МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Факультет педагогики, психологии и социальных наук

Кафедра «Прикладная психология»

Направление подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»
Профиль «Психология образования»

Бакалаврская работа
на тему:

«Изучение профессионального самоопределения старшеклассников с разными показателями тревожности»

Студент _____ (подпись) Колесова Марина Васильевна

Руководитель _____ (подпись) Разуваева Л.Н.

Нормоконтролер _____ (подпись) Проскурина В.И.

Работа допущена к защите (протокол заседания кафедры от 18.06.2021 № 18а)

Заведующий кафедрой _____ (подпись) Медведева И.А.

Работа защищена с отметкой отлично (протокол заседания ГЭК от 30.06.21 № 4)

Секретарь ГЭК _____ (подпись) Бузыкина Ю.С.

Пенза 2021

Содержание

Введение 4
Глава 1. Теоретический анализ изучения профессионального самоопределения старшеклассников с разными показателями тревожности .. 8
1.1. Понятие тревожности в зарубежной и отечественной психологии .. 8
1.2. Особенности профессионального самоопределения старшеклассников 17
1.3. Обзор современных психологических исследований профессионального самоопределения и тревожности 27
Выводы по 1 главе 31
Глава 2. Эмпирическое исследование профессионального самоопределения старшеклассников с разными показателями тревожности 34
2.1. Описание процедуры и методов исследования 34
2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования 37
Выводы 47
Заключение 51
Список используемых источников 52
Приложение 57

Введение

Актуальность исследования. Проблема профессионального самоопределения - одна из ключевых в психологии становления личности. Профессиональное самоопределение рассматривается, с одной стороны, как наиболее значимый компонент развития личности, а с другой - как критерий важнейший для личности в период юности, когда выбор профессии считается задачей возраста.

Выбор профессии – это один из главных жизненных выборов, которые совершает молодой человек. Выбирая профессию, он выбирает и образ жизни. Подростковый и юношеский возраст – это период раздумий о будущем, личность строит планы, определяет перспективы своей жизни. Собственное будущее выпускники связывают с интересными и престижными занятиями, они ожидают такой работы, которая сможет обеспечить личностный рост, поможет добиться материального благополучия, сделать экономически независимыми. Однако в старших классах школы очень сложно сориентироваться в огромном многообразии профессий.

Для благополучного развития личности старшекласснику необходимо не просто представлять свое будущее в общих чертах, а осознавать способы достижения поставленных жизненных целей, уметь планировать будущее, принимать жизненно важные решения. Главным направлением жизненного самоопределения является нацеленность на личность старшеклассника с ее потребностями и интересами, индивидуально-психологическими и возрастными особенностями.

Психологи заметили, что обучение (познание нового, проверка полученных навыков и умений) всегда сопровождается повышением тревожности у обучающихся. Более того, некоторый оптимальный уровень тревоги активизирует обучение, делает его эффективнее. Здесь тревога - фактор мобилизации внимания, памяти, интеллектуальных способностей. Но когда уровень тревожности превышает этот оптимальный предел, человека

охватывает паника. Стремясь избежать неуспеха, он устраняется от деятельности, либо ставит все на достижение успеха в конкретной ситуации и так изматывается, что «проваливается» в других ситуациях. И все это усиливает страх неудачи, тревожность возрастает, становясь постоянной помехой.

Родителям и педагогам хорошо известно, сколь мучительно протекают годы учебы для тревожных детей. А ведь школьная пора - основная и основополагающая часть детства: это время формирования личности, выбора жизненного пути, овладевания социальными нормами и правилами. Если же мотивом переживаний школьника оказываются тревога и неуверенность в себе, то и личность формируется тревожная, мнительная.

Профессиональное самоопределение и выбор профессии для такого человека основан на стремлении предохранить себя от неудачи любого вида. Влияние уровня тревожности на профессиональное самоопределение очевидно, так как тревожность влияет на интеллектуальное развитие школьника, не развиваются творческие способности, оригинальность мышления, любознательность. Старшеклассники с высоким уровнем тревожности стараются и в жизни, и в профессии пойти по протопанной дороге, там, где вероятность неудачи, ошибки и критики очень мала.

Поиском путей активизации и формирования профессионального самоопределения личности занимались многие ученые. Теоретический аспект профессионального самоопределения представили в психологии К.А. Абульханова-Славская, М. М. Бахтин, Н. А. Бердяев, С. Л. Рубинштейн, В. Ф. Сафин, В. И. Слободчиков и Г. П. Ников. Практические исследования в области профессионального самоопределения и профориентации провели В.В. Белоусова, А. Н. Бобровская, Э. Ф. Зеер, Е. А. Климов, Ю. В. Королев, А. К. Маркова, Л. С. Митина, Н. С. Пряжников, Н. С. Чистякова. Обобщили и представили опыт предпрофильной подготовки Г. Резапкина, Е.Н. Прощицкая, Н. С. Пряжников, Н. С. Чистякова и др. Накопленный опыт и практика отечественного образования свидетельствуют о возрастающем

интересе к проблеме профессионального самоопределения старшеклассников.

Цель исследования: изучение профессионального самоопределения старшеклассников с разными показателями тревожности, для использования диагностических данных в консультированной практике работы педагога-психолога.

Объект исследования: профессиональное самоопределение и показатели тревожности старшеклассников.

Предмет исследования: профессиональное самоопределение старшеклассников с разными показателями тревожности.

Гипотеза: существует связь типов профессионального самоопределения старшеклассников с уровнем и видами тревожности, такими как: общая, школьная, самооценочная, межличностная.

Исходя из цели исследования, а так же его объекта и предмета необходимо выделить **ряд задач:**

1. Проанализировать данные теоретических и практических исследований по проблеме профессионального самоопределения старшеклассников с разными показателями тревожности.

2. Провести эмпирическое исследование профессионального самоопределения старшеклассников с разными показателями тревожности.

3. Проанализировать результаты диагностики и интерпретировать полученные данные

4. Сформулировать выводы исследования и сделать заключение.

Методы исследования:

Организационный метод (сравнительный метод);

Диагностический эксперимент с использованием следующих методик:

Тест «Определение типа личности» Дж. Голланда;

Опросник «Определение профессиональных предпочтений» Л. Йовайши;

«Шкала тревожности» Дж. Тейлора;

«Шкала личностной тревожности» Р.Кондаша.

3.Метод статистической обработки данных (корреляционный анализ Спирмена).

Эмпирическое исследование проводилось на базе МОУ СОШ №1 г. Каменки. В исследовании приняли участие 45 человек в возрасте от 15 до 17 лет из них 27 девушек и 18 юношей.

Глава 1. Теоретический анализ изучения профессионального самоопределения старшеклассников с разными показателями тревожности

1.1. Понятие тревожности в зарубежной и отечественной психологии

Проблема тревожности занимает особое место в современных научных работах. Вероятно, таких психологических явлений мало, ценность которых одновременно оценивается исключительно высоко и довольно тесно, даже функционально. С одной стороны, это «центральная задача современной цивилизации», значительное сопоставление нашего времени: ей придается важное значение базовому «жизненному чувству современности». С другой стороны, это состояние души, вызванное особыми условиями эксперимента или окружающей среды [10].

На данный момент существует множество литературы в отечественной и зарубежной психологии посвященной школьной тревожности учеников. Такие психологи как Л.С. Выготский, А.М.Прихожан, Дж. Локк, З. Фрейд Внесли огромный вклад по проблеме школьной тревожности. [2].

Понятие «тревожность» многофункционально. Существует очень много версий, которые могут объяснить происхождения этого термина. Большинство психологов рассматривают тревожность как как ситуационное явление и как личную сопоставимость.

Тревожность принято различать как:

- ситуативную тревожность;

- личностная тревожность [26].

На психологическом уровне тревога понимается как беспокойство, страх чего-либо, напряжение, надвигающая неудача и др.

На физиологическом уровне тревога понимается как учащения пульса, одышки, повышении артериального давления, возрастании общей

возбудимости, снижении порогов чувствительности, когда ранее нейтральные стимулы приобретают отрицательную эмоциональную окраску.

Существует несколько видов тревожности:

- устойчивая тревожность в какой-либо области (тестовая, межличностная, экологическая и др.) – ее принято обозначать как специфическую, частную, парциальную;

- общая, генерализованная тревожность, свободно меняющая объекты в зависимости от изменения их значимости для человека.

Существуют различные определения тревожности в отечественной и зарубежной психологии. В современной психологии уже принято различать понятие «тревога» и «тревожность», хотя в прошлом веке эти различия были неочевидными. В наше время и отечественная, и зарубежная психологии разделяют эти два понятия [4].

Психолог А.М Прихожан определяют тревогу как переживание эмоционального дистресса, связанного с ожиданием проблемы, представляющей неминуемую опасность, то есть текущее эмоциональное состояние человека (ситуативная тревожность) [30].

В психологии А. Адлер предлагает новый взгляд на происхождение тревожности. Психолог считает, что в основе тревожности лежат такие качества, как боязнь возникающих трудностей, страх, беспокойство.

А.В. Петровский рассматривает «тревожность» как и свойство личности постоянно проявлять данное состояние (личностная тревожность), и дает следующее определение «тревожности» как склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги; один из основных параметров индивидуальных различий [29].

Н.Д. Левитов рассматривает тревожность как психическое состояние, выражающееся в состоянии опасения и нарушения покоя, вызываемых возможными неприятностями [19].

Г.Г. Аракелов в своих работах говорит о многозначности психологического термина «тревожность», который можно рассматривать и как определенное состояние человека в ограниченный временем момент, и как устойчивое свойство любого индивида. Автор определяет тревожность – как личностную черту, которая связана с генетически детерминированными свойствами функционирующего мозга человека, сопровождающаяся повышенным чувством эмоционального возбуждения и тревожных эмоций [2].

Б.Ф. Скиннер считает тревогу негативным побочным эффектом наказания. Из-за своего устрашающего характера тактика наказания за нежелательное поведение может вызвать «эмоциональные эффекты». Когда человек приобретает стойкие ложные навыки и неправильные модели поведения другого человека и не знает, как вести себя дружелюбно, как вести беседу, как правильно выражать гнев или как отказывать в неразумных просьбах, этот социальный недостаток может привести к тревоге.

М. Литвак являющийся российским психологом рассуждал о тревоге, как об эмоции возникновение которой происходило при логической оценки ситуации в той, что он находился как неблагоприятной. В то же время Кэрролл Изард, считает, что тревога - это комбинация множества эмоций. Один из них - страх, а другие компоненты - грусть, вина и сочувствие.

Большинство психологов воспринимают тревогу как реакцию на надвигающей беды. Тревога часто появляется задолго до начала опасности. Истоки беспокойства часто не распознаются или не подходят для логических объяснений и проецируются в будущее.

Один из ученых, Ролло Мэй рассуждал о тревоги как о негативной эмоции, которая способна нанести урон человеческой ценности, которые имеют большое значение для развития личности в обществе. Угрозы можно классифицировать на физические и психические , либо на те которые могут ориентированы на традиции человека, которые он связывает со своим

существованием. Причины беспокойства других людей могут быть такими же разными, как и ценности, от которых эти причины зависят.

Роллом Мэейм были выделены типы тревоги: нормальное и невротическое. Они имеют отличие друг от друга:

1) не является непропорциональной объективной угрозе;

2) не связана с подавлением или другими механизмами внутриличностный конфликта;

3) ею не управляют невротические защитные механизмы, и поэтому ей можно конструктивно противостоять на уровне сознания; кроме того, она прекращает действовать, если объективная ситуация меняется.

