

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(Н И У « Б е л Г У »)**

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

Кафедра общей и клинической психологии

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВРЕМЕННОЙ
ПЕРСПЕКТИВЫ ПОДРОСТКОВ НА ЭТАПЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ**

Выпускная квалификационная работа
студента очной формы обучения
направление подготовки 030300.62 Психология
4 курса группы 02061501
Фокина Петра Андреевича

Научный руководитель:
кандидат психологических наук,
доцент кафедры общей и клинической психологии
Гут Ю.Н.

БЕЛГОРОД 2019

Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические основы исследования феномена временной перспективы и ее особенностей в подростковом возрасте на разных этапах профессионального самоопределения	
1.1. Изучение понятия «временная перспектива личности», его сущность, основные характеристики и факторы формирования.....	8
1.2. Особенности содержания и динамики временных ориентаций в подростковом возрасте.....	13
1.3. Профессиональное самоопределение подростков, содержание и возрастные особенности.....	18
Глава 2. Эмпирическое исследование особенностей временной перспективы подростков на определенных этапах профессионального самоопределения	
2.1. Организация и методы исследовательской работы.....	24
2.2. Анализ и интерпретация полученных в ходе исследования данных.....	28
2.3. Разработка, реализация и анализ эффективности психологической коррекционно-развивающей работы.....	43
Заключение.....	50
Список литературы.....	55
Приложения.....	63

Введение

Актуальность темы исследования. Одним из важнейших личностных ресурсов человека является время. Оно же – существенный компонент представлений человека о себе. Время, в условиях постоянного увеличения скорости и количества событий, проживаемых человеком в современном мире, ресурс ограниченный. Без согласованных же представлений о нем, активной позиции по отношению к нему не возможны психологическое здоровье, развитие и благополучие личности.

К настоящему моменту в психологии область представлений человека о времени его жизни изучена уже достаточно широко. Свои теоретические подходы к пониманию временной перспективы разработали К.А. Абульханова, Е.А. Головаха, Ф. Зимбардо, В.И. Ковалев, А.А. Кроник, Ж. Нюттен, Н.Н. Толстых. Этим вопросом занимаются Т.Н. Березина, Дж. Бойд, Е.М. Вечканова, И.В. Дубровина, Е.Ю. Мандрикова, О.Н. Попова, И.А. Ральникова, Н.М. Савлакова, Я.А. Сурикова, В.А. Ясная и другие.

Подростковый возраст - это момент начала развития личности, ее самоопределения, в том числе и профессионального, которое в дальнейшем будет оказывать влияние на все значимые выборы человека. Здесь подростки начинают строить свою временную перспективу, впервые сталкиваются с проблемой планирования своего будущего при выборе своей профессии или, как минимум, при определении профиля своего дальнейшего обучения.

Для подростка этот момент оказывается своеобразным распутием. Здесь он может свернуть в сторону субъективности и принять ответственность за свою жизнь и свои выборы или же свернуть в сторону пассивного следования обстоятельствам и отказа от самостоятельного управления течением своей жизни. Первое невозможно без умения планировать свое будущее, максимально использовать возможности в настоящем, осмыслять и применять прошлый опыт, то есть без сформированной временной перспективы.

Именно поэтому, большой интерес представляют работы, посвященные исследованию особенностей отношения ко времени у подростков, их зависимости от различных внешних и внутренних факторов (С.Б. Абрамова, Ю.Н. Гут, Т.Н. Денисова, Е.В. Камнева, А.А. Карелин, О.А. Кожурова, М.Д. Кондратьев, М.Л. Мельникова, Л.Б. Слугина, А. Сырцова, Н.Н. Толстых, Е.В. Хлыбова, О.И. Шмырева, Т.И. Яценко и другие).

А также работы, посвященные личностному и профессиональному самоопределению подростков и его связи с их временными представлениями (Л.В. Абдалина, И.С. Арон, А.В. Ванин, М.Г. Гинзбург, Л.А. Головей, Е.В. Груздова, М.В. Данилова, Е.А. Климов, И.И. Кобзарева, Т.М. Коньшина, О.В. Кузнецова, В.И. Моросанова, Е.Ю. Пряжникова, Н.С. Пряжников, Л.В. Рыкман, И.В. Рябцева, Т.Ю. Садовникова, О.С. Тоистева, С.Н. Чистякова, Р.М. Шамионов и другие).

В тоже время, широко обсуждается проблема неумения молодого поколения ценностно распоряжаться временем своей жизни, расставлять значимые и окрашенные личностным смыслом цели. Чаще всего деятельность по выстраиванию временной перспективы осуществляется неосознанно и носит несистематический характер. Молодежь при этом демонстрирует неуверенность и растерянность, не обладает достаточной активностью и целеустремленностью, часто уходит в пустые мечты и фантазии.

Неспособность выстроить гармоничную временную перспективу ведет к социальной и психологической дезадаптации и развитию личностных нарушений. В то же время программы ее целенаправленного формирования, предназначенные для широкого применения в образовательной практике, весьма ограничены и по количеству, и по содержанию. Данное обстоятельство определило выбор **проблемы исследования**: каковы особенности временной перспективы подростков на этапе профессионального самоопределения.

Цель исследования – определить психологическое содержание и динамику временной перспективы детей, подросткового возраста; выявить ее особенности на разных уровнях сформированности профессионального самоопределения.

Объект исследования – временная перспектива подростков.

Предмет исследования – особенности временной перспективы подростков на этапе профессионального самоопределения.

Гипотеза – 1) подростки, находящиеся на этапе сформированной профессиональной идентичности имеют более сбалансированную временную перспективу, а именно: низкий показатель фатализма в настоящем; средние – гедонизма в настоящем и ориентации на будущее; 2) коррекционно-развивающие занятия с подростками, имеющими неопределенную и навязанную профессиональную идентичность, направленные на актуализацию у них будущего профессионального выбора, будут способствовать также и формированию более сбалансированной временной перспективы.

Исходя из цели и гипотезы исследования, были определены его **задачи**:

1) провести теоретический анализ существующих в психологии исследований понятий «временная перспектива» и «профессиональное самоопределение», их особенностей в подростковом возрасте.

2) выявить у подростков статус их профессиональной идентичности.

3) исследовать содержание временной перспективы учащихся в группах с разным статусом профессиональной идентичности.

4) выявить наличие или отсутствие связи временных ориентаций подростков со степенью сформированности у них профессионального самоопределения.

5) выявить основные направления коррекционной работы, разработать и внедрить программу формирующего различные аспекты временной перспективы эксперимента, оценить его эффективность.

Теоретико-методологической основой исследования послужил подход Ф. Зимбардо, согласно которому индивидуальная временная ориентация человека – это его эмоциональная оценка представлений о прошлом, настоящем и будущем. В нашей стране исследования в данном направлении продолжили А. Сырцова, О.В. Митина, В.А. Ясная. Кроме того, в своей работе мы ориентировались на подходы К.А. Абульхановой, Е.А. Головахи, И.В. Дубровиной. А.А. Кроника и Н.Н. Толстых.

Для решения выше перечисленных задач и проверки выдвинутой гипотезы на разных этапах исследования использовались такие **методы**, как: теоретический анализ научных данных по проблеме исследования; эмпирические психодиагностические методы (сбор данных осуществлялся методом группового формализованного письменного опроса); методы количественной и качественной обработки данных (описательная статистика, дифференциация материала по группам, корреляционный анализ, выявление статистической значимости показателей); интерпретационные (структурные) методы.

В исследовании были использованы следующие психодиагностические **методики**: 1. Методика изучения статусов профессиональной идентичности А.А. Азбель, А.Г. Грецова; 2. Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо, А. Гонзалеса (адаптация А. Сырцовой, Е.Т. Соколовой, О.В. Митиной); 3. Опросник самоорганизации деятельности Н. Фишера и М. Бонда (адаптация Е.Ю. Мандриковой); 4. Тест смысложизненных ориентаций Дж. Крамбо, Л. Махолика (адаптация Д.А. Леонтьева); 5. Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера (адаптация Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина).

База проведения исследования: муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гимназия №2» г. Белгорода.

Описание выборки: в исследовании приняли участие 47 учащихся девятого класса в возрасте 14-16 лет, из них 23 девочки и 24 мальчика.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что оно продолжает изучение связи временной перспективы с другими индивидуальными личностными характеристиками (в данном случае с профессиональным самоопределением), расширяет существующие в психологии представления о ее содержании у детей 14-16 лет, ее динамике.

Практическая значимость исследования заключается в том, что его результаты позволяют выделить ориентиры, облегчающие диагностику у подростков различных отклонений в параметрах и структуре временной перспективы. Это, в свою очередь, позволяет разрабатывать программы ее коррекции в данном (сензитивном для этой задачи) возрасте, работать на практике с проблемой отношения подростков ко времени своей жизни, целеполагания и осмысления своих жизненных выборов, в том числе и профессиональных.

Структура представленной работы: состоит из содержания, двух глав (16 таблиц, 20 диаграмм), заключения, списка использованных источников и литературы (63) и девяти приложений.

Глава 1. Теоретические основы исследования феномена временной перспективы и ее особенностей в подростковом возрасте на разных этапах профессионального самоопределения

1.1. Изучение понятие «временная перспектива личности», его сущность, основные характеристики и факторы формирования

Сегодня в психологии содержание понятия «временная перспектива» рассмотрено в достаточно большом количестве работ и предпринимаются попытки их классифицировать и объединить в общую систему представлений о данном феномене. Такими авторами, как Е.Ю. Мандрикова, О.Н. Попова, Н.М. Савлакова выделяются следующие подходы [32, 39, 45]:

- мотивационный – временная перспектива как мотивационное образование регулирующее жизнь и деятельность человека (Ж. Нюттен);
- причинно-целевой – временная перспектива как цепь взаимосвязанных событий (Е.И. Головаха, А.А. Кроник);
- типологический – временная перспектива определенного типа как личностная организация жизни и деятельности человека (К.А. Абульханова, В.И. Ковалев, Л.Ю. Кублицкене);
- оценочный – временная перспектива как аффективное отношение к событиям прошлого, настоящего и будущего (Ф. Зимбардо, О.В. Митина, А. Сырцова);
- прогностический – временная перспектива как возможность прогнозировать и проектировать будущее (Л.А. Регуш);
- экзистенциальный – временная перспектива как переживание экзистенциальных смыслов существования от прошлого к будущему (О.В. Лукьянов);
- образовательный - временная перспектива как объект целенаправленного построения (М.Р. Гинзбург, И.В. Дубровина, Н.Н. Толстых).

