

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«Уральский государственный педагогический университет»

Кафедра общей психологии

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ КАК УСЛОВИЕ  
РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ЗРЕЛОСТИ  
СТАРШЕКЛАССНИКОВ**

**Направление «37.04.01 – Психология»**

Магистерская диссертация

Квалификационная работа

допущена к защите

Зав. кафедрой общей психологии

доктор психологических наук, профессор

Минюрова Светлана Алигарьевна

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017

\_\_\_\_\_

Руководитель ОПОП

кандидат психологических наук, доцент

Белоусова Наталья Сагидулловна

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017

\_\_\_\_\_

Исполнитель

Воробьева Ирина Андреевна,

Магистрант 3 курса

Магистерская программа:

«Психологическое

консультирование»

\_\_\_\_\_

Научный руководитель

Маратканова Елена Викторовна,

кандидат педагогических наук,

доцент кафедры общей

психологии

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017

\_\_\_\_\_

Екатеринбург 2017

## Содержание

<b>Введение</b>	<b>3</b>
<b>Глава I. Теоретические аспекты изучения факторов профессиональной зрелости старшеклассников</b>	<b>13</b>
1.1. Понятие профессиональной зрелости как готовности совершить выбор сферы деятельности	<b>13</b>
1.2. Психологические особенности развития старшеклассников	<b>21</b>
1.3. Понятие социально-психологического тренинга	<b>29</b>
Выводы по первой главе	
<b>Глава II. Эмпирическое исследование социально-психологического тренинга как условия развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников</b>	<b>40</b>
2.1. Анализ уровня развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников в образовательной организации на примере «Классической гимназии» №104	<b>40</b>
2.2. Разработка социально-психологического тренинга по развитию факторов профессиональной зрелости старшеклассников «Познай себя»	<b>45</b>
2.3. Результаты эмпирического исследования после проведения тренинга «Познай себя»	<b>51</b>
Выводы по второй главе	<b>57</b>
<b>Заключение</b>	<b>59</b>
<b>Список использованной литературы</b>	<b>62</b>
<b>Приложения</b>	<b>67</b>

## Введение

На сегодняшний день, когда всё меняется в разных сферах жизни из-за кризиса в социально-политическом пространстве, меняется и развитие детей. Социализация взрослого школьника становится не всегда подвластна его нормам и правилам. Традиционные нормы рушатся, а новые ещё не приняты, в таких условиях не каждый старшеклассник сможет найти себя в этой начинающей профессиональной жизни и включиться в новые общественные отношения. Сейчас, как никогда, видно расслоение общества на обеспеченных и малообеспеченных людей, в связи с этим, старшеклассники задумываются о своей профессии, но перед ними встает множество проблем. Решать эти проблемы необходимо сообща со взрослыми (педагоги, родители, специалисты).

В условиях, когда знания, но не развитие личности, стали основным содержанием образования, была создана обобщённая модель профориентации. Её основной целью предполагалось формирование способности к выбору профессии, а не готовности к профессиональному самоопределению. Внимание психологов было обращено к учащимся старших классов, которые в своём большинстве осуществляли свой профессиональный выбор на всю жизнь. До недавнего времени наше общество было чётко структурировано и отличалось стабильностью профессиональной структуры, что существенно облегчало процесс выбора профессии. Современное же общество динамично и противоречиво в своём развитии, процесс профессионального самоопределения объективно усложняется в связи с ускорением развития профессиональной структуры общества как сферы, в которой появляются новые, ранее не известные профессии, происходит взаимодействие профессий, появляются новые трудовые отношения. Поэтому, большинство сегодняшних старшеклассников могут осуществить лишь свой первичный профессиональный выбор в качественно меняющихся социально-экономических условиях. Это

обстоятельство позволяет формулировать данную тему как актуальную, требующую дальнейшей разработки.

Проблема выбора профессии и выявление индивидуальных особенностей личности, которые могли бы помочь в выборе профессионального пути, стоит перед старшеклассниками всегда, а сейчас она становится особо актуальной в связи с изменениями, происходящими в нашем обществе.

Отечественными авторами В.С. Мухиной, Д.И. Фельдштейном, указывается на прямую связь поведения старшеклассников, с их самосознанием, Э.Ф. Зеер, Е.А. Климов, А.К. Маркова, Н.С. Пряжников, D.E.Super отводят профессиональной зрелости главную роль в нормативном функционировании личности в обществе. Развитие и становление факторов профессиональной зрелости у старшеклассников вызывает особый интерес главным образом потому, что именно в период ранней юности и происходит их формирование.

Игровые методы в групповой работе предложены К. Фопелем, М. Кипнис, А.Г. Грецовым, Т.А. Бедаревой, И.В. Вачковым, М.А. Чистяковой. Однако, некоторые приемы психотерапевтического воздействия, направленные на самораскрытие, в группе учеников старших классов могут приниматься ими неоднозначно, так как в связи с особой чувствительностью к оценкам окружающих в этом возрастном периоде, старшеклассникам бывает трудно выразить свою внутреннюю позицию и отрефлексировать своё состояние.

Профессиональное самоопределение невозможно без специально организованных мероприятий в рамках профессиональной ориентации. Вопрос о социально-психологическом тренинге, как форме работы со старшеклассниками, не раз поднимался в психологических трудах российских и зарубежных ученых, но разработок тренинга и программ по развитию профессиональной зрелости мало.

**Актуальность** данного исследования продиктована новыми требованиями, установленными в федеральных государственных образовательных стандартах к образовательным организациям. В последние годы идея самоопределения личности декларируется как ведущая в российском образовании. Согласно Закону Российской Федерации «Об образовании» (статья 14 пункт 1) содержание образования является одним из факторов экономического и социального прогресса общества и должно быть ориентированно на: обеспечение самоопределения личности, создание условий для ее самореализации; развитие общества; укрепление и совершенствование правового государства.

Учитывая современные тенденции в образовании, особую значимость приобретает вопрос развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников, помогающие им определиться с направлением своего профессионального обучения. В рамках муниципальной общеобразовательной организации этот вопрос особенно актуален, так как уже в подростковом возрасте перед учащимися стоит задача выбора профильного класса, элементов профильной подготовки (например, элективных курсов), которые бы стали первым шагом в дальнейшем профессиональном обучении и способствовали максимально точному выбору профессионального обучения после окончания общеобразовательного учреждения.

Таким образом, очевидным становится потребность образовательных организаций и развивающих центров по работе со старшеклассниками в направлении профессиональной ориентации в готовых, разработанных, адаптированных тренингах и программ по развитию факторов профессиональной зрелости старшеклассников.

Это дает возможность говорить о **противоречиях**:

- на социально-управленческом уровне: между возросшими нормативными требованиями системы школьного образования к качеству проведения социально-психологических тренингов со старшеклассниками и недостаточным

уровнем подготовки специалистов (психологов, соц. работников) образовательной организации к осуществлению деятельности в новых условиях;

- на научно-методическом уровне: между необходимостью организовывать социально-психологические тренинги по развитию профессиональной ориентации и зрелости старшеклассников и малым количеством разработанных тренингов и программ в данной проблемной области.

С этими противоречиями связана основная **проблема исследования:**

В теоретическом плане это проблема определения возможностей целенаправленного развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников, способствующих профессиональному самоопределению личности в старшем школьном возрасте. В практическом плане это проблема научного обоснования и разработки социально-психологического тренинга как условия профессионального самоопределения учащихся старшего школьного возраста в учреждении среднего общего образования, как одной из эффективных форм работы.

**Цель исследования:** разработать и провести социально-психологический тренинг развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников.

Для достижения цели в работе были поставлены следующие основные **задачи:**

1. Осуществить анализ психолого-педагогической и методической литературы по проблеме готовности совершить профессиональный выбор;
2. Исследовать факторы профессиональной зрелости старшеклассников «Классической гимназии» № 104;
3. Разработать социально-психологический тренинг по развитию факторов профессиональной зрелости старшеклассников;
4. Экспериментальным путем доказать, что социально-психологический тренинг является условием развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников.

**Объект исследования** – профессиональная зрелость старшеклассника как готовность совершить выбор сферы деятельности.

**Предмет исследования** – социально-психологический тренинг как условие развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников.

**Гипотеза исследования.** Развитие факторов профессиональной зрелости старшеклассников произойдет если:

- обоснован и разработан социально-психологический тренинг для старшеклассников,
- разработаны упражнения для развития ценностно-смысловой сферы старшеклассников,
- в процессе работы на тренинге у старшеклассников произойдет осознание профессионального выбора и рефлексия.

**Теоретико-методологическая основа исследования:** по проблеме готовности совершить профессиональный выбор существует множество концепций.

**Теория Э.Гинцберга.** Профессиональный выбор, по мнению автора, длительный, продолжающийся более десяти лет процесс, включающий в себя ряд взаимосвязанных решений. Особо Э.Гинцберг отмечает необратимость этого процесса (так как более ранние решения ограничивают дальнейшие возможности, и заканчивается он компромиссом между внешним (конъюнктура, престиж) и внутренними факторами (индивидуальные особенности)).

**Теория «карьерной зрелости» Д.Сьюпера.** Эта теория профессионального развития объединяет феноменологические концепты и дифференциальную психологию и является самой популярной за рубежом. Профессиональное развитие понимается автором как длительный, целостный процесс развития личности.

**Типологическая теория Д.Холланда.** Процесс профессионального развития, по мнению автора, ограничивается, определением самим индивидом личностного типа, к которому он относится, отысканием

профессиональной сферы, соответствующей собственному типу, выбором одного из четырех квалификационных уровней этой профессиональной сферы, что определяется развитием интеллекта и самооценки.

### **Концепция профессионального становления Т.В.Кудрявцева.**

Особое значение при разработке данной стадийной концепции автор придает кризисным ситуациям. По мнению Т.В.Кудрявцева, они обусловлены рассогласованием между ожидаемым и достигаемым результатом, ломкой концепции самого себя и построением новой. Периодизация профессионального развития опирается на хронологический возраст индивида и ограничена временными рамками. Стадии:

1 Стадия - возникновение профессиональных намерений. Критерием ее оценки является социально и психологически обоснованный выбор человеком профессии.

2 Стадия – непосредственно профессиональное обучение. Целью является репродуктивное усвоение профессиональных знаний, навыков и умений. Психологический критерий оценки - профессиональное самоопределение.

3 Стадия - процесс активного вхождения в профессию. Критерием оценки этой стадии являются: а) достаточно высокие показатели профессиональной деятельности, б) определенный уровень развития профессионально важных качеств личности, в) психологический комфорт.

4 Стадия - полная реализация личности в профессии. Уровень реализации характеризуется тем, что: а) профессионал не только овладел операционной сферой на высоком уровне, но и б) использует творчество в работе; в) вырабатывает индивидуальный стиль деятельности, а также г) постоянно стремится к самосовершенствованию.

**Концепция Э.Ф.Зеера.** Периодизация профессионального развития опирается на хронологический возраст человека.

В концепции Э.Ф.Зеера в качестве основания для выделения четырех стадий профессионального развития берется социальная ситуация развития и



уровень реализации профессиональной деятельности. Им выделено, также как и Т.В.Кудрявцевым, четыре стадии. В общем, стадийность профессионального становления Э.Ф.Зеера и Т.В.Кудрявцева имеют много общего.

Для выявления особенностей юношеского периода были изучены концепции личностного развития (А.А. Реан, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, А.В. Запорожец, И.С. Кон, В.С. Мухина, Г.А. Цукерман, Д.И. Фельдштейн). Игровые методы в групповой работе со старшеклассниками предложены К. Фопелем, М. Кипнис, А.Г. Грецовым, Т.А. Бедаревой, И.В. Вачковым, М.А. Чистяковой. Проблемой разработки тренингов для старшеклассников занимались: Н.С. Пряжников, А.П. Чернявская.

**База исследования:** исследование проводилось на базе «Классической гимназии» №104, на старших школьниках 10 классов. В опросе (первичной диагностике) приняло участие 47 человек, из них экспериментальную группу составили 16 человек, контрольную группу – 16 человек.

**Методы исследования:** для решения поставленных задач в работе были использованы теоретические, эмпирические методы, а также методы количественной обработки данных:

- Теоретические методы (анализ, сравнение, систематизация психологических сведений по теме исследования).
- Эмпирические методы (первичное исследование факторов профессиональной зрелости проводилось на основе диагностической методики А.П.Чернявской «Профессиональная готовность»).
- Методы математической статистики (Т-критерий Вилкоксона - непараметрический статистический тест (критерий), используемый для проверки различий между двумя выборками парных измерений), обработка при помощи Excel 2010).

**Научная новизна исследования** заключается в том, что в результате исследования для разработки социально-психологического тренинга для старшеклассников, приняты во внимание особенности пубертатного периода,

ранней юности. Выявлены особенности тренинга - лучшее восприятие материала через упражнения и практику, ведение диалогового общения, в котором старшие школьники проводят самоанализ и учатся рефлексировать своё состояние и свои ощущения.

**Теоретическая значимость исследования:** расширена теория и практика разработки социально-психологического тренинга для старшеклассников в сфере школьного образования в рамках дополнительного образования.

**Практическая значимость исследования:** разработан социально-психологический тренинг «Познай себя», который позволяет приобрести умения, знания и навыки, необходимые при принятии решения в выборе профессии.