В.С. Мерлин, определяет тревожность как обобщенную характеристику психической деятельности, связанную с инертностью нервных процессов, то есть как динамическое свойство личности [24].

В психологии понятие тревожности – это предрасположенность человека к переживанию тревоги. Уровень тревожности повышается очень часто при нервно-психических и тяжелых соматических заболеваниях, а также у здоровых людей, которые переживают последствия психических травм, так же, у людей с отклоняющимся поведением. Таким образом, можно сказать, что тревожность является субъективным проявлением неблагополучия личности [5].

Таким образом, можно сказать, что тревожность – это состояние человека, характеризующим повышенным уровнем к каким-либо переживанием, который в свою очередь имеют негативную окраску.

Тревожность - это:

- психологическое явление;
- индивидуальная психологическая особенность личности;
- склонность человека к переживанию тревоги;
- состояние повышенного беспокойства [4].

Проблемой школьной тревожности занимались множество ученых. Это понятие содержит в себе ряд аспектов устойчивого школьного эмоционального неблагополучия.

Психолог Г. Бреслав считает тревожностью нетривиальной чертой, в которой отражается низкий уровень чувствительности к стрессовым ситуациям. Постоянно чувство опасности для себя и своих близких в различных ситуациях происходящих в жизни, является тревожностью.

Анализируя тревожность, как внутреннее психологическое состояние Ю.А. Лебедев предполагал, что может выражаться в патологию страха, которая вызвана возможностями проблемами в социальной жизни человека.

Беспокойство, Б. Бим-Бад обращает внимание на трудности, воспринимаемые как сигнал угрозы, препятствия на пути к достижению цели и присутствует в условиях для привлечения сил и, таким образом, достижения оптимальных результатов. Поэтому адекватный уровень тревожности и страха необходим для эффективной адаптации к реальности и характерен абсолютно для всех.

Г.С. Абрамова говорит, что термин «тревога» используется для обозначения относительно устойчивых индивидуальных различий в склонности человека чувствовать эти ситуации. В его понимании он представляет собой границы человека. Тревога как сигнал, или личностная тревога, прямо не выражается в поведении. Однако её уровень можно установить в зависимости от частоты и интенсивности, при которых у человека возникает состояние тревоги.

П.С. Гуревич подразумевает под тревожностью вытекающее из нее тревожные ситуации, которые отражаются в индивидуальных чувствах напряжения и опасности, что человек сознательно воспринимает или связывает с возбуждением нервной системы.

В своей работе Р.С. Немов рассматривал школьную тревожность – как проявляемое свойства человека переходящий из обычного состояние в состояние повышенной тревоги, испытуемым страхом и беспокойством [27].

В своей научной работе С.С. Степанов писал о школьной тревожности как об эмоциональном переживании, которое связанное с предчувствием неприятности и беды.

А.В. Микляева и П.В. Румянцева предложили следующее определение: школьная тревожность - это особый вид тревожности, который характерен для определенных ситуаций – ситуаций взаимодействия ребенка с различными компонентами школьной образовательной среды: физическое пространство школы; человеческие факторы, образующие подсистему школы «ученик – учитель – администрация – родители» [25].

Школьную тревожность можно назвать разновидностью ситуативной тревожности. В последнее время психологи стали замечать, что большинство учеников начали постоянно тревожиться и беспокоиться над всем, что связанно со школой. Школьники боятся допускать какие-либо ошибки. Так же присутствует страх выходить к доске и отвечать. У многих учеников школьная тревожность возникает из-за родителей. Причина школьной тревожности - это завышенные требования родителей, постоянное сравнивание с другими одноклассниками. Так же такая тревожность может проявляться из-за того, что один из родителей имеет повышенную тревожность, что в конце концов начинает транслироваться на ребенка. Это беспокойство часто встречается в начальной школе. Дети могут плакать из-за мелких трудностей (забыть правила, не понимать, что делать, родители опаздывают 5 минут и т. д.).

Постоянная тревожность у школьника, становится почвой для появления страхов, которые в дальнейшем могут развиться в невротические черты.

Психологами выявлено, что проявление тревожности у девочек и мальчиков разные. Разница проявление тревожности между мальчиками и девочками в младшем школьном возрасте небольшая. Но чем старше становятся дети, тем разница увеличивается. До средней школы у мальчиков больше проявляется повышенная тревожность, чем у девочек. У мальчиков

проявляется тревожность от приближение реальной опасности. Они больше всех боятся получить физические травмы, наказаний [46].

У девочек повышенной тревожности проявляется в ситуациях связанных с другими людьми. У них возникает беспокойство при виде угрожающих людей, например как: мужчин в нетрезвом виде, бандитов и т.д.

Тревога - это формирование личности, характеризующееся сложными структурами, которые проявляются в различных ситуациях и обладают уникальными характеристиками [10].

С. Спилбергер в своей работе выделяет два типа тревожности: личностную и ситуативную (реактивную).

1. Личностная тревожность включает в себя широкий спектр объективно безопасных обстоятельств, содержащих угрозу (тревога как личностная черта).

2. Ситуационная тревожность обычно возникает как кратковременная реакция на конкретную ситуацию, которая объективно угрожает человеку [37].

Ситуативная тревожность создается опасной ситуацией, при которой начинает проявляться волнение. Психологи считают, что это нормальное состояние и даже для некоторых людей идет на пользу. Но у каждого человека есть свой уровень тревожности. Это тревожность, необходимая для обеспечения безопасности субъекта на индивидуальном уровне. Он служит своеобразным мобилизационным механизмом, который помогает человеку серьезно и ответственно решить новую проблему. Для плодотворной работы, гармоничной и полноценной жизни человеку необходим конструктивный уровень тревожности. Такой уровень ситуативной тревожности не утомляет человека, а скорее создает массу активности, которая мобилизует на преодоление всевозможных препятствий и решение различных проблем, не парализуя персонажа. Следовательно, именно конструктивная тревога выполняет адаптивную функцию важной деятельности организма [16].

Главное умение человека во время проявление тревоги, это обдуманно и спокойно решить проблему, без проявления паники. В это время мы учимся анализировать ситуации и искать выход из проблемы.

На протяжение всей учебной жизни, тревожность сопровождает учеников. Более того, вообще никакая активная познавательная деятельность человека не может не сопровождаться тревогой. Невозможно избавится от тревожности навсегда, ведь она иногда нам помогает [6].

Психологи выделяют 2 типа тревожности: адекватная и деструктивная. Проявление адекватной тревожности помогает личности развиваться, помогает находить уникальные и неповторимые решения из ситуаций.

А вот самая распространенная тревожность – это деструктивная. Проявление деструктивной тревожности вызывает у человека страх, панику, печаль. Если такая тревожность проявляется у ученика, то он начинает бояться ошибиться, не верит в себя, закрывается от других людей. Это может провести не только к отставанию по школьной программе, но и разрушение самой личности [24].

Отличить же адекватную тревогу от деструктивной достаточно сложно, и тут мы не можем ориентироваться только на формальные результаты учебной деятельности. Чувство тревоги, заставляющее ребенка лучше учиться, вовсе не означает что его эмоциональные переживания конструктивны. Очень вероятно, что ребенок зависит от «значимых» взрослых и привязан к ним, поэтому способен отказаться от самостоятельных поступков для того, чтобы сохранить близость с этими людьми. Боязнь остаться одиноким вызывает тревогу, которая просто захватывает ребенка, заставляя его напрягать все свои силы, чтобы оправдать ожидания взрослых и поддержать свою значимость в их глазах [11].

Тем не менее, значительная часть явно выраженных нарушений, которые препятствуют нормальному процессу обучения, и воспитания все-таки связана с тревожностью ребенка. Так же неправильным считается снижение ситуативной тревожности, например, человек перед лицом

серьезных обстоятельств показывает свою безалаберность и безответственность, что чаще говорит о слабой жизненной позиции и недостаточной зрелости самосознания [5].

Личностная тревожность считается чертой личности и проявляется как частая тенденция испытывать тревогу в самых разных жизненных ситуациях, в том числе в тех, которые не возникают опасность. Такая тревога характеризуется необъяснимым страхом, беспокойством и виденьем в каждой трудной ситуации опасность для жизни человека. Дети, подверженные этой тревожность, становится очень осторожны, постоянно находятся в состоянии уныния, закрываются от людей. Если это тревожность проявляется во время подросткового периода, то это может привести к заниженной самооценки, депрессивному состоянию, страху перед людьми [11].

Тот или иной уровень тревожности говорит о внутреннем отношении ребенка к разного рода ситуациям и о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми в семье, детском саду, школе. Однако более высокий уровень тревожности является субъективным проявлением дисфункции человека. Так что беспокойство, которое появляется в разных ситуациях, не одно и то же. В одной ситуации человек постоянно находится в тревожном состоянии. А другой ситуации человек склонен проявлять тревожность только в определенных ситуациях [23].

Ж.М. Глозман и В.В. Зоткин описали в своей работе механизм формирования тревожности как свойства личности. Они говорят, что изменения в структуре личности будут формироваться не сразу, а постепенно, по мере того, как будут закрепляться отрицательные личностные установки, тенденции восприятия достаточно широкого круга ситуаций как угрожающих и реагировать на них тревожным состоянием. То есть, повторяющиеся условия, провоцирующие высокую тревожность, создают постоянную готовность к переживанию этого состояния. Такое постоянное переживание тревоги остается в памяти и становится личностным свойством

- тревожностью. Тревожность владеет своей побудительной силой, и может выступать мотивом, имеющим достаточно устойчивые, привычные формы его реализации в поведении, то есть, специфической особенностью сложных психологических новообразований аффективно - потребностной сферы [25].

Таким образом, тревожность можно рассматривать как личностное образование, которое характеризуется сложным строением, и как свойство личности во многом обуславливает поведение субъекта. В свою очередь тревожность порождает постоянное беспокойство, неуверенность личности в своих силах, боязнь ошибаться, что в конце приведет к формированию соответствующего характера. Тревожный ученик всегда пугливый и подозрительный, и именно это качества формирую недоверие к другим. Это способствует образованию реакций психологической защиты в виде агрессии, направленной на других. Тревожность, уже, будучи чертой характера – проявляется в пессимистической установке на жизнь, ребенку кажется, что она преисполнена угрозами и опасностями.

1.2. Особенности профессионального самоопределения старшеклассников

Профессиональное самоопределение – это сложный и длительный процесс выбора профессии. Главная цель профессионального самоопределения – это постепенное формирование внутренней готовности самостоятельно и осознанно планировать, корректировать и реализовывать перспективы своего профессионального, жизненного и личностного развития [9].

В старшей школе перед учениками стоит главная цель выбора своей будущей профессии. Именно в этом возрасте профессиональное самоопределение является главным новообразованием. Старшеклассники в этот период начинаю строить планы на будущее, ставить цели, и находить способы достижение всего задуманного.

Старшеклассники значительно отличаются друг от друга не только с точки зрения темперамента и характера, но и с точки зрения их способностей, потребностей, устремлений и интересов, разной степени самосознания. Индивидуальные особенности проявляются в выборе жизненного пути. Юность - это возраст, когда развивается мировоззрение, формируются ценностные ориентации и отношения. Фактически, этот период, когда начинается переход от детства к началу взрослой жизни, соответствующая степень ответственности, независимость, способность активно участвовать в жизни общества и в его личной жизни, к конструктивному решению различных проблем, профессиональное развитие.

