

УДК 159.922.6: 37.047 (575.2) (04)

ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА НА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ УЧАЩИХСЯ МАССОВОЙ ШКОЛЫ

А.А. Подшивалова – аспирант

The article deals with learning of influence effectiveness of social psychological training on personal peculiarities of school children, both in the situation of life way choosing and personal self determination. The necessity of a new approach to professional consultation is shown in the paper: responsibility for choice development, strengthening of personal self control and orientation to social values of the profession by means of training.

В настоящее время проблема профессионального самоопределения изучена довольно полно: составлены профессиограммы, разработаны информационно-поисковые системы, профрекламы и агитации, а также методы профессиональной психодиагностики [1]. Проблема профессионального и личностного самоопределения остается актуальной, особенно разработка активизирующего тренинга, применяемого для развития ответственности школьников при выборе жизненного пути. Использование тренингов как формы коррекции поведения началось в американской психологии и вполне сочеталось с пониманием развития как накопления опыта поведения [2]. По мнению российского психолога Т. Яничевой, тренинг дает возможность личности в относительно безопасной ситуации “здесь и теперь” проверить свои возможности взаимодействия с людьми, оценить себя и получить обратную связь от других, что может стать условием создания рефлексии, изменения уровня самооценки и поиска своей идентичности [3]. Н.Н. Васильев полагает, что социально-психологический тренинг дает возможность каждому участнику глубже постичь закономерности взаимодействия людей друг с другом и выбрать свой, максимально подходящий именно ему стиль общения, а также получить необхо-

димые знания о том, как действия данного человека воспринимают окружающие [4].

В настоящее время для школьников старшего подросткового возраста актуальна проблема выбора жизненного пути, личностного и профессионального самоопределения. Часто у подростков нет достаточной информации по различным профессиям и нет уверенности, что они будут работать по выбранной профессии, а также нет рядом человека, который помог бы разобраться в таком сложном вопросе, как выбор профессии. Неправильный выбор профессии в дальнейшем может привести к неудовлетворенности как в сфере профессиональной деятельности, так и в личной жизни, а это, в свою очередь, может обусловить социально-психологическую дезадаптацию подростка.

В настоящее время тренинговые формы в профориентационной работе используют в следующих направлениях:

- 1) формирование у подростков умения прогнозировать развитие выбираемых профессий в ближайшей перспективе и отказ от безоговорочной ориентации к довольно ограниченному числу профессий;
- 2) помощь в нахождении личностных смыслов не только к привлекательным выбираемым профессиям, но и к профессиям,

которые приходится выбирать вопреки первоначальному желанию [5].

Исследование влияния тренингов на формирование у школьников внутренней готовности к осознанному и самостоятельному планированию, корректировке и реализации своих профессиональных планов и перспектив в настоящее время явилось **целью** нашей работы.

Нами была выдвинута гипотеза о том, что социально-психологический тренинг развивает у школьников ответственность и интернальный локус контроля, что может свидетельствовать о сознательном выборе ценностей школьниками в перспективе будущей профессии.

Материал, методики и схема исследования. В исследовании принимали участие 26 учащихся 8 класса СШГ №12 в возрасте 14–15 лет. Немногочисленность группы объясняется тем, что тренинговая форма работы проходит эффективнее в малой группе. Выбор данной возрастной группы определялся тем, что подростки начинают серьезно задумываться о выборе своего профессионального и жизненного пути. В этой возрастной группе выбор профессии еще не завершён, поэтому легче влиять на самоопределение подростков.

В исследовании были применены следующие **методы**:

- библиографический;
- формирующий эксперимент в форме социально-психологического тренинга, направленного на профессиональную ориентацию школьников и повышение уровня ответственности при выборе профессии;
- психодиагностический:
 - 1) тест-опросник субъективной локализации контроля: применяли для определения преобладающего на данный момент локуса контроля [6];
 - 2) методика изучения самооценки личности старшеклассника для определения уровня самооценки [6];
 - 3) методика “Перекресток” для определения наиболее привлекательных профессий [6];
 - 4) дифференциально-диагностический опросник для выявления предпочитаемой сферы профессиональной деятельности [6];
 - 5) авторская анкета – получение дополнительного материала о профессиональной самоопределенности: осуществлен ли вы-

бор профессии, кто повлиял на ее выбор, какие действия предпринимаются для того, чтобы стать специалистом в определенной области.