На защиту выносятся следующие **положения:**

1. Социально-психологический тренинг для старшеклассников – это активная, эффективная работа с учащимися, это комплекс мероприятий, включающих в себя мини-лекции в форме диалога, практические задания (отработка ситуаций), в ходе которых происходит рефлексия, осознанный выбор будущей профессии. Этот комплекс мероприятий приводит к развитию профессиональной зрелости старших подростков.

2. Условием развития факторов профессиональной зрелости является соблюдение особенностей проведения социально-психологического тренинга для старшеклассников, которыми являются:

✓ проработка внутренних качеств подростков на основе рефлексии по принятию себя и своих недостатков, а также усиление положительных качеств;

✓ развитие эмоционального отношения к себе, выбору профессии, отношению к жизни в целом;

✓ введение мини-лекций в диалоге по работе с информацией для выбора будущей профессии. Информация через практику;

✓ обязательное проведение психогимнастики, как метода снятия напряжения у старшеклассников.

3. Профессиональная зрелость старшеклассника – это осознанная социально-психологическая готовность к выбору будущей профессии, основанная на анализе собственных способностей, склонностей и возможностей, а также высокой информированности в сфере современных профессий.

**Апробация результатов исследования.** Результаты данного исследования были представлены в Материалах научно-практической конференции 29—30 мая 2017 г. «ГОСУДАРСТВО, ОБЩЕСТВО И ЦЕРКОВЬ: ОБРАЗОВАНИЕ И КУЛЬТУРА — КАК ОСНОВА ОБЕСПЕЧЕНИЯ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ РОССИИ». Конференция проведена в рамках празднования 80-летия Новосибирской области.

**Структура работы** включает в себя введение, основную часть, состоящую из 2 глав, заключение, список использованных источников и приложения.

В первой главе **«Теоретические аспекты изучения факторов профессиональной зрелости старшеклассников»** рассмотрены понятие социально-психологического тренинга, подходы и формы проведения тренинга, а также изучены особенности и условия развития личностной сферы старшеклассников. Определены виды и формы развития профессиональной зрелости старшеклассников.

Вторая глава данного исследования посвящена **«Эмпирическое исследование социально-психологического тренинга как условия развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников»**. В данной главе представлен анализ факторов профессиональной зрелости старшеклассников в образовательной организации на примере «Классической гимназии» № 104, также в данной главе представлена разработка социально-

психологического тренинга по развитию факторов профессиональной зрелости старшеклассников «Познай себя» и представлены результаты эмпирического исследования после проведения тренинга «Познай себя».

В заключении сделаны выводы по задачам исследования.

## **Глава I. Теоретические аспекты изучения факторов профессиональной зрелости старшеклассников**

### **1.1. Понятие профессиональной зрелости как готовности совершить выбор сферы деятельности**

Выбор профессии является одним из моментов, определяющих жизненный путь человека. Этому событию на жизненном пути человека посвящено большое количество исследований. Анализ научных работ отечественных и зарубежных исследователей по проблеме профессионального самоопределения выявляет многообразие трактовок этого понятия, среди которых можно выделить два основных направления: часть исследователей рассматривают его как обусловленный теми или иными факторами однократный выбор будущей профессии (А.М. Кухарчук, В.Ф. Сафин, Д.Холланд и другие), но большинство ученых определяют это явление как длительный процесс (Г.В. Акопов, Э. Гинцберг, Э.Ф. Зеер, Е.А. Климов, Т.В. Кудрявцев, Н.С. Пряжников, Д. Сьюпер, В.Ю. Шегунова, А.П. Чернявская и др.).

Анализ литературы позволил выделить следующие определения понятия профессиональной зрелости:

- С.Н. Чистякова рассматривает профессиональную зрелость «как готовность к выбору профессии и определяет ее как устойчивую целостную систему профессионально важных качеств личности (положительное отношение к избираемому виду профессиональной деятельности, наличие необходимых знаний, умений, навыков)» [51].

- Н.С. Пряжников говорит о том, что «сущностью профессионального самоопределения является самостоятельное и осознанное нахождение смыслов выбираемой или уже выполняемой работы и всей жизнедеятельности в конкретной социально-экономической ситуации, а также нахождение смысла в самом процессе самоопределения» [44].

- В работах Э.Ф. Зеера профессиональная зрелость выступает как процесс самостоятельного осознания своих профессионально-

психологических возможностей, нахождение смысла выполняемого труда [23].

- Е.А.Климовым она описана как «процесс формирования себя в качестве полноценного участника сообщества профессионалов» [27].

- По мнению Д. Сьюпера, индивидуальные профессиональные предпочтения и типы карьер можно рассматривать как попытки человека осуществлять Я-концепцию. Я-концепция представлена всеми теми утверждениями, которые личность желает сказать о себе. Все те утверждения, которые субъект может сказать относительно профессии, определяют его профессиональную Я-концепцию. Эта теория профессионального развития объединяет феноменологические концепты и дифференциальную психологию и является самой популярной за рубежом. Профессиональное развитие понимается автором как длительный, целостный процесс развития личности.

Сьюпером выделены стадии профессионального развития:

**1.Стадия пробуждения (от 0 до 14 лет).** Я-концепция развивается через идентификацию со значимым взрослым;

**2.Стадия исследования (от 15 до 24 лет).** Индивид пытается опробовать себя в различных профессиональных ролях, ориентируясь на свои реальные профессиональные возможности;

**3.Стадия консолидации (от 25 до 44 лет).** Индивид стремится обеспечить в найденном профессиональном поле устойчивую личную позицию;

**4. Стадия сохранения (от 45 до 64 года).** Профессиональное развитие индивида осуществляется в одном направлении без выхода за рамки найденного профессионального поля;

**5.Стадия спада (с 65 лет).** Здесь могут появиться новые роли, сохраниться частичное участие в профессиональной жизни в форме наблюдения за деятельностью других лиц.

Одновременно с понятием стадиальности Д.Сьюпер вводит понятие профессиональной зрелости, относящееся к личности, поведение которой соответствует задачам профессионального развития, характерным для данного возраста. В ходе исследований, проводимых с учащимися старших классов колледжа, он пришел к выводу, что основными характеристиками профессиональной зрелости являются (W.Walch, S.Osipow, 1983):

1. Заинтересованность в том, чтобы совершить выбор профессии, используя при этом все ресурсы и имеющуюся информацию

2. Стремление к получению новой информации и планированию предпочитаемого места работы. При этом информация и планирование «примериваются» человеком к самому себе.

3. Однородность профессиональных предпочтений в течение длительного времени, в одной профессиональной области.

4. «Кристаллизация черт»: зрелость интересов, независимость от других людей и обстоятельств при выборе профессии и продвижении по ней, реализм профессиональных позиций, соответствие ценностей выбираемой работы интересам человека.

5. Соответствие между предпочтениями и способностями, интересами и активностью субъекта [39].

• На основе исследования Д.Сьюпера, А.П.Чернявская выделяет пять факторов профессиональной зрелости:

1. Автономность.

2. Информированность о мире профессий и умение соотнести эту информацию со своими особенностями.

3. Умение принимать решения.

4. Умение планировать свою профессиональную жизнь.

5. Эмоциональная включенность в ситуацию решения.

**Автономность.** Термин «автономность» или «автономия» не является собственно психологическим, а относится к философским понятиям. Под

автономией понимается «способность личности как морального субъекта к самоопределению на основе собственного законодательства» (Словарь по этике, 1989, с. 9).

Характеристики автономного человека:

✓ Вычленение себя из мира окружающих людей. Понимание целостности своей личности.

✓ Стремление реализовать возможность в практических действиях.

Принять на себя ответственность за собственные действия.

✓ Накопление опыта.

✓ Умение прогнозировать профессиональный рост.

✓ Инициатива и изобретательность в реализации возможностей.

✓ Уровень реализма в принятии карьерных решений.

**Информированность** о мире профессий и умение соотнести эту информацию со своими особенностями.

Для того чтобы выбрать профессию, человек должен обладать достаточным уровнем информации на двух уровнях:

1. Информация о мире профессий в целом. В круг этой информации входит (Захаров Н.Н., 1988; Профессиональная ориентация, 1989): а) осознание подразделения мира профессий по предмету и целям труда; орудиям производства; б) знание обще трудовых и общепроизводственных понятий: культура труда; трудовая дисциплина; принципы планирования производства; структура предприятия; принципы оплаты; в) знания отдельных профессий и другое.

2. Информация об отдельных профессиях или группах профессий. В практике профконсультации обычно диагностируется:

- уровень знакомства клиента с различными профессиями;
- его знания о способах овладения предпочитаемой профессией.

**Умение принимать решения.**

Для того чтобы стать взрослым, необходимо уже в юношеском периоде учиться принимать решения. Для этого надо уметь ставить цели и



планировать задачи и взвешивать свои ресурсы. Эти качества формируются уже с детства, очень важно родителям поддерживать инициативу в деятельности ребёнка, ему будет проще найти варианты выхода из проблем.

Алгоритм принятия решений:

- ✓ Сбор возможных вариантов
- ✓ Сбор информации по каждому варианту
- ✓ Исследование шансов успешности каждого варианта
- ✓ Связь каждой альтернативы с целями и ценностями человека
- ✓ Разработка конкретного плана действий
- ✓ Формулировка плана действия для новых возможностей и нового

развития (решение не должно быть «тупиковым»)

**Умение планировать свою профессиональную жизнь.**

Насколько человек научится планировать и использовать тайм-менеджмент, настолько он сможет реализовать свой потенциал, говоря о профессиональном пути, мы говорим о пути, имеющем определенную протяженность во времени. Соответственно, человек, находясь в одной из точек этого пути, является результатом своего развития в прошлом и предполагает определенное развитие в будущем.

Схема профессионального планирования

- ✓ Главная цель (кем я буду, чего достигну).
- ✓ Цепочка более отдаленных конкретных целей (где буду учиться, дальнейшие перспективы).
- ✓ Пути и средства достижения ближайших жизненных целей .
- ✓ Возможные внешние препятствия.
- ✓ Свои возможности.
- ✓ Запасные варианты.

**Эмоциональная включенность в ситуацию решения.**

- ✓ Эмоциональное отношение к разным профессиям и профессиональным группам.

✓ Эмоциональное отношение к необходимости принять решение о выборе профессий.

✓ Эмоциональный компонент профессиональной зрелости проявляется в общем настрое человека и тесно связан с эмоциональным компонентом зрелости личности в целом, который проявляется в (М.Мусил):

- положительном эмоциональном настроении,
- жизненном оптимизме,
- эмоциональной уравновешенности,
- переносимости неудач.

На развитие факторов профессиональной зрелости может повлиять профессиональная ориентация - система мер, направленных на оказание помощи молодёжи в выборе профессии, которая включает в себя:

✓ Профессиональное просвещение - обеспечение молодёжи информацией о мире профессий, учебных заведениях, возможностях профессиональной карьеры;

✓ Профессиональное воспитание - формирование у молодёжи трудолюбия, работоспособности, профессиональной ответственности, способностей и склонностей;

✓ Профессиональное консультирование по вопросам выбора профессии, трудоустройства, возможностей получения профессиональной подготовки;

✓ Профессиональное развитие личности и поддержку профессиональной карьеры, включая смену профессии и профессиональную переподготовку.

Профессионально важные человеческие качества надо не только выявлять, но во многом и заложить в человека средствами воспитания, образования, организации его деятельности. Да, это предполагает активность не только педагога, психолога, но и самого подрастающего человека.

**Особенности профессионального выбора старшеклассников.** Ранний юношеский возраст — период подготовки к выбору будущей профессии и

осуществления профессионального выбора, перехода к профессиональному обучению.

В течение профессионального самоопределения меняется учебная мотивация - появляется сознательное отношение к обучению, формируется более ответственный подход к успеваемости. Старшеклассники начинают рассматривать учебу как необходимую базу, предпосылку будущей профессиональной деятельности. Их интересуют, главным образом, те предметы, которые им будут нужны в дальнейшем.

Для определения дальнейшего жизненного пути, необходимо как минимум разобраться в собственных способностях и склонностях, познать свой внутренний мир. К сожалению, далеко не все старшеклассники могут понять, кто они, куда и зачем идут, определить круг своих интересов и предпочтений, осознать свои внутренние таланты, возможности, данные природой ресурсы, а самая главная проблема юношеского возраста – это отсутствие веры в себя и в свои силы.

Большинство юношей к концу среднего образования не готовы выбрать профессию и связанный с нею дальнейший путь обучения. В 9 классе перед старшеклассниками стоит еще один сложный и ответственный выбор, который, возможно, кардинально повлияет на всю дальнейшую жизнь – продолжить обучение в школе или пойти учиться в колледж, училище или техникум. Все перечисленные выше вопросы и проблемы выбора приводят старших школьников к состоянию стресса, тревожности, нерешительности и боязни сделать неправильный выбор.

По мнению Е.А. Климова существует 8 основных факторов, определяющих профессиональный выбор.

1) Позиция старших членов семьи.

Отношение родителей к выбору профессии их ребенка неоднозначно. Одни дают полную свободу в выборе дальнейшего жизненного пути, отдавая в руки молодым людям полную ответственность за сделанный выбор, при этом развивая самостоятельность и взрослость своего чада, другие загоняют

в жесткие рамки, предоставляя выбор среди тех специальностей, которые были предварительно одобрены ими, не давая при этом подростку ни малейшей возможности принять решения самому. Третьи пытаются навязать «нужные» специальности, аргументируя это спросом на данный вид деятельности, хотя на самом деле действительная цель взрослого – компенсировать свои потребности через жизненный путь ребенка. Во всех случаях совершается ошибка выбора профессии так как для успешного выбора профессии необходимо соединить все точки зрения (родитель и ребенок).

