

## Особенности эмоционального состояния старшеклассников в период профессионального самоопределения

Научный руководитель – Глазырина Лидия Геннадьевна

Еремина К.С.<sup>1</sup>, Наумова Д.А.<sup>1</sup>

1 - Волгоградский государственный социально-педагогический университет, Волгоград, Россия

Профессиональное самоопределение является важнейшей задачей, которая стоит перед старшеклассниками. Успешность данного процесса и результата выбора зависит не только от умения личности согласовывать свои психологические возможности с содержанием и требованиями той или иной профессией, но от умения отстраняться от негативных факторов (психологического давления сверстников, родителей, педагогов, СМИ и пр.), обуславливающих напряженное состояние, приводящее к стрессам, чувству беспокойства, тревоге.

Период определения вариантов выбора школьниками ЕГЭ можно считать началом кризиса 17 лет (Выготский Л.С.), связанного с профессиональным самоопределением, т.к. от результатов ЕГЭ зависит как выбор профессии, так и гарантии поступления в профессиональные учебные заведения. В связи с этим профессиональное самоопределение является сложным процессом, который сопровождается тревогами, сомнениями, стрессовыми состояниями. Тревожность здесь имеет негативную модальность и отягощает выбор подростка. Опираясь на вышеизложенное, мы предположили, что уровень тревожности старшеклассников в период профессионального самоопределения будет возрастать, что непосредственно окажет влияние не только на варианты выбора ЕГЭ, но и профессиональное самоопределение.

В 2017-18 учебном году нами было проведено эмпирическое исследование с 11-тиклассниками школ и лицеев г. Волгограда, общим количеством 36 человек. Чтобы установить правомерность выдвигаемых предположений, нами было проведено два диагностических среза (первое полугодие - ноябрь, и второе - февраль), которые позволили констатировать динамику ситуативной тревожности старшеклассников и ее влияние на профессиональное самоопределение.

Основной акцент исследования был сделан на выявление и соотношение: 1) *уровня тревожности* в период профессионального самоопределения старшеклассников; 2) *статуса профессиональной идентичности и предпочитаемых профессий*.

Результаты первого среза исследования тревожности показали, что: общая тревожность школьников носит ситуативный характер, и выражена у 69% старшеклассников на низком уровне и у 28% на среднем. В течение ноября подростки, имеющие низкий уровень тревожности 60%, испытывали позитивно-стимулирующее настроение, а остальные 40% - умеренно-стабилизирующее. Среди старшеклассников со средним уровнем тревожности наблюдалась обратная картина (таб.1). Таким образом, эмоциональное состояние старшеклассников в первом полугодии отличалось стабильно положительными эмоциями.

С точки зрения Азбель А.А, Грецов А.Г готовность к профессиональному самоопределению можно определить с помощью статуса профессиональной идентичности. Так, например, старшеклассников, которые исследуют альтернативные варианты дальнейшего профессионального развития, можно отнести к статусу профессиональной идентичности «Мораторий». Подростки готовые сделать осознанный выбор дальнейшего профессионального развития относятся к статусу «Сформировавшейся профессиональной идентич-

ности». Кроме этого авторы предлагают выделять «Навязанный» и «Неопределенный» статусы [1].

Результаты исследования готовности старшеклассников сделать профессиональный выбор в этот период показали, что большая часть испытуемых - 56% над выбором вариантов будущей профессии еще не задумываются - «Неопределенный» статус профессиональной идентичности. Данные подростки не имеют четких профессиональных планов и целей и при этом не стараются их выстроить, сформировать варианты своего профессионального развития. В статусе «Моратория» находится 25% старшеклассников и только 5% определились с выбором будущей профессии и имеют статус «Сформировавшейся профессиональной идентичности».

Согласно Климову Е.А., выбор профессии - это не одномоментный акт [2]. В начале учебного года профессиональные планы 11-классников весьма расплывчаты, аморфны, более похожи на мечты. Старшеклассники чаще всего воображают себя в разных эмоционально привлекательных для него профессиональных ролях.

Сравнительный анализ результатов исследования (уровня тревожности, статуса профессиональной идентичности и типа предпочитаемой профессии) выявил подтверждение данной теории. Так, например, старшеклассники с низким уровнем тревожности предпочли бы профессии в области «Человек - Знаковая система» 39% и «Человек - Человек» 30%. В качестве желаемых профессий испытуемые называют: психолог, медик, юрист, программист и др. Испытуемые со средним уровнем тревожности, находясь в статусе моратория, также хотели бы реализовать себя в данных областях - 44% и 33% соответственно. Выбор данными старшеклассниками таких профессий как учитель, врач, менеджер, а также системный администратор, программист, инженер обоснован желанием осуществить мечту детства. Испытуемые с высоким уровнем тревожности отдали предпочтение области человек - художественный образ. Данные старшеклассники в качестве желаемых профессий называют дизайнер и модельер. Свой выбор подростки объяснили, во-первых, хорошим умением рисовать, а во-вторых, с их точки зрения, в данных профессиях им не надо будет контактировать с другими, у них будет возможность оставаться в стороне. Анализируя ответы подростков, мы приходим к выводу, что здесь больше проявляется их личностная тревожность, нежели склонности к данным профессиям.

Климов Е.А. утверждает, что для людей данного типа профессий необходимо обладать раскованностью творческой мысли, полетом фантазии, умением выйти за рамки шаблонов. Несоответствие требований к данным профессиям и образу старшеклассников о них, дает нам возможность сделать вывод, что данные 11-тиклассники живут скорее в иллюзиях и мечтах, чем заняты анализом своих возможностей и ограничений, связанных с требованиями, предъявляемые творческими профессиями к личности человека.

Согласно Кону И.С. основная часть школьников приходят к пониманию, что реализовать в настоящем свои профессионально ориентированные мечты, к моменту окончания основной школы, невозможно. Психологическая устремленность в будущее, помогает понять старшеклассникам, что жизненное благополучие и личностная успешность зависит, прежде всего, от правильности выбора профессии. Психологами отмечено, что при низком уровне подростки проявляют пассивность и нерешительность в выборе профессии. Образ профессии таких старшеклассников отличается низким статусом планируемой профессиональной деятельности. Исследования Прихожан А.М. показали, что повышенный уровень тревожности старшеклассников снижает уровень притязаний профессиональных предпочтений [3,4].

В январе нами была проведена повторная диагностика, результаты которой показали, что уровень тревожности на момент выбора старшеклассниками предметов для сдачи ЕГЭ, возрос. Высокий уровень тревожности наблюдался у 42% старшеклассников, а сред-

ний у 33%. Эмоциональный фон настроения 11-тиклассников в течение января месяца характеризовался напряженным эмоциональный фон (58%), негативно-астенизирующий (25%) и умеренно-стабилизирующий(17%). Это доказывает, что период, связанный с выбором предметов для сдачи ЕГЭ для школьников является сложным (таб. 2).

Динамические изменения также наблюдались как в статусе профессиональной идентичности, так и в профессиональных предпочтениях. Сравнительный анализ результатов повторного исследования показал, что старшеклассники с низким уровнем тревожности предпочли бы профессии в области 1) «Человек - Человек» - 56% (врач, педагог, юрист, менеджер), 2) 33% в области «Человек - Техника» (инженер); со средним уровнем тревожности находятся в статусе «Навязанный» предпочли бы следующие типы профессий 1) «Человек-Человек», «Человек-Знаковая система» по 42% . Объясняя свой выбор, старшеклассники сослались на то, что у них есть возможность взять целевое направление в конкретные вузы, а также семейные традиции; у старшеклассники с высоким уровнем тревожности находятся в статусе «Мораторий и выбирают следующие типы профессий 1) «Человек-природа» - 47% 2) «Человек - техника» - 40% (таб.3).

В результате нашего исследования можно сделать следующие выводы: что повышение уровня тревожности снижает уровень притязаний профессиональных предпочтений. Тревожные старшеклассники выбирают те типы профессий, которые, по их мнению, безопасны как психологически, так и физически.

### Источники и литература

- 1) Диагностика профессионального самоопределения: учеб.-метод. пособие / сост. Я.С. Сунцова. – Ижевск: Издательство «Удмуртский университет», 2009. - 112 с.
- 2) Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения : учеб. пособие / Е.А. Климов. - М.Академия, 2005-226с.
- 3) Прихожан А.М. От тревожности к уверенности / А.М. Прихожан // Школьный психолог.– 2001.- №15
- 4) Пряжников Н.С. Профессиональное самоопределение: теория и практика : учеб. пособие / Н.С. Пряжников. – М.: Академия, 2008. –117 с.

### Иллюстрации

Таблица 1. Сравнительный анализ индивидуальных результатов уровня тревожности и фонового настроения

Эмоциональный фон настроения	Уровень тревожности		
	низкий	средний	высокий
позитивно-стимулирующее	60% (15чел.)	40% (4 чел.)	-
умеренно-стабилизирующее	40% (10 чел.)	60% (6чел.)	1 чел.

Таблица 2. Сравнительный анализ индивидуальных результатов уровня тревожности и фонового настроения

Эмоциональный фон настроения	Уровень тревожности		
	низкий	средний	высокий
умеренно-стабилизирующий	22% (2чел.)	33% (4чел.)	-
напряженный	78% (7чел.)	67% (8чел.)	40% (6чел.)
негативно-астенизирующий			60% (9 чел.)

Таблица 3. Сравнительный анализ динамики результатов диагностики

Уровень тревожности	Статус проф. идентичности				Область проф. предпочтений				
	Неопр.	Навяз.	Морат.	Сформ.	Ч-Ч	Ч-Т	Ч-З	Ч-П	Ч-Х
<i>первое полугодие</i>									
Низкий	20ч.	2ч.		1ч.	7ч.	4ч.	9ч.	2ч.	1ч.
Средний	-	-	9ч.	1ч.	4ч.	1ч.	3ч.	1ч.	-
Высокий	-	3ч.	-	-	-	1ч.	-	-	3ч.
<i>второе полугодие</i>									
Низкий	4ч.	-	5ч.	-	5ч.	3ч.	1ч.	-	-
Средний	-	9ч.	3ч.	-	5ч.	1ч.	5ч.	1ч.	-
Высокий	-	-	15ч.	-	1ч.	6ч.	-	7ч.	1ч.

Рис. 1. Результаты исследования