

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ НА РАЗНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ЭТАПАХ

© 2011 Г.А.Горбунова

Самарский институт Восточной экономико-юридической гуманитарной академии

Статья поступила в редакцию 04.08.2010

В данной статье рассмотрены аспекты психологического сопровождения профессионального становления личности на разных возрастных этапах.

Ключевые слова: профессиональное самоопределение, выбор профессии, психологическое сопровождение.

Знание возрастных особенностей человека, учет его индивидуально-психологических характеристик — непереносимое условие психологически компетентного сопровождения профессионального становления личности. Психологическое сопровождение — это целостный процесс изучения, формирования, развития и коррекции профессионального становления личности. Главное в этом процессе — внутренний потенциал субъекта, следовательно, его право самостоятельно совершать выбор и нести за него ответственность. Для осуществления права свободного выбора различных альтернатив профессионального становления необходимо научить человека выбирать, помочь ему разобраться в сути проблемной ситуации, выработать план решения и сделать первые шаги. Одна из главных задач психологического сопровождения профессионального становления не только оказать своевременную помощь и поддержку личности, но и научить ее самостоятельно преодолевать трудности этого процесса, ответственно относиться к своему становлению, помочь личности стать полноценным субъектом своей профессиональной жизни. Необходимость решения этой задачи обусловлена социально-экономической нестабильностью, многочисленными переменами в индивидуальной жизни каждого человека, индивидуально-психологическими особенностями, а также случайными обстоятельствами и иррациональными тенденциями жизнедеятельности.

Психологическое сопровождение предполагает создание ориентационного поля профессионального развития личности, укрепление профессионального «Я», поддержание адекватной самооценки, оперативную помощь и поддержку, саморегуляцию жизнедеятельности, освоение технологий профессионального самосохранения. Результатом психологического сопровождения

профессионального становления является профессиональное развитие и саморазвитие личности, реализация профессионально-психологического потенциала персонала, обеспечение профессионального самосохранения, удовлетворенность трудом и повышение эффективности профессиональной деятельности.

На стадии оптации важное значение приобретает профессиональное консультирование оптантов, которое осуществляет школьный психолог, если речь идет о школьнике, или психолог-профконсультант, если в психологической помощи нуждается безработный или человек, решивший сменить вид деятельности. Для изучения их профессиональных намерений используются разнообразные анкеты, беседы, сочинения на тему о выборе профессии. При этом необходимо выяснить, есть ли у оптанта предпочитаемые профессии, продуманы ли пути овладения ими (в учебных заведениях или на предприятиях и т.д.), существуют ли резервные профессиональные планы, имеет ли оптанта представление о содержании труда, привлекательных сторонах профессии, режиме и условиях работы и т.д. На основе информации, извлеченной из изучения профессиональных намерений оптанта, психолог строит дальнейшую индивидуальную работу с ним: выявляет интересы и склонности к определенным видам деятельности, профессиям. Как правило, оптанты с выраженными интересами и склонностями практически не испытывают затруднений в выборе профессии, ориентируются на содержание труда, его процесс, результат. Для диагностики способностей (в частности, специальных, обеспечивающих успешное овладение конкретными видами деятельности) применяются разнообразные методы: наблюдение, естественный и лабораторный эксперимент, анализ продуктов деятельности, тесты. Для диагностики артистических, музыкальных, художественных способностей требуется участие специалистов-экспертов.

^oГорбунова Галина Алексеевна, кандидат педагогических наук, профессор кафедры общей и возрастной психологии. E-mail: GalineTihc@yandex.ru

Одним из признаков способностей является высокая результативность в каком-либо виде деятельности. Успешное обучение по определенным дисциплинам в школе, техникуме или вузе — одно из свидетельств наличия способностей к ним. Так, можно выделить наличие гуманитарных способностей (при успехах в таких предметах, как история, литература), естественнонаучных (биология, география) и физико-математических (математика, черчение физика). Чтобы выявить степень развития этих способностей, можно использовать не только тесты специальных способностей, но и некоторые тесты интеллекта. Например, тест Р.Амтхауэра позволяет получить тестовый профиль испытуемого по трем параметрам: выраженности гуманитарных, математических и технических способностей.