- пакет программ Microsoft Office (среднее значение, среднее отклонение, Т-критерий Стьюдента).

На *первом этапе* исследования проводили психодиагностику участников исследования с целью констатации у них личностных характеристик до начала воздействия. Диагностика была осуществлена за один день в течение 4 школьных уроков по 45 минут. Учащимся давали возможность отдыхать в течение перемены. Методики предъявляли школьникам последовательно, по мере их выполнения в том порядке, в котором они перечислены выше.

На *втором этапе* проводили формирующий эксперимент в форме социально-психологического тренинга, в течение 4 недель по 2 занятия в неделю. Каждое занятие длилось 1,5 часа.

Третий этап включал ретестирование с целью проверки эффективности социально-психологического тренинга. Психодиагностику проводили через неделю после завершения социально-психологического тренинга в том же объеме и в том же порядке, что и на первом этапе.

На *четвертом этапе* обрабатывали и анализировали данные психодиагностического исследования, проводившегося по завершению социально-психологического тренинга.

Исследование в целом было направлено на отработку структуры социально-психологического тренинга и проверку эффективности его влияния на личностное и профессиональное самоопределение школьников. Данное исследование являлось пилотажным.

По результатам теста-опросника СЛК в группе школьников (26 человек) при первом тестировании, которое проводили до тренинга, установлено, что из всей группы у 16 школьников преобладал экстернальный локус контроля (61,54%), а у 10 – интернальный (38,46%). Среднее значение по признаку интернальности составило 11,65 баллов, а по экстернальности – 14,35 баллов.

При повторном тестировании уже после тренинга в той же группе школьников по данным опросника СЛК было отмечено увеличе-

ние числа учеников с преобладающим интернальным локусом контроля и снижение количества учеников с преобладающим экстернальным локусом контроля соответственно 21 человек или 80,77% и 5 человек или 19,23%. Среднее значение по признаку интернальности составило 19,35 баллов, а по экстернальности – 6,65 баллов.

Сравнительный анализ показателей шкал опросника СЛК до и после психокоррекционного воздействия в группе школьников позволил выявить высокую степень эффективности воздействия тренинга и игры на личностную сферу школьников. Статистически достоверное повышение признака интернальности $p \leq 0,001$ в группе школьников после тренинга свидетельствует о повышении у учащихся ответственности за свои поступки и, следовательно, о развитии самостоятельности, что подтверждает нашу гипотезу.

До тренинга в группе школьников по методике самооценки личности старшеклассника установлен низкий уровень самооценки – 60,81 баллов (от 46 до 128 баллов) у 22 человек (84,62%), средний уровень самооценки (от 26 до 45 баллов) у 4 (15,38%), высокий уровень самооценки не был зарегистрирован. После тренинга средний уровень в группе достиг 27,96 баллов, что соответствует среднему уровню самооценки (от 26 до 45 баллов). Кроме того, 14 человек (53,85%) имели высокий уровень самооценки (от 0 до 25 баллов), 10 человек (38,46%) – средний, 2 человека (7,69%) – низкий уровень самооценки.

Сравнительный анализ данных по методике изучения самооценки личности старшеклассника показал, что после тренинга у подростков статистически достоверный показатель самооценки повысился $p \leq 0,001$.

Через неделю по завершению тренинга была проведена диагностика школьников с использованием двух методик: ДДО и “Перекресток”, которые позволили выявить самоопределение школьников в мире профессий.

Опросник ДДО был проведен в исследуемой группе школьников (26 человек) после тренинга с целью определения у них предпочитаемой сферы деятельности (природа, техника, человек, знаковые системы, художественный образ).

По методике ДДО было выявлено, что 53,85% учащихся выбрали такую сферу деятельности, как “человек”, 3 человека (11,54%) – “техника”, 15,38% учащихся – сферу деятельности “природа”, 3 человека (11,54%) – “знаковые системы” и 2 человека (7,69%) “художественный образ”. Количественно интерес в данной группе школьников наиболее выражен к сфере деятельности “человек”, где среднее значение составило 5,71 баллов.

