

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Балашовский институт (филиал)

Кафедра педагогики и психологии

**ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООЦЕНКИ И ГОТОВНОСТИ К ВЫБОРУ
ПРОФЕССИИ У СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 41к группы,
направления подготовки 44.03.02
«Психолого-педагогическое образование»
профиля «Практическая психология образования»,
психолого-педагогического факультета
Филатовой Виктории Алексеевны

Научный руководитель
доцент кафедры педагогики и психологии,
кандидат психологических наук, доцент _____ О.В. Карина
(подпись, дата)

Зав. кафедрой педагогики и психологии
кандидат психологических наук, доцент _____ О.В. Карина
(подпись, дата)

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Старшеклассники на этапе окончания школы стоят перед важным выбором — профессиональным самоопределением, которое является ключевым элементом формирования их жизненной траектории. Этот процесс требует глубокой рефлексии, целеполагания и прогнозирования будущего карьерного пути, основанного на индивидуальных ресурсах.

Поскольку жизненный опыт ограничен, качество этого выбора напрямую зависит от адекватности самооценки и реалистичности восприятия собственных способностей. Именно зрелая, взвешенная самооценка является главным условием для принятия конструктивного профессионального решения, определяющего будущие достижения.

Проблематике самооценки и профессиональной готовности посвящены труды отечественных и зарубежных исследователей: М.И. Дьяченко, В.Д. Шадрикова, Е.М. Павлютенковой, С.В. Ковалева, С.Н. Чистяковой, Б.А. Федоришина, Е.А. Климова, Н.С. Пряжникова, А.П. Чернявской, Б.Г. Стейси, Э. Дамиано, А. Бандуры и др. В научной литературе данные феномены рассматриваются в рамках системного, компетентностного, деятельностного и личностно-ориентированного подходов к профориентации.

Несмотря на значительную проработанность темы профессионального самоопределения, вопрос о взаимосвязи самооценки и готовности к выбору профессии требует дальнейшего эмпирического и теоретического осмыслиения. Это обусловлено динамичными социально-экономическими и культурными изменениями, которые требуют формирования у молодежи новых компетенций, гибкости, критического мышления и устойчивой рефлексивной позиции. Актуальность изучения именно этой связи определила выбор темы настоящего исследования.

Цель исследования: изучить взаимосвязь самооценки и готовности к выбору профессии у старших школьников.

Объект исследования: самооценка и готовность к выбору профессии у старших школьников.

Предмет исследования: особенности взаимосвязи самооценки и готовности к выбору профессии у старших школьников.

Гипотеза исследования: предполагается, что существует взаимосвязь самооценки и готовности к выбору профессии у старших школьников.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ научной литературы по проблеме взаимосвязи самооценки и готовности к выбору профессии у старших школьников.

2. Раскрыть содержание и структуру феноменов «самооценка» и «профессиональная готовность» и их особенности.

3. Определить возрастные особенности периода ранней юности, как ключевого периода профессионального самоопределения.

4. Эмпирически проверить существование взаимосвязи самооценки и готовности к выбору профессии у старших школьников.

5. Разработать психолого-педагогические рекомендации и рекомендательную программу тренинга, ориентированного на гармонизацию самооценки и актуализацию конструктивного профессионального выбора.

Методологическая основа исследования: труды отечественных и зарубежных психологов, посвященные проблемам профессионального самоопределения, самооценки, личностного развития в юношеском возрасте (М.И. Дьяченко, В.Д. Шадриков, Е.А. Климов, Н.С. Пряжников, А.П. Чернявская, А. Бандура и др.).

Методы исследования:

- теоретический анализ и обобщение психолого-педагогической литературы;
- эмпирический метод (психологическое тестирование);
- методы математико-статистической обработки данных (корреляционный анализ с применением критерия Спирмена).

Методики исследования:

- опросник «Определение уровня самооценки» (С.В. Ковалев);

- методика «Готовность к выбору профессии» (А.П. Чернявская).

Экспериментальная база исследования: исследование осуществлялось на случайной выборке в форме интернет-тестирования (платформа ВК). Респондентами выступили старшие школьники в возрасте 16-17 лет, в количестве 30 человек. В ходе эксперимента учитывался закон о персональных данных. [1].

Теоретическая значимость исследования: выводы, полученные в рамках теоретического анализа заявленной проблемы, могут быть использованы в работе школьных психологов.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования его результатов в профориентационной работе педагогов-психологов и классных руководителей, при разработке программ профессионального самоопределения, а также в индивидуальном консультировании старшеклассников.