2) Позиция товарищей, подруг (сверстников).

Дружеские отношения старшеклассников уже очень крепки и влияние их на выбор профессии не исключено, так как внимание своего профессионального будущего сверстников также возрастает. К сожалению, очень часто выбор дальнейшего жизненного пути происходит из-за ведомой позиции подростка, они идут туда, куда идут их сверстники.

2) Позиция учителей, школьных педагогов, классного руководителя.

Позиция учителя заключается в том, что на своих уроках он пытается развить потенциальные возможности старшеклассника, тем самым выявляя способности к своему предмету для дальнейшего выбора учебного заведения.

3) Личные профессиональные планы.

В личный профессиональный план старшеклассника входит построение своего дальнейшего профессионального пути, а именно куда он пойдет – в техникум, институт или армию.

4) Способности.

Важно, обучаясь в школе, раскрыть личностный потенциал учащегося так как это влияет на его интерес, склонность к выбору профильного обучения и профессию в будущем.

б) Уровень притязаний на общественное признание.

7) Информированность – своевременная, неискаженная информация – важный фактор выбора профессии.

8) Склонности проявляются и формируются в деятельности.

Таким образом, процесс самоопределения сложный период для любого человека в любом возрасте. На его результат влияют множество факторов, от влияния родителей до своего решения и ошибок. Если этот процесс происходит адекватно профессионально важной проблеме — тогда происходит развитие личности, а может быть и неадекватным — тогда оно порождает внутренний конфликт, активизируя защитные механизмы вместо процессов развития.

## **1.2. Психологические особенности развития старшеклассников**

Период ранней юности – это возрастной период от 15 до 18 лет, рассматриваемый как переход от младшего подросткового возраста к юности (взрослости). Понятие старшего школьного возраста как самостоятельного психологического периода возникло в конце XIX в. в связи с изменением социального статуса детей этого возраста из-за увеличивающегося по длительности разрыва между достижением физической и социальной зрелости.

Период ранней юности – время перехода к настоящей взрослости. В этот возрастной промежуток в структуре личности происходит ряд новообразований в различных сферах – мировоззренческой, поведенческой, нравственной, ценностной, деятельностной, сфере сознания, а также в системе взаимоотношений с окружающим миром. Данный этап характеризуется формированием организма в процессе полового созревания, что оказывает заметное влияние на психофизиологические особенности подростка. Основу формирования новых психологических и личностных качеств составляет общение в ходе различных видов деятельности – учебной, производственной, творческой и т. д.

**Социальная сфера.** Изменения в социальной сфере связаны с активным стремлением юношей приобщиться к миру взрослых, с ориентацией поведения на нормы и ценности этого мира. Характерными новообразованиями являются «чувство взрослости», развитие самосознания

и самооценки, интереса к себе как к личности, к своим возможностям и способностям.

Социальное положение старшеклассников характеризуется неоднородностью, - одной стороны, продолжают волновать вопросы, связанные с подростковым этапом, - возрастная специфика, право на автономию от старших, сегодняшние проблемы взаимоотношений, отметок, различных мероприятий и т. п. С другой стороны, перед ними остро стоят задачи жизненного самоопределения. Такое сочетание внешних и внутренних факторов развития определяют и особенности развития личности в старшем школьном возрасте.

Именно на основе новой социальной ситуации развития происходит коренное изменение в содержании и соотношении основных мотивационных тенденций личности старшеклассника, определяющее изменение и других его психологических особенностей. Таким образом, юношеский возраст выступает как своеобразная черта между детством и взрослостью.

**Профессиональное и личностное самоопределение.** Период ранней юности является ответственным и важным вступлением в самостоятельную взрослую жизнь. Для него приобретают особую актуальность фундаментальные задачи социального и личностного самоопределения, а именно определения себя и своего места во взрослом мире. Юношу и девушку начинают волновать многие серьезные вопросы: как найти свое место в жизни, выбрать дело в соответствии со своими возможностями и способностями, в чем смысл жизни, как стать настоящим человеком и многое другое.

Профессиональное и личностное самоопределение становится центральным новообразованием ранней юности. Это новая внутренняя позиция включает осознание себя как члена общества, принятие своего места в нем.

В течение профессионального самоопределения меняется учебная мотивация - появляется сознательное отношение к обучению, формируется

более ответственный подход к успеваемости. Старшеклассники начинают рассматривать учебу как необходимую базу, предпосылку будущей профессиональной деятельности. Их интересуют, главным образом, те предметы, которые им будут нужны в дальнейшем.

Для определения дальнейшего жизненного пути, необходимо как минимум разобраться в собственных способностях и склонностях, познать свой внутренний мир. К сожалению, далеко не все старшеклассники могут понять, кто они, куда и зачем идут, определить круг своих интересов и предпочтений, осознать свои внутренние таланты, возможности, данные природой ресурсы, а самая главная проблема юношеского возраста – это отсутствие веры в себя и в свои силы.

Большинство юношей к концу среднего образования не готовы выбрать профессию и связанный с нею дальнейший путь обучения. В 9 классе перед старшеклассниками стоит еще один сложный и ответственный выбор, который, возможно, кардинально повлияет на всю дальнейшую жизнь – продолжить обучение в школе или пойти учиться в колледж, училище или техникум. Все перечисленные выше вопросы и проблемы выбора приводят старших школьников к состоянию стресса, тревожности, нерешительности и боязни сделать неправильный выбор.

Профессиональное самоопределение – центральный вопрос в раннем юношеском возрасте, но в этот период формируется не самоопределение, а психологическая готовность к нему. К психологической готовности к самоопределению относится – самосознание, а именно осознание своих качеств и оценка их, представление о своем реальном и желаемом Я, определение личных притязаний, формирование ответственности за принятые решения.

В настоящее время, важными факторами для учеников старших классов при выборе профессии являются – материальный – высокий заработок, престижность профессии, возможный карьерный рост, востребованность на рынке труда. К сожалению, также при выборе профессиональной

деятельности учитывается сложность обучения (предпочтительными являются специальности и минимальным сроком обучения), необходимые баллы при поступлении в высшее учебное заведение (чем ниже балл, тем востребованнее специальность), стоимость обучения, а также отношение родителей к выбранной профессии.

**Изменения самооценки.** Построение жизненных планов требуют уверенности в себе, в своих силах и возможностях. Юношеский возраст связан с изменением самооценки личности.

По американским данным, подростки 12-13 лет значительно чаще, чем дети, думают, что взрослые и сверстники оценивают их отрицательно, их самоуважение несколько снижается. После 15 лет самоуважение снова возрастает, не только компенсируя «потери» подросткового периода, но и превосходя уровень самоуважения младших школьников.

Период ранней юности очень важен в развитии Я-концепции старшего школьника, в формировании у него самооценки как основного регулятора поведения и деятельности, оказывающей непосредственное влияние на процесс дальнейшего самопознания, самовоспитания и в целом развития личности. В самооценке старшеклассника происходят следующие преобразования:

1. В связи с увеличением критичности к себе, самооценка старшего школьника становится более адекватной: он способен констатировать как свои положительные, так и отрицательные качества.

2. В самооценке становятся более выражены моральные качества, способности и воля.

3. Происходит дальнейшая эмансипация самооценки от внешних оценок, но оценка значимых других оказывает огромное влияние на характер самооценки старшеклассника.

4. Влияние родителей на самооценку снижается и повышается влияние сверстников как референтной группы.

5. Самооценка оказывает влияние на успешность деятельности и



социально-психологический статус старшеклассника в коллективе, регулирует процесс общения.

6. Неадекватная самооценка детерминирует делинквентное поведение старшеклассника.

7. Личностная самооценка подростка значимо коррелирует с его самооценкой невротического состояния.

Несмотря на некоторые колебания в уровнях самооценки и тревожности и разнообразие вариантов личностного развития, можно говорить об общей стабилизации личности в этот период.

**Эмоциональная сфера.** Происходят изменения и в эмоциональной сфере. Переживания старшего школьника становятся более глубокими, проявляются более стойкие чувства, эмоциональное отношение к ряду явлений жизни делается длительнее и устойчивее, значительно более широкий круг социальных явлений становится безразличным и порождает у него различные эмоции.

Интенсивно развивается саморегуляция, контроль за своим поведением и эмоциями. Улучшается общее физическое и эмоциональное самочувствие детей, снижается тревожность, повышаются их контактность и общительность. Настроение в ранней юности становится более устойчивым и осознанным. Дети старшего школьного возраста, независимо от темперамента, выглядят более сдержанными, уравновешенными, чем младшие подростки. Все это говорит о том, что кризис подросткового возраста или миновал, или идет на убыль.

В юношеском возрасте у молодых людей активно формируется самосознание, вырабатывается собственная независимая система эталонов самооценки и отношения к самому себе, все более развиваются способности проникновения в свой внутренний мир.

В этом возрасте старшеклассник начинает осознавать свою особенность и уникальность, в его сознании происходит постепенная переориентация с внешних оценок (преимущественно родительских) на внутренние. Таким

образом, постепенно у старшего школьника формируется свой образ «Я», который способствует дальнейшему, осознанному или неосознанному, построению поведения молодого человека.

**Познавательные процессы.** В подростковом и юношеском возрасте происходит дальнейшее развитие психических познавательных процессов и формирование личности.

Наиболее существенные изменения в структуре психических познавательных процессов у лиц, достигших юношеского возраста, наблюдаются в интеллектуальной сфере.

В этот период происходит формирование навыков логического мышления, а затем и теоретического мышления, развивается логическая память. Следует отметить, что в старших классах школы развитие познавательных процессов детей достигает такого уровня, что они оказываются практически готовыми к выполнению всех видов умственной работы взрослого человека. Познавательные процессы делаются более совершенными и гибкими, причем развитие средств познания очень часто опережает собственно личностное развитие.

**Межличностные коммуникации.** Межличностное общение в юности занимает еще больше времени, чем в подростковом периоде, причем большая часть времени приходится на общение со сверстниками.

Психологи определили, что взаимоотношения со сверстниками в этом возрасте связаны с будущим психологическим благополучием человека. Среди подростков и молодых людей, которые в школьные годы были в разладе со своими сверстниками, наблюдается более высокий процент людей с тяжелым характером, замкнутых в себе, неумеющих построить нормальные межличностные коммуникации. Разлад взаимоотношений со сверстниками нередко приводит к различным формам эмоциональной и социальной изоляции. Для старшеклассников отношения со сверстниками становятся также определением внутренних ценностей. Сама дружба и служение ей становятся одной из значимых ценностей в этом возрасте. Именно через

взаимоотношения с друзьями молодые люди усваивают такие черты взаимодействия людей, как поддержка, любовь, сотрудничество, взаимопомощь, взаимовыручка и другое. При этом именно в юности человек начинает постигать, как глубоко (а иногда и непоправимо для дружбы) ранит измена, выражающаяся в разглашении доверительных откровений или в обращении этих откровений против самого друга в ситуации конфликтов, выяснении отношений, ссор.

**Нравственная позиция.** На период ранней юности приходится становление нравственного самосознания. Если для детей младшего школьного возраста источником постановки и решения нравственных проблем являются, то старшеклассник больше ориентируется на собственные взгляды, убеждения, которые формируются на основе формирующихся ценностей, приобретенных знаний и установок.

Самоопределение, стабилизация личности в ранней юности связаны с выработкой собственного мировоззрения. Кризис юности обогащает старших школьников знаниями и чувствами таких глубин, о которых он даже не подозревал в детстве. Старшеклассник через собственные душевные познания обогащает знания о самом себе, добавляет компоненты эмоциональной сферы, он проходит трудную школу идентификации с самим собой и с другими, впервые овладевая опытом целенаправленного обособления. По Э.Эриксону стадия идентификации крайне важна для дальнейшего самоопределения и развития старшего школьника. Следует иметь в виду, что мировоззренческие проблемы не решаются один раз и навсегда. Последующие кризисы, повороты жизни приведут к пересмотру юношеских позиций. Взрослый человек будет возвращаться к этим «вечным» вопросам, отказываясь от своих прежних решений или утверждаясь в своем мнении, но уже на другом, более высоком уровне.

Таким образом, анализируя научные источники по возрастной психологии, можно сделать вывод, что старшеклассники относятся к периоду старшего школьного возраста или к периоду ранней юности. Особенности

этого периода являются значительные изменения во всех сферах личности старшеклассника, а именно видны изменения в физиологии и психологии личности. Период ранней юности характеризуется большими противоречиями, внутренней несогласованностью и изменчивостью многих социальных установок. К концу юношеского возраста завершается формирование сложной системы социальных установок, причем оно касается всех компонентов установок: когнитивного, эмоционального и поведенческого. Центральным вопросом в ранней юности встаёт вопрос о выборе будущей профессии, формируются как личностное, так и профессиональное самоопределение, а также психологическая готовность к нему.