Е.М.Борисова, анализируя проблемы психологического сопровождения на начальной стадии оптации, выделяет следующие ситуации: 1) Оптант обращается к психологу за подтверждением правильности выбора профессии. В данном случае важно проверить устойчивость профессиональных намерений. Для этого рекомендуется провести беседу о профессиональном плане, обратить особое внимание на соответствие интересов содержанию профессии, наличие резервного профессионального плана, степень продуманности путей приобретения профессии, адекватность оценки своих возможностей в овладении избранной деятельностью и т.д. Диагностические приемы следует использовать лишь в тех случаях, когда профессия, предпочитаемая оптантом, предъявляет жесткие требования к психофизиологическим особенностям. Результаты диагностики следует подробно обсудить с оптантом, чтобы выявить, какой рабочий пост в наибольшей степени соответствует его индивидуальности и интересам. Возможны случаи, когда выявленные типологические особенности могут стать серьезным препятствием для овладения профессией. Тогда психолог должен посвятить в эту проблему оптанта и постараться найти наиболее подходящие для него области деятельности в русле избранной. 2) Оптант обращается за помощью к психологу, поскольку не обнаруживает выраженных интересов и способностей, которые могли бы помочь в ходе профессионального самоопределения. Такие ситуации являются наиболее сложными для психолога, требуют длительного времени (5 — 6 встреч) для того, чтобы добиться активизации процесса профессионального самоопределения оптанта. Самое главное — пробудить у оптанта интерес к проблеме своего будущего, что можно сделать при помощи разных приемов. В частности, интерес зарождается после обстоятельного диагностиче-

ского обследования, позволяющего обсудить с клиентом его тестовый профиль, психофизиологические особенности, черты личности. Принципы гуманистической профконсультации здесь особенно важны, поскольку только полное принятие оптанта создает для него ситуацию комфортности, формирует доверие к консультанту. Сверхзадачей этого вида психологического сопровождения является пробуждение у консультуемого интереса к себе, своим возможностям, активизация процесса самопознания. 3) Обращение к психологу вызвано трудностями выбора профессии, которые обусловлены многообразием интересов и способностей старшеклассника. Эта ситуация характерна для семей, где родители много внимания уделяют развитию личности и способностей ребенка, иногда упуская из виду ту линию развития, которая может иметь выход на профессию. 4) Ситуация связана с тем, что у оптанта наблюдается расхождение между интересами и способностями. Такие случаи требуют особой тактики психологической помощи. Позиция специалистов-психологов в этом случае однозначна: при выборе профессии следует в наибольшей степени следовать за интересами оптанта, поскольку его способности могут быть развиты с помощью специального обучения, коррекционных мероприятий. Исключение — прямые ограничения психофизиологического характера. 5) Обращение к психологу вызвано расхождением мнения учащегося и его родителей относительно профессионального выбора. Проблема очень сложная, требующая тактичной работы со всей семьей. Здесь важно последовательно отстаивать интересы именно оптанта, исходя из его реальных возможностей и склонностей, тактично помогая родителям лучше понять своего ребенка¹.

Центральным моментом стадии оптации является выбор профессии. Психологически компетентное обеспечение принятия столь значимого для оптанта решения обуславливает необходимость анализа возможных способов этого выбора. Е.А.Климов предлагает следующий обобщенный графический вариант траектории профессионального пути. При принятии решения полезно руководствоваться схемой выбора профессии. Необходимо учитывать следующие обстоятельства: 1) потребности экономического региона в кадрах той или иной профессии и квалификации; 2) требования, которые предъявляет профессия к состоянию здоровья, психофизиологическим свойствам и психологическим качествам человека; 3) профессионально-

¹ Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / Под ред. А.А.Крылова, С.А.Маничева. — СПб.: 2000. — С. 441 — 448.

образовательные возможности оптанта (уровень образования, допрофессиональная и профессиональная подготовка, квалификация); 4) перспективы профессионального роста, карьеры, повышения квалификации; 5) особенности выбираемой профессии (условия труда и оплаты); 6) противопоказания и ограничения по возрасту и полу.