У Ж. Нюттена временная перспектива – это определенное взаимное расположение объектов (событий) во времени в сознании человека в определенной ситуации (события, составляющие временную перспективу прошлого, всплывают из активной памяти; содержание временной перспективы будущего создается виртуально из целей и событий, которых человек хочет достичь) [37]. Характеристиками временной перспективы являются: глубина или протяженность (интервалы времени между последовательностью событий); насыщенность (плотность распределения событий в разные периоды жизни); структурированность (наличие или отсутствие осознанных связей между событиями); реалистичность и яркость событий в восприятии человека.

Е.И. Головаха и А.А. Кроник считают временную перспективу субъективной картиной жизненного пути человека [13]. Это определенные осознанные представления личности о взаимосвязи важных событий его жизни (ее логика), их длительности, последовательности, принадлежности к прошлому, настоящему и будущему. Межсобытийные связи могут быть двух типов: имеющие причинные отношения (предшествующее событие выступает причиной последующего - следствия) и целевые отношения (последующее событие является той целью, ради которого произошло предыдущее – средство). Также связи между событиями могут быть реализованными (принадлежащими целиком к прошлому), актуальными (проходящими через данный момент настоящего) и потенциальными (представляющими собой причинные и целевые отношения между событиями будущего).

К.А. Абульханова представляет временную перспективу как совокупность трех понятий: жизненная позиция – результат достижений личности; жизненная линия – направление жизненного движения личности; жизненная перспектива – потенциальные возможности самореализации личности [3]. Жизненная перспектива разделяется ею на: психологическую (когнитивную, способность видения своих перспектив и себя в будущем,

сознательного формирования жизненных планов); личностную (мотивационную, в которой направленность в будущее создается мотивацией достижения без выработки четких планов и представлений): собственно жизненную (реальный жизненный потенциал личности, основанный на прошлом опыте и наличествующих способностях). Кроме того, К.А. Абульханова, В.И. Ковалев, Л.Ю. Кублицкене, В.Ф. Серенкова предложили ряд типологий организации времени жизни личностью, в основе которых лежат разные факторы (например, активность-пассивность и пролонгированность-ситуативность деятельности личности [25]).

Под временной перспективой Ф. Зимбардо понимает точку зрения человека, через которую человек смотрит на всю свою жизнь как через фильтр, окрашенный определенными эмоциями [52]. Каждому индивиду при этом свойственно фиксироваться по большей части на каком-то одном из времен, что приводит к формированию предпочтений, на которые он опирается в выборе своих решений и действий в жизни. Это могут быть воспоминания (прошлое, негативное и позитивное), непосредственная ситуация (настоящее, фаталистическое и гедонистическое), ожидаемые последствия (будущее и степень ориентации на него). Когда эти предпочтения проявляются постоянно, они становятся личностной чертой.

Также Ф. Зимбардо выделяет понятие «оптимальной временной перспективы» сбалансированной и гибкой. Она позволяет человеку выбирать подходящую временную ориентацию для каждой конкретной ситуации, а не заикливаться на одной. Наилучшим балансом он считает: высокий уровень показателей позитивного прошлого; умеренно высокий уровень гедонистического настоящего и будущего; низкий уровень показателей негативного прошлого и фаталистического настоящего [19].

И.В. Дубровина выделяет восемь зон временной перспективы (в основном будущего) [18]: ближайшее (цели, которые располагаются в рамках текущего дня, недели или месяца); актуальный период (цели ведущей деятельности индивида); близкое будущее (цели на 1-2 года); отдаленное

(цели на период зрелости или старости); вся жизнь (цели, не поддающиеся четкой локализации во времени); открытое настоящее (желание обладать какими-то качествами или умениями); историческое будущее (цели, связанные с жизнью других людей); прошлое (цели, которые ставились в прошлом).

Я.А. Сурикова в своей работе рассматривает и анализирует основные факторы построения временной перспективы личности [49]. Она выделяет внешние общие факторы: социокультурный контекст (особенности исторической эпохи, культурные и национальные особенности, система представлений о жизненном пути в данном обществе); условия организации жизненного пространства личности (ярче всего фактор проявляется в экстремальных условиях или при смене образа жизни); особенности воспитания. Внешние частные факторы – это: социальный статус; образование и профессиональная деятельность (воздействуют в зрелом возрасте); групповая принадлежность индивида (характерно преимущественно подростковому возрасту); половозрастные особенности; экстремальность воздействия внешней среды. К внутренним факторам автор относит: индивидуально-психологические особенности человека; уровень его психологического здоровья; активность личности как субъекта жизнедеятельности; актуальное эмоциональное состояние (этот фактор ситуативен и обратим).

Во многих экспериментах, проанализированных Е.М. Вечкановой [10], доказано, что факторами построения временной перспективы являются и сами представления всех трех ее модусов (прошлого, настоящего и будущего). Так, например, в образе Я человека, его картине мира в большей мере отражается содержание его прошлого. Оно же оказывает влияние на настоящее и будущее субъекта. Тем не менее, для человека имеют значение не столько действительные события прошлого, сколько то, что он чувствует по отношению к ним. В настоящем же вполне возможна позитивная реконструкция этих воспоминаний.

Вообще настоящее определяет субъективная актуальность происходящего события (при этом его начало может лежать в прошлом, а завершение – в будущем). Будущее же – это конструкт, который отражает наши надежды, страхи и ожидания. Это сложный мыслительный процесс, с участием воображения и мышления. Доказано, что существующие в настоящем установки относительно событий будущего влияют на поведение и мысли человека и приводят к запланированным в будущем результатам. Но результативность деятельности в настоящем также возможно изменить с помощью пошаговой мысленной репетиции достижения желаемого в будущем [Там же].

И.А. Ральникова выделяет наиболее общие для различных подходов аспекты, характеризующие временную перспективу [41, 42]:

- ее представления локализуются в сознании и не существуют в пространстве восприятия;

- ее содержание составляет совокупность событий, которые делают ее представления организованными;

- ее структура представляет собой совокупность связей между событиями, которые делятся на модусы прошлого, настоящего, будущего, и выстраиваются по принципу «причина-следствие» и «цель-средство»;

- ее качественными характеристиками можно назвать согласованность, продолжительность, дифференцированность, реалистичность, оптимистичность;

- в жизни человека она выполняет организующую и регулирующую функции;

- она же представляет собой результат индивидуальных особенностей развития личности;

- она динамична, каждому новому этапу жизненного пути соответствует свое содержание временной перспективы (одни ее компоненты остаются прежними, другие меняются, отражая изменения в окружающем мире и самом человеке).

Таким образом, для того чтобы упорядочить непрерывный поток событий жизни, согласовать их и придать им смысл, человек делит весь свой накопленный опыт на временные отрезки и оценивает его. Это происходит бессознательно, автоматически под внешним воздействием определенной культурной и социальной среды, то есть результат является всегда субъективным. Вся эта информация кодируется, хранится и актуализируется по мере надобности, а также используется для формирования ожиданий, целей и планов на будущее. Так формируется временная перспектива человека – сквозное видение из настоящего событий прошлого и предполагаемых событий будущего и их взаимосвязи как обобщенного образа жизни.

1.2. Особенности содержания и динамики временных ориентаций в подростковом возрасте

Временная перспектива каждого человека очень индивидуальна и оказывает на поведение глубинное влияние. Она меняется в течение всей жизни и в каждом возрастном периоде имеет свои особенности. Отечественные ученые (Е.В. Камнева, А. Сырцова, Н.Н. Толстых) [21, 51, 57] в своих исследованиях указывают на то, что:

- дети дошкольного и младшего школьного возраста в основном сосредоточены на настоящем;
- подростки также в основном живут настоящим, но для них все большее значение приобретает как будущее, так и прошлое;
- юность в основном стремится к будущему;
- в молодости начинает выстраиваться более или менее четкая и полная временная перспектива и основанная на ней жизненная стратегия;
- у взрослого будущее приобретает границы, прошлое с каждым годом становится все более продолжительным, а время ускоряет свой ход;
- в старости доля будущего резко уменьшается, а роль прошлого наоборот увеличивается.

Временная перспектива детей подросткового возраста представляет особый интерес для исследователей. Здесь она только начинает формироваться на фоне основного новообразования - психологической готовности к личностному самоопределению и конструированию своего жизненного пути. Одной же из главных задач развития в подростковом возрасте является построение нового образа себя как целостного, непротиворечивого, но в то же время, изменяющегося и уникального.

О.А. Кожурова отмечает [26], что именно в этом возрасте человек начинает осознавать течение времени, дифференцировать временные интервалы, формировать конкретные представления о прошлом, настоящем и будущем в виде линейной модели, отделять реальное от нереального. Одновременно возрастает и степень обобщенности, и степень конкретной представленности времени жизни в целях, планах, ожиданиях. А.А. Карелин пишет [22], что по факту – это создание своей собственной биографии. Для этого у ребенка должно возникнуть новое отношение к своему Я во времени, события его жизни должны выстроиться на временной оси. А это, в свою очередь, означает не просто сохранение памяти о прошедших событиях и ожидание будущего. Ребенку необходимо обнаружить и увязать причинно-следственные связи между ними.