Анализируя работы Л.С. Выготского, Л.И. Божович, В.А. Лейтес и др., И.В. Дубровина выделила следующие особенности психического развития в старшем школьном возрасте [34, с.464]:

– «у старшеклассников мыслительная деятельность характеризуется все более высоким уровнем обобщения и абстрагирования, увеличивающейся тенденцией к причинному объяснению явлений, умением аргументировать и доказывать положения, делать обоснованные выводы, связывать изучаемые явления и факты в систему». Это способствует тому, что старшеклассник может прогнозировать и планировать свое дальнейшее будущее: ставить конкретные цели не только на ближайшее, но и на отдаленное будущее, планировать пути достижения этих целей, выделять необходимые средства достижения целей;

– «у учащихся старших классов развивается умение пользоваться разнообразными приемами логического запоминания. Существенные изменения наблюдаются в стиле их умственной деятельности, которая приобретает все более активный самостоятельный и творческий характер». Самостоятельный характер мышления – условие для самоопределения, так как самоопределение – это внутреннее, личное, самостоятельное определение, основанное на собственных ценностях;

– «у старшеклассников по сравнению с подростками интерес к школе и к учению заметно повышается. Учение приобретает непосредственный жизненный смысл, так как школьники отчетливо сознают, что необходимым условием достойного участия в будущей трудовой жизни являются приобретенные знания, умения и навыки. Поэтому потребность в самостоятельном приобретении знаний – одна из характерных черт современного старшеклассника». Потребность в самостоятельном приобретении знаний говорит о том, что старшеклассник относится к настоящему с позиций будущего;

– «развиваются читательские интересы, тесно связанные с направленностью познавательных интересов, которые, в свою очередь, становятся широкими, устойчивыми и действенными. Избирательность интересов у старшеклассников, как правило, связана с жизненными планами» Избирательность интересов и ее связь с жизненными планами говорит о целеустремленности;

– «самосознание в этом возрасте приобретает качественно-специфический характер, определяемый необходимостью оценить особенности своей личности с учетом конкретных жизненных устремлений. Происходит стабилизация самооценки, рост произвольности психических процессов, совершенствование механизмов саморегуляции. На этой основе развивается потребность в самовоспитании, направленном уже не только на преодоление тех или иных недостатков и приобретение отдельных положительных черт и свойств, но и на формирование личности в целом».

### **1.3. Понятие социально-психологического тренинга**

Социально-психологический тренинг – понятие на сегодняшний день уже не новое, многие (психологи, социологи, менеджеры по персоналу и др.) пользуются этой активной формой развития личности в разных областях. В 1970-е гг. в ГДР под руководством М. Форверга был разработан метод, названный им социально-психологическим тренингом. С таким названием тренинг появился и у нас в стране.

Все тренинги начинались с упражнений в сфере общения, так появился тренинг общения, который стал базовым для других видов тренинга. Когда были разработаны другие программы (тренинг уверенности в себе, тренинг переговоров, тренинг продаж, тренинг формирования команды, тренинг бесконфликтного поведения и другие), в основу этих программ лег социально-психологический тренинг. Поэтому название СПТ часто используется и для обозначения других тренинговых программ, построенных на принципах СПТ.

Тренинг (от англ. train, training) - имеет ряд значений: воспитание, обучение, подготовка, тренировка, даже дрессировка; social psychological).

Если обратиться к «Большому толковому психологическому словарю», составленному Артуром Ребером, можно увидеть такое определение тренинга: «Тренинг вообще — любая учебная программа или набор процедур, разработанных для того, чтобы в результате их осуществления был получен конечный продукт в виде организма, способного на некоторую определенную реакцию (реакции) или участие в некоторой сложной, требующей умений деятельности». Это очень широкое определение, которое охватывает любое обучение, в том числе и не только человека. Главная мысль этого определения заключается в том, что тренинг — это тренировка, наработка навыков и умений.

Другое определение тренинга дал Ю. Н. Емельянов: «Тренинг — это группа методов развития способностей к обучению и овладению любым сложным видом деятельности, в частности общением» (1985, с. 89).

И. В. Вачков предлагает такое рабочее определение тренинга: «Совокупность активных методов практической психологии, которые используются с целью формирования навыков самопознания и саморазвития»[15].

В «Психологическом словаре» (1990) социально-психологический тренинг (далее СПТ) определяется как «область практической психологии, ориентированная на использование активных методов групповой

психологической работы с целью развития компетентности в общении». Это определение еще больше сужает область понятия тренинга, сводя его к тренингу общения. Очень часто название «социально-психологический тренинг» используется как синоним тренинга общения, тренинга делового общения, тренинга партнерского общения.

В отечественной литературе авторы, освещающие теоретические и практические проблемы социально психологического тренинга, используют этот термин очень широко и обозначают им, по сути, целую отрасль прикладной социальной психологии. Рассматривая социально психологический тренинг как «психологическое воздействие на уровне группы в рамках оказания помощи психически здоровым людям» (Петровская Л. А., 1982), они относят к нему тренинг сенситивности, группы личностного роста и др.

Если обратиться к самому понятию «социально-психологический тренинг», то можно проанализировать его структуру, которая включает в себя социальную и психологическую область. Социальная сторона тренинга предполагает, что он проводится в социуме разных возрастных категорий людей, а психологическая сторона предполагает, что тренером должен быть обязательно психолог, который имеет психологическое образование и умеет работать с людьми, т.к. большинство механизмов тренинга взяты из психологии и её направлений.

По словам В.Г. Пузикова «Тренером может быть только психолог, хотя в последнее время значительная часть тренеров не имеют психологического образования и не стремятся получить его. Я как психолог придерживаюсь мнения, что тренеру необходимо иметь психологическое образование, непонимание основ психологии часто приводит к ошибкам» [45]. Далее он пишет, что ошибки тренера являются основной причиной неэффективности тренинга, хотя сам по себе тренинг — самая эффективная технология по обучению конкретным навыкам и умениям. Ошибки тренера могут превратить тренинг в совершенно бесполезную трату времени и денег.

Общая цель социально психологического тренинга — повышение компетентности в сфере общения — конкретизируется различными решаемыми в его процессе задачами. В зависимости от приоритета задач, на которые направлен социально психологический тренинг, он может приобретать различные формы. Все многообразие этих форм многие авторы условно разделяют на 2 больших класса: 1) ориентированные на приобретение и развитие специальных навыков, необходимых отработать умение вести деловую беседу, разрешать межличностные конфликты и др.;

2) нацеленные на углубление опыта анализа ситуаций общения, необходимых для коррекции, формирование и развитие установок, необходимых для успешного общения, развитие способности адекватно воспринимать себя и других людей, анализировать ситуации группового взаимодействия.

Таким образом, проанализировав разные научные источники, можно определить, что социально-психологический тренинг — один из методов активного обучения и взаимодействия, общения людей на основе знаний психологии, которое осуществляется в процессе интенсивного группового взаимодействия и направленного на повышение компетентности в сфере общения. При таком открытом и целенаправленном процессе необходим принцип активности каждого обучаемого, а также принцип обратной связи, который даёт мощный толчок для рефлексии над собственным поведением и поведением других участников групп. Для такой рефлексии и саморефлексии в группе необходимо создавать максимально благоприятные условия.

Ряд исследователей и специалистов, таких как И.В. Вачков, О.Н. Истратова, Е.В. Сидоренко, В.Г. Пузиков, в своих работах выделяют 5 основных этапов развития группы СПТ:

1. Вступление, где описывается основная цель встречи, создание установок на участие, обговариваются принципы тренинга, правила общения, свои ожидания от тренинга.



2. Игровое общение, на этом этапе создаётся атмосфера психологической безопасности, снимается напряжение, устанавливается контакт со всеми участниками тренинга.

3. Конфронтация. Этот период необходим для внутренней перестройки участников и научении выразить негативные состояния и не бояться высказывать свою точку зрения.

4. Период личного общения необходим для помощи в создании «открытого» общения участников тренинга.

5. Клуб общения (творческое общение) за пределами тренинга; цель — закрепление отношений между участниками тренинга, планирование и осуществление их дальнейшего самостоятельного развития.

Каждое занятие социально-психологического тренинга включает четыре этапа:

1. Создание единого психологического пространства, а также обратной связи (отдельный участник, вся группа и наоборот).

2. Проведение дискуссий, игры или интервьюирования для создания ситуаций, необходимых для развития рефлексии.

3. Решение конкретных задач, овладение знаниями, навыками, умениями, а также достижение иных развивающих или коррекционных целей.

4. Релаксационные восстановительные упражнения для снятия психологической напряженности и подведение итогов занятия.

Каждый этап, в свою очередь, предполагает соответствующие фазы:

- определение целей, темы дискуссии, характера проблемы, ориентацию на них участников занятий;

- круговая дискуссия по обсуждаемой проблеме, сбор информации, суждений, мнений, новых идей, предложений от всех ее участников;

- упорядочение информации и ее обсуждение;

- обоснование альтернатив и совместная их оценка;

- подведение итогов дискуссии, совместные выводы;

- сопоставление целей занятий с полученным результатом;
- снятие психологической нагрузки, подведение итогов занятия.

По словам И.В. Вачкова, тренинг – это способ организации движения (активности) участников в пространстве и времени тренинга с целью достижения изменений в их жизни и в них самих. Содержание, методы, принципы и особенности ведения тренинга даются через призму психологии субъектности как одного из наиболее перспективных современных научных направлений [15].

Основная цель тренера – выстроить с участниками тренинга качественно иной, субъектно-субъектный способ взаимодействия:

- работа с самыми фундаментальными, сущностными характеристиками участников (глубина происходящих изменений);
- участник приобретает «не рыбу, а удочку»: не способность выполнять какую-то конкретную деятельность, а качественно иной способ существования в мире, который уже будет реализовываться во всех осуществляемых видах деятельности;
- динамика достигнутых на тренинге результатов носит характер не регрессии (забывание знаний, распадение паттернов поведения и т.д.), а наоборот – прогрессии.

Тренинг в парадигме субъектности как многолетнее растение: приносит плоды не сразу, зато живёт долго и всё время набирает силы.

Задачи психологического тренинга:

1. Задача мотивирования и формирования позитивных отношений к новой деятельности;
2. Задача формирования системы представлений участника тренинга;
3. Задача формирования умений (технологических, стратегических, диспозиционных).

Планируемый результат для участников:

- получить представление о сущности эффективного общения, разнообразных стратегиях и технологиях в общении;

- сформировать к разнообразным стратегиям и технологиям общения личностное отношение, т.е. выбрать те, которые больше подходят именно ему.

- отобрать конкретные *техники*, которые необходимы для общения в разнообразных обстоятельствах, опробовать различные *стратегии* поведения и самое главное – *прожить* самые разные ситуации общения с другими участниками в «живой ткани» тренинга (для приобретения диспозиционных умений).

Основные концептуальные направления в психологическом тренинге:

- Психодинамический подход;
- Поведенческий подход;
- Гуманистический подход.

Для работы в тренинге, с группой обговариваются принципы и правила, которые предлагают сами участники и выполняют на протяжении всей встречи.

Принципами тренинга являются:

- активность (каждый участник должен быть настроен на работу и быть активным в упражнениях);
- исследовательская позиция участника (исследую себя, чтобы познать другого);
- творческая позиция участника (предлагать разные варианты выхода из ситуации, переключаться со сложных заданий творческими подходами);
- субъект-субъектные отношения участников (общение на равных, не выходим на личность, нет унижения друг друга).

Из этих принципов можно вывести правила группы.

Правила тренинговой работы делятся на организационные и содержательные. Организационные правила:

- **«Правило пунктуальности»** - придерживаемся принципа «начинаем вовремя», чтобы время не было потрачено попусту, на ожидание опоздавших.

- **Правило работы «от и до»** - предполагает осознанное желание работать максимально эффективно и в логике от начала и до конца во всех упражнениях и на всех занятиях, по возможности без пропуска тренинговых сессий.

- **Правило обращение** – предлагается обращаться друг к другу по имени и на «ты».

Содержательные правила:

- **Правило «Здесь-и-сейчас»** - согласно ему, предметом анализа должны выступать происходящие в группе процессы, переживаемые чувства и проявляющие мысли в данный конкретный момент.

- **Правило искренности и открытости** предполагает доверительного общения между участниками и искренность в обратной связи.

- **Правило «Принцип «Я»»** - все высказывание строятся с использованием «я» - личного местоимения единственного числа, т.е все высказывания, мысли и чувства говорим от своего лица единственного числа. Пример: «Я считаю...», «Я думаю...», «Я чувствую...».

- **Правило активности** – предполагает активное участие всех в происходящем на тренинге, включая проработку темы внутри себя как следствие активной внутренней позиции.

- **Правило «Слушать и слышать»** - говорить о том, что все происходит не ради процесса, а ради результата, соответственно слушать и слышать - это право и обязанность каждого участника.

- **Правило конфиденциальности** предполагает, что все, о чем говорится в группе относительно конкретных участников должно остаться внутри группы – естественное этическое требование.

Тренинги – это очень интенсивное обучение. Некоторые длинные тренинги разбиваются на части, на каждую из которых отводится по два-четыре дня. Продолжительность одного учебного дня, как правило, 8-10 часов. Оптимальное количество участников группы, по мнению экспертов,

составляет 10-12 человек. Это позволяет, с одной стороны, каждому продемонстрировать выполнение задания инструктору, а с другой стороны, обменяться опытом, поучиться друг у друга. Обычно тренинги проходят в просторных, специально оснащенных аудиториях компаний-организаторов. На территории заказчика их проводят в подготовленных для этого помещениях – в актовом зале или комнате переговоров. Иногда, если содержание тренинга требует от его участников полностью отключиться от своей обычной работы, им предлагается провести занятия в загородном доме или на свежем воздухе.

Перед началом занятий тренер определяет представления, цели и ожидания участников от предстоящего тренинга. Он должен учитывать все эти факторы при проведении занятий и, если нужно, скорректировать программу курса. Затем тренер дает упражнения на «разогрев», которые должны помочь участникам тренинга отвлечься от повседневных забот, настроиться на занятия и активно включиться в работу.