Ситуация выбора профессии оптантом осложняется рядом факторов: отсутствием информации о некоторых существенных характеристиках профессионального выбора, немедленной обратной связи о результатах выбора; несформированностью (или недостаточной сформированностью) правил, критериев и способов выбора; трудностями самообучения; отсутствием подобных решений в прошлом опыте. Необходимость учета многих факторов, высокая неопределенность при выборе профессии приводят к ошибкам и затруднениям. Выделяют следующие причины ошибочного выбора профессии: 1) отношение к выбору профессии как к выбору жизненного пристанища. В условиях динамичного экономического развития общества, технологического прогресса человеку нередко приходится несколько раз менять в течение жизни специальность и профессию; 2) предрассудки чести — необоснованный взгляд на некоторые важные профессии, считающиеся непрестижными и «неприличными»; 3) выбор профессии под прямым или косвенным влиянием друзей, родственников, знакомых; 4) перенос отношения к человеку — представителю той или иной профессии — на саму профессию; 5) увлечение только внешней или какой-нибудь частной стороной профессии. К таким привлекательным профессиям относятся профессии менеджера, топ-модели, летчика, актера и др.; 6) отождествление учебного предмета в школе с профессией; 7) незнание или недооценка своих физических возможностей и способностей; 8) незнание основного содержания трудовых действий и операций выбираемой профессии или слабое представление о нем².

Психологическая помощь оптанту, испытывающему трудности профессионального самоопределения, осуществляется психологом-профконсультантом по преимуществу двумя способами: путем индивидуальной работы и через работу в группах. При индивидуальной работе взаимодействие с оптантом ориентировано, прежде всего, на самосознание индивида; используются психотехнологии на осознаваемой основе: беседа, интервью, диагностика, сочинения, психобиография и др. При групповой работе большую роль играют процессы идентификации эмоцио-

нального заражения, внушения, т. е. неосознаваемые процессы. К групповым формам консультативного взаимодействия относятся профориентационные игры, тренинги, психологические практикумы и др.

Выбор профессии предполагает определенный уровень развития профессионального самосознания, включающего образ будущей профессии, реального и идеального «Я». Выбор профессионального пути мотивирует постановку тех или иных профессиональных и жизненных целей. Важное значение приобретает социально-профессиональная позиция оптанта, главными составляющими которой являются смыслообразующие мотивы, ценностные ориентации и смысловые установки. Образ профессии как когнитивно-эмоциональное образование служит мотивирующим фактором оценки себя. Таким образом, самооценка выступает внутренним побудителем сопоставления прошлого (знаний и опыта), настоящего (переживаний «Я») и будущего (цели). Компетентное психологическое сопровождение оптанта требует учета всех факторов профессионального самоопределения. При решении психологических проблем профконсультанту недостаточно дать рекомендации о том, какая профессия подходит индивиду, нужно также обеспечить условия, стимулирующие самостоятельное принятие решения, в результате чего оптант берет на себя ответственность за тот или иной профессиональный выбор. Психологическое сопровождение помогает оптанту увидеть и осознать свои проблемы, стимулирует развитие профессионального самосознания, высвечивает сильные и слабые стороны личности, намечает реальные сценарии будущей профессиональной жизни.

Часто профессиональное учебное заведение выбирается случайно, как позже показывает жизнь, выбор профессии оказывается ошибочным. Для молодых людей, поступивших в профессиональное учебное заведение, проблема выбора профессии окончательно не решена. Часть из них разочаровываются в правильности своего выбора уже на первом году обучения, другие — в начале самостоятельной профессиональной деятельности, третьи — после 3 — 5 лет работы по профессии. Некоторая часть молодежи после окончания учебного заведения (начального, среднего, высшего) не сможет найти работу по полученной профессии и пополняет ряды безработных. Значит, вопрос выбора профессии снова станет для нее актуальным. Психическая напряженность, тревожность, беспокойство, неуверенность в будущем станут стимулировать поиск себя в мире труда.

Перед молодыми людьми, получившими профессиональную подготовку, встают вопросы

² Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. — Ростов н/Д.: 1996. — С. 164 — 168.

трудоустройства. Чтобы определить соответствие индивидуально-психологических особенностей человека и уровня его профессиональной подготовленности требованиям профессии, по ряду специальностей проводится профессиональный отбор. Его осуществление порождает множество

новых проблем: нужно установить нормативные характеристики профессии, определить психологические свойства и качества, необходимые для выполнения этой деятельности, подобрать либо сконструировать средства диагностики профессионально значимых качеств человека.