Не случайно психологи (Л. И. Божович, И. В. Дубровина, Д. И. Фельдштейн и др.) называют способность к самоопределению основным новым образованием этой возрастной группы. Выбор будущей сферы деятельности является ядром процесса самоопределения. Л.С. Выготский поставил ключевую роль в самосознании и развитии в старшем школьном возрасте. Но, даже назвав самосознание «вершиной всей реструктуризации», он не закрыл эту цепочку всей цепи новообразований. Дело в том, что человек охватывает это единство поведения, которое характеризуется признаком овладения им. Освоить внутренний мир, по словам Л. С. Выготского, и функция его открытия снижается. Роль в выборе профессии играет не только возрастная характеристика учащихся старших классов [11].

И.С. Кон выделил ряд этапов формирования профессионального самоопределения:

1 этап – в дошкольном возрасте начинается формироваться профессионального самоопределения. Дети в ходе игровой деятельности, начинают примерять и проигрывать разные профессии.

2 этап – в младшем подростковом возрасте начинаются формироваться профессиональные фантазии. Подросток в своих мечтах представляет себя представителем той или иной профессии.

3 этап – в старшем подростковом возрасте и часть юношеского возраста происходит предварительный выбор профессиональной деятельности.

4 этап – в конце юношеского возраста происходит окончательный выбор профессии.

Психологи выделяют 3 критерия готовности к выбору профессии старшеклассников.

1.. Деятельностно-практический – это соотнесение индивидуальных качеств и профессиональных требований к выбранной профессиональной деятельности.

2. Когнитивный – это осведомленность старшеклассника о какой-либо профессии. Осведомленность учеников об нужных качеств в выбранной профессии

3. Мотивационно-потребностный – это мотивация школьника к будущей профессии, где он связывает свои интересы и индивидуальные способности с будущей профессиональной деятельностью.

Во время школьной жизни очень важно развить, те способности которые помогут старшеклассникам выбрать дальнейшую профессональную деятельность.

Современные психологи выделяют 3 положения, которые помогают развиться способностям:

1. За последние несколько лет детский организм стал физически сильнее и повзрослее. Исходя из этого, с учетом многолетнего опыта обучения и участия ребенка в различных занятиях, задатки, которыми он уже обладает, так или иначе могут уже проявиться, и дальнейшее профессиональное самоотделение будет зависеть от того насколько он будет развивать эти способности.

2. Во время школьного обучение проводить мероприятия для раскрытия имеющих задатков.

3. Уже проявившие задатки и способности, надо продолжить их развивать. Для этого помогают нам кружки или секции.

По словам Э.А. Климова существует 6 углов ситуации выбора профессии. В конце концов, ученик средней школы учитывает информацию не только о характеристиках разных профессий, но и о многом другом [13].

1. Позиция старших членов семьи. Естественно, забота взрослых о профессии своего ребенка ясна. Родители ответственны за то, как развивается жизнь их ребят. Довольно нередко взрослые дают ребенку совершенную свободу выбора, что требует от него независимости, ответственности, инициативы. Случается так, что взрослые не согласны с воззрением ребенка, предлагая пересмотреть собственные намерения и сделать иной выбор, полагая, что он все ещё маленький. Верный выбор профессии нередко сдерживается отношением взрослых, которые желают возмещать собственные ошибки в будущем, в той работе, в которой они не сумели всецело выразить себя. Наблюдения демонстрируют, что в большинстве случаев учащиеся соглашаются с выбором взрослых, надеются на их поддержку при поступлении в учебное заведение. В то же время дети, естественно, забывают, что им будет необходимо трудиться в данной деятельности.

2. Способности. Индивидуальные способности ученика которые надо рассматривать не только в учебной сфере, но и в других сфер жизни человека. Потому что, способности которыми обладает человек, могут включаться в будущие профессиональную деятельность.

3. Индивидуальные профессиональные планы. В поведении и жизни человека понятие ближнего и отдаленного будущего играет очень важную роль. Профессиональный план или изображение, ментальное представление, его характеристики зависят от ума и характера, человеческого опыта. Он включает в себя основную цель и цели на будущее, пути и средства их достижения. Но планы различны по содержанию и как они зависят от человека.

4. Позиция учителей, классных руководителей. Каждый учитель, наблюдая за поведением ученика только в образовательной деятельности, «все время» проникает мыслью за фасадом внешних проявлений человека, делает какой-то диагноз об интересах, склонностях, мыслях, характере, способностях, готовности ученика. Учитель знает много информации, которая не известна даже самому ученику.

5. Позиция товарищей, подруг (сверстников). Для старшеклассников очень сильно важны взаимоотношения с друзьями, и это может повлиять на выбор профессиональной деятельности. Так как у них увеличивается внимание профессионального будущего сверстников. Позиция микрогруппы может быть решающей в профессиональном самоопределении. пригодность.

6. Склонности проявляются и формируются в деятельности. Сознательно включаясь в различные виды деятельности, человек может изменить свои увлечения и, следовательно, направления. Для школьника это важно, поскольку профессиональные увлечения - это путь в будущее [13].

Профессиональное самоопределение является важным процессом в жизни каждого старшеклассника. Этот процесс направлен на развитие самосознания. Но так же процесс профессионального самоопределения является очень длительным для ученика старшей школы. [9].

В отечественной литературе говорится, что процесс профессионального самоопределения строится из двух направлений:

Профессиональное самоопределения учащихся, где лишь учитываются психологические черты. То есть профессиональный путь строиться на внешней мотивации и стимуляции.

Профессиональное самоопределение школьников, где на выбор профессиональной деятельности, влияют индивидуальные способности старшеклассника. Это направление является положительным и проводит будущиего специалиста к достижению поставленных целей. [13].

Психолог Т.В. Кудрявцев писал в своих научных работах, что профессиональное самоопределение старшеклассников проходит 4 стадии:

профессиональную адаптацию формирование;

частичную или полную реализацию личности в профессиональном труде;

профессиональных намерений;

профессиональное обучение [7].

Психологи выделяют ряд моментов профессиональной деятельности, они включают в себя:

- Старшеклассники имеют выборочное отношения ко всей профессиональной деятельности.

- Дети старшего школьного возраста делают осознанный выбор своей профессиональной деятельности сравнивая со своими индивидуальными способностями, которые в будущем помогут им достичь успеха в выбранной профессии.

- Формирование профессионального самоопределения происходит на всех жизненных этапах ученика.

- актуализация личности вызывает рядом действий. Например, такими как окачивание школы, поступление в высшее профессиональное заведение и т.д. Также отрицательные действия могут вызвать актуализацию личности. Например, как увольнение с работы, отчисление с профессионального заведения.

- профессиональное самоопределение является важной характеристикой социально-психологической зрелости личности, ее потребности в самореализации и самоактуализации [15].

Рассмотрим особенности личностного и профессионального самоопределения старшеклассников. Во-первых, образ профессии, как когнитивное и эмоциональное образование, в определенной мере меняет концепцию общих целей в общественном и индивидуальном сознании людей. Если раньше идеальный образ профессионала был связан с образом конкретных людей и их профессиональной «биографией», то на сегодняшний день происходит замена «идеального образа профессионала» на «идеальный

образ жизни» («европейский», «американский», «богемный» и др.). Таким образом, профессия уже выступает как средство для достижения этого образа жизни, а не как существенная часть самого образа жизни.

Во-вторых, во время трудовой деятельности может появиться желание сменить профессии или повысить квалификацию. И каждый специалист должен быть готов к тому, что полученные знание во время обучения, их будет не хватать. И поэтому придется в течение жизни постоянно саморазвиваться, для того чтобы стать успешном в той или иной отрасли.

В-третьих, современный мир очень быстро развивается, и с каждом годом появляется новые востребованные профессии. И для того что бы быть востребованным и успешным специалистом надо овладевать знаниями не в одной сфере, а в нескольких.

В-четвертых, в современном обществе для старшеклассника процесс выбора профессии затруднен. Это может быть связанно с тем, что современное общество не стоит на месте, и нет никаких гарантий об успехе той или иной профессии [13].

Е.А. Климов в своей научной работе выделил 2 уровня профессионального самоопределения:

первый уровень – гностический, который включает в себя перестройку сознания и самосознания

второй уровень – практический, то есть реальные изменения социального статуса человека [13].

Российский психолог Е. А. Климова, создал схему о принятие профессионального самоопределения. В нее входит:

самостоятельное изучение и нахождение информации о различных профессиях;

самостоятельное сравнение своих способностей и возможностей с будущей профессии;

изучение информации о выбранной профессии и составление списка запасных профессий;

описание каждого этапа для успешного освоения профессии;

мысленное продумывание структуры индивидуального профессионального плана;

окончательный выбор профессии [18].

Большая часть учеников в старшем школьном возрасте выбирают профессии по стереотипам. Из-за этого во время обучения происходит расхождение между ожиданием и реальностью. После чего может наступить разочарование в профессии.

Другая часть старшеклассников при выборе профессии опираются на свои приобретенные знания, умения, таланты и навыки. К примеру, сюда можно отнести нравственно-волевые, интеллектуальные и организаторские качества. Но так же не стоит забывать об самооценки. В основном обучающиеся либо переоценивают себя и свои возможности, либо наоборот недооценивают. И в первом и во втором случае очень неприятные прогнозы, если старшеклассник переоценивает свои возможности, имея не столь высокий их уровень, то сделанный им выбор профессии в дальнейшем приведет его к разочарованию. Соответственно и заниженная самооценка имеет аналогичный неблагоприятный прогноз в выборе профессии.

Важная часть профессионального самоопределения - это изменение учебной мотивации. Почти все старшеклассники рассматривают учебный процесс как фундамент для своей будущей трудовой профессиональной деятельности. Многих интересуют лишь те школьные дисциплины, которые пригодятся при поступлении и учёбе в вузе. Однако, если брать во внимание девятиклассников которые решают завершить обучение в школе, но передумывают, то их снова начинает волновать их успеваемость. Отсюда и берёт начало отсутствие интереса и недостаточное внимание к «ненужным» и «лишним» предметам, отказ от пренебрежительного отношения к оценкам которое присутствовало ранее. По мнению А.В. Петровского именно в старшем школьном возрасте появляется серьёзное и осознанное отношению к учебному процессу [9].

Когда большая часть выпускников уже к концу учебного года определись с будущей профессии и в какое учебное заведение будут поступать. То другая группа откладывают все на потом или сомневаются в своем выборе, к ним приходят на помощь родители. Родители начинают навязывать свое мнение, или что хуже заставляют выбирать ту или иную профессии, которую они сами хотят. Это давление со стороны родителей плохо влияет на старшеклассника. У ученика появляется повышенная тревожность, стресс, боязнь выбора профессии.

Таким образом, можно сказать, что родители имеют большое влияние на профессиональное самоопределение старшеклассников. Но есть два направления вмешательства в выбор профессии старшеклассника. Первое это когда родители давят на ребенка. И второе когда родители полностью поддерживают ребенка и помогают ему реализовать свою цель.

В старшей школе ученики уже решают или уже решили кем будут в дальнейший жизни. Но есть часть старшеклассников которые знают кем быть еще с младшего возраста. Такие дети категорично отказываются рассматривать другие профессиональные сферы. Многие современные психологи считают, что это защитный механизм. Возможно, старшеклассники как то пытаются уйти от проблем, от тревожности и сомнений. В дальнейшем, это может привести к разочарованию выбранной профессии [36].

В современном мире есть множества учебных заведений, даже в самых маленьких городах они присутствуют. Для выпускников наступает трудный период, какую профессию выбрать и куда именно пойти дальше учиться. Эти трудности могут возникать по причинам плохо проведенной профориентации или отсутствие информации, о каком либо высшем учебном заведение.

