершить более зрелый и полноценный выбор будущей профессии.

Литература

1. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. Ростов н/Д, 1996.
2. Митина Л.М. Личностное и профессиональное развитие человека в новых социально-экономических условиях // Вопросы психологии. 1997, №4
3. Пряжников Н.С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения. М., 2002.
4. Шнейдер Л.Б. Профессиональная идентичность: теория, эксперимент, тренинг. Москва – Воронеж, 2004.