Е.В. Камнева указывает [21]: для того, чтобы возникло адекватное представление о собственном изменении во времени, должно полностью разрушиться стабильное объектное Я, которое характерно для младшего школьника. Вначале ребенок обнаруживает, что может быть разным. Позже этот потенциал разности преобразуется в последовательность изменений, которые связаны с будущими планами и ожиданиями. Эта очень не простая задача решается на протяжении всего подросткового возраста. Л.Б. Слугина подчеркивает [47], что для начала необходимо интенсивное переосмысление всех значимых событий прошлого и будущего. Периоды жизни в сознании ребенка сменяют друг друга от ближайших по времени и имеющих сугубо частный характер до все более отдаленных как в прошлом, так и в будущем.

Последними осознаются представления об отдаленном будущем и события глобального характера.

Результаты многочисленных исследований (Е.В. Камнева, А.А. Карелин, О.А. Кожурова, Л.Б. Слугина, Н.Н. Толстых и др.) показывают [21, 22, 26, 47, 55], что у большинства современных подростков наиболее выраженной ориентацией в структуре временной перспективы, является настоящее и его гедонистическая направленность. Это жизнь ради веселья, развлечений и удовольствия в текущий момент, по принципу «здесь и сейчас». Они не стабильны в своих эмоциях, не контролируют свои импульсы и эго. Их поведение, как правило, спонтанно, они и не стремятся к последовательности действий. Многие подростки уверены, что хорошие события происходят благодаря удачному случаю, а не усердному труду, считают, что удача в жизни важнее всего. В общем и целом, большинство детей оценивают свое настоящее как напряженное и радостное одновременно.

Прошлое обычно оценивается достаточно позитивно. По сравнению с настоящим и будущим, оно для подростков представляется более реальным и постоянным. У них, как правило, имеются хорошие воспоминания о недавнем дошкольном и младшем школьном возрасте. Но они не часто задумываются над событиями, которые там были и затрудняются дать четкое и реальное их описание.

Е.В. Хлыбова исследуя представления о будущем подростков отмечает, что у данного фактора временной перспективы часто бывают самые низкие показатели [59]. Многие представляют его с трудом. Для них будущее представляется большим, в нем трудно вычлениить отдельные части. Оценивается оно как тревожное и радостное одновременно. У многих, как отмечает С.Б. Абрамова [2], отсутствует понимание того, что реальное будущее не является будущим вообще, оно всегда вытекает из прошлого и настоящего. Часто подростки уходят в две крайности: либо планируют

только ближайшее будущее, то есть живут сегодняшним днем, либо уходят в весьма отдаленное будущее, то есть мечты и фантазии.

Н.Н. Толстых пишет [54], что острое чувство необратимости времени у подростков может сочетаться с категорическим нежеланием замечать его течение. Из-за этого они не могут в полной мере распределять его, распоряжаться им. Иногда им кажется, что времени у них очень много и оно тянется бесконечно долго, а иногда оно пролетает стремительно и его катастрофически не хватает. Процесс формирования временной перспективы осложняется недостаточностью жизненного опыта, не умением отвечать за свои поступки и предвидеть их последствия, не умением ставить цели и строить планы.

Внимание в исследованиях уделяется также особенностям временной перспективы различных групп подростков. Так, например, М.Д. Кондратьев сравнивает временные ориентации обычных и одаренных детей [27]. У последних была выявлена большая, чем у сверстников протяженность и насыщенность временной перспективы будущего, ее большая нацеленность на профессиональное самоопределение и саморазвитие на фоне более высоких значений в ориентации на «негативное прошлое».

А.Ю. Бутько, Т.Е. Яценко изучили характеристики прошлого, настоящего и будущего городских и сельских подростков [63]. Прошлое для последних является более ярким и радостным. Будущее для них также окрашено более позитивно, чем для городских детей. Оно более сложно структурировано и больше наполнено смыслами. К настоящему подростки из сельской местности относятся более реалистично и открыто, они проявляют больше активности. Городские же подростки более пессимистичны и не удовлетворены жизненными обстоятельствами.

Сегодня согласованность и определенная связность временных представлений Я-концепции человека считается важнейшим показателем его психологического благополучия, ресурсом личности на пути ее развития. Рассогласованность же образов Я прошлого, настоящего и будущего

оценивается как основной фактор социально-психологической дезадаптации, личностных нарушений и психических расстройств. Поэтому интерес представляют исследования взаимодействия временной перспективы с разными видами зависимости, рисковым поведением, агрессией, депрессией, повышенным уровнем тревожности (например, работы Ю.Н. Гут, Т.Н. Денисовой, О.И. Шмыревой и др.) [16, 17, 62].

В этих работах показано, что у большинства девиантных подростков, как и у обычных, преобладает ориентация на настоящее, но фаталистическое. Она связана не со способностью радоваться жизни сегодня, свойственной детям этого возраста, а с желанием получить сиюминутное удовольствие и неверием в то, что жизнь можно улучшить самостоятельно, приложив определенные усилия. Настоящее представляется им, как растянутое, пустое и мрачное, движущееся независимо от субъекта. В тоже время, чем ниже оценивают подростки свое настоящее, тем сильнее у них тенденция ухода в приятные воспоминания. Прошлое воспринимается ими как наилучшее время, в котором остались самые значимые ценности, кажущиеся утраченными в дне сегодняшнем. Будущее же чаще, чем у обычных детей, вызывает тревогу, растерянность и неуверенность.

Подростковый возраст для ребенка является своеобразным распутьем, на котором он может выбрать либо личностную субъективность (принятие ответственности за свою жизнь и самостоятельность в жизненных выборах), либо пассивное следование за жизненными обстоятельствами и отказ от возможности самому управлять своей жизнью. В связи с этим особый интерес вызывают исследовательские работы, в которых акцент делается на необходимости целенаправленного и систематического построения временной перспективы. Так, например, М.Л. Мельникова указывает [33], что в абсолютном большинстве случаев временные представления и ориентации формируются стихийно, плохо структурированы и связаны и часто приобретают форму пустых фантазий.

Таким образом, именно в подростковом возрасте начинает формироваться полноценная временная перспектива с ее разделением событий жизни по ячейкам прошлого, настоящего и будущего. В общем и целом, в этот период она представляет собой завышенные показатели уровня гедонистического настоящего, достаточно высокий уровень позитивного прошлого и существенно более низкий уровень ориентации на будущее. Проблемой же является то, что временная перспектива формируется бессознательно, автоматически и стихийно, хотя исследования показывают, что ее вполне можно анализировать, корректировать и даже, в этом возрасте, целенаправленно строить.

1.3. Профессиональное самоопределение подростков, содержание и возрастные особенности

Как мы уже говорили выше, одним из основных новообразований подросткового возраста является психологическая готовность к самоопределению (как личностному, так и профессиональному) и конструированию своего жизненного пути. У М.Г. Гинзбурга [11, 12] самоопределение – это определение своего места в мире, обретение человеком ценностно-смыслового единства и его реализация. Его основные характеристики: потребность в формировании смысловой системы, в которой объединены представления о себе и о мире; ориентированность в будущее; связанность с выбором профессии, но не сводимость к нему [43].

Р.М. Шамионов считает самоопределение эффектом социализации личности [61], который свидетельствует о ее глубине и содержательной наполненности и предполагает выработку своего отношения к себе, другим, объектам материального мира и происходящим событиям, в той или иной мере затрагивающим интересы личности. Видение себя в будущем как профессионала также является показателем связи с обществом, вхождения в общество, видения себя в обществе.

По определению Л.В. Абдалиной, профессиональное самоопределение – это сознательное определение человеком области деятельности, которой он намеревается овладеть и более или менее длительно заниматься [1]. Это также полимотивированное сложное новообразование личности, в котором интегрируются влияния социально-экономических условий, пример значимых взрослых и личностные качества индивида. Оно позволяет развивать свои способности, реализовывать себя, а также является средством, позволяющим удовлетворять другие потребности. Е.А. Климов подчеркивает [23], что профессиональное самоопределение не является однократным деянием, а представляет собой длительный, многолетний процесс. Он имеет разное содержание и связан с разными целями в разные возрастные периоды.

Многие исследователи (Е.А. Климов, И.И. Кобзарева, С.Н. Чистякова) считают [23, 24, 60], что работу по профессиональной ориентации возможно проводить уже с детьми старшего дошкольного и младшего школьного возраста. Здесь формируется положительное отношение к труду, понимание его роли в жизни людей, первоначальные умения в познавательной, игровой и трудовой деятельности. Дети идентифицируют себя со своими работающими отцами и матерями, и намерение работать в будущем становится частью их Я-концепции.

Среди подростков же такого рода работу необходимо проводить более систематически и целенаправленно. Интересы детей в этом возрасте очень изменчивы и подвижны. Резкое изменение предпочитаемых занятий является для них естественным и часто зависит от случайных обстоятельств. Подростков не нужно ориентировать на конкретные профессии. Тем не менее, очень важно в этом возрасте актуализировать саму проблему выбора (продолжение образования, будущая профессиональная сфера). Здесь индивидуальные способности апробируются, появляются представления о профессиональных требованиях и содержании профессионального образования. Важно вызвать стремление к осознанию своих интересов,

способностей, ценностей, связанных с видением себя в будущем, во взрослой жизни.

Значительное влияние на личностное и профессиональное развитие подростка оказывают родители. В частности, исследование Т.М. Коньшиной, Т.Ю. Садовниковой выявило [28], что сверхактивное участие в профессиональном самоопределении детей принимают 40% родителей (по большей части матерей, отцы чаще заинтересованы в профессиональном самоопределении сыновей, чем дочерей). Кроме того, в большей мере проявляется эмоциональная заинтересованность, нежели инструментальная, то есть у родителей часто наблюдается дефицит знаний о том, как в реальности должен быть выстроен образовательный и профессиональный путь ребенка.

При этом большая включенность родителей в данный процесс порождает зависимость подростков, психологическую неготовность к принятию самостоятельных решений в данной сфере, мешает формированию их автономии. Наиболее же автономные подростки (в случае устранившихся, дистантных родителей), наоборот, не получают очень необходимую им поддержку в решении задач построения личностного и профессионального пути. Оптимальным вариантом, по мнению исследователей, является средний уровень заинтересованности родителей [6].