Таким образом, тренинг на сегодняшний день – самая эффективная форма работы с людьми по развитию, прежде всего, – коммуникативных навыков. Тренинг общения является основой для разработки многих тем тренинга. Тренинг имеет свою структуру, принципы и правила работы участников тренинговой группы. В тренинге начинают работать с подросткового возраста, когда у ребят появляется основное новообразование пубертатного периода – рефлексия, они могут давать обратную связь и дискутировать, отстаивая свою точку зрения.

Особенностями социально-психологического тренинга для старшеклассников являются:

- ✓ проработка внутренних качеств подростков на основе рефлексии по принятию себя и своих недостатков, а также усиление положительных качеств;

- ✓ развитие эмоционального отношения к себе, выбору профессии, отношению к жизни в целом;

- ✓ введение мини-лекций в диалоге по работе с информацией для выбора будущей профессии. Информация через практику;
- ✓ обязательное проведение психогимнастики, как метод снятия напряжения у старшеклассников.

### **Выводы по первой главе**

В результате анализа научных источников по вопросу профессиональной зрелости старшеклассников как готовности совершить выбор сферы деятельности, выявлено, что понятие «профессиональная зрелость» объединяет в себя поиск информации о рабочих местах, самостоятельное исследование профессий, осознанность профессионального пути, планирование карьеры, самостоятельное принятие решения о профессиональном пути, самосознание, активность в исследовании, также выявлено, что это профессиональный выбор - это осознание человеком уровня развития своих профессиональных способностей, структуры профессиональных мотивов знаний и навыков; осознание соответствия их тем требованиям, которые деятельность предъявляет к человеку; переживание этого соответствия как чувства удовлетворённости выбранной профессией. Профессиональный выбор – процесс принятия личностью решения о выборе будущей трудовой деятельности – кем стать, к какой социальной группе принадлежать, и с кем работать. На его результат влияют множество факторов, от влияния родителей до своего решения и ошибок. Если этот процесс происходит адекватно профессионально важной проблеме — тогда происходит развитие личности, а может быть и неадекватным — тогда оно порождает внутренний конфликт, активизируя защитные механизмы вместо процессов развития.

Особенностями для девушек и юношей является учебно-профессиональное самоопределение — осознанный выбор путей профессионального образования и профессиональной подготовки. Старшеклассники относятся к периоду старшего школьного возраста или к периоду ранней юности. Особенности этого периода являются

значительные изменения во всех сферах личности старшеклассника, а именно видны изменения в физиологии и психологии личности. Период ранней юности характеризуется большими противоречиями, внутренней несогласованностью и изменчивостью многих социальных установок. К концу юношеского возраста завершается формирование сложной системы социальных установок, причем оно касается всех компонентов установок: когнитивного, эмоционального и поведенческого. Центральным вопросом в ранней юности встаёт вопрос о выборе будущей профессии, формируются как личностное, так и профессиональное самоопределение, а также психологическая готовность к нему.

Изучая понятие тренинга и подходы к этому понятию, можно сделать вывод, что, тренинг на сегодняшний день – самая эффективная форма работы с людьми. Тренинг имеет свою структуру, принципы и правила работы участников тренинговой группы.

## **Глава II. Эмпирическое исследование социально-психологического тренинга как условия развития факторов профессиональной зрелости старшекласников**

### **2.1. Анализ уровня развития факторов профессиональной зрелости старшекласников в образовательной организации на примере «Классической гимназии» №104**

На основе исследования литературы и других эмпирических результатов, Чернявская А.П. выделила пять основных параметров профессиональной зрелости:

1. Автономность
2. Информированность
3. Принятие решения
4. Планирование
5. Эмоциональная включенность в ситуацию решения

Анализ практики общеобразовательных учреждений показывает, что старшекласники испытывают значительные затруднения при выборе будущей профессии вследствие незнания технологий профессионального самоопределения, неумения проектировать свой жизненный и профессиональный путь в современных рыночных условиях. Выбираемые выпускниками профессии не в полной мере соответствуют, с одной стороны, потребностям рынка труда, а с другой, личностным качествам самих учащихся.

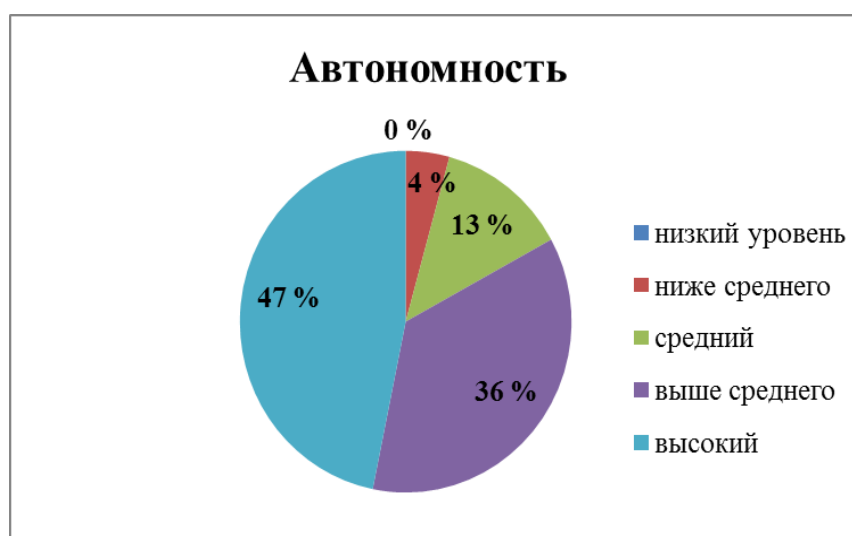
В связи с этим было проведено исследование.

Исследование профессиональной зрелости проходило на старших школьниках 10 гимназических классов «Классической гимназии» № 104, с целью выявить уровень сформированности этих параметров и помочь ребятам определиться с будущей профессией. Всего в исследовании приняло участие 47 старшекласников. Первичное исследование проводилось на основе диагностической методики А.П.Чернявской «Профессиональная готовность» (данные исследования в Приложениях 1-2).



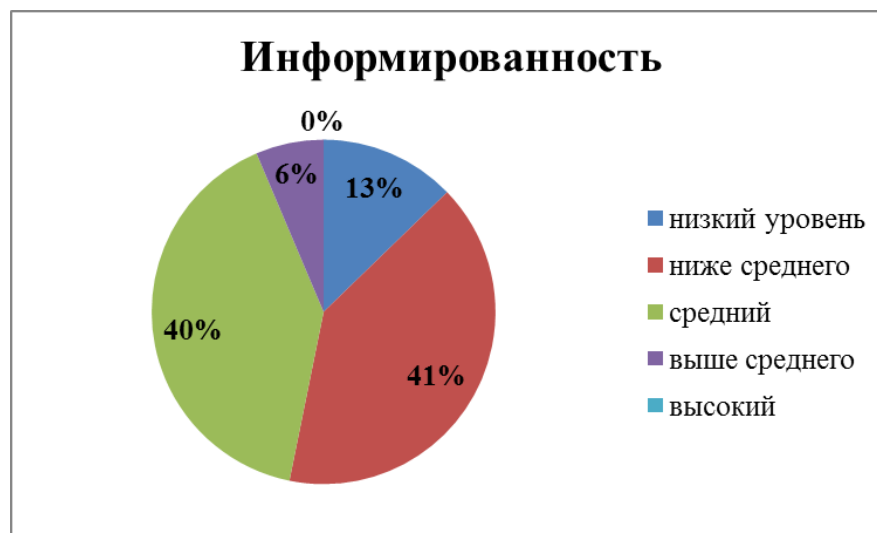
**Описание методики.** Методика представляет собой опросник, состоящий из 99 вопросов, форма ответов – дихотомическая, опросник состоит из пяти шкал – автономность – 20 вопросов, информированность – 17 вопросов, принятие решений – 20 вопросов, планирование – 20 вопросов, эмоциональное отношение – 22 вопроса. Надежность отдельных шкал методики колеблется от 0.670 до 0.839 и находится на уровне, допустимом для данного типа методик.

**Результаты исследования.**



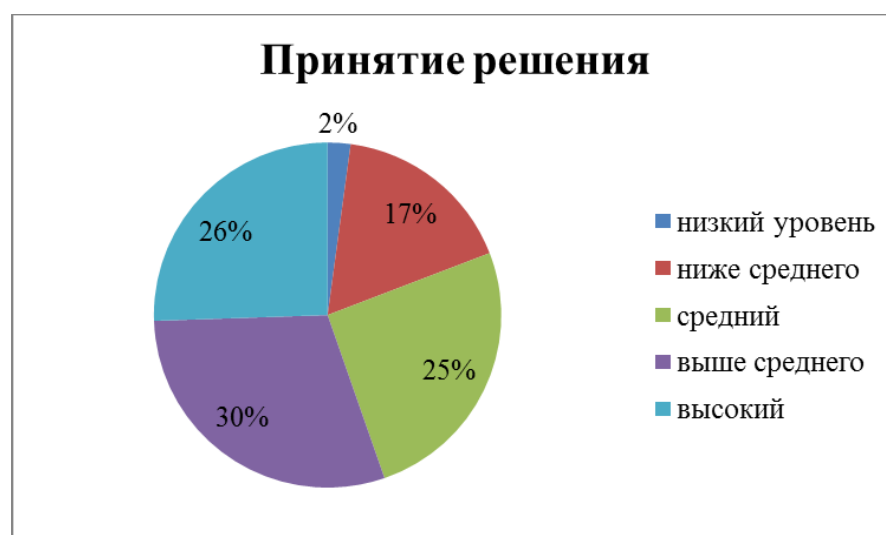
*Рисунок 1. Показатели параметра автономность в %.*

По рисунку 1, видно, что низкого показателя параметра автономности не выявлено, а 47% старшеклассников уже понимают целостность своей личности и умеют прогнозировать свой дальнейший путь. У них есть стремление реализовать возможность в практических действиях.



*Рисунок 2. Показатели параметра информированности в %.*

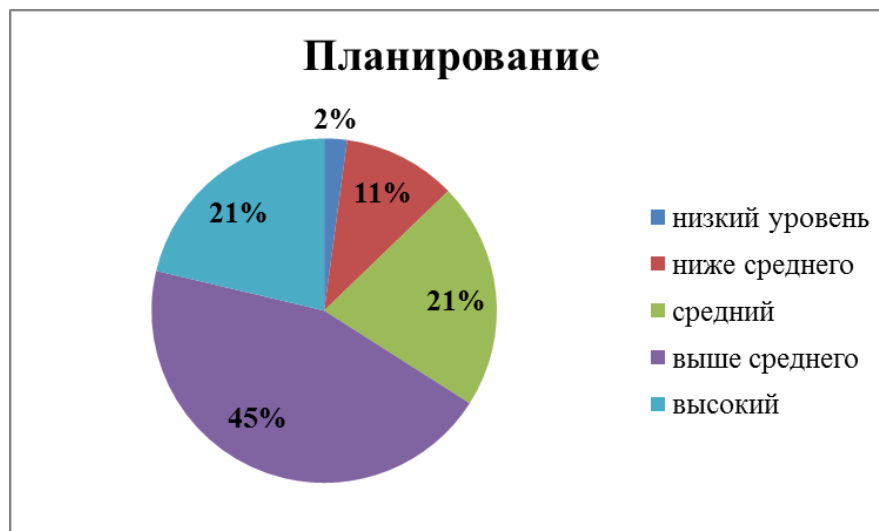
По результатам информированности у старшеклассников возникли трудности, высокого уровня не выявлено т.к. мир профессий меняется каждый год, появляются новые профессии, возможно, которых даже не знают родители, учителя. Очень трудно бывает рассказать взрослому какие профессии будут востребованы через год, два, а старшекласснику уже сейчас надо определяться с выбором профильного класса. Лишь 6% ребят уже определились с выбором будущей профессии.



*Рисунок 3. Показатели параметра «Принятия решения» в %.*

В этом возрасте ребята уже способны принимать решения, касающиеся самих себя, это связано с рефлексией своих действий и поступков. Высокий

уровень выявлен у 20% ребят, они способны разрабатывать план действий для новых возможностей и развития, но при этом 17% ребят совершенно не умеют ставить цель и прописывать задачи. Это показатель инфантильности как социальной, так и профессиональной, таким ребятам будет трудно определиться по жизни, они, в основном, полагаются на решение родителей.



*Рисунок 4. Показатель параметра «Планирование» в %.*

Планировать надо учить ребёнка с первого класса, когда он начинает понимать время, осознавать свои действия и ориентироваться в жизни. Это необходимо для ценности времени жизни, для организации своего пространства и личного времени. В этом периоде большинство старшеклассников 45%, уже умеют планировать свои действия и своё личное время. Они осознают, что многое в жизни зависит от них самих, но есть ребята 2%, которым ценность времени не важно. Они живут по «воле судьбы», одним днём и не хотят ничего планировать на будущее.



*Рисунок 5. Показатели параметра «Эмоциональное отношение» в %.*

Эмоциональный компонент профессиональной зрелости проявляется в общем настрое человека и тесно связан с эмоциональным компонентом зрелости личности в целом, который проявляется в: положительном эмоциональном настроении, жизненном оптимизме, эмоциональной уравновешенности, переносимости неудач.

Половина опрошенных - 47%, имеют позитивное настроение для выбора своего профессионального пути и выбора профессии, они настроены на дальнейшее обучение и готовы преодолевать трудности, но 2% ребят, имеют негативное отношение к выбору и даже не хотят об этом говорить.