Структура работы: бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников и приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В **первой главе** нашего исследования представлен психолого-педагогический анализ проблемы связи самооценки и готовности к выбору профессии у старших школьников. В ходе теоретического анализа были сделаны следующие выводы:

1. Самооценка — это целостная система, укорененных в сознании представлений личности о самой себе, то есть чертах характера, ресурсах, индивидуальных возможностях, которые проявляются в социальных и профессиональных интеракциях.
2. Структурная база самооценки личности представлена двумя аспектами: когнитивным и аффективным.

- Когнитивный аспект самооценки содержит комплекс знаний о собственном Я, систему представлений, ценностных установок, касающихся характерных черт, ресурсов индивидуального потенциала личности.
- Аффективный (эмоциональный) структурный компонент самооценки сопряжен с комплексом отношения личности к собственной персоне. Речь идет о системе эмоций, которые могут приниматься или осуждаться человеком.

3. Виды самооценки: высокая (занышенная), адекватная, низкая (заниженная):

- Высокая (занышенная) самооценка сопряжена с дисбалансом представлений о собственной ресурсности личности, многовариативности интеракций и быстрым реагированием на возможные внешние влияния. Причем личность, как правило, имеет высокий потенциал маневрирования в ситуации трудностей.
- Адекватная (средняя) самооценка выступает индикатором поддерживания баланса между когнитивными устремлениями и, эмоциональным отношением к собственному Я и, к бытийной ситуации в целом. Личность с адекватной самооценкой склонна объективно анализировать плюсы и минусы собственной личности и реалистично принимать суждения значимого окружения.
- Низкая (заниженная) самооценка сопряжена с укорененным в сознании отрицательным опытом социальных интеракций. Здесь речь идет не только о низкой психологической устойчивости, но и дефиците волевой саморегуляции, диффузности представлений о собственных ресурсах и не развитости принятия ценности других людей.

4. Профессиональное самоопределение трактуется учеными как осознанный выбор личности будущей профессии, основанный на индивидуальных склонностях, притязаниях и потребности в социальной полезности и самоэффективности.

5. Профессиональные интересы можно разделить на две основные категории: непосредственные и косвенные:

- Непосредственные профессиональные интересы, как правило, формируются из поля эмоциональной привлекательности, а также поля достаточной ориентированности для личности в данной спектре действования.

- Косвенные профессиональные интересы сопряжены с различного рода посылами, связанными с их профессиональным выбором. Эти посылы активизируют мониторинг и расширение возможностей применения своих способностей.

6. Готовность к выбору будущей профессии трактуется учеными как процесс центрации мобильности усилий на реализацию желаемых профессиональных перспектив в формате обучения и непосредственной трудовой деятельности.

7. Психологическая готовность к профессиональной деятельности, имеет два структурных блока предикторов: личностный и профессиональный.

8. Основными параметрами периода ранней юности выступают:

- ведущая деятельность — учебно-профессиональная;
- психическое новообразование — процесс самоопределения;
- социальная ситуация развития — стабилизация личности, завершение формирования Я-концепции, формирование мировоззрения.

Во второй главе нашего исследования были выявлены и проанализированы особенности взаимосвязи самооценки и готовности к выбору профессии у старших школьников.

Эксперимент проводился в формате интернет-тестирования. Выборку составили 30 респондентов в возрасте 16-17 лет. В ходе исследования учитывался закон о персональных данных.

Исходя из результатов по методике, выявляющей уровень самооценки у старшеклассников, мы установили преобладающие уровни.

Итак, мы установили, что 54% респондентов (16 человек) имеют средний уровень самооценки. Данная группа характеризуется реалистичным восприятием собственных возможностей, способностью объективно оценивать как успехи, так и неудачи, осознанно соотносить свои сильные и слабые стороны с требованиями ситуации. Такая самооценка является благоприятным предиктором зрелого профессионального выбора, поскольку обеспечивает баланс между уверенностью и критической рефлексией.

Высокий (занятый) уровень самооценки у 33% респондентов (10 человек). У данной категории наблюдается тенденция к гиперболизации собственных способностей и достижений, а также трудности с признанием личной ответственности за неудачи. В стрессовых или кризисных ситуациях возможна проекция причин неуспеха на внешние обстоятельства, что может снизить готовность корректировать профессиональные планы при столкновении с реальными ограничениями.