О.С. Тоистева выделяет такое очень распространенное явление, как эйфория родителей и учителей по поводу состоявшегося (особенного раннего) выбора ребенком профессии и сильная переоценка осознанности сделанного выбора [53]. В силу возрастных психологических особенностей она может быть только кажущейся. Подросток вроде бы и размышляет о своей будущей жизни, но выбор делает по причинам далеким от реальной заинтересованности данной профессией (веяния моды, подражание сверстникам, стремление угодить родителям). При этом представления о ней очень поверхностны и однобоки. Здесь взрослым необходимо помочь

ребенку проанализировать осознанность, взвешенность и реалистичность сделанного выбора профессии.

В работе О.В. Кузнецовой рассматриваются различные стратегии профессионального самоопределения подростков (в данном случае – это выбор профильного класса), связанных с их представлениями о временной перспективе [29]. Здесь показано, что для учащихся седьмых классов тема личного времени еще не актуальна и достаточно абстрактна. Их рассуждения носят отвлеченный и общий характер, они не делают акцент на каких-либо его составляющих. Учащиеся восьмых классов показывают уже достаточно большую заинтересованность вопросами временной перспективы (своим прошлым, настоящим и будущим). При чем, их рассуждения на эту тему тесно переплетены с размышлениями о своих возможностях и планах на будущее, в том числе и профессиональное. Высказывания учащихся одиннадцатых классов отличаются более обдуманностями и глубокими суждениями.

В.И. Моросанова, А.В. Ванин показали [35], что высокий уровень ориентации на будущее и осознанной саморегуляции школьников способствуют большей решительности в выборе профессии. Делает этот выбор более реалистичным, дифференцированным и достижимым. Кроме того, такие учащиеся демонстрируют более сформированные навыки ставить и удерживать цели, моделировать значимые условия, программировать свои действия и оценивать результаты своей деятельности. При ориентации на фаталистическое настоящее и негативное прошлое, а также низком уровне саморегуляции наблюдается тенденция отказа от сознательного преобразования жизни, ее пассивное принятие такой, какая она есть, акцентирование своего внимания на всем плохом.

С.Н. Чистякова отмечает [60], что содержание современного образования ориентировано на передачу основ разрозненных наук, а не на конструирование целостной мировоззренческой картины жизни. Не маловажной проблемой является и то, что ценностные ориентиры смещаются

с самой профессии на образ предпочитаемой жизни. Профессия становится не существенной частью человека, а средством достижения этого образа. В результате большой массив знаний, полученных в школе, остается не востребованным, престижность квалифицированного труда в представлениях школьников не актуализируется, а их представления о профессиях отличаются примитивностью.

К основным причинам ошибок в профессиональном выборе относят (Л.А. Головей, Н.С. Пряжников) [14, 40]:

- отношение к выбору профессии как к единственному и неизменному варианту;

- отношение к выбору сквозь призму престижности или непрестижности какой-либо деятельности;

- выбор под влиянием значимых людей;

- увлечение только внешней или какой-либо отдельной стороной профессии;

- отождествление с профессией школьного предмета;

- слабая информированность о выбираемой профессии;

- слабая осведомленность о собственных психофизиологических возможностях и способностях.

Таким образом, подростковый возраст – это этап предпрофессионального самоопределения личности. Это не столько ориентация на какую-то конкретную профессию, а актуализация самой проблемы будущего выбора, осознание своих интересов, способностей и ценностей. Здесь очень важно помочь подросткам подходить к принятию решений осознанно, взвешенно и реалистично, а гибкая, хорошо структурированная временная перспектива во многом может этому поспособствовать.

Подводя итоги первой главы, можно сделать следующие выводы:

Во-первых, временная перспектива человека – это сквозное видение из настоящего событий прошлого и предполагаемых событий будущего, их взаимосвязи как обобщенного образа собственной жизни во времени. Формируется она для того чтобы упорядочить непрерывный поток событий, согласовать их и придать им смысл.

Во-вторых, подростковый возраст – это начало формирования полноценной временной перспективы с ее разделением событий жизни по ячейкам прошлого, настоящего и будущего. Но формируется она чаще всего бессознательно, автоматически и стихийно, хотя исследования показывают, что ее вполне можно анализировать, корректировать и даже, в этом возрасте, целенаправленно строить.

В-третьих, подростковый возраст – это, также, начало личностного и профессионального самоопределения. Здесь важна не столько ориентация на какую-то конкретную профессию, сколько актуализация самой проблемы будущего выбора, осознание своих интересов, способностей и ценностей. Важной также оказывается помощь подросткам в принятии осознанных, взвешенных и реалистичных решений.

Глава 2. Эмпирическое исследование особенностей временной перспективы подростков на определенных этапах профессионального самоопределения

2.1. Организация и методы исследовательской работы

Целью нашего исследования является определение психологического содержания и динамики временной перспективы детей, подросткового возраста; выявление ее особенностей на разных уровнях сформированности профессионального самоопределения.

Объект исследования – временная перспектива подростков.

Предмет исследования – особенности временной перспективы подростков на этапе профессионального самоопределения.

Гипотеза – 1) подростки, находящиеся на этапе сформированной профессиональной идентичности имеют более сбалансированную временную перспективу, а именно: низкий показатель фатализма в настоящем; средние – гедонизма в настоящем и ориентации на будущее; 2) коррекционно-развивающие занятия с подростками, имеющими неопределенную и навязанную профессиональную идентичность, направленные на актуализацию у них будущего профессионального выбора, будут способствовать также и формированию более сбалансированной временной перспективы.

Исходя из цели и гипотезы исследования, были определены его **задачи**:

1. Выявить у подростков статус их профессиональной идентичности.
2. Исследовать содержание временной перспективы учащихся в группах с разным статусом профессиональной идентичности.
3. Исследовать у этих подростков уровень развития различных аспектов умения самостоятельно организовывать свою деятельность, осмысленности жизни и удовлетворенности ею.

4. Выявить наличие или отсутствие связи временных ориентаций подростков со степенью сформированности у них профессионального самоопределения и других полученных нами показателей.

5. Выявить основные направления коррекционной работы, разработать и внедрить программу формирующего различные аспекты временной перспективы эксперимента, оценить ее эффективность.

База проведения исследования: муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гимназия №2» г. Белгорода.

Описание выборки: в исследовании приняли участие 47 учащихся девятого класса в возрасте 15-16 лет, из них 23 девочки и 24 мальчика.

Для решения выше перечисленных задач и проверки выдвинутой гипотезы был выбран комплекс следующих **методик исследования:**

1. Методика изучения статусов профессиональной идентичности (см. Приложение 1) позволяет определить «ступеньку», на которой находится подросток в процессе профессионального самоопределения [15]. Опросник состоит из 20 пунктов, по каждому из которых возможно 4 варианта ответов (каждый вариант ответа оценивается в 1 или 2 балла). Можно выделить четыре статуса профессиональной идентичности:

- неопределенная (выбор жизненного пути не сделан, при этом человек даже не ставит перед собой такую проблему);

- навязанная (имеются представления о своем профессиональном будущем, но они не являются результатом самостоятельного выбора, а навязаны извне);

- мораторий (кризис выбора - выбор профессии еще не сделан, но человек осознает эту проблему и находится в процессе ее решения);

- сформированная (профессиональные планы определены и, они стали результатом осмысленного самостоятельного решения).

2. Опросник временной перспективы (см. Приложение 1) предназначен для диагностики системы отношений личности ко времени (к окружающей действительности вообще, к самому себе, своему опыту и грядущим

перспективам) [34, 50]. Опросник состоит из 56 пунктов, ответы по которым распределяются по 5-балльной шкале. Из опросника возможно извлечение 5 показателей:

- фактор восприятия негативного прошлого (степень его неприятия, вызывающего разочарование и боль);
- фактор восприятия позитивного прошлого (степень его принятия, когда любой опыт способствует развитию);
- фактор восприятия гедонистического настоящего (основной целью является наслаждение, наблюдается оторванность от прошлого и будущего);
- фактор восприятия фаталистического настоящего (оно видится изначально predetermined, независящим от воли личности);
- степень ориентации на будущее (наличие у человека целей и планов).

3. Опросник самоорганизации деятельности (см. Приложение 1) предназначен для диагностики сформированности навыков тактического планирования и стратегического целеполагания, особенностей структурирования деятельности самоорганизации [31]. Опросник состоит из 25 пунктов, ответы по которым распределяются по 7-балльной шкале. Из опросника возможно извлечение 6 показателей:

- шкала «Планомерность» измеряет степень вовлеченности субъекта в тактическое ежедневное планирование по определенным принципам;
- шкала «Целеустремленность» измеряет способность субъекта сконцентрироваться на цели;
- шкала «Настойчивость» измеряет склонность субъекта к приложению волевых усилий для завершения начатого дела и упорядочения активности;
- шкала «Фиксация» измеряет склонность субъекта к фиксации на заранее запланированной структуре организации событий во времени, его привязанность к четкому расписанию, ригидность в отношении планирования;
- шкала «Самоорганизация» измеряет склонность субъекта к использованию внешних средств организации деятельности;

- шкала «Ориентация на настоящее» измеряет степень временной ориентации на настоящее.