Следовательно, что бы решить все эти проблемы, в учебных заведениях должно быть психолого-педагогическое сопровождение старшеклассников, которое поможет им в профильной ориентации и профессиональном

самоопределении, а так же окажет поддержку в решении различных проблем, как: самопознание, поиск смысла жизни и достижение личной идентичности.

Так же в школах должна проводиться профориентационная работа со старшеклассниками. Ведь как мы уже знаем, профессиональное самоопределение тесно связано с профориентацией и рассматривается как сложный динамический процесс формирования личностью системы своих основополагающих отношений к профессионально-трудовой среде, развития и самореализации духовных и физических возможностей, формирования им адекватных профессиональных намерений и планов, реалистического образа себя как профессионала [41].

Профессиональное самоопределение оканчивается выбором старшеклассником профессии. Для помощи в выборе профессии, в школе проводиться ряд мероприятий посвященные профессиональному самоопределению. Где дают информацию о профессиях и рассказывают об учебных заведениях. Эти моменты являются основными составляющими процесса профессионального самоопределения на этапе выбора профессии.

Подводя итоги, хотелось выделить ряд моментов профессионального самоопределения старшеклассников:

1. Профессиональное самоопределение — это изучение и получение информации о мире профессиональной деятельности.

2. Главным компонентом профессионального самоопределения, это выбор своей профессиональной деятельности соотнесенным со своими способностями и возможностями.

3. Процесс профессионального самоопределения осуществляется с начала дошкольного возраст и заканчивается юношеском возрасте.

4. актуализация личности вызывает рядом действий. Например, такими как окачивание школы, поступление в высшее профессиональное заведение и т.д. Также отрицательные действия могут вызвать актуализацию личности. Например, как увольнение с работы, отчисление с профессионального заведения.

5. Главный компонент профессионального самоопределения является самостоятельность личности, которая постоянно развивается и актуализирует свои способности.

В заключении хотелось бы сказать, что профессиональное самоопределение является важным этапом для старшеклассников. Именно на этом этапе родители и учителя должны оказывать поддержку, а не критиковать или еще хуже давить на выбор профессии.

1.3. Обзор современных психологических исследований профессионального самоопределения и тревожности

Выбор профессиональной сферы происходит еще в школе. Старшеклассники начинают подготовку к своей будущей профессии, выбирая профильные предметы, изучают информацию об месте дальнейшего обучения. Но предстоящие выпускные экзамены, могут повлиять на выбор будущий профессии, а так же они влияют на дальнейшее поступления в учебные заведения [11].

За последние десятилетия в систему образования вступило в силу такое нововведение как Единый Государственный Экзамен (ЕГЭ). Решение было принято в 2001 году ввести ЕГЭ в качестве эксперимента заключительных работ после окончания школы. ЕГЭ проводится по сей день и считается одним из самых стрессовых экзаменов у юношей и девушек за период обучения, где каждый год повышают требования как к подготовке, так и к самой сдачи экзамена. В связи с этим проводится много исследований на тему влияния сдачи ЕГЭ на тревожность выпускников [13].

Проводя исследования В.Г.Граница по экзаменационной тревожности на старших классах, получила следующие результаты. Что у большинства выпускников с ЕГЭ ассоциируется паника, страх, повышенная тревожность и т.д. Экзаменационная тревожность является актуальной проблемой для учеников и психологов. Главное составляющие старшеклассника – это

положительный настрой на экзамены. Даже учителя и родители стали замечать то, что когда ребенок хорошо настроен и чувствует поддержку со стороны родных, экзаменационная тревожность снижается на минимальный уровень [15].

Часто с повышенной тревожностью сопровождается неуверенность, стресс, постоянный страх, а так же уменьшается работоспособность и т.д.

А.Ю. Лихачева выделила 5 факторов, влияющих на экзаменационную тревожность к сдаче ЕГЭ:

1 фактор – нет нужных знаний для сдачи ЕГЭ, плохая подготовка к экзаменам;

2 фактор - непосредственно индивидуальные особенности старшеклассника, которые оказываются плохое влияние на сдачу экзаменов;

3 фактор - некомпетентный учитель, который выбрал не тут тактику для подготовки старшеклассников к ЕГЭ;

4 фактор - проблемы, связанные с нервнопсихическими особенностями ученика;

5 фактор – атмосфера, в которой находится старшеклассник до и после сдачи ЕГЭ.

В своих работах Н.С. Пряжникова и С.Н. Чистякова говорят о проблеме профориентации, где учитывают все психолого-педагогические составляющие. Что именно доминирует при выборе профессии можно определить по уровню активности в непосредственном процессе самого профессионального самоопределения. Главными качествами, которыми определяют готовность к будущей профессиональной деятельности, это самостоятельность, активность, ответственность [32].

Проблема выбора профессиональной деятельности актуально для старшеклассников. Ведь перед ними стоит задача, это сдача ЕГЭ, так как на подготовку было затрачено много сил. Другая немаловажная проблема, это окончательный выбор профессии и будущего учебного заведения.

В последнее время психологи стали замечать, что обучение в школе сопровождается повышенной тревожности у учеников. Для некоторых учеников адекватный уровень тревожности, помогает справится с проблемами. Здесь тревога - фактор мобилизации внимания, памяти, интеллектуальных способностей. Но когда адекватный уровень пиближается к повышенной тревожности, то школьника охватывает страх. Стремясь избежать неуспеха, он откланяется от деятельности, либо ставит все на достижение успеха в конкретной ситуации и так изматывается, что «проваливается» в других ситуациях. И все это усиливает страх неудачи, тревожность возрастает, становясь постоянной помехой [13].

Для детей с повышенной тревожностью школьные года, являются трудными. У таких детей возникает страх перед экзаменами, ответом перед доской, ошибок в контрольной работе. Ученики с повышенной тревожностью постоянно молчат на уроках, даже когда их спрашивает учитель, ведь боятся допустить ошибку. А ведь если тревожность будет сопровождаться во все школьные года, то ребенок вырастает беспокойным, в будущем это может повлиять на профессиональную деятельность.

Профессиональное самоопределения для тревожных детей проходит сложно, они стремятся выбирать такие профессии, где будет наименьший шанс неудачи. Повышенная тревожность влияет на развитии личность. Например: плохо развиваются креативные способности, так же происходит замедление интеллектуальных способностей. Ведь ученик с адекватной тревожностью решителен, ставит перед с собой цели, не боится рисковать.

В современной психологии тревожность рассматривается как одна из черт личности человека. При этом ее принадлежность к тому или иному уровню психической организации человека до сих пор остается спорным вопросом; ее можно трактовать и как индивидное, и как личностное свойство человека.

Причиной проявление беспокойства всегда являются внутренние конфликты, когда желание и потребность мешают друг другу. Одна из

наиболее частых причин беспокойства - это чрезмерные требования к ребенку от родителей. Например: авторитарная система воспитания, где не учитываются желание самого ребенка, постоянная критика в его стороны, завышенные требование в обучении. Так же проявляется повышенная тревожность у отличников. Они боятся допускать ошибки, всегда стараются быть прилежными учениками, боязнь разочаровать своих родителей. Из-за чего и повышается тревожность.

Проявление повышенной тревожность, это знак о предстоящей опасности, в которой она помогает найти выход из проблемы. Поэтому адекватный уровень тревожности необходим, для решения какой либо ситуации. По-другому адекватная тревожность называется полезной. Но и бывают случаи, когда повышенная тревожность плохо влияет на человека. При возникновении деструктивной тревожности появляется паника, страх, человек закрыт от общества [35] .

В учебных заведениях проводят комплекс диагностики, направлены на изучение личности старшеклассника. В работе с учащимися используется комплекс психологических методик, обеспечивающих, во-первых, возможность получения каждым учащимся информации о своих индивидуальных психологических качествах и степени их соответствия требованиям той или иной профессии (диагностические методические процедуры) и во-вторых, возможность развития этих психологических качеств (развивающие методические процедуры в виде элементов интеллектуального и социально-психологического тренинга, психотехнических, сюжетно-ролевых и деловых игр).

Развивающая психологическая диагностика выступает в качестве важнейшего элемента в системе профориентационной работы, поскольку именно в условиях психологического самоизучения у учащихся формируется «образ «Я» в единстве трех основных составляющих (когнитивной, эмоциональной, регуляторной). В свою очередь, повышение уровня самосознания (рефлексии) обеспечивает, с одной стороны, возможность

осознанного и обоснованного выбора учащимися профессий с учетом собственных психологических особенностей и, с другой - возможность более полной профессиональной самореализации в будущей профессиональной деятельности с учетом жестких требований рыночной экономики [27].

Самоконтроль является главным качеством успешного прохождения процесса профессионально самоопределения. А так же за успешным развитием этого процесса следят родители, учителя, психологи.

Для успешного выбора профессии для старшеклассника, помогают родители. Они записывают их на курсы профориентации, которые в дальнейшем помогут старшекласснику успешно выбрать профессию. Родители должны быть в курсе, чем увлекается их ребенок, какие он имеет способности и возможности. Они должны поддерживать школьника, а не давить на него, возможно давать ненавязчивые советы, прислушиваться к желаниям ребенка.

В заключение хотелось сказать, что тревожность — это индивидуальная особенность каждого человека, предупреждая его об опасности или предвещание какой либо проблемы. Психологами было выделено, что повышенная тревожность влияет как положительно, так и отрицательно. На профессиональное самоопределение школьников влияют множество факторов. Например: большое влияние имеет семья на выбор старшеклассника, так же влияют и сверстники на него. Профессиональное самоопределение происходит на основе социальных позиций личности, профессиональная ориентированность молодого человека базируется на его социальной ориентированности.

Выводы по 1 главе

Тревожность рассматривается как переживание эмоционального дискомфорта, связанного с ожиданием неприятностей, предчувствием надвигающейся опасности. Тревожность проявляется как эмоциональное

состояние и как устойчивая особенность, индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности к частым и интенсивным переживаниям тревоги. Тревожность как психическое свойство имеет сильно выраженную возрастную специфику. Для каждого возраста возникают некоторые области жизни, которые могут вызвать повышенную тревожность у большинства детей вне зависимости от наличия какой-либо опасности. Такие пики тревожности называют возрастными, они обусловлены возрастными задачами развития.

Профессиональное самоопределение – это сложный и длительный процесс выбора профессии. Главная цель профессионального самоопределения – это постепенное формирование внутренней готовности самостоятельно и осознанно планировать, корректировать и реализовывать перспективы своего профессионального, жизненного и личностного развития.

Самым сложным и длительным процессом для старшеклассника есть и остается профессиональное самоопределение, которое включает в себя развитие самосознания, формирование системы ценностных ориентации, прогнозирование своего будущего и создание эталонов в виде идеального образа профессионала

На сегодняшний день формирование готовности к выбору будущей профессии достигается в ходе целенаправленного воздействия на личность. Для правильного выбора профессии важно не только определить способности, мотивы и индивидуальные черты характера, а в первую очередь — профессиональную направленность субъекта.

Влияние уровня тревожности на профессиональное самоопределение очевидно, так как тревожность влияет на интеллектуальное развитие школьника, не развиваются творческие способности, оригинальность мышления, любознательность. К настоящему времени тревожность изучается как один из основных параметров индивидуальных различий. При этом ее принадлежность к тому или иному уровню психической организации

человека до сих пор остается спорным вопросом; ее можно трактовать и как индивидное, и как личностное свойство человека.