Низкий (заниженный) уровень самооценки зафиксирован у 14% респондентов (4 человека). Эти старшеклассники проявляют выраженную неуверенность в себе, испытывают трудности с определением собственных ресурсов, склонны зацикливаться на недостатках и неудачах. Отмечается зависимость от мнения окружающих: решения зачастую принимаются не на основе внутренних предпочтений, а под влиянием авторитетных значимых других, что повышает риск несоответствия выбора профессии реальным интересам и потенциалу личности.

Для оценки готовности к профессиональному выбору был применен тест-опросник «Готовность к выбору профессии» (А.П. Чернявской). Мы проанализировали показатели по каждой шкале, чтобы охарактеризовать готовность к выбору профессии старшеклассников.

Шкала «Автономность» проявилась как на высоком, так и на среднем уровне, то есть не все еще старшеклассники могут свою точку зрения отстаивать перед окружающими и выделять свои желания, стремиться к их реализации. Мы видим, что 50% (15 человек) транслируют высокий уровень

проявления независимости в своем мнении, и 50% (15 человек) – средний уровень, где результат профессионального выбора зависит от окружающих людей (родители, друзья и т.д.).

Далее рассмотрим полученные данные по шкале «Информированность». 83% (25 человек) не до конца осведомлены о профессии, которую выбирают. Скорее всего, они ориентируются на внешние атрибуты (статус, зарплата, карьерный рост и т.д.) и не учитывают психологическую нагрузку, степень своих возможностей при реализации профессиональной деятельности, то есть старшеклассники не обращают внимания на особенности психограммы профессии.

На основе анализа шкалы «Принятие решения» было установлено, что старшеклассники также имеют средний уровень проявления по этой шкале. Было установлено, что 63% (19 человек) в процессе принятия решения не полностью полагаются на себя, транслируя средний уровень по этой шкале. У старшеклассников еще нет полного осознания выбора своей профессии: они не совсем четко представляют свои перспективы, а также возможные варианты своего профессионального самоопределения. На наш взгляд, данная группа старшеклассников плохо разбирается в своих достижениях, не может выделить для себя свои личностные качества, которые им помогают при достижении цели, поэтому у них нет реалистичного видения своего профессионального становления. Соответственно, 11 человек (37%) имеют высокий уровень по этой шкале. Вероятнее всего, они уже определились со своей профессией и могут реалистично представлять свое развитие в данной профессии.

Далее мы проанализировали данные по шкале «Планирование». Средний показатель продемонстрировали 20 человек (66%), что означает, что старшеклассники не в полной мере осознают свои планы и способы их достижения. У них отсутствует четкое представление о потенциальных трудностях, с которыми они могут столкнуться, а также недостаточно развито видение вариативности путей самоопределения. Высокий уровень

планирования своего развития транслируют 10 человек (33%). Эти респонденты целенаправленно двигаются к своей цели и уже провели подготовку к выбору профессии.

Шкала «Эмоциональное отношение» проявилась в высоком уровне у старшеклассников, в отличие от предыдущих шкал. 20 человек (67%) транслируют положительное отношение к выбранной профессии: у них выражена профессиональная мотивация и в целом они транслируют в своих ответах общий положительный эмоциональный настрой. 10 человек (34%) имеют среднее эмоциональное отношение к выбору профессии, то есть в их ответах нет высокой мотивации к своему выбору. Вероятнее всего, этот выбор сделан не самостоятельно, поэтому ярких эмоций дети не испытывают в отношении своего профессионального выбора, или может преобладать тревожность за предстоящую сдачу экзаменов.

Таким образом, рассматривая показатели по каждой шкале, можно отметить, что готовность к профессиональному выбору у старшеклассников находится на среднем уровне: еще нет реалистичного представления о своих личностных достоинствах и профессиональных предпочтениях.

На основе полученных данных по двум методикам, проведем корреляционный анализ Спирмена, чтобы установить взаимосвязь между уровнем самооценки и показателями по шкалам готовности к выбору профессии у старшеклассников.

Чем выше самооценка, тем чаще старшеклассники проявляют свою автономность в действиях, принятии решения, планировании, эмоциональном положительном отношении ($rs=0.516$, при $p\leq0,01$; $rs=0.592$, при $p\leq0,05$; $rs=0.638$, при $p\leq0,01$; $rs=0.688$, при $p\leq0,01$), то есть когда старшеклассники верят в свои силы, имеют представления о своих личностных ресурсах и могут отстаивать свою точку зрения, они активно проявляют себя при выборе профессии, отстаивают свое мнение и интересы, испытывают положительное эмоциональное отношение к своему профессиональному самоопределению.