4. Тест смысложизненных ориентаций (см. Приложение 1) используется для определения уровня переживания индивидом значимости собственной жизни и основана на теоретических положениях В. Франкла о стремлении человека к смыслу [30]. Содержит двадцать пар альтернативных утверждений с одинаковым началом и симметричную шкалу градации ответов – 3 2 1 0 1 2 3. Полученные оценки в баллах переводятся в звезды. С помощью опросника можно определить общий показатель осмысленности жизни, а также показатели по пяти субшкалам:

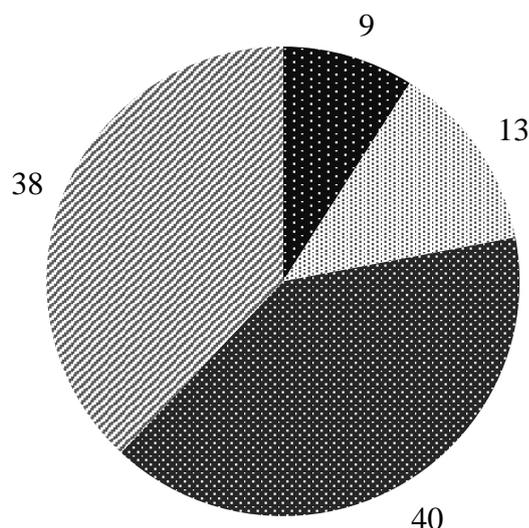
1. Цели в жизни.
2. Процесс жизни, эмоциональная насыщенность жизни.
3. Результативность жизни, удовлетворенность самореализацией.
4. Локус контроля Я (Я как хозяин жизни).
5. Локус контроля жизни, управляемость жизни.

5. Шкала удовлетворенности жизнью (см. Приложение 1) измеряет когнитивную оценку соответствия действительных жизненных обстоятельств ожиданиям человека [38]. Опросник содержит пять вопросов, ответы по которым распределяются по 7-балльной шкале. Полученные баллы по всем пунктам суммируются.

6. Для определения достоверности статистической значимости различий в исследуемых нами показателях был использован Н-критерий Крускала-Уоллиса, предназначенный для оценки различий в трех и более выборках, Т-критерий Вилкоксона для оценки различий в одной и той же группе до и после эксперимента. Также, полученные результаты, были подвергнуты обработке при помощи математического статистического метода подсчета коэффициента корреляции Пирсона [46]. Подсчеты велись в статистической программе SPSS Statistics версия 17.0.

2.2. Анализ и интерпретация полученных в ходе исследования данных

На первом этапе исследования нами были выявлены уровни, на которых находятся подростки в своем профессиональном самоопределении. Результаты представлены в таблице 2.2.1 (см. Приложение 2). Анализ полученных данных показал, что 9% обследованных подростков имеют неопределенную профессиональную идентичность. 13% - навязанную. У 40% учащихся наблюдается мораторий профессионального самоопределения. 38% имеют сформированную профессиональную идентичность. В соответствии с полученными результатами все испытуемые были поделены нами на четыре группы. Для наглядного отображения процентного соотношения эти четыре группы представлены графически на рисунке 2.2.1.



■ Неопределенная ▨ Навязанная ▩ Мораторий ▧ Сформированная

Рисунок 2.2.1. Статусы профессиональной идентичности (%)

При этом в группе 1 с неопределенным статусом профессиональной идентичности оказались только мальчики (100%). В группах 2 с навязанной идентичностью и 4 со сформированным статусом – мальчиков больше половины (67% и 61% соответственно). Группу 3 с мораторием в профессиональном самоопределении в основном составили девочки (74%) (см. таблицу 2.2.2 в Приложении 2 и рисунок 2.2.2 ниже).

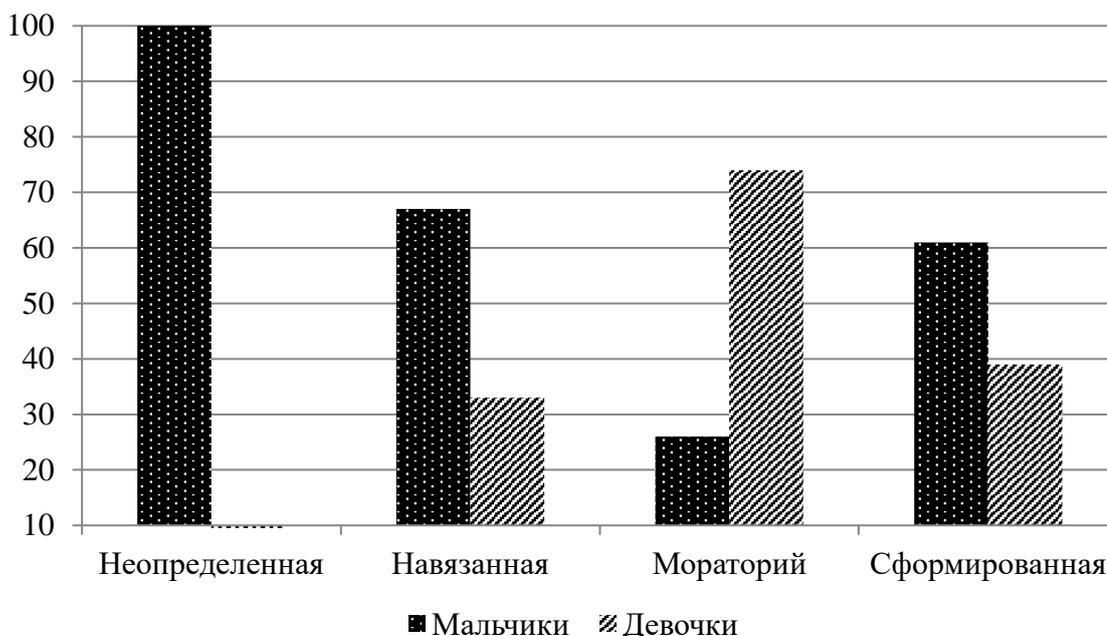


Рисунок 2.2.2. Распределение статусов профессиональной идентичности в группах в зависимости от пола (%)

Наличие большинства мальчиков, в группах с навязанной и сформированной профессиональной идентичностью, может отражать, на наш взгляд, «гендерный порядок» российского общества. Когда профессиональный успех традиционно считается важным в жизни мужчины. Женщинам же дается более свободный выбор по умолчанию, так как ее будущее больше связывается с семейной сферой.

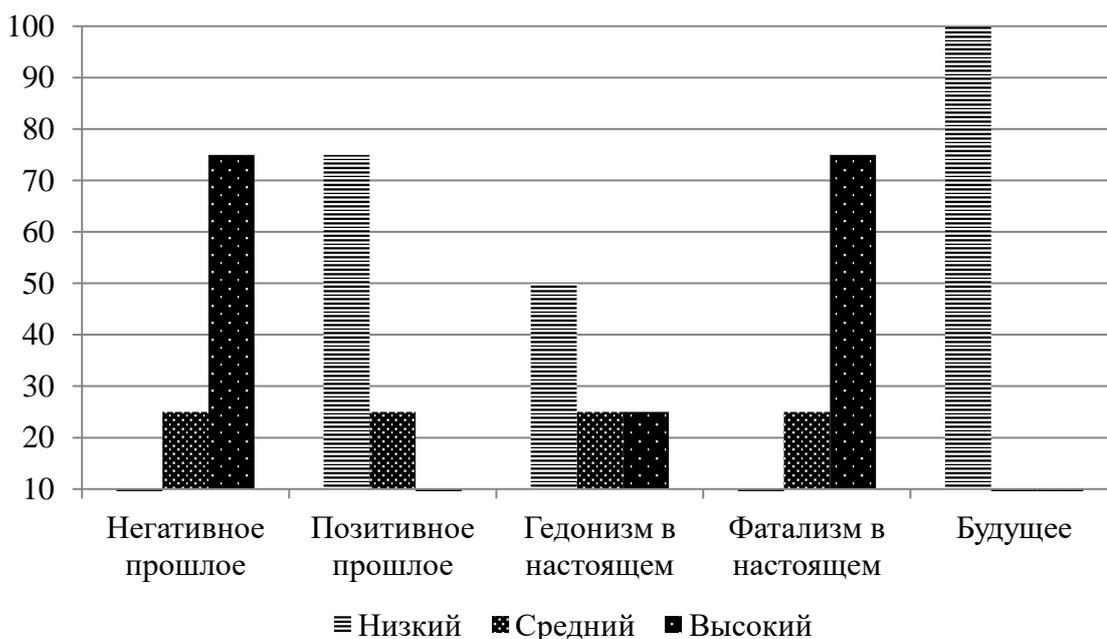


Рисунок 2.2.3. Соотношение уровней показателей пяти факторов временной перспективы в группе 1 (%)

На следующем этапе исследования мы изучили систему отношений подростков ко времени своей жизни. Результаты по группам представлены в таблицах 2.2.3 и 2.2.4 (см. Приложение 3).

Анализ полученных данных показал, что в группе 1, подростков с неопределенной профессиональной идентичностью (см. рис. 2.2.3), на факторы «Негативное прошлое» и «Фатализм в настоящем» приходится самое большое количество высоких баллов - по 75%, причем низких нет совсем. У факторов «Позитивное прошлое» и «Гедонистическое настоящее» наблюдается большое количество низких баллов - 75% и 50% соответственно. К тому же у «Позитивного прошлого» совсем нет высоких показателей. Фактор же «Ориентация на будущее» вообще не имеет ни средних, ни высоких показателей, только низкие.