Подведя итог исследованию параметров профессиональной и социальной зрелости старших школьников, можно определить особенности и обобщить результаты:

1. По всем параметрам профессиональной зрелости присутствуют показатели среднего и выше среднего уровня, это подтверждает тот факт, что в исследовании принимали участие ребята из гимназии, уровень образованности у которых выше, чем в простой школе.

2. Ребята входят в период самоопределения от активности присваивающей к активности преобразующей, в качестве какового выступает социально ответственное самоопределение. Это значит, многим уже не безразлично своё будущее и своё профессиональное предназначение.

Ребятам был предложен тренинг профессиональной зрелости.

## **2.2.Разработка социально-психологического тренинга по развитию факторов профессиональной зрелости старшеклассников «Познай себя»**

Проблема выбора профессии и выявление индивидуальных особенностей личности, которые могли бы помочь в выборе профессионального пути, стоит перед старшеклассниками всегда, а сейчас она становится особо актуальной в связи с изменениями, происходящими в нашем обществе. По окончании школы старшекласснику уже бывает поздно определяться с будущей профессией, это необходимо делать раньше. Социально-психологический тренинг является активной формой развития профессиональной зрелости старшеклассников, т.к. в процессе тренинга они дискутируют, получают необходимую информацию для развития.

В связи с необходимостью развития профессиональной зрелости старшеклассников был разработан тренинг «Познай себя». Тренинг ориентирован на старших школьников 8-10 класс.

**Цель тренинга:** определение истинных целей и потребностей в дальнейшей жизни, самопознание, приобретение знаний, алгоритмов и навыков, необходимых при выборе профессии.

### **Задачи:**

1. Развитие профессиональной зрелости участников группы.
2. Вовлечение участников группы в тренинговую работу.
3. Информирование участников группы объективной информацией о них, как о субъектах межличностного взаимодействия.
4. Развитие самопознания.
5. Развить рефлекссию и дать алгоритм самоанализа и способ достижения целей.

### **Предполагаемые результаты:**

1. Старшеклассник с более высоким уровнем профессиональной зрелости.

2. Старшеклассник с развитой психологической готовностью к выбору будущей профессией и дальнейшего жизненного пути.

**Программа тренинга** содержит теоретический и практические блоки.

**Основные методы и техники работы:**

1. диагностическая процедура;
2. мини лекции и беседы;
3. диалог;
4. создание и анализ проблемных ситуаций;
5. решение ситуационных задач;
6. тренинговые технологии;
7. индивидуальные консультации.

Программа предполагает проведение 8 занятий по 4 часа.

### **Содержание тренинга «Познай себя»**

#### **Занятие 1**

**Цель:** знакомство участников группы. Введение в тренинг, обсуждение правил, целей, задач. Определение проблемы профессионального и жизненного самоопределения.

**Задачи:**

1. Знакомство с правилами ведения группы.
2. Обсуждение проблемы профессионального самоопределения.
3. Заполнение первичной информации по выбору профессии. Работа с информационной картой.

**Ход занятия:**

1. Введение в тренинг. Обсуждение правил.
2. Техника «Знакомство».
3. Психогимнастика «Пустой стул».
4. Понятие профессионального самоопределения. Ознакомление с факторами профессиональной зрелости.
5. Упражнение «Составление информационной карты».
6. Заключение.

## **Занятие 2**

**Цель:** определение роли каждого участника группы в межличностном взаимодействии, с целью учета этой роли и ее функций в дальнейшем выборе профессии.

### **Задачи:**

1. В ходе упражнений дать знания о ролевом общении, о необходимости анализа своей роли в группе и учете этих знаний в общении.
2. Показать необходимость анализа причин принятия той или иной роли для ее изменения.

### **Ход занятия:**

1. Приветствие. Анализ и обсуждение предыдущего занятия.
2. Упражнение (проективный рисунок) «Совместное рисование».
3. Упражнение «День из жизни» .
4. Мини-лекция «Основные ошибки и предрассудки при планировании карьеры». Обсуждение.
5. Заключение.

## **Занятие 3**

**Цель:** освоение алгоритма принятия решения.

### **Задачи:**

1. Дать знание об алгоритме принятия решения.
2. Проанализировать освоение алгоритма на практике.

### **Ход занятия:**

1. Приветствие. Обсуждение предыдущего занятия.
2. Психогимнастика «Путаница».
3. Упражнение «Корова».
4. Мини-лекция «Алгоритм принятия решения».
5. Игра «Ловушки-капканчики».
6. Заключение.

## **Занятие 4**

**Цель:** осознание собственного эмоционального отношения к выбору профессии и к жизни в целом.

**Задачи:**

1. С помощью рисунка выявить эмоциональное отношение к необходимости принять решение о выборе профессии.
2. Обсудить влияние эмоционального отношения к деятельности на успешность деятельности и удовлетворенность ею.
3. Обсудить из чего складывается эмоциональное отношение и каким образом можно его изменять.

**Ход занятия:**

1. Приветствие. Обсуждение предыдущего занятия.
2. Проективный рисунок «Мое эмоциональное отношение к выбору профессии». Обсуждение.
3. Психогимнастика «Доверяющий бег».
4. Упражнение «Определи чувство».
5. Упражнение «Работа с притчей».
6. Психогимнастика «Возьми и передай».
7. Упражнение «ЗАТО».
8. Заключение.

**Занятие 5**

**Цель:** повышение интереса членов группы к самим себе. Анализ собственных склонностей, способностей, ценностей и учет их в профессиональной деятельности.

**Задачи:**

1. Дать членам группы алгоритм анализа своих сильных и слабых сторон.
2. Показать им необходимость самоанализа при принятии решений.

**Ход занятий:**

1. Приветствие. Обсуждение предыдущего занятия.
2. Упражнение «Цепочка профессий».



3. Мини-лекция «Самопознание».
4. Упражнение «Скалолаз».
5. Упражнение «Квадрат достоинств и недостатков».
6. Упражнение «Работа с недостатками».
7. Обсуждение техники «Дневник успеха». Домашнее задание.
8. Знакомство с техникой «Аффирмации».
9. Заключение.

### **Занятие 6**

**Цель:** познание собственных ценностей, влияющих на выбор профессии с целью их учета при планировании жизни.

#### **Задачи:**

1. Ознакомление с видами ценностей, определение личных ценностей.
2. Сопоставление личных ценностей с ценностями будущей профессии.
3. Выявление особенностей поведения членов группы в ролевом общении.

#### **Ход занятия:**

1. Приветствие. Обсуждение предыдущего занятия. Проверка домашнего задания.
2. Проективный рисунок «Комната».
3. Упражнение «Совместное решение задачи».
4. Восьмиугольник основных факторов выбора профессии.
5. Упражнение «Передай предмет».
6. Мини-лекция «Разговор о ценностях».
7. Упражнение «Отдел кадров». Составление резюме.
8. Заключение.

### **Занятие 7**

**Цель:** проведение активизирующего опросника «За и против». Выявление уровня информированности о «Мире профессий».

#### **Задачи:**

1. Выявление склонностей и предпочтений к каким-либо профессиям.

2. Выявление наиболее предпочтительной группы профессий.
3. С помощью упражнения «Кроссворд» определить уровень знаний учащихся о профессиях.

**Ход занятия:**

1. Приветствие. Обсуждение предыдущего занятия.
2. Проведение активизирующего опросника «За и против».
3. Обсчет полученных данных.
4. Подведение итогов.
5. Упражнение «Кроссворд профессий».
6. Заключение.

**Занятие 8**

**Цель:** Обобщение полученных знаний и навыков по принятию решений о выборе профессии.

**Задачи:**

1. Проверить усвоенные навыки и знания, разъяснить то, что ребята не до конца поняли.
2. Особо уделить внимание тому, что усвоенные навыки и знания могут использоваться ими в течение всей жизни. При использовании приобретенных навыков человек сможет обдуманно и осознанно строить свою жизнь, понимать причины неудач и избегать их, опираясь на удачу.

**Ход занятий:**

1. Приветствие. Обсуждение предыдущего занятия.
2. Упражнение на понимание себя «Ангел и демон».
3. Упражнение «Оптимист/пессимист».
4. Упражнение «Листок за спиной».
5. Упражнение «Войди в круг».
6. Упражнение «Бомбоубежище».
7. Подведение итогов.
8. Составление алгоритма по анализу предпочитаемой профессии.
9. Заключение. Обратная связь по полученным результатам.

Возможно, время, проведенное вместе со своими одноклассниками, позволит им узнать себя глубже и поможет выявить свои индивидуальные особенности, которые в дальнейшем будут основой выбранной профессии.

Таким образом, социально-психологический тренинг для старшеклассников «Познай себя» был разработан на основе изучения научных источников по возрастной психологии и особенностях развития старшеклассников (А.А. Реан, Л.И. Божович, Л.С.Выготский, А.В. Запорожец, И.С. Кон, В.С. Мухина, Г.А. Цукерман, Д.И. Фельдштейн). Также тренинг разработан для развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников, таких как автономность, информированность, умение принимать решения, планирование, эмоциональная включенность в ситуацию принятия решения.

### **2.3. Результаты эмпирического исследования после проведения тренинга «Познай себя».**

После общего исследования уровня развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников, были предложены занятия в виде тренинга для всех желающих ребят. Для выяснения различий между первичными и вторичными результатами диагностики испытуемых были сформированы экспериментальная группа старшеклассников, заинтересованных в повышении уровня профессиональной зрелости и контрольная группа, с которой не планировался тренинг. Каждая группа включает в себя по 16 человек.

Для количественной обработки эмпирических данных использовался Excel 2010.

Для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых, применялся T- критерий Вилкоксона. Он позволяет установить не только направленность изменений и их выраженность, с его помощью можно определить, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

По результатам вторичной диагностики по методике А.П. Чернявской «Профессиональная готовность», были получены следующие результаты экспериментальной группы до и после тренинга, которые представлены в таблицах:

Таблица 1. Результаты вторичной диагностики по параметру «Автономность» до и после тренинга в баллах.

Автономность					
До тренинга	После тренинга	Разница значений	Ранжирование	№	ранг
18	15	3	0,5	1	1,5
15	17	-2	0,5	2	1,5
17	18	-1	1	3	6,5
19	19	0	1	4	6,5
17	18	-1	1	5	6,5
17	16	1	1	6	6,5
18	20	-2	1	7	6,5
18	20	-2	1	8	6,5
14	15	-1	1	9	6,5
13	17	-4	1	10	6,5
20	18	2	2	11	12,5
13	19	-6	2	12	12,5
19	18	1	2	13	12,5
17	16	1	2	14	12,5
19	20	-1	3	15	15
19	20	-1	4	16	16
			6	17	17

Нетипичными в данном случае будут положительные значения

Сумма рангов = 48,5

$T_{кр} = 35$

Вывод: сдвиг в «типичную» сторону отсутствует, различия недостоверны.

После обработки результатов, представленных в таблице 1, видно, что различия недостоверны, можно сделать вывод, что тренинг не повлиял на изменения параметра «автономность», т.к. в периоде ранней юности у юношей и девушек в норме является потребность быть самостоятельными и частично автономными.

Таблица 2. Результаты вторичной диагностики по параметру «Информированность» до и после тренинга в баллах.

Информированность					
До тренинга	После тренинга	Разница значений	Ранжирование	№	ранг
5	7	-2	0,5	1	2,5
10	11	-1	0,5	2	2,5
9	8	1	0,5	3	2,5
8	8	0	0,5	4	2,5
9	15	-6	1	5	7
7	8	-1	1	6	7
5	13	-8	1	7	7
12	13	-1	1	8	7
8	13	-5	1	9	7
9	11	-2	2	10	12
10	10	0	2	11	12
10	12	-2	2	12	12
9	10	-1	2	13	12
9	12	-3	2	14	12
11	13	-2	3	15	15
9	11	-2	5	16	16
			6	17	17
			8	18	18

Нетипичными в данном случае будут положительные значения

Сумма рангов = 12

$T_{кр}=35$

Вывод: сдвиг в «типичную» сторону достоверно преобладает

После обработки результатов, представленных в таблице 2, видно, что различия достоверны, можно сделать вывод, что тренинг повлиял на изменения параметра «информированность». Это значит, что в процессе тренинга старшеклассники получили и усвоили информацию о различных профессиях, (способы овладения профессией, условия работы, требования к человеку, требования к образованию, перспективы профессионального роста, востребованность на рынке труда).

Таблица 3. Результаты вторичной диагностики по параметру «Принятие решения» до и после тренинга в баллах.

Принятие решения					
До тренинга	После тренинга	Разница значений	Ранжирование	№	ранг
19	17	2	0,5	1	1,5
13	16	-3	0,5	2	1,5
10	14	-4	1	3	4,5
18	19	-1	1	4	4,5
12	15	-3	1	5	4,5
16	19	-3	1	6	4,5
17	16	1	2	7	9
15	17	-2	2	8	9
9	10	-1	2	9	9
6	8	-2	2	10	9
13	12	1	2	11	9
13	15	-2	3	12	13,5
8	11	-3	3	13	13,5
8	13	-5	3	14	13,5
17	17	0	3	15	13,5
17	19	-2	4	16	16
			5	17	17

Нетипичными в данном случае будут положительные значения

Сумма рангов = 19,5

$T_{кр}=35$

Вывод: сдвиг в «типичную» сторону достоверно преобладает

После обработки результатов, представленных в таблице 3, видно, что различия достоверны, можно сделать вывод, что тренинг повлиял на изменения параметра «принятие решения». Это значит, что в процессе тренинга старшеклассниками был успешно усвоен алгоритм принятия решения, и выбор профессии в дальнейшем будет более осознанным и ответственным.