Глава 2. Эмпирическое исследование профессионального самоопределения старшеклассников с разными показателями тревожности

2.1. Описание процедуры и методов исследования

Исследование, целью которого являлось изучение профессионального самоопределения старшеклассников с разными показателями тревожности, для использования диагностических данных в консультированной практике работы педагога-психолога, проводилось на базе МОУ СОШ №1 г. Каменки. В исследовании приняли участие 45 человек в возрасте от 15 до 17 лет из них 27 девушек и 18 юношей.

Эмпирическое исследование включало в себя три этапа.

На первом этапе было проведено исследование профессиональное самоопределения. Для этого был использован тест «Определение типа личности» Дж. Голланда. Данный тест позволяет соотнести интересы учеников с различными профессиями для наилучшего выбора профессии. Тест был разработан американским психологом Джоном Холландом в середине 20 века.

В ходе прохождения данного теста испытуемым предлагается 42 пары профессий. Из каждой пары необходимо выбрать одну профессию.

Обработка заключается в сравнении результатов с ключом. В тесте каждая профессия соответствует конкретному типу личности. За каждое совпадение с ключом начисляется 1 балл.

По результатам методики можно выявить 7 типов личности:

Реалистичесий тип – к данному типу относятся люди, которые отдают предпочтение к профессиям требующим ловкости, моторики, конкретности.

Интеллектуальный тип – к данному типу относятся люди, которые предпочитают выбирать профессии связанные с умственным трудом.

Социальный тип - к данной категории относятся люди, предпочитающие выбирать профессии, связанные с общением с людьми и всевозможным взаимодействием с социумом.

Конвенциональный тип - люди данного типа выбирают профессии связанные с числовой работой и обработкой информации по шаблону.

Предприимчивый тип – к данному типу относятся люди, которые выбирают профессии связанные с руководящими должностями, а также где требуются быстрое принятие решения и красноречия.

Артистический тип – к данной категории относятся люди которые предпочитают выбирать профессии с творческой деятельностью.

Так же на первом этапе проводился опросник «Определение профессиональных предпочтений» Л. Йовайши. Этот опросник направлен на выявление профессиональных склонностей.

Обработка заключается в сравнение результатов с ключом. В ключе указано, какая именно профессия какой профессиональной сфере соответствует. За каждое совпадение с ключом начисляется 1 балл.

По результатам опросника можно определить, к какой сфере относится человек: к сфере умственного или физического труда, технических интересов, искусства, работы с людьми

На втором этапе проводилось психологическое исследование тревожности с помощью следующих методик: «Шкала тревожности» Дж. Тейлора и «Шкала личностной тревожности» Р.Кондаша.

Методика «Шкала тревожности» Дж. Тейлора, применяется для измерения уровня тревожности, впервые была опубликована в 1953 году.

В ходе прохождение этой методики испытуемым предлагается ответить на 50 утверждений только «да» или «нет».

Обработка заключается в том, что сначала обрабатывается шкала лжи. Она диагностирует насколько испытуемый был честен при прохождения методики. Если показатель превышает 6 баллов, то это говорит о том, что

испытуемый не был искренен во время прохождения. Далее, начинается подсчет по шкале тревоги.

Так же на втором этапе была проведена методика «Шкала личностной тревожности» Р.Кондаша. Данная методика помогает выявить тревожность по таким субшкалам: как общая, межличностная, школьная, самооченочная тревожность.

В ходе прохождения данной методики испытуемому предлагается оценить степень своей тревожности с приведенными утверждениями, которых в методики 30.

Оценочная шкала выглядит следующим образом:

0-если ситуация совершенно не кажется тебе неприятной;

1-если она немного тревожит, беспокоит тебя;

2-если беспокойство и страх достаточно сильны и тебе хотелось бы не попадать в такую ситуацию, в столбик;

3-если ситуация очень неприятна и с ней связаны сильные беспокойство, тревога, страх;

4-при очень сильном беспокойстве, очень сильном страхе.

При обработке ответ на каждый из пунктов шкалы оценивается количеством баллов, соответствующим округленной при ответе на него цифре. В заключении подсчитывается общая сумма баллов по шкале в целом и отдельно по каждой субшкале.

На третьем этапе осуществлялась математическая обработка с помощью ранговой корреляции Спирмена. Метод ранговой корреляции Спирмена позволяет определить тесноту (силу) и направление корреляционной связи между двумя признаками или двумя профилями (иерархиями) признаков.

Практический расчет коэффициента ранговой корреляции Спирмена включает следующие этапы:

1) Поставить каждому из признаков их порядковый номер (ранг) по возрастанию (или убыванию).

2) Определить разности рангов каждой пары сопоставляемых значений.

3) Возвести в квадрат каждую разность и суммировать полученные результаты.

4) Вычислить коэффициент корреляции рангов.

2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования

На первом этапе нашего исследования был проведен тест «Определение типа личности» (Дж. Голланда). Данные представлены на рисунке 1. Индивидуальные данные испытуемых представлены в Приложении (табл. 1)

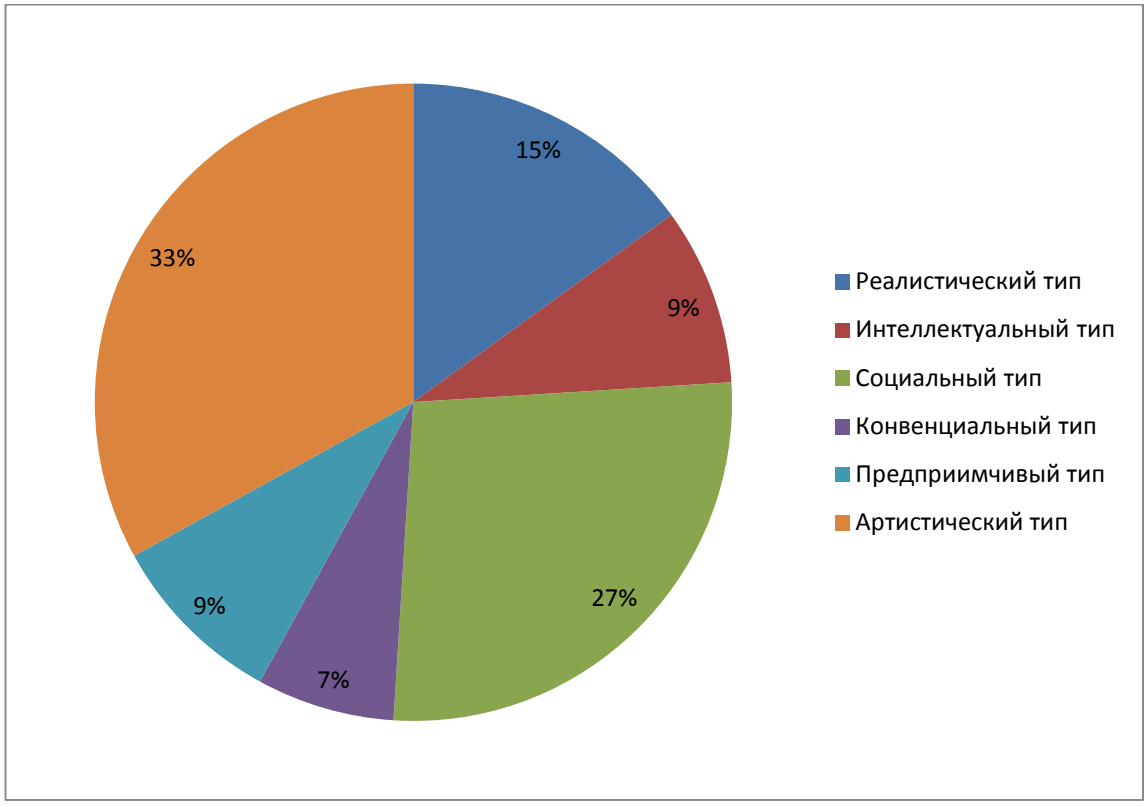

Рис. 1. Результаты теста «Определение типа личности» (Дж. Голланда).

По данным предоставленным на рисунке 1. можно сделать вывод о том, что у 15% испытуемых реалистический тип личности. Это свидетельствует о том, что старшеклассники, относящиеся к данной категории, предпочитают работать с вещами, а не с людьми. Они предпочитают работать одни.

Хорошо адаптируются к новой обстановке, являются эмоционально-стабильными и трудолюбивыми людьми. Также у них преобладают невербальные способности. Испытуемые, относящиеся к этому типу, предпочитают выполнять работу, требующую силы, ловкости, подвижности, хорошей координации движений, навыков практической работы.

У 9% обследуемых выявлен интеллектуальный тип личности. Это говорит о том, что ученики, относящие к данному типу, предпочитают выбирать работу, связанную с интеллектуальным трудом. Им присуща как пластичность, так и ригидность в действиях. Они любознательны и любят работать в одиночку. Отличаются целеустремленностью, настойчивостью, терпеливостью. Испытуемых, относящихся к данной категории, отличают аналитические способности, рационализм, независимость и оригинальность мышления, умение точно формулировать и излагать свои мысли, решать логические задачи, генерировать новые идеи. Старшеклассники часто выбирают научную и исследовательскую работу. Им нужна свобода для творчества.

Социальный тип личности характерен для 27% старшеклассников. Это указывает на то, что старшеклассники, предпочитают выбирать профессии связанные с общением, взаимодействием с другими людьми. Они постоянно нуждается во взаимодействие с обществом, не любят работать одни. У испытуемых хорошо развиты вербальные способности, быстро находят контакт с социумом. В незнакомой обстановке адаптируется быстро. Ученики, относящиеся к этому типу, предпочитают профессиональную деятельность, связанную с обучением, воспитанием, обслуживанием.

У 7% испытуемых наблюдается конвенциальный тип личности. Это указывает на то, что у старшеклассников имеется склонность к структурированной деятельности. Для испытуемых характерен консерватизм, настойчивость, дисциплинированность. Преобладают невербальные способности. Ученики этого типа предпочтительны к работе, связанной с обработкой и систематизацией информации, предоставленной в виде

условных знаков, цифр, формул, текстов (ведение документации, установление количественных соотношений между числами и условными знаками). Они отличаются аккуратностью, пунктуальностью, практичностью, ориентированы на социальные нормы, предпочитают четко регламентированную работу.

Предприимчивый тип личности был зафиксирован у 9% испытуемых. Для старшеклассников этого типа характерны лидерские качества. Они постоянно ставят перед собой цели, которые позволяют проявить энергию, энтузиазм. Наделены как вербальными, так и невербальными способностями, обладают хорошей интуицией и навыками эффективного межличностного взаимодействия. Интересуется различными сферами жизни и деятельности. Испытуемые быстро ориентируется в незнакомой обстановке. Для них сложна работа, требующая длительная концентрация внимания. Предпочитают деятельность, требующую энергии, организаторских способностей, связанную с руководством, управлением и влиянием на людей.

У 33% учеников артистический тип личности. Это свидетельствует о том, что испытуемые выбирают профессии связанные с творческой деятельностью. У них хорошо развиты вербальные способности, а так же имеют богатое воображение. Обладают хорошей интуицией. Ученики, относящиеся к этому типу очень чувствительны и эмоциональны. Они не ориентируется на социальные нормы, обладают необычном взглядом на жизнь.

Результаты исследования по опроснику «Определение профессиональных предпочтений» Л. Йовайши представлены на рисунке 2.