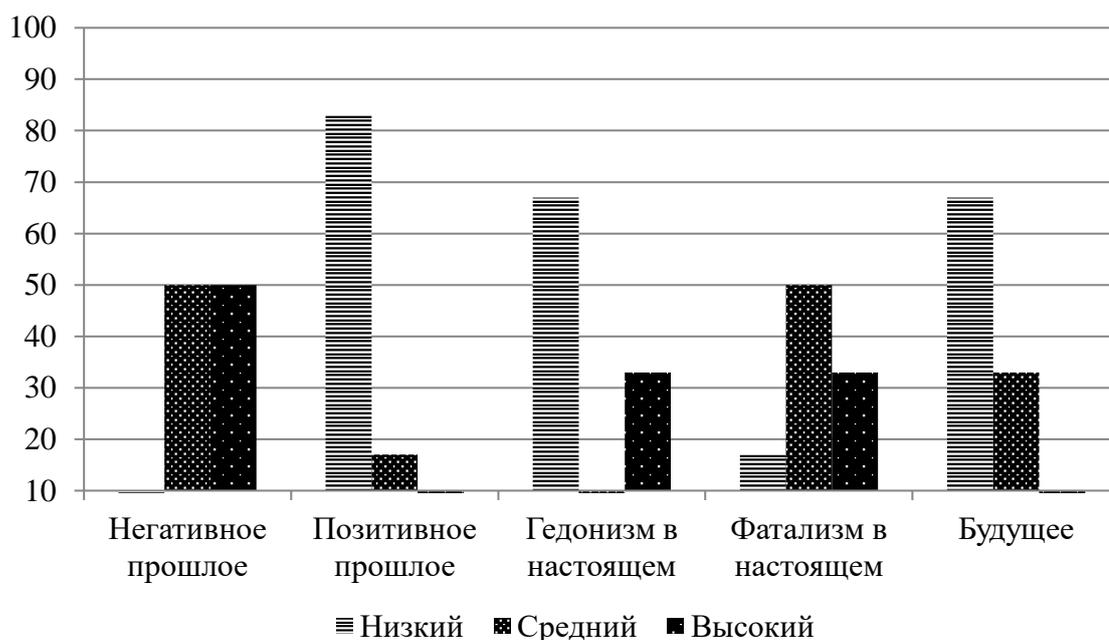


Рисунок 2.2.4. Соотношение уровней показателей пяти факторов временной перспективы в группе 2 (%)

В группе 2, подростков с навязанной профессиональной идентичностью (см. рис. 2.2.4), у факторов «Позитивное прошлое», «Гедонизм в настоящем», «Ориентация на будущее» - больше половины это низкие баллы (83%, 67% и 67% соответственно). Высоких же баллов по второй позиции – всего треть, по первой и третьей нет совсем. У факторов

«Негативное прошлое» и «Фаталистическое настоящее» по 50% приходится на средние баллы; 50% и 33% соответственно – на высокие баллы.

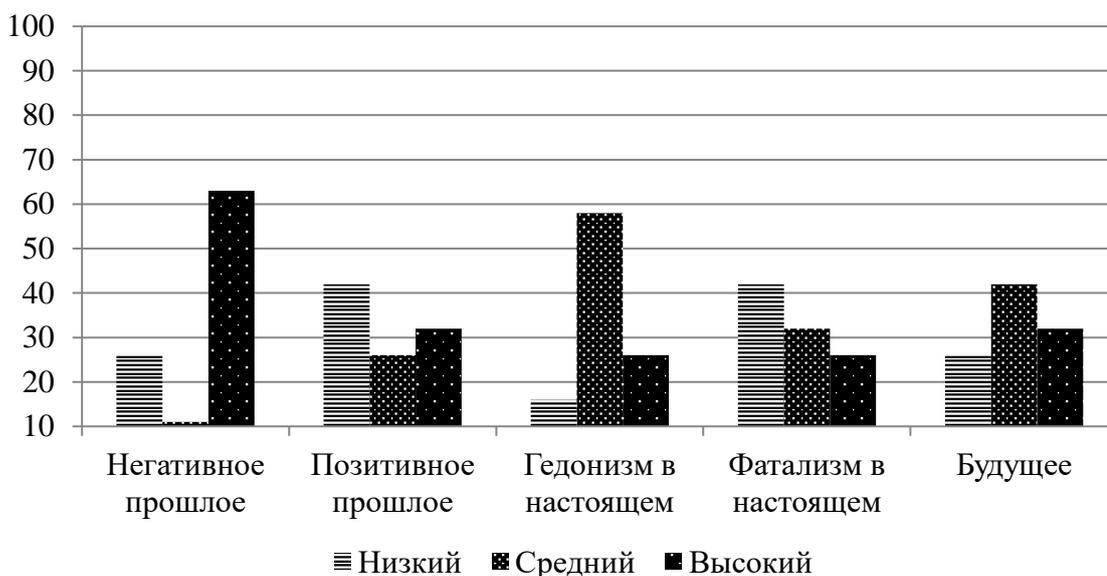


Рисунок 2.2.5. Соотношение уровней показателей пяти факторов временной перспективы в группе 3 (%)

В группе 3, подростков, у которых наблюдается мораторий профессионального самоопределения (см. рис. 2.2.5), у фактора «Негативное прошлое» больше половины приходится на высокие баллы - 63%. У фактора «Гедонизм в настоящем» - на средние - 58%. Факторы «Позитивное прошлое» и «Фатализм в настоящем» имеют по 42% низких баллов. Также 42% приходится на средние баллы «Ориентации на будущее».

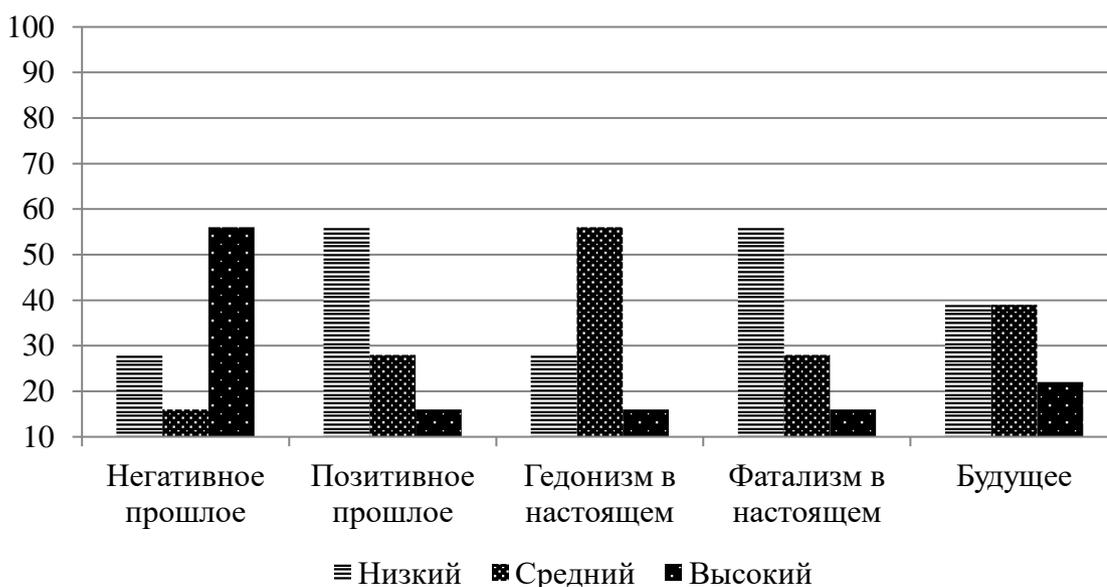


Рисунок 2.2.6. Соотношение уровней показателей пяти факторов временной перспективы в группе 4 (%)

В группе 4, подростков, имеющих сформированную профессиональную идентичность (см. рис. 2.2.6), по 56% приходится на высокие баллы фактора «Негативное прошлое», средние – «Гедонизм в настоящем», низкие – «Позитивное прошлое» и «Фатализм в настоящем». Фактор «Будущее» по 39% низких и средних баллов.

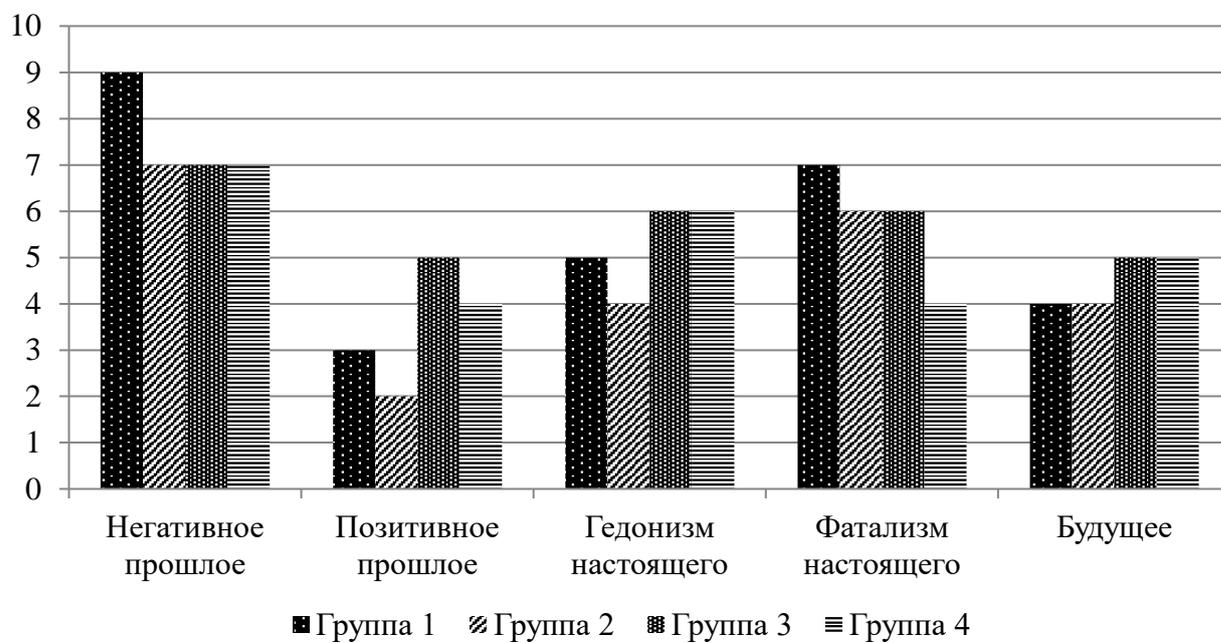


Рисунок 2.2.7. Распределение средних показателей уровней пяти факторов временной перспективы по всей выборке (баллы)

В общем и целом больше половины опрошенных нами девятиклассников во всех четырех группах имеют высокий уровень восприятия своего прошлого как негативного (см. рисунок 2.2.7). Самые высокие баллы по этому показателю наблюдаются в группе 1, подростков с неопределенной профессиональной идентичностью. Позитивно прошлое воспринимают менее четверти всех испытуемых. Больше всего высоких баллов по данному фактору у подростков группы 3 (мораторий профессионального самоопределения).