Таблица 4. Результаты вторичной диагностики по параметру «Планирование» до и после тренинга в баллах.

Планирование					
До тренинга	После тренинга	Разница значений	Ранжирование	№	ранг
17	17	0	0,5	1	1,5
15	19	-4	0,5	2	1,5
13	17	-4	1	3	4
16	18	-2	1	4	4

13	17	-4	1	5	4
15	19	-4	2	6	8
12	13	-1	2	7	8
17	19	-2	2	8	8
12	10	2	2	9	8
8	16	-8	2	10	8
18	19	-1	3	11	11,5
16	14	2	3	12	11,5
12	15	-3	4	13	14,5
13	16	-3	4	14	14,5
19	18	1	4	15	14,5
13	15	-2	4	16	14,5
			8	17	17

Нетипичными в данном случае будут положительные значения

Сумма рангов = 21,5

$T_{кр} = 35$

Вывод: сдвиг в «типичную» сторону достоверно преобладает

В процессе тренинга, был подробно рассмотрен алгоритм по принятию решения, алгоритм анализа своих сильных и слабых сторон, дан один из вариантов самоанализа для принятия серьезных и важных решений, было произведено сопоставление личных ценностей с ценностями будущей профессии, - все это необходимо при планировании профессии и дальнейшей жизни. После обработки результатов, представленных в таблице 4, можно сделать вывод, что информация и упражнения успешно усвоены старшеклассниками и тренинг повлиял на изменения параметра «планирование».

Таблица 5. Результаты вторичной диагностики по параметру «Эмоциональное отношение» до и после тренинга в баллах.

Эмоциональное отношение					
До тренинга	После тренинга	Разница значений	Ранжирование	№	ранг
16	15	1	0,5	1	3,5
13	15	-2	0,5	2	3,5
18	19	-1	0,5	3	3,5
20	21	-1	0,5	4	3,5
17	20	-3	0,5	5	3,5
10	11	-1	0,5	6	3,5

До тренинга	После тренинга	Разница значений	Ранжирование	№	ранг
17	19	-2	1	7	9,5
19	19	0	1	8	9,5
18	17	1	1	9	9,5
10	11	-1	1	10	9,5
8	19	-11	1	11	9,5
11	13	-2	1	12	9,5
17	20	-3	2	13	14
17	17	0	2	14	14
15	21	-6	2	15	14
19	19	0	3	16	16,5
			3	17	16,5
			6	18	18
			11	19	19

Нетипичными в данном случае будут положительные значения

Сумма рангов = 29,5

$T_{кр}=35$

Вывод: различия достоверны

Эмоциональный компонент профессиональной зрелости проявляется в общем настрое человека и тесно связан с эмоциональным компонентом зрелости личности в целом, поэтому задачами тренинга было также выявить эмоциональное отношение к выбору профессии и к жизни в целом. После обработки результатов, представленных в таблице 5, можно сделать вывод, что в процессе тренинга у старшеклассников сформировалось более положительное эмоциональное настроение к жизни и к выбору дальнейшего жизненного пути.

По T- критерию Вилкоксона, результаты первичной и вторичной диагностики контрольной группы не дали достоверных различий (результаты представлены в Приложениях 3-7). Эта информация может анализироваться так, что старшеклассникам необходимо общаться со взрослыми (родителями, преподавателями, сверстниками) о выборе будущего пути, анализировать



информацию, проводить рефлексию и учиться самому принимать решения кем он хочет стать. Старшеклассники, которые не ставят себе эту цель, в будущем «теряют себя», не могут определиться куда поступать, кем они хотят быть.

Социально-психологический тренинг – один из активных и интересных форм работы со старшеклассниками по развитию профессионального выбора и личности в целом.

### **Выводы по второй главе**

В результате диагностики факторов профессиональной зрелости старшеклассников в образовательной организации на примере «Классической гимназии» №104 по диагностической методике А.П.Чернявской «Профессиональная готовность» были получены результаты исследования:

1. По всем параметрам профессиональной зрелости присутствуют показатели среднего и выше среднего уровня, это подтверждает тот факт, что в исследовании принимали участие ребята из гимназии, уровень образованности у которых выше, чем в простой школе.

2. Ребята входят в период самоопределения от активности присваивающей к активности преобразующей, в качестве которого выступает социально ответственное самоопределение. Это значит, многим уже не безразлично своё будущее и своё профессиональное предназначение.

По результатам диагностики по методике А.П.Чернявской, старшеклассникам был предложен социально-психологический тренинг «Познай себя», который был разработан на основе изучения научных источников по возрастной психологии и особенностях развития старшеклассников (А.А. Реан, Л.И. Божович, Л.С.Выготский, А.В. Запорожец, И.С. Кон, В.С. Мухина, Г.А. Цукерман, Д.И. Фельдштейн). Также тренинг разработан для развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников, таких как автономность, информированность, умение принимать решения, планирование, эмоциональная включенность в ситуацию принятия решения.

Особенностями социально-психологического тренинга для старшекласников являются:

- ✓ проработка внутренних качеств подростков на основе рефлексии по принятию себя и своих недостатков, а также усиление положительных качеств;
- ✓ развитие эмоционального отношения к себе, выбору профессии, отношению к жизни в целом;
- ✓ введение мини-лекций в диалоге по работе с информацией для выбора будущей профессии. Информация через практику;
- ✓ обязательное проведение психогимнастики, как метода снятия напряжения у подростков.

После проведения тренинга и обработки полученных результатов в экспериментальной группе были получены позитивные изменения профессиональной зрелости по параметрам информированность, принятие решения, планирование, эмоциональное отношение, кроме параметра «Автономность». В контрольной группе достоверных различий нет.

Таким образом, разработанный социально-психологический тренинг «Познай себя» является условием развития факторов профессиональной зрелости старшекласников.

## Заключение

Целью исследования было разработать и провести социально-психологический тренинг развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников.

В рамках первой задачи был осуществлен анализ психолого-педагогической и методической литературы по проблеме готовности совершить профессиональный выбор.

В результате анализа научной литературы по вопросу профессиональной зрелости старшеклассников как готовности совершить выбор сферы деятельности, выявлено, что понятие «профессиональная зрелость» объединяет в себя поиск информации о рабочих местах, самостоятельное исследование профессий, осознанность профессионального пути, планирование карьеры, самостоятельное принятие решения о профессиональном пути, самосознание, активность в исследовании, также выявлено, что это профессиональный выбор - это осознание человеком уровня развития своих профессиональных способностей, структуры профессиональных мотивов знаний и навыков; осознание соответствия их тем требованиям, которые деятельность предъявляет к человеку; переживание этого соответствия как чувства удовлетворённости выбранной профессией. Профессиональный выбор – процесс принятия личностью решения о выборе будущей трудовой деятельности – кем стать, к какой социальной группе принадлежать, и с кем работать. На его результат влияют множество факторов, от влияния родителей до своего решения и ошибок. Если этот процесс происходит адекватно профессионально важной проблеме — тогда происходит развитие личности, а может быть и неадекватным — тогда оно порождает внутренний конфликт, активизируя защитные механизмы вместо процессов развития.

Особенностями для девушек и юношей является учебно-профессиональное самоопределение - осознанный выбор путей

профессионального образования и профессиональной подготовки. Старшеклассники относятся к периоду старшего школьного возраста или к периоду ранней юности. Особенности этого периода являются значительные изменения во всех сферах личности старшеклассника, а именно видны изменения в физиологии и психологии личности. Период ранней юности характеризуется большими противоречиями, внутренней несогласованностью и изменчивостью многих социальных установок. К концу юношеского возраста завершается формирование сложной системы социальных установок, причем оно касается всех компонентов установок: когнитивного, эмоционального и поведенческого. Центральным вопросом в ранней юности встаёт вопрос о выборе будущей профессии, формируются как личностное, так и профессиональное самоопределение, а также психологическая готовность к нему.

В рамках второй задачи было проведено исследование факторов профессиональной зрелости старшеклассников «Классической гимназии» № 104 по методике А.П.Чернявской «Профессиональная готовность». Были получены следующие результаты исследования:

1. По всем параметрам профессиональной зрелости присутствуют показатели среднего и выше среднего уровня. Это говорит о том, что у ребят, принимавших участие в диагностике, активно формируются факторы профессиональной зрелости.

2. Ребята входят в период самоопределения от активности присваивающей к активности преобразующей, в качестве которого выступает социально ответственное самоопределение. Это значит, многим уже не безразлично своё будущее и своё профессиональное предназначение.

В работе предметом исследования являлась разработка социально-психологического тренинга для старшеклассников как условия развития факторов профессиональной зрелости. Он был разработан на основе изучения научных источников по возрастной психологии и особенностях развития старшеклассников (А.А. Реан, Л.И. Божович, Л.С.Выготский, А.В.

Запорожец, И.С. Кон, В.С. Мухина, Г.А. Цукерман, Д.И. Фельдштейн). Также тренинг разработан для развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников, таких как автономность, информированность, умение принимать решения, планирование, эмоциональная включенность в ситуацию принятия решения.

Особенностями социально-психологического тренинга для старшеклассников являются:

- ✓ проработка внутренних качеств подростков на основе рефлексии по принятию себя и своих недостатков, а также усиление положительных качеств;

- ✓ развитие эмоционального отношения к себе, выбору профессии, отношению к жизни в целом;

- ✓ введение мини-лекций в диалоге по работе с информацией для выбора будущей профессии.

- ✓ обязательное проведение психогимнастики, как метода снятия напряжения у подростков.

В рамках последней задачи - экспериментальным путем доказать результативность социально-психологического тренинга как условия развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников были получены следующие результаты: в экспериментальной группе произошли позитивные изменения профессиональной зрелости по параметрам информированность, принятие решения, планирование, эмоциональное отношение, кроме параметра «Автономность». В контрольной группе изменений не произошло.

Таким образом, разработанный социально-психологический тренинг «Познай себя» является условием развития факторов профессиональной зрелости старшеклассников.

Задачи исследования решены, цель достигнута.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абульханова-Славская, К.А. Деятельность и психология личности. – М.: Наука, 2008. – 211с.
2. Александрова, Н.И., Изучение волевых качеств школьников /Шульга Т. // Вопросы психологии. –2006. –№ 6 – С. 32 – 34.
3. Амонашвили, Ш. А. Личностно-гуманная основа педагогического процесса. – Минск:Наука, 2005. – 235 с.
4. Ананьев, Б.Г. Избранные психологические труды /Б.Г. Ананьев,А.А.Бодалёв.– М.: Педагогика, 2007. –287 с.
5. Аствацатуров, Г.О. Технология целеполагания урока. –Волгоград: Учитель, 2009. – 298с.
6. Бабаева, Ю.Д. Целеобразование в интеллектуальной деятельности: автореф. канд. дисс.– М., 2005. – 196 с.
7. Березанская, Н.Б. Анализ произвольных компонентов в структуре целеобразования: автореф. канд. дис. – М., 2006. – 237 с.
8. Бибрих, Р.Р. Исследование видов целеобразования: автореф. канд. дисс. – М., 2005. – 243 с.
9. Богданова, Т.Г. Целеобразование при различной мотивации. – М.: Наука, 2008. – 322с.
10. Богоявленская, Д.Б. Метод исследования интеллектуальной активности: автореф. канд. дис. – М.: 2006. – 216 с.
11. Богоявленская, Д.Н. Об одном из подходов к исследованию интеллектуального творчества // Вопросы психологии.– 2006. – № 4. – С. 12 – 13.
12. Божович, Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте.– М.:Наука, 2009. – 464 с.
13. Божович, Л.И., Опыт экспериментального изучения произвольного поведения / Л.И. Божович, Л.С. Славина, Т.В. Ендовицкая //Вопросы психологии. – 2005.– № 4. С. 17 – 29.

14. Брушлинский, А.В. Проблема субъекта в психологической науке Психологический журнал.– 2008. – № 6. – С. 3 – 11.
15. Вачков И.В. основы технологии группового тренинга. М: Издательство "Ось-89", 1999
16. Вершинин, С.И. Основы профориентологии / С.И. Вершинин, М.С. Савина, Л.Ш. Махмудов. – М.: Академия, 2009. – 176с.
17. Выготский, Л.С. Вопросы детской (возрастной) психологии. – М.:Педагогика, 2009.– 385 с.
18. Выготский, Л.С. Педагогическая психология. – М.: Педагогика, 2010. – 345с.
19. Грецов, А.Г. Выбираем профессию: советы практического психолога / А.Г.Грецов. – СПб.: Питер, 2007. – 216с.
20. Давыдов, В.В. Деятельностный подход в обучении и формировании творческой личности. – Уфа: Наука, 2008.–319с.
21. Давыдов, В.В. Проблемы развивающего обучения. Опыт теоретического и экспериментального психологического исследования. – М.: Педагогика, 2008.– 23 с.
22. Дорохина, В.Т. Формирование целеполагания как компонента учебной деятельности в зависимости от типа обучения // Вопросы психологии. – 2006.– № 6. – С. 13 – 28.
23. Зеер, Э.Ф. Профориентология / Э.Ф. Зеер, А.М. Павлова, Н.О. Садовникова. – М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2004. – 192с.
24. Зеер, Э.Ф. Психология профессионального развития / Э.Ф. Зеер. – М.: Академия, 2007. – 240с.
25. Ишков, А.Д. Связь компонентов самоорганизации и личностных качеств студентов с успешностью в учебной деятельности: автореф. дис. канд. психол. наук:– М., 2006. – 25с.
26. Йовайша, Л.А. Проблемы профессиональной ориентации школьников / Л.А. Йовайша. – М.: Педагогика, 1983. – 128с.