Таб. 1. Психологическое сопровождение оптантов

<i>Проблемы психологического сопровождения.</i>	<i>Психотехнологии профконсультирования.</i>
1.Определение реальной проблемы профессионального самоопределения.	Беседа, интервью, сочинение, психобиография.
2.Социально-экономические и бытовые условия жизнедеятельности оптанта.	Анализ семейных отношений, материального обеспечения, жилищных условий и т.п.
3.Комплексное изучение индивидуально-психологических особенностей личности.	Диагностика ценностных ориентаций, установок, самооценки, интересов, склонностей, способностей.
4.Компетентное отражение мира профессий и образа выбираемой профессии.	Диагностические и профориентационные игры, тренинги профессионального самоопределения.
5.Рассогласование идеального и реального образа профессии, мотивации профессионального выбора, неадекватная самооценка.	Психолого-педагогический консилиум, методики самопознания и самоанализа, профессиональная рефлексия и др.
6.Поиск смысловых опор личности в ситуациях кризисов профессионального самоопределения.	Метод критических событий, психобиография, тестирование и др.
7.Коррекция профессионального выбора.	Составление планов профразвития, альтернативных сценариев и др.

В настоящее время в отечественной психологии накоплен значительный материал, характеризующий разные формы и методы социально-психологического сопровождения профессионального самоопределения школьников (Е.А.Климов, Л.М.Митина, Н.С.Пряжников, С.Н.Чистякова и др.)³. Но практически не представлено в прикладной психологии возможности психологического сопровождения выбора новой профессии при потере трудоспособности в определенном виде деятельности или при смене профессии. В таб. 1. приведены основные технологии психологического сопровождения выбора профессии.

Активизация процесса формирования психологической готовности личности к профессиональному самоопределению реализуется в процессе проведения развивающей профессиональной консультации. Главный момент в этой

профконсультации — перенесение акцента с акта выбора профессии или рекомендаций по решению профессионально обусловленной проблемы на психологическую подготовку личности к определению своей позиции и самостоятельному принятию решения. Важным принципом данного типа консультирования является сотрудничество психолога с клиентом. Неприемлемы навязывание собственного мнения, директивные рекомендации, давление. Акцент делается на осознании консультируемым своей проблемы, его самоопределении и выработке решения. Принятие решения оптантом о получении той или иной профессии должно осуществляться самостоятельно. Таким образом, социально-психологическое сопровождение на стадии оптации предусматривает участие психолога-профконсультанта на этапах формирования профессиональных намерений, выбора профессии и профессиональной подготовки, а также коррекции выбора и переориентации.

Реализация этих видов профориентации осуществляется путем применения развивающих психотехнологий: профессионального консультирования, психодиагностики, психотренингов, психолого-педагогических консилиумов. Эти технологии обращены к личностным механизмам, регулирующим активность оптанта, формирующим позитивное самоотношение, готовность к изменениям и способность проектировать альтернативные сценарии профессионального становления, принятие на себя ответственности за свое профессиональное будущее.

³ *Климов Е.А.* Психология профессионального самоопределения. — Ростов н/Д.: 1996; *Митина Л.М.* Личностное и профессиональное развитие человека в новых социально-экономических условиях. — М.: 1998; Основы профессионального консультирования / Под ред. Ф.С.Исмагилова — М.: 2003; Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / Под ред. А.А.Крылова, С.А.Маничева. — СПб.: 2000; *Пряжников Н.С.* Профконсультирование как взаимодействие консультанта и оптанта // Вестник МГУ. — 1998. — № 2. — С. 54 — 66; *Бодров В.А.* Психология профессиональной пригодности. — М.: 2001; *Гинзбург М.Р.* Психологическое содержание личностного самоопределения // Вопросы психологии. — 1994. — № 3; *Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О.* Профориентология: теория и практика. — М.: 2006.

PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF A CAREER CHOICE AT DIFFERENT AGE STAGES

© 2011 G.A.Gorbunova^o

Samara College of East Economic-Legal Humanitarian Academy

The article dwells on the aspects of the personal career development psychological support at different age stages.

Keywords: professional self-determination, vocational choice, psychological support.

^oGorbunova Galina Alekseevna, Cand. Sc. in Pedagogics,
Professor of the General and Age Psychology department
E-mail: GalineTihe@yandex.ru