Гедонистически к настоящему относятся чуть больше половины подростков в группах 3 и 4, половина - в группе 1 и треть – в группе 2. Фатализм же в настоящем преобладает в группе 1, имеет в основном средние показатели в группе 2 и 3, низкие в группе 4. Более или менее хорошо ориентированы на будущее около трети подростков в группах 3 (мораторий)

и 4 (сформированная идентичность). Учащиеся из групп 1 и 2 имеют в основном низкий уровень заинтересованности своим будущим.

На третьем этапе исследования, нами был изучен уровень сформированности у подростков навыков самостоятельного структурирования своей деятельности. Результаты по группам представлены в таблицах 2.2.5 и 2.2.6 (см. Приложение 4).

Анализ полученных данных показал, что в группе 1, подростков с неопределенной профессиональной идентичностью (см. рис. 2.2.8 в приложении 4), общий показатель навыка самостоятельно организовывать свою деятельность совсем не имеет высокие баллы, только низкие и средние по 50%. Также их не имеют шкалы «Планомерность», «Целеустремленность» и «Ориентация на настоящее». По первой наблюдаются низкие и средние баллы по 50%. По второй и третьей в основном низкие (по 75%). По шкале «Самоорганизация» половина баллов также низкие. По шкале «Фиксация» по 50% приходится на низкие и высокие. По шкале «Настойчивость» низких баллов нет, есть средние и высокие (по 50%).

В группе 2, подростков с навязанной профессиональной идентичностью (см. рис. 2.2.9 в приложении 4), половина общих показателей самоорганизации деятельности, а также показателей шкал «Планомерность» и «Целеустремленность» приходится на низкие баллы. Половина учащихся показали средние баллы по шкалам «Настойчивость» и «Фиксация». Половина – высокие баллы по шкале «Самоорганизация». По шкале «Ориентация на настоящее» наблюдается по трети низких, средних и высоких баллов.

В группе 3, подростков, у которых наблюдается мораторий профессионального самоопределения (см. рис. 2.2.10 в приложении 4), общий показатель самоорганизации имеет в основном средние и высокие баллы (по 42%). Больше половины низких баллов имеется только по шкале «Самоорганизация» (63%). Больше средних баллов наблюдается по шкалам «Фиксация», «Планомерность», «Настойчивость» и «Целеустремленность»

(53%, 42%, 37% и 37% соответственно). Также по последней шкале 37% - это учащиеся с высокими баллами. По шкале «Ориентация на настоящее» 42% приходится на высокие баллы.

В группе 4, подростков, со сформированной профессиональной идентичностью (см. рис. 2.2.11 в приложении 4), 44% имеют низкие баллы по общему показателю умения структурировать деятельность. На них же приходится 56% и 78% по шкалам «Планомерность» и «Самоорганизация» соответственно. По 44% средних баллов у шкал «Целеустремленность» и «Фиксация». 39% и 56% высоких баллов – «Ориентация на настоящее» и «Настойчивость» соответственно.

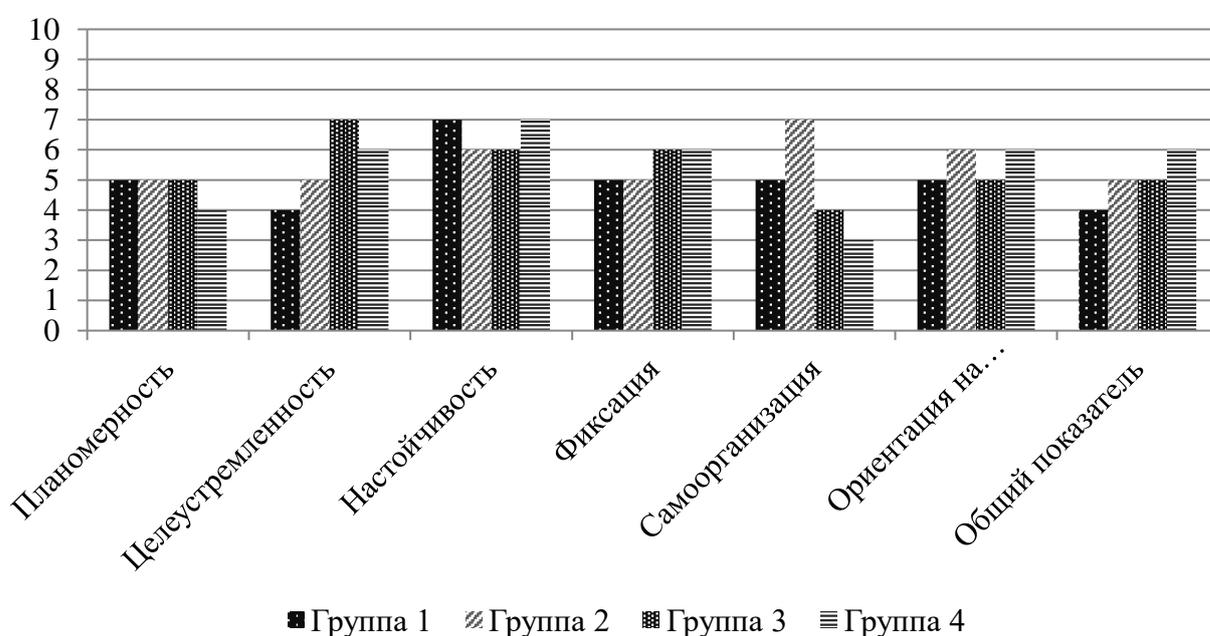


Рисунок 2.2.12. Распределение средних показателей уровней шкал самоорганизации деятельности по всей выборке (баллы)

Если говорить в среднем обо всей выборке, обследованных нами подростков, то самый низкий общий показатель самоорганизации деятельности наблюдается в группе 1. В ней же самый низкий уровень целеустремленности. Больше всего развита настойчивость. Причем в группах 1 и 4 больше, чем в группах 2 и 3. Меньше всего – самоорганизация. В группе 2 с навязанной профессиональной идентичностью по этой шкале самые высокие баллы. В группах же 3 и 4 – самые низкие. Умение

планировать, фиксироваться и ориентироваться на настоящее, развито у всех подростков средне.

Далее нами был исследован уровень переживания подростками значимости собственной жизни. Результаты по группам представлены в таблицах 2.2.7 и 2.2.8 (см. Приложение 5).

Анализ полученных данных показал, что в группе 1, подростков с неопределенной профессиональной идентичностью (см. рис. 2.2.13), все или почти все учащиеся имеют низкий уровень общей осмысленности жизни, ее целей, процесса и локуса контроля Я (по 75% и 100% - по шкале «Процесс»). Шкалы «Результат» и «Локус контроля - Жизнь» имеют по 50% низких/высоких и низких/средних баллов соответственно.

В группе 2, подростков с навязанной профессиональной идентичностью (см. рис. 2.2.14), абсолютное большинство результатов по всем шкалам приходится на низкие баллы. Общий показатель осмысленности жизни, а также шкалы «Цели» и «Локус контроля – Я» – по 83%. Шкалы «Процесс» и «Результат» - по 66%. Шкала «Локус контроля – Жизнь» - 100%.

В группе 3, подростков, у которых наблюдается мораторий профессионального самоопределения (см. рис. 2.2.15), показатели общей осмысленности жизни и ее целей распределились поровну между низкими/средними/высокими баллами. Почти половина учащихся имеют высокий уровень развития по шкалам «Процесс», «Результат», «Локус контроля Я» (68%, 58% и 48% соответственно). По шкале «Локус контроля – Жизнь» 58% приходится на средние баллы.

В группе 4, подростков, имеющих сформированную профессиональную идентичность (см. рис. 2.2.16), показатели по шкалам «Общая осмысленность жизни», «Процесс», «Результат» и «Локус контроля – Жизнь» распределились поровну между низкими/средними/высокими баллами. По шкалам «Цели» и «Локус контроля – Я» половина учащихся имеет высокий уровень развития.

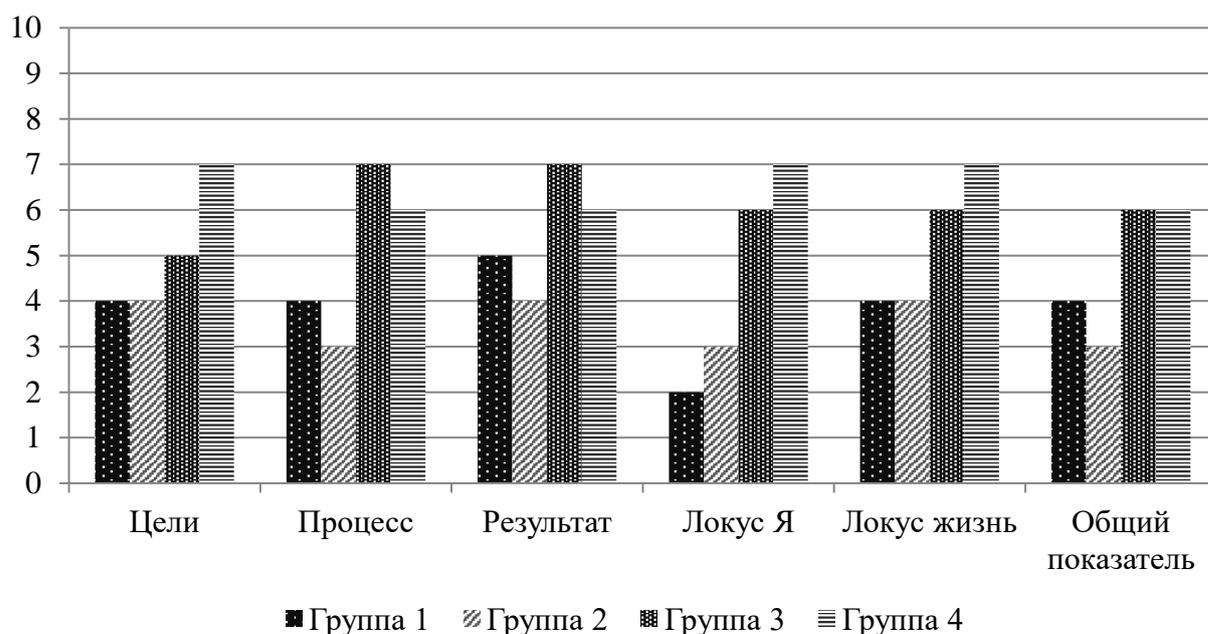


Рисунок 2.2.17. Распределение средних показателей уровней шкал смысложизненных ориентаций по всей выборке (баллы)

Что касается средних показателей по всей выборке, то общий уровень осмысленности жизни, а также ее целей и локусов контроля – Я и Жизнь, здесь высокий в группе 4, средний в группе 3 и низкий в группах 1 и 2. Также низким уровнем развития отличаются эмоциональная насыщенность жизни в группах 1 и 2 и удовлетворенность самореализацией в группе 2. Последний показатель в группах 1 и 4 имеет в основном средние баллы, а в группе 3 – высокие. Эмоциональная насыщенность жизни в группе 3 показывает высокий уровень, в группе 4 – средний.