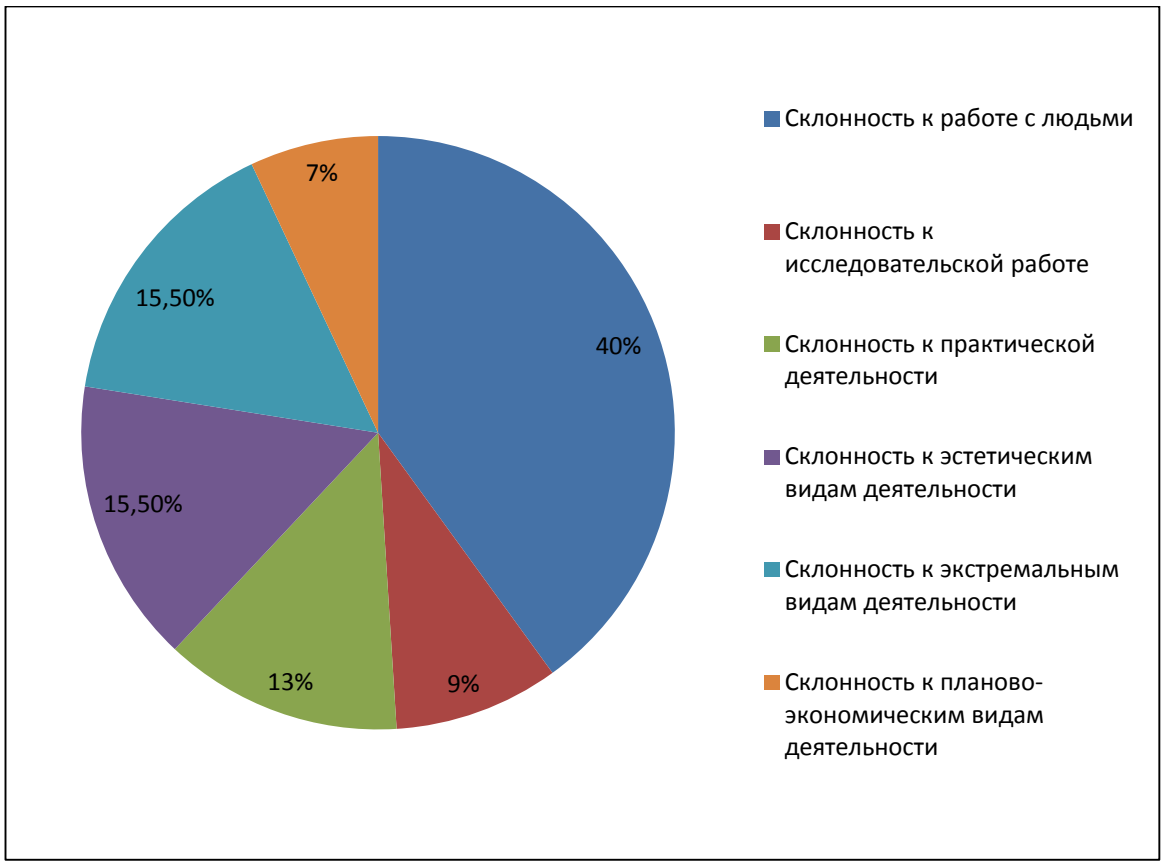

Рис. 2. Результаты опросника «Определение профессиональных предпочтений» (Л. Йовайши)

По данным представленным на рисунке 2. можно сделать вывод о том, что у 40% испытуемых имеется склонность к работе с людьми. Это профессии связанные с непосредственным взаимодействие с социумом. Для испытуемых характерно хорошо развитые вербальные способности. Они быстро находят общий язык с незнакомыми людьми. Испытуемые выбирают профессии связанные с обучением, воспитанием, управлением и обслуживанием.

Склонность к исследовательской работе имеют 9% испытуемых. Это профессии, связанные с научной деятельностью. Старшеклассники, относящиеся к данной категории, предпочитают работать одни. У этих испытуемых преобладают невербальные способности. Они отличаются своей рациональностью, независимостью суждений, аналитическим складом ума.

13% испытуемых имеют склонность к практической деятельности. Это профессии связанные с производством и обработкой металла сборкой, монтажом и механизмом, ремонтом, обслуживанием электронного и механического оборудования.

Склонность к эстетическим видам деятельности имеют 15,5% обследуемых. Это профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью. Испытуемых, имеющих такую склонность, отличает от других то, что они оригинальны, независимы от чужого мнения, у них хорошо развито воображение.

У 15,5% испытуемых имеется склонность к экстремальным видам деятельности. Это профессии, связанные с риском и требующие физической подготовки. Для испытуемых подойдут такие профессии, которые связанны с занятием спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельностью, службой в армии.

Склонность к планово-экономическим видам деятельности наблюдаются у 7% испытуемых. Это профессии связанные с анализом информации. Для испытуемых, предпочитающих данный вид деятельности, характерны следующие качества: пунктуальность, аккуратность, перфекционизм.

На втором этапе исследования мы провели диагностику уровня и показателей тревожности у старшеклассников.

По результатам методики «Шкала тревожности» Дж.Тейлора были получены результаты, представленные на рисунке 3.

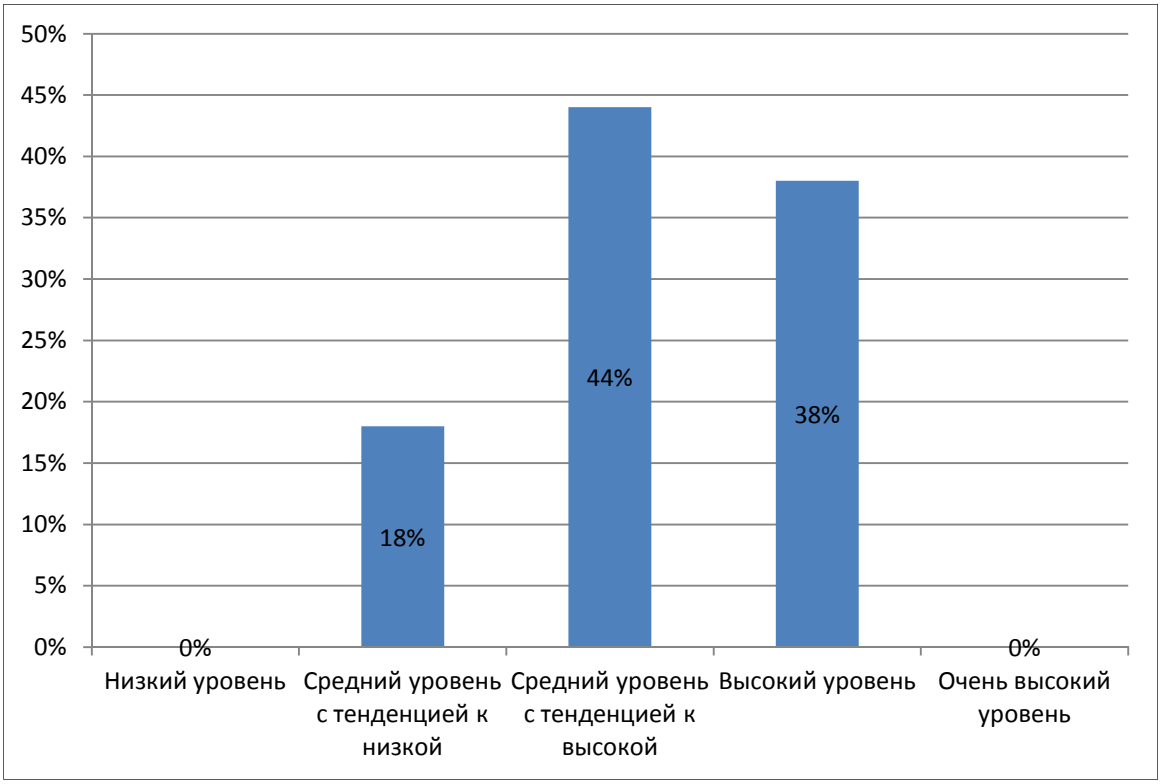

Рис. 3. Результаты исследования по тесту «Шкала тревожности» (Дж.Тейлора)

По данным представленным на рисунке 3. можно сказать, что испытуемых с низким и очень высоким уровнем тревожности зафиксировано не было. У 18% респондентов средний уровень тревожности с тенденцией к низкой. А средний уровень с тенденцией к высокой тревожности у 44% обследуемых. У 38% испытуемых высокий уровень тревожности.

Для изучения разных типов тревожности мы использовали методику «Шкала личностной тревожности» Р.Кондаша. Данные представлены в табл.1.

Таблица 1

Анализ результатов методики «Шкала личностной тревожности»

Р. Кондаша (в %)

Тип тревожности / Уровень тревожности	Общая тревожность	Школьная тревожность	Самооценочная тревожность	Межличностная тревожность
Низкий	22	11	20	18
Нормальный	64	46	62	54
Несколько повышенный	9	24	11	25
Высокий	5	18	7	3
Очень высокий	0	0	0	0

По данным представленным в табл.1, можно сделать вывод, что по шкале «Общая тревожность» низкий уровень наблюдается у 22% испытуемых. У 64% респондентов нормальный уровень тревожности по школе «Общая тревожность». Несколько повышенный уровень тревожности характерен 9% старшеклассников по шкале «Общая тревожность». У 5% обследуемых наблюдается высокий уровень тревожности по шкале «Общая тревожность». Испытуемых с очень высоким уровнем тревожности зафиксировано не было.

У 11% испытуемых выявлен низкий уровень школьной тревожности. Нормальный уровень школьной тревожности наблюдается у 46% испытуемых. У 24% респондентов несколько повышенный уровень школьной тревожности. Высокий уровень школьной тревожности имеют 18% испытуемых. Испытуемых с очень высоким уровнем школьной тревожности зафиксировано не было.

У 20% испытуемых низкий уровень самооценочной тревожности. Нормальный уровень самооценочной тревожности наблюдается у 62% обследуемых. Для 11% испытуемых характерна несколько повышенная самооценочная тревожность. У 7% респондентов высокий уровень

самооценочной тревожности. Испытуемых с очень высоким уровнем самооценочной тревожности зафиксировано не было.

У 18% испытуемых низкий уровень межличностной тревожности. Нормальный уровень межличностной тревожности наблюдается у 54% респондентов. У 25% старшеклассников несколько повышенная межличностная тревожность. Высокий уровень межличностной тревожности наблюдается у 3% обследуемых. Испытуемых с очень высоким уровнем межличностной тревожности зафиксировано не было.

Для исследования связи между профессиональным самоопредением и показателями тревожности старшеклассников был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Результаты расчетов представлены в табл.2.

Таблица 2

Результаты исследования связи между профессиональным самоопределением и показателями тревожности старшеклассников

Тип тревожности / Профессиональные предпочтения	Общая тревож-ность	Школьная тревож-ность	Самооценоч-ная тревожность	Межличност-ная тревожность
Реалистичный тип	0,293*	-0,053	-0,149	-0,12
Интеллектуальный тип	0,008	0,006	0,151	-0,036
Социальный тип	-0,084	0,007	0,042	0,19
Конвенциональный тип	-0,128	-0,185	0,292*	-0,223
Предприимчивый тип	0,294*	0,298*	-0,157	-0,183
Артистический тип	0,071	0,373**	0,343**	0,29*
Склонность к работе с людьми	-0,06	0,006	-0,064	0,059
Склонность к исследовательской деятельности	-0,142	0,014	0,16	0,007

Тип тревожности / Профессиональные предпочтения	Общая тревож-ность	Школьная тревож-ность	Самооценоч-ная тревожность	Межличност-ная тревожность
Склонность к практической деятельности	0,209	-0,046	-0,062	-0,043
Склонность к эстетическим видам деятельности	0,078	0,124	0,168	0,136
Склонность к экстремальным видам деятельности	0,089	0,104	0,066	-0,069
Склонность к планово-экономическим видам деятельности	-0,302	-0,191	-0,188	-0,089

Критические значения для N = 45

** Корреляция статистически значима при $\mathbf{r_{s}}_{0.01} \geq 0,37$

* Корреляция статистически значима при $\mathbf{r_{s}}_{0.05} \geq 0,29$

По результатам математико-статистической обработки данных с помощью метода ранговой корреляции Спирмена мы обнаружили следующие связи:

Существует связь между реалистическим типом и общей тревожностью (rs=0,293, при p≤0,05). Мы можем предположить, что старшеклассники, у которых наблюдается этот тип, очень ответственны, работают очень тщательно и аккуратно, выполняют любую работу по регламенту. В связи с этим можно сказать, что они боятся допустить ошибку, из-за чего у них повышается тревожность.