Таким образом, наиболее предпочитаемой сферой деятельности в исследуемой группе школьников является “человек”. Можно предположить, что в этой группе после тренинга возрос интерес к человеку: сознанию, организму, деятельности, общественным отношениям и взаимодействиям, поскольку произошло соприкосновение школьников с областью психологии, центральным объектом изучения которой является человек.

Методику “Перекресток” также проводили в исследуемой группе школьников по завершению тренинга с целью конкретизации выбранных испытуемыми сфер деятельности, а также проверки соответствия выбранной профессии и предпочитаемой сферы деятельности.

Большинство школьников после тренинга выбрало профессию в сфере деятельности “человек” (30,77% учащихся), связанную с сферой массовой информации (СМИ). Сферу “человек” выбрали 14 человек (57,14%) по разным специальностям. В сфере “человек” профессию, связанную с сознанием взрослых людей, выбрало 3 человека (11,24%), а профессии, связанные с общественно-политической системой и со службой безопасности – по одному человеку по каждой из этих специальностей. В сфере “природа” профессию “живая природа” выбрали 3 человека (11,24%), в сфере “техника” профессию “материалы и заготовки” – 1 ученик (3,85%), а профессию “собственно техника” – 2 ученика (7,69%), профессию “знаковые системы” – 3 (11,24%) и профессию “художественный образ” – 2 ученика (7,69%).

Таким образом, было выявлено точное соответствие при выборе сфер деятельности по данным ДДО и при выборе профессии по данным методики “Перекресток”. Это свидетельствует о сознательном выборе школьниками профессии. Если бы выбор был случайным,

а не сознательным, то не было бы такого совпадения данных по двум методикам.

Авторская анкета была проведена со школьниками до и после тренинга с целью получения дополнительных сведений о профессиональной самоопределенности: выборе профессии, влиянии на выбор профессии, средствах достижения профессиональной цели.

Анкета состоит из 10 вопросов, из которых 8 являются открытыми, а 2 – закрытыми.

Анкета позволяет выявить:

- 1) выбрана ли профессия;
- 2) окончателен ли выбор;
- 3) кто повлиял на выбор;
- 4) какие предпринимаются действия по достижению профессиональной цели;
- 5) какими качествами должен обладать специалист выбранной профессии.

По данным анкеты группа школьников до тренинга условно была поделена на две подгруппы: подгруппа I – ученики определились с выбором профессии (10 человек или 38,36%), и подгруппа II – ученики не определились с выбором профессии (16 человек или 61,54%). В подгруппе I пять учеников (50%) считают, что основное влияние при выборе профессии оказали родители, 3 человека (30%) – сделали выбор самостоятельно и на одного человека (10%) повлияли СМИ.

По данным анкеты группа школьников после тренинга также была условно поделена на подгруппу I, ученики определились с выбором профессии (17 человек, 65,38%) и подгруппу II, ученики не определились с выбором профессии (9 человек, 34,62%). В подгруппе I 64,7% учеников считает, что на выбор профессии повлияли в большей степени родители.

В обеих подгруппах все школьники убеждены в необходимости специального образования (высшего или среднего) для дальнейшего профессионального роста.

Таким образом, по данным анкеты удалось выявить, что в группе школьников после тренинга значительно большее число школьников определилось с выбором профессии, что может быть обусловлено оказанием психокоррекционного воздействия $p < 0,020$.

В целом исследование подтвердило гипотезу о влиянии социально-психологического тренинга на личностную сферу подростков, особенно в осознанности выбора профессии, интернальности субъективного локуса контроля, адекватности самооценки, что и проявилось в процессе профессионального самоопределения.

Литература

1. Овчарова Р.В. Психология образования – М., 1999.
2. Макшанов С.И. Психологические теории преднамеренных изменений // Журнал практического психолога. – 1998. – №2.
3. Яничева Т. Специфика тренерской позиции в групповой работе с подростками // Журнал практического психолога. – 1998. – №2.
4. Васильев Н.Н. Тренинг профессиональных коммуникаций в психологической практике. – СПб.: Речь, 2005.
5. Немов Р.С. Психология. – М., 1999. – Т. 3.
6. Практикум по возрастной психологии: Учеб. пособие / Под ред. Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. – СПб.: Речь, 2002.