Также мы изучили уровень удовлетворенности жизнью подростков. Результаты по группам представлены в таблицах 2.2.9 и 2.2.10 (см. Приложение 6). Для наглядного отображения процентного соотношения уровней в четырех группах эти показатели представлены графически на рисунке 2.2.18 ниже.

Анализ полученных данных показал, что в группе 1, подростков с неопределенной профессиональной идентичностью, половина испытуемых имеет низкий уровень удовлетворенности своей жизнью, вторая же половина – средний. В группе 2, подростков с навязанной профессиональной идентичностью у половины учащихся – средний уровень данного показателя

и по четверти низкого и высокого. В группах 3 и 4 почти половина подростков имеет высокий уровень удовлетворенности жизнью.

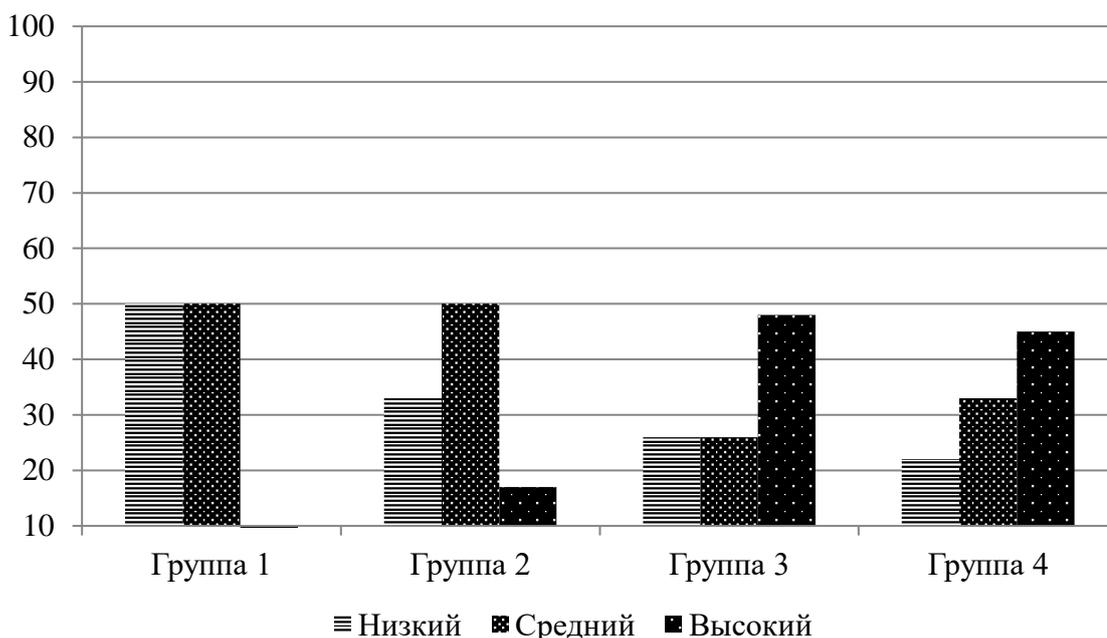


Рисунок 2.2.18. Соотношение уровней показателей удовлетворенности жизнью в четырех группах (%)

Таким образом, нами были выявлены уровни, на которых находятся подростки, учащиеся девярых классов, в своем профессиональном самоопределении. В соответствии с полученными результатами все испытуемые были поделены на четыре группы. В этих группах было проведено исследование особенностей временной перспективы, умения самостоятельно организовывать свою деятельность, уровней осмысленности и удовлетворенности жизнью.

Далее нами была проведена оценка статистической достоверности различий между четырьмя выборками полученных в ходе исследований данных с помощью Н-критерия Крускала-Уоллиса, которая представлена в таблице 2.3.1 (см. Приложение 7). Она показала наличие значимых различий по факторам «Позитивное Прошлое» и «Ориентация на будущее», а также по шкалам «Общий показатель осмысленности жизни», «Цели в жизни», «Локус контроля Я», «Локус контроля жизнь».

Также нами была использована методика определения коэффициента корреляции Пирсона, для определения наличия связи между факторами

временной перспективы и другими показателями, полученными в ходе нашего исследования. Ее результаты представлены в таблице 2.3.2 (см. Там же). Здесь обнаружены следующие статистически значимые связи:

- обратные негативного прошлого с настойчивостью ($r_s=-0,318$; $p\leq 0,05$), эмоциональной насыщенностью жизни ($r_s=-0,287$; $p\leq 0,05$) и удовлетворенностью ею ($r_s=-0,262$; $p\leq 0,05$). Чем больше подросток оценивает свое прошлое как негативное, тем меньше он готов прикладывать волевых усилий для доведения какого-либо начатого дела до конца, тем менее он удовлетворен собственной жизнью, ее эмоциональной и смысловой насыщенностью;

- прямые позитивного прошлого с мораторием профессионального самоопределения ($r_s=0,311$; $p\leq 0,05$), общим уровнем самоорганизации ($r_s=0,415$; $p\leq 0,01$), планомерностью ($r_s=0,395$; $p\leq 0,01$), фиксацией ($r_s=0,317$; $p\leq 0,05$), целями в жизни ($r_s=0,339$; $p\leq 0,05$), ее результатами ($r_s=0,306$; $p\leq 0,05$), локусом контроля – жизнь ($r_s=0,339$; $p\leq 0,05$) и общим уровнем ее осмысленности ($r_s=0,367$; $p\leq 0,01$). Подростки, хорошо оценивающие свое прошлое более склонны к активному исследованию разных вариантов профессионального развития, целенаправленному планированию своей деятельности, они более исполнительны, обязательны и осмысленны, убеждены в том, что человек сам контролирует свою жизнь;

- обратная гедонизма с планомерностью ($r_s=-0,363$; $p\leq 0,01$). Чем более подросток настроен получать удовольствия в настоящем, тем сложнее ему дается планирование собственной деятельности и целенаправленное следование принятому плану;

- прямая фатализма с неопределенной профессиональной идентичностью ($r_s=0,338$; $p\leq 0,05$), обратная со сформированной ($r_s=-0,363$; $p\leq 0,05$), а также с общим уровнем самоорганизации ($r_s=-0,368$; $p\leq 0,01$), планомерностью ($r_s=-0,292$; $p\leq 0,05$), целеустремленностью ($r_s=-0,277$; $p\leq 0,05$), настойчивостью ($r_s=-0,474$; $p\leq 0,01$), целями в жизни ($r_s=-0,396$; $p\leq 0,01$), ее эмоциональной насыщенностью ($r_s=-0,270$; $p\leq 0,05$), локусом контроля – Я

($r_s=-0,445$; $p\leq 0,01$), общим уровнем осмысленности жизни ($r_s=-0,394$; $p\leq 0,01$) и ее удовлетворенностью ($r_s=-0,287$; $p\leq 0,05$). Подростки, относящиеся к своей сегодняшней жизни фаталистически, чаще всего не имеют прочных профессиональных планов и целей, а также желания их формировать. Подростки же со сформированным представлением о своем дальнейшем профессиональном развитии, наоборот, менее склонны считать свою жизнь predetermined, независимой от них. Они более организованы, целеустремлены, осмысленны, удовлетворены своей жизнью и считают себя ее хозяевами;

- обратная ориентации на будущее с неопределенным профессиональным самоопределением ($r_s=-0,330$; $p\leq 0,05$), прямые с мораторием ($r_s=0,320$; $p\leq 0,05$), общим уровнем самоорганизации ($r_s=0,651$; $p\leq 0,01$), планомерностью ($r_s=0,492$; $p\leq 0,01$), целеустремленностью ($r_s=0,469$; $p\leq 0,01$), настойчивостью ($r_s=0,497$; $p\leq 0,01$), фиксацией ($r_s=0,394$; $p\leq 0,01$), целями в жизни ($r_s=0,468$; $p\leq 0,01$), ее эмоциональной насыщенностью ($r_s=0,394$; $p\leq 0,01$), локусом контроля – Я ($r_s=0,320$; $p\leq 0,05$) и общим уровнем осмысленности жизни ($r_s=0,418$; $p\leq 0,01$). Чем ниже ориентация на будущее, тем хуже подросток представляет свои профессиональные цели и планы. Чем выше уровень ориентации на будущее, тем более осмысленными становятся решения о нем, тем выше уровень умения ставить цели, планировать свою деятельность, осуществлять ее, придерживаясь заранее намеченного плана. Тем выше удовлетворенность жизнью, ее насыщенность смыслом, уверенность в возможности построить ее самостоятельно.

Таким образом, наше исследование показало, что лишь десятая часть, обследованных нами девятиклассников, совсем не имеют профессиональных планов и целей и даже не пытаются их формировать. Все эти учащиеся – мальчики. Еще одна десятая часть выборки продемонстрировала наличие профессионального выбора, сделанного не самостоятельно, а под чьим-то влиянием (чаще всего родителей). Большинство из них также – мальчики.

Оставшаяся выборка поделилась почти наполовину на тех, кто находится в кризисе выбора, активно пытается выйти из него и принять осмысленное решение о своем будущем и тех, кто