Существует связь между конвенциональным типом и самооценочной тревожностью (rs=0,292, при p≤0,05). Можно предположить, что старшеклассники с конвенциональным типом личности обладают высоким самоконтролем, консервативностью, практичностью, упорством. Однако из-за постоянной занятости в учёбе такие ученики могут испытывать

тревожность относительно своего внешнего вида в связи с нехваткой времени на уход за собой.

Существует связь между предприимчивым типом и общей (rs=0,294, при p≤0,05), а также школьной тревожностью (rs=0,298, при p≤0,05). Мы можем предположить, что у этой категории учеников хорошо развиты организаторские способности, они склонны постоянно придумывать что-то новое. Их тревожность может возникнуть из-за мысли, что их идеи не примут и они сами будут отвергнуты.

Существует связь между артистическим типом и самооценочной (rs=0,373, при p≤0,01), школьной (rs=0,343, при p≤0,01) и межличностной тревожностью (rs=0,29, при p≤0,05). Артистичный тип подвержен постоянной критике, для таких учеников важно всегда выглядеть презентабельно и поэтому они заботятся о своей внешности. Этот тип очень чувствительный, постоянно подвержен стрессу.

Таким образом, можно сделать следующий вывод: гипотеза о том, что существует связь типов профессионального самоопределения старшеклассников с уровнем и видами тревожности, такими как: общая, школьная, самооценочная, межличностная на уровне математико-статистической обработки подтвердилась.

Выводы

Исследование, целью которого являлось изучение профессионального самоопределения старшеклассников с разными показателями тревожности, для использования диагностических данных в консультированной практике работы педагога-психолога, проводилось на базе МОУ СОШ №1 г. Каменки. В исследовании приняли участие 45 человек в возрасте от 15 до 17 лет из них 27 девушек и 18 юношей.

Эмпирическое исследование включало в себя три этапа.

На первом этапе было проведено исследование профессиональное самоопределения. Для этого был использован тест «Определение типа личности» Дж. Голланда.

По результатам проведенного теста показатели по тип личности распределились следующим образом: по реалистичному типу – 15%, по интеллектуальному типу – 9%, по социальному типу – 27%, по конвенциональному типу – 7%, по предприимчивому типу – 9%, по артистическому типу – 33%.

Также на первом этапе проводился опросник «Определение профессиональных предпочтений» Л. Йовайши. Этот опросник направлен на выявление профессиональных склонностей.

По результатам проведенного опросника по сферам профессиональной деятельности было получено следующие: склонность к планово-экономическим видам деятельности – 7%, склонность к работе с людьми – 40%, склонность к практической деятельности – 13%, склонность к экстремальным видам деятельности – 15,5,склонность к эстетическим видам деятельности – 15,5%, склонность к исследовательской работе – 9%.

На втором этапе исследования провели диагностику уровня тревожности с помощью методики «Шкала тревожности» Дж. Тейлора.

По результатам методики «Шкала тревожности» можно сказать, что испытуемых с низким и очень высоким уровнем тревожности зафиксировано

не было. У 18% респондентов средний уровень тревожности с тенденцией к низкой. А средний уровень с тенденцией к высокой тревожности у 44% обследуемых. У 38% испытуемых высокий уровень тревожности.

Также на втором этапе была проведена методика «Шкала личностной тревожности» Р.Кондаша. Данная методика помогает выявить тревожность по таким субшкалам: как общая, межличностная, школьная, самооченочная тревожность.

По результатам методики «Шкала личностной тревожности» было выявлено следующие:

По шкале «Общая тревожность» низкий уровень наблюдается у 22% испытуемых. У 64% респондентов нормальный уровень тревожности по школе «Общая тревожность». Несколько повышенный уровень тревожности характерен 9% старшеклассников по шкале «Общая тревожность». У 5% обследуемых наблюдается высокий уровень тревожности по шкале «Общая тревожность». Испытуемых с очень высоким уровнем тревожности зафиксирована не было.

У 11% испытуемых выявлен низкий уровень школьной тревожности. Нормальный уровень школьной тревожности наблюдается у 46% испытуемых. У 24% респондентов несколько повышенный уровень школьной тревожности. Высокий уровень школьной тревожности имеют 18% испытуемых. Испытуемых с очень высоким уровнем школьной тревожности зафиксировано не было.

У 20% испытуемых низкий уровень самооценочной тревожности. Нормальный уровень самооценочной тревожности наблюдается у 62% обследуемых. Для 11% испытуемых характерена несколько повышенная самооценочная тревожность. У 7% респондентов высокий уровень самооценочной тревожности. Испытуемых с очень высоким уровнем самооценочной тревожности зафиксировано не было.

У 18% испытуемых низкий уровень межличностной тревожности. Нормальный уровень межличностной тревожности наблюдается у 54%

респондентов. У 25% старшеклассников несколько повышенная межличностная тревожность. Высокий уровень межличностной тревожности наблюдается у 3% обследуемых. Испытуемых с очень высоком уровнем межличностной тревожности зафиксировано не было.

По результатам математико-статистической обработки данных с помощью метода ранговой корреляции Спирмена мы обнаружили следующие связи:

Существует связь между реалистическим типом и общей тревожностью (rs=0,293, при p≤0,05). Мы можем предположить, что старшеклассники, у которых наблюдается этот тип, очень ответственны, работают очень тщательно и аккуратно, выполняют любую работу по регламенту. В связи с этим можно сказать, что они боятся допустить ошибку, из-за чего у них повышается тревожность.

Существует связь между конвенциональным типом и самооценочной тревожностью (rs=0,292, при p≤0,05). Можно предположить, что старшеклассники с конвенциональным типом личности обладают высоким самоконтролем, консервативностью, практичностью, упорством. Однако, из-за постоянной занятости в учёбе такие ученики могут испытывать тревожность относительно своего внешнего вида в связи с нехваткой времени на уход за собой.

Существует связь между предприимчивым типом и общей (rs=0,294, при p≤0,05), а так же школьной тревожностью (rs=0,298, при p≤0,05). Мы можем предположить, что у этой категории учеников хорошо развиты организаторские способности, они склонны постоянно придумывать что-то новое. Их тревожность может возникнуть из-за мысли, что их идеи не примут и они сами будут отвергнуты.

Существует связь между артистическим типом и самооценочной (rs=0,373, при p≤0,01), школьной (rs=0,343, при p≤0,01) и межличностной тревожностью (rs=0,29, при p≤0,05). Артистичный тип подвержен постоянной критике, для таких учеников важно всегда выглядеть

презентабельно и поэтому они заботятся о своей внешности. Этот тип очень чувствительный, постоянно подвержен стрессу.

Таким образом, можно сделать следующий вывод: гипотеза о том, что существует связь типов профессионального самоопределения старшеклассников с уровнем и видами тревожности, такими как: общая, школьная, самооценочная, межличностная на уровне математико-статистической обработки подтвердилась.

Заключение

В представленной работе, целью которой являлось изучение профессионального самоопределения старшеклассников с разными показателями тревожности, для использования диагностических данных в консультированной практике работы педагога-психолога, были проанализированы данные теоретических и практических исследований по проблеме изучения профессионального самоопределения старшеклассников с разными показателями тревожности; проведено диагностическое исследование связи профессионального самоопределения и показателей тревожности; проанализированы результаты диагностики и интерпретированы выявленные различия, а также сформулированы выводы исследования.

В теоретической главе были рассмотрен анализ понятие «тревожность» психологические особенности студенческого возраста; рассмотрены особенности профессионального самоопределения старшеклассников, а также сделан обзор современных психологических исследований профессионального самоопределения и тревожности.

На современном этапе исследования достаточно много работ по изучению профессионального самоопределения и тревожности, однако существует достаточно мало работ, посвященных связи данных показателей между собой. В связи с этим, нами было проведено исследование, в результате которого гипотеза о том, что существует связь типов профессионального самоопределения старшеклассников с уровнем и видами тревожности, такими как: общая, школьная, самооценочная, межличностная на уровне математико-статистической обработки подтвердилась.

Список используемых источников

1. Аракелов Н.Е., Лысенко Е.Е. «Психофизиологический метод оценки тревожности» / Психологический журнал, 2010. - с. 482.
2. Аракелов Н.Е., Шишкова Н. «Тревожность: методы ее диагностики и коррекции» //Вестник МУ, сер. Психология, 2010. - с. 268.
3. Астапов В.Н. Функциональный подход к изучению состояния тревоги // Психологический журнал, 2008. - №5. - С. 14-18.
4. Божович Л.И. Проблемы формирования личности / Под ред. Д. И. Фельдштейна. - М.: изд-во «Институт практической психологии», 2005. - 352 с.
5. Винокуров Л.Н. Основы педагогической диагностики и профилактики нервно-психических нарушений у детей и подростков. - Кострома: Изд-во Костром.гос. пед. ун-та, 2006. - 250 с.
6. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. – СПБ, 1997.- 224с. Выявление самооценки и тревожности в подростковом возрасте/ Г.А. Мамадалиева// Использование педагогических методов и традиций народов Средней Азии в воспитании молодежи: материалы научно-практической конференции (Спитамен, 26 апр. 2005г.)/ Худж. гос. ун-т им. Б. Гафурова. – Худжанд, 2005. - С. 35-46.
7. Гисс М.Е., Валышкина А.А. Диагностика уровня тревожности в подростковом возрасте и методы ее коррекции / М.Е. Гисс, А.А. Валышкина // В книге: Молодежь XXI века: образование, наука, инновации Материалы VI Всероссийской студенческой научно-практической конференции с международным участием. В 3-х частях. Под редакцией А.С. Хомченко. –М., 2017. - С. 67-68.
8. Гупта М.К. Как всегда оставаться счастливым. Рекомендации по преодолению стресса, нервного напряжения и тревожности / М.К. Гупта. - М.: АСТ, Астрель, 2016. - 128 с.

9. Гурова Е. В. Профориентационная работа в школе: методическое пособие. - Москва: Просвещение, 2007. – 95 с.

10. Долгая М.В. Тревожность и агрессивное поведение подростков / М.В. Долгая // В сборнике: Повышение качества профессиональной подготовки специалистов социальной и образовательной сфер. Сборник научных статей. Витебск, 2018. - С.127-130.

11. Зеер Э.Ф. Психология профессионального самоопределния в ранней юности. - МПСИ, 2008.

12. Карандашев В. Н. Изучение оценочной тревожности. Руководство по использованию / В.Н. Карандашев, М.С. Лебедева, Ч. Спилбергер. - М.: Речь, 2016. - 80 с.

13. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям: Педагогика и психология, Соц. педагогика, Педагогика. - М.: Academia, 2004. – 301 с.

14. Климова Е.К. Психология успеха. Тренинг личностного и профессионального развития: учебно-методическое пособие — Спб: Речь, 2013.

15. Козловский О.В. Как правильно выбрать профессию: методики, тесты, рекомендации. – Донецк, 2006. – 800 с.

16. Коменского Е. А. Панько.- МН.: УНІВЕРСІТЭЦКАЕ, 2006 г. – 237 с.

17. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Развитие человека от рождения до поздней зрелости / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. - М.: Юрайт, 2015. - 464 с.

18. Левин К. Кризисы детского возраста. // ПСИХОЛОГИЯ (электронный ресурс) // (http://lutim. narod.ru/dip. htm#Кризис подросткового возраста.), 2012.

19. Левитов Н.Д. Психическое состояние беспокойства и тревоги //Вопросы психологии, 2004.-№1.-С.23-27.

20. Ложечкина А.Д., Очирова М. Тревожность подростков. Факторы риска, диагностика и условия коррекции / А.Д. Ложечкина, М. Очирова. – Saarbrücken: LAP LAMBERT, 2016. – 129 с.

21. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми.- М.: Академия, 2010.-190 с.

22. Малыгина А.С. Тревожность как определяющий фактор поведения у подростков / А.С. Малыгина // В сборнике: Актуальные ориентиры профилактики социальных отклонений молодежи. Сборник трудов кафедры социальной педагогики и психологии, 2018. - С.183-188.

23. Маркина О.В. Особенности психолого-педагогической коррекции тревожности подростка / О.В. Маркина // Студенческая наука XXI века, 2016. - № 1-1 (8). - С. 202-205.

24. Мерлин В.С. Некоторые принципы психологической характеристики свойств темперамента. - Пермь, 2010. - С. 3-22.

25. Микляева А.В. Диагностика школьной тревожности: комплексный характер работы по профилактике и коррекции школьной тревожности, учитывающий возраст учащегося / А.В. Микляева, П.В. Румянцева // Педагогическая диагностика, 2006. - № 1. - С. 32-53.

26. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. 8-е изд., стереотип / В.С. Мухина. - М.: Академия, 2015. - 456 с.

27. Немов Р.С. Психология: Учеб. Пособие для студентов высш. пед. учеб.заведений: В 3 кн. – кн. 3: Психодиагностика. Введение в научно – психологическое исследование с элементами математической статистики – 3-е изд. – М.: Гуманит. Центр ВЛАДОС, 2006. – 632 с.

28. Нечаенко И.Я. Особенности тревожности в подростковом возрасте / И.Я. Нечаенко // Современные тенденции развития науки и технологий, 2016. - № 10-13. - С. 102-104.

29. Петровский А.В. Социальная психология. / А. В. Петровский. – М.: Просвещение, 2005. – 436 с.

30. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. - М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2006. - 304 с.

31. Прядеин В.П. Психодиагностика личности: Избранные психологические тесты: Практикум / В.П. Прядеин.-Сургут: Сургутский гос. пед. ун-т, 2014.-215 с.

32. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). - М.: ВАКО, 2005. - 288 с.

33. Психологические особенности тревожности в подростковом возрасте/Г.А. Мамадалиева, С. Расулов // Вестник Таджикского национального университета, 2010.- №4.-С. 216-220.

34. Путч. Хроника тревожных дней. - М.: Прогресс, 2015. - 288 с.

35. Рачин А. П. Депрессивные и тревожные расстройства / А.П. Рачин, Е.В. Михайлова. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 106 с.

36. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. - М.: Генезис, 2007. - 128 с.

37. Спилбергер С. Изучение оценочной тревожности. – М., Речь, 2004.- С. 15-19.

38. Степанский В. И. Психологические факторы выбора профессии: теория, эксперимент: учебно-методическое пособие. - Москва: Московский психолого-социальный ин-т, 2006. - 108 с.

39. Фрейд З. Психоанализ и детские неврозы //Фрейд З. Психоаналитические этюды.-Минск, СТК, 2001.- С.187.

40. Хеллэм Р. Консультирование по проблемам тревожности / Ричард Хеллэм. - М.: ПЕР СЭ, Институт консультирования и системных решений, 2016. - 191 с.

41. Шеховцова Л. Ф. Психологическое сопровождение выбора профессии в школе. - Ростов-на-Дону: Феникс; Санкт-Петербург: Северо-Запад, 2006. - 175 с.

42. Шмаков В.М. О психоаналитической теории личности З. Фрейда и периодизации психического развития. // ЮТО ОППЛ, АНО «Институт здоровья» (электронный ресурс), 2012.

43. Ястребова А.Б. Коррекция тревожности у учащихся общеобразовательной школы. - Минск, ХАРВЕСТ, 2009. – С.15-19

Приложение

Таблица 1

Индивидуальные данные испытуемых по тесту «Определение типа личности» Дж. Голланда

№	Реалистический тип	Интеллектуальный тип	Социальный тип	Конвенциальный тип	Предприимчивый тип	Артистический тип
1.	4	8	7	10	10	5
2.	8	2	10	8	4	9
3.	1	7	10	8	9	4
4.	8	4	10	3	5	12
5.	8	6	8	6	8	8
6.	8	6	9	8	2	9
7.	4	7	11	6	7	5
8.	10	6	7	6	7	5
9.	4	8	9	4	6	11
10.	7	8	8	4	8	7
11.	7	5	11	6	7	6
12.	5	5	9	6	10	6
13.	5	5	7	5	10	8
14.	8	5	8	4	6	10
15.	7	7	7	5	7	11
16.	11	7	8	7	7	3
17.	5	6	7	13	8	5
18.	7	4	7	5	8	13
19.	8	5	7	3	6	13
20.	5	9	8	4	8	9
21.	8	10	6	6	8	5
22.	7	9	8	3	6	10
23.	6	5	11	5	8	6

№	Реалисти-ческий тип	Интеллек-туальный тип	Социа-льный тип	Конвен-циальный тип	Предприим-чивый тип	Артисти-ческий тип
24.	8	9	8	6	8	3
25.	6	2	9	7	7	10
26.	13	6	7	7	6	3
27.	3	4	13	7	7	7
28.	3	8	7	8	8	9
29.	8	4	8	6	14	4
30.	8	3	11	6	9	5
31.	6	7	7	5	6	8
32.	5	6	8	6	7	9
33.	9	7	7	6	5	6
34.	6	4	10	7	6	9
35.	10	6	8	4	5	10
36.	9	5	9	8	3	8
37.	7	7	4	8	9	6
38.	12	8	5	4	5	9
39.	8	7	8	2	6	11
40.	10	8	6	8	5	6
41.	6	5	10	6	6	9
42.	5	6	7	7	8	9
43.	9	5	7	10	8	2
44.	6	8	8	7	7	7
45.	8	6	11	7	6	3

Таблица 2

Индивидуальные данные испытуемых по опроснику

«Определение профессиональных предпочтений» Л. Йовайши

№	Склон-ность к работе с людьми	Склонность к исследова-тельской работе	Склон-ность к практической деятельность	Склон-ность к эстетичес-ким видам деятельности	Склон-ность к экстре-мальным видам деятельнос-ти	Склон-ность к планово-экономи-ческим видам деятель-ности
1.	7	1	2	5	3	6
2.	10	0	3	1	6	4
3.	8	2	0	4	3	7
4.	6	4	3	5	3	3
5.	2	4	4	5	5	4
6.	6	2	8	3	5	0
7.	6	3	3	7	5	0
8.	8	0	7	0	8	1
9.	7	3	4	3	6	1
10.	3	5	4	3	5	4
11.	8	2	3	3	4	4
12.	4	8	2	4	4	2
13.	9	3	0	4	6	2
14.	6	3	3	2	6	4
15.	8	1	1	7	6	1
16.	3	4	8	1	6	2
17.	8	3	2	0	6	5
18.	8	2	0	9	3	2
19.	6	1	4	9	4	0
20.	5	3	3	8	1	4
21.	6	4	6	2	5	1

№	Склон-ность к работе с людьми	Склонность к исследова-тельской работе	Склон-ность к практической деятельность	Склон-ность к эстетичес-ким видам деятельности	Склон-ность к экстре-мальным видам деятельнос-ти	Склон-ность к планово-экономи-ческим видам деятель-ности
22.	6	2	4	2	4	6
23.	5	3	5	3	5	2
24.	5	6	2	0	6	5
25.	5	1	4	3	8	3
26.	5	2	7	2	5	3
27.	11	1	2	3	4	3
28.	8	1	3	8	2	2
29.	8	0	5	8	1	1
30.	8	1	4	0	6	5
31.	9	3	0	2	6	3
32.	3	5	3	3	7	3
33.	7	2	3	4	4	2
34.	9	0	0	5	8	2
35.	6	0	6	5	5	2
36.	6	0	9	4	3	2
37.	3	4	5	3	5	3
38.	3	2	4	4	9	1
39.	3	0	5	8	4	4
40.	6	3	3	0	6	6
41.	8	1	3	3	7	2
42.	8	5	4	2	2	3
43.	8	4	4	0	1	7
44.	5	6	4	2	4	3

№	Склон-ность к работе с людьми	Склонность к исследова-тельской работе	Склон-ность к практической деятельность	Склон-ность к эстетичес-ким видам деятельности	Склон-ность к экстре-мальным видам деятельнос-ти	Склон-ность к планово-экономи-ческим видам деятель-ности
45.	4	2	5	5	5	3

Таблица 3

Индивидуальные данные испытуемых по методике «Шкала тревожности»

Дж. Тейлор

№	Кол-во баллов
1	16
2	16
3	11
4	14
5	14
6	23
7	31
8	29
9	8
10	20
11	35
12	18
13	24
14	21
15	23
16	9
17	9
18	23
19	35
20	17
21	34

№	Кол-во баллов
22	14
23	25
24	26
25	17
26	26
27	30
28	11
29	15
30	16
31	17
32	17
33	19
34	25
35	29
36	36
37	27
38	29
39	31
40	27
41	21
42	24
43	16
44	25
45	16

Таблица 4

Индивидуальные данные испытуемых по методике

«Шкала личностной тревожности» Р. Кондаша

№	Общая тревожность	Школьная тревожность	Самооценочная тревожность	Межличностная тревожность
1.	39	10	12	17
2.	20	9	5	6
3.	3	1	0	2
4.	60	15	21	24
5.	22	8	10	4
6.	67	23	24	20
7.	53	17	16	20
8.	27	7	7	13
9.	26	6	12	8
10.	31	6	12	8
11.	60	14	24	22
12.	19	3	9	7
13.	47	15	16	16
14.	46	23	11	12
15.	35	14	11	10
16.	18	8	5	5
17.	10	8	1	1
18.	26	9	8	9
19.	33	13	10	10
20.	59	18	19	22
21.	48	22	15	11
22.	7	2	3	2
23.	63	18	24	21
24.	49	20	14	15
25.	53	19	14	20
26.	29	15	5	9
27.	68	25	19	24
28.	22	8	10	4

№	Общая тревожность	Школьная тревожность	Самооценочная тревожность	Межличностная тревожность
29.	21	7	6	8
30.	11	5	3	3
31.	70	25	24	21
32.	50	27	12	11
33.	43	22	10	11
34.	47	19	14	14
35.	49	18	12	19
36.	47	20	10	17
37.	24	7	11	6
38.	50	21	22	7
39.	72	27	24	21
40.	57	24	15	18
41.	23	6	7	10
42.	65	23	20	22
43.	9	4	3	2
44.	45	18	13	14
45.	1	1	0	0