27. Камалетдинова, Е.В. Самоорганизация учебной деятельности как фактор становления субъектности старшеклассников в профильном обучении: автореф. дис. канд. пед. наук:– М., МГПУ, 2008. – 33с.
28. Климов, Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. – М.: Академия, 2007. – 302с.
29. Клыков, Ю.И. Семантический язык и проблема моделирования целеполагания в мышлении человека /Ю.И.Клыков, В.Н. Пушкин. – М.:Наука, 2005. – 305 с.
30. Круглова, Н.Ф. Концепция осознанной саморегуляции деятельности и учебная неуспешность // Журнал прикладной психологии.– 2007. – № 2. – С. 13 – 19
31. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Наука, – 2005. – 403 с.
32. Ломов, Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. – М.: 2008. – 297 с.
33. Львович, В.А. Формирование приемов самоорганизации учебной деятельности учащихся старших классов: автореф. дис. канд. пед. наук– М.: 2008. – 325с.
34. Маркова, А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте: пособие для учителя. – М.: Просвещение, 2010.–126 с.
35. Маркова, А.К. Формирование мотивации учения/А.К. Маркова, Т.А. Матис, А.Б. Орлов. //– М.: 2008. – 296 с.
36. Маркова, А.К. Мотивация учения и ее воспитание у школьников / А.К. Маркова, А.В. Орлов, Л.М. Фридман. // – М.: Педагогика, 2007. – 195 с.
37. Михайлов, И.В. Проблема профессиональной зрелости в трудах Д. Е. Сьюпера/ И.В.Михайлов//Вопросы психологии.-1975.-№ 5.
38. Новикова, Л.И. Воспитание как педагогическая категория // Педагогика. – 2006. – № 6.– С. 34 – 39.
39. Общая психология/Под ред. А.В. Петровского – М.: Просвещение, 2006.– 464 с.



40. Осин, А.К. Педагогическая система формирования мотивации и самоорганизации учебной деятельности учащихся сельской школы: авто.реф. дис. канд. пед. наук. – Шуя: 2008. – 309 с.
41. Поливанова, К.Н. Проектная деятельность школьников: пособие для учителя. –М.: Просвещение, 2008.– 430с.
42. Пряжников, Н.С. Психология труда и человеческого достоинства / Н.С. Пряжников, Е.Ю. Пряжникова. – М.: Академия, 2007. – 477с.
43. Пряжников, Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение / Н.С. Пряжников. – М.: ИПП, Воронеж: МОДЭК, 1996. – 246с.
44. Пряжников, Н.С. Теория и практика профессионального самоопределения / Н.С. Пряжников. – М.: МГППИ, 1999. – 108с.
45. Пузиков В.Г. Технология ведения тренинга. СПб.: Речь, 2007. — 224 с.
46. Рогова, О.Б. Исследовательская деятельность школьников как условие развития самоорганизации: труды научно-методического семинара «Наука в школе»–М., ИТА «АПФН», 2005. – 125 с.
47. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии – М.: Наука, 2006. – 622с.
48. Рыбакова, Н.Н. Педагогическое управление развитием самоорганизации подростков в процессе обучения: автореф. дис. канд. пед. наук– Омск, 2006.– 29с.
49. Словарь-справочник по педагогике: под общ.ред. Пидкасистого И.П. – М.: ТЦ Сфера, 2004.– 597с.
50. Фундаментальное ядро содержания общего образования: под ред. В.В. Козлова. – М.: Просвещение, 2009.–145 с.
51. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. М.: Владос-Пресс, 2004.
52. Чистякова С.Н. От учебы к профессиональной карьере: учеб. пособие / С.Н.Чистякова, Н.Ф.Родичев. — М. : Издательский центр «Академия», 2012. — 176 с.
53. Целеполагание в педагогической деятельности: учеб.пособие:под ред. И.А. Коровина. – М.: Изд-во АОИУУ, 2008. – 30с.

54. Ярушкин, Н.Н. Психологические основы саморегуляции и самоорганизации социальных систем. - Самара.: Изд-во институтата искусств и культуры, 2005. – 132с.

55. De Charms R. Personal causation training in the schools. J. of App. Soc. Psychol., v.2, 2005.265 p.

#### Иные информационные источники

56. <http://www.mindtools.com/page6.html>- иностранная статья

57. <http://www.azps.ru> - психологические упражнения

58. <http://www.trepsy.ru> - психологические упражнения

59. <http://www.my-training.ru>- психологические упражнения

## Результаты первичной диагностики 10а класса

<b>ФИО</b>	<b>А</b>	<b>И</b>	<b>ПР</b>	<b>П</b>	<b>ЭС</b>
1. УОИ	14	6	5	14	8
2. В ПА	19	9	18	19	20
3. ПЮО	13	10	6	10	13
4. ГАЕ	18	5	19	17	16
5. СМС	16	12	14	15	16
6. СЛБ	17	10	10	18	16
7. НДЕ	15	10	13	15	13
8. ГЕЮ	17	9	10	13	18
9. ЛСА	19	8	18	16	20
10. ВПА	16	11	19	19	11
11. МАЕ	17	9	12	13	17
12. КЕМ	10	8	11	13	8
<b>Средний показатель девушек</b>	<b>16</b>	<b>9</b>	<b>13</b>	<b>15</b>	<b>15</b>
	<b>выше среднего</b>	<b>средний</b>	<b>выше среднего</b>	<b>выше среднего</b>	<b>выше среднего</b>
13. Б ЭА	16	10	18	17	16
14. ШАА	11	5	12	7	17
15. АИЕ	17	7	16	15	10
16. МЕА	18	5	17	12	17
17. МАК	14	7	13	9	8
18. СВН	13	7	13	8	7
19. МСП	14	8	12	11	17
20. СНВ	18	10	18	17	17
21. ГАИ	13	7	12	13	9
22. СЕГ	19	9	17	13	19
23. ГВФ	18	12	15	17	19
24. КСЮ	8	5	13	10	9
<b>Средний показатель юношей</b>	<b>15</b>	<b>8</b>	<b>15</b>	<b>12</b>	<b>14</b>
	<b>выше среднего</b>	<b>ниже среднего</b>	<b>выше среднего</b>	<b>средний</b>	<b>средний</b>
<b>Средний показатель по классу</b>	<b>15</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>14</b>
	<b>выше среднего</b>	<b>ниже среднего</b>	<b>выше среднего</b>	<b>выше среднего</b>	<b>средний</b>

## Результаты первичной диагностики 10б класса

<b>ФИО</b>	<b>А</b>	<b>И</b>	<b>ПР</b>	<b>П</b>	<b>ЭС</b>
1. ШАВ	8	7	8	3	4
2. СВА	20	8	14	15	16
3. САЕ	14	8	9	12	18
4. КДО	13	9	6	8	10
5. ЕЕН	12	9	4	14	8
6. ФНН	20	10	13	18	8
7. БИЯ	19	9	13	15	19
8. ЗАА	13	10	13	16	11
9. ККА	19	9	8	12	17
10. ЖЕА	16	5	14	14	12
11. ККС	13	5	8	7	7
12. ЗВА	12	7	9	12	10
<b>Средний результат девочек</b>	<b>15</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>12</b>
	<b>выше среднего</b>	<b>ниже среднего</b>	<b>средний</b>	<b>средний</b>	<b>средний</b>
13. ЛКА	17	9	8	13	17
14. ФКД	11	6	6	8	11
15. СДД	19	11	17	19	15
16. ВФА	17	7	11	9	19
17. ККА	12	7	14	13	19
18. МАА	19	8	19	14	21
19. АСФ	20	12	17	19	22
20. ЛМИ	19	9	17	13	19
21. ПМА	14	6	11	12	9
22. ПНА	14	7	10	13	18
23. ККА	20	8	13	16	20
<b>Средний результат юношей</b>	<b>17</b>	<b>8</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>17</b>
	<b>высокий</b>	<b>ниже среднего</b>	<b>выше среднего</b>	<b>выше среднего</b>	<b>выше среднего</b>
<b>Средний результат по классу</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>11</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
	<b>выше среднего</b>	<b>ниже среднего</b>	<b>средний</b>	<b>средний</b>	<b>средний</b>

**Результаты вторичной диагностики контрольной группы по  
параметру «Автономность»**

Автономность					
До тренинга	После тренинга	Разница значений	Ранжирование	№	Ранг
19	17	2	0,5	1	4,5
16	16	0	0,5	2	4,5
17	15	2	0,5	3	4,5
16	16	0	0,5	4	4,5
16	17	-1	0,5	5	4,5
14	16	-2	0,5	6	4,5
18	17	1	0,5	7	4,5
19	15	4	0,5	8	4,5
20	19	1	1	9	12,5
19	20	-1	1	10	12,5
16	16	0	1	11	12,5
13	14	-1	1	12	12,5
17	16	1	1	13	12,5
19	18	1	1	14	12,5
14	15	-1	1	15	12,5
20	20	0	1	16	12,5
			2	17	18
			2	18	18
			2	19	18
			4	20	20

Нетипичными в данном случае будут отрицательные значения

Сумма рангов = 86

$T_{кр}=35$

Вывод: сдвиг в «типичную» сторону не преобладает, различия недостоверны.

**Результаты вторичной диагностики контрольной группы по  
параметру «Информированность»**

Информированность					
До тренинга	После тренинга	Разница значений	Ранжирование	№	Ранг
9	11	-2	0,5	1	1,5
12	5	7	0,5	2	1,5
10	12	-2	1	3	5,5
11	13	-2	1	4	5,5
10	10	0	1	5	5,5
8	7	1	1	6	5,5
10	11	-1	1	7	5,5
9	6	3	1	8	5,5
8	9	-1	2	9	11,5
9	10	-1	2	10	11,5
5	7	-2	2	11	11,5
5	3	2	2	12	11,5
7	10	-3	2	13	11,5
8	10	-2	2	14	11,5
7	8	-1	3	15	15,5
8	9	-1	3	16	15,5
			7	17	17

Нетипичными в данном случае будут положительные значения

Сумма рангов = 51

$T_{кр}=35$

Вывод: сдвиг в «типичную» сторону не преобладает, различия недостоверны.

**Результаты вторичной диагностики контрольной группы по  
параметру «Принятие решения»**

<b>Принятие решения</b>					
<b>До тренинга</b>	<b>После тренинга</b>	<b>Разница значений</b>	<b>Ранжирование</b>	<b>№</b>	<b>Ранг</b>
18	15	3	0,5	1	2,5
14	12	2	0,5	2	2,5
10	9	1	0,5	3	2,5
19	16	3	0,5	4	2,5
18	17	1	1	5	5,5
12	9	3	1	6	5,5
18	18	0	2	7	8,5
17	14	3	2	8	8,5
14	16	-2	2	9	8,5
13	11	2	2	10	8,5
14	11	3	3	11	14
8	11	-3	3	12	14
11	11	0	3	13	14
19	14	5	3	14	14
10	13	-3	3	15	14
13	15	-2	3	16	14
			3	17	14
			5	18	18

Нетипичными в данном случае будут отрицательные значения

Сумма рангов = 50

$T_{кр} = 35$

Вывод: сдвиг в «типичную» сторону не преобладает, различия недостоверны.

**Результаты вторичной диагностики контрольной группы по  
параметру «Планирование»**

Планирование					
До тренинга	После тренинга	Разница значений	Ранжирование	№	Ранг
19	18	1	0,5	1	2,5
15	13	2	0,5	2	2,5
18	12	6	0,5	3	2,5
19	18	1	0,5	4	2,5
17	14	3	1	5	7
11	9	2	1	6	7
17	18	-1	1	7	7
13	16	-3	1	8	7
15	17	-2	1	9	7
15	15	0	2	10	11,5
14	14	0	2	11	11,5
7	13	-6	2	12	11,5
9	8	1	2	13	11,5
14	18	-4	3	14	14,5
13	12	1	3	15	14,5
16	18	-2	4	16	16
			6	17	17,5
			6	18	17,5

Нетипичными в данном случае будут отрицательные значения

Сумма рангов = 83

$T_{кр}=35$

Вывод: сдвиг в «типичную» сторону не преобладает, различия недостоверны.



**Результаты вторичной диагностики контрольной группы по  
параметру «Эмоциональное отношение»**

Эмоциональное отношение					
До тренинга	После тренинга	Разница значений	Ранжирование	№	Ранг
20	18	2	0,5	1	2,5
16	18	-2	0,5	2	2,5
16	16	0	0,5	3	2,5
11	16	-5	0,5	4	2,5
16	15	1	1	5	8,5
17	20	-3	1	6	8,5
17	18	-1	1	7	8,5
19	16	3	1	8	8,5
16	11	5	1	9	8,5
19	19	0	1	10	8,5
12	11	1	1	11	8,5
7	6	1	1	12	8,5
19	20	-1	2	13	13,5
21	22	-1	2	14	13,5
18	17	1	3	15	15,5
20	19	1	3	16	15,5
			5	17	17,5
			5	18	17,5

Нетипичными в данном случае будут отрицательные значения

Сумма рангов = 77

$T_{кр}=35$

Вывод: сдвиг в «типичную» сторону не преобладает, различия недостоверны.