Результаты полученных данных свидетельствуют о том, что старшеклассникам необходима психолого-педагогическая помощь при выборе профессии. В образовательных организациях проводится профессиональная диагностика, тренинги, но в связи с недостаточным количеством выделенных часов на такую работу, старшеклассникам не хватает информации о профессиональном самоопределении.

В своей работе мы составили психолого-педагогические рекомендации для старшеклассников, направленные на развитие их способности самостоятельно разбираться в своих внутренних ресурсах и анализировать реалистичность профессионального выбора.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучение проблемы взаимосвязи самооценки и готовности к выбору профессии у старшеклассников позволил сделать следующие выводы в работе:

Самооценка — это целостная система, укорененных в сознании представлений личности о самой себе, то есть чертах характера, ресурсах, индивидуальных возможностях, которые проявляются в социальных и профессиональных интеракциях. Самооценка представлена в когнитивном и аффективном аспекте. С помощью когнитивного аспекта личность формирует систему представлений о себе, о своих ценностях, смысложизненных ориентациях, о своем потенциале. В аффективном аспекте (или эмоциональном) личность с помощью эмоций принимает или отвергает свои внутренние переживания и события, которые происходят в окружающем мире.

В нашей работе самооценку мы рассматривали в трех видах: высокая, средняя, низкая. Высокая самооценка может транслировать не всегда реалистичные представления о реальных событиях и о своих возможностях. Адекватная самооценка позволяет удерживать баланс между внутренним состоянием и внешним проявлением человека в действиях. Находить компромиссные решения. Низкая самооценка подавляет активность

личности, не дает ей проявлять себя и принимать решения исходя из внутренних побуждений.

Профессиональное самоопределение проявляется в индивидуальных склонностях, притязаниях и потребности в социальной полезности и самоэффективности. Профессиональные интересы выражаются в непосредственных интересах (эмоциональная привлекательность, деятельностный момент), а также в косвенных интересах (профессиональные интересы, идущие от мнения окружающих, ситуационного выбора).

Благодаря готовности к выбору профессии определяются желаемые перспективы в будущем, интерес к трудовой деятельности в готовности проявляется два блока: личностный (совокупность личностных качеств) и профессиональный (реалистичные представления о профессии и соответствие психофизиологическим данным этой профессии).

На основе проведенного исследования, мы с помощью тест-опросника «Определение уровня самооценки» (С.В. Ковалева); тест-опросника «Готовность к выбору профессии» (А.П. Чернявской) определили взаимосвязь самооценки и готовности к выбору профессии у старшеклассников. Мы установили, что, больше половины старшеклассников имеют средний уровень самооценки, который позволяет им оценивать свои личностные характеристики и понимать степень реагирования на трудные ситуации. Меньшее количество человек имеют низкую самооценку. Такие старшеклассники имеют трудности в самовыражении и отстаивания своей точки зрения. Есть и высокая самооценка, где молодые люди завышают представления о своих личностных возможностях и не замечают своих недостатков.

Результаты по определению уровня готовности к выбору профессии показали, что старшеклассники имеют средний уровень готовности, так как им не хватает самостоятельность в принятии решения, не всегда они полностью осведомлены о выбирамой профессии, и на их мнение оказывает давление социум.

Определяя взаимосвязи между самооценкой и готовностью к выбору профессии, было установлено, что чем выше самооценка, тем чаще старшеклассники проявляют свою автономность в действиях, принятия решения, планирование, эмоциональное положительное отношение, то есть от принятия себя, понимания своих возможностей, недостатков зависит реалистичный выбор профессионального становления, и готовность к выбору профессии. Старшеклассникам не хватает времени уделять внимание своему внутреннему миру, познавать свои ресурсы, поэтому они чаще опираются на мнение окружающих, так как преобладающий страх ошибиться, выбрать не ту профессию, снижает веру в свой выбор.

На основе полученных результатов мы разработали психолого-педагогические рекомендации, которые помогут старшеклассникам более детально разобраться с своими предпочтениями и интересами, понять реалистичность своего профессионального выбора.

Таким образом, гипотеза нашего исследования о том, что существует взаимосвязь самооценки и готовности к выбору у старших школьников нашла свое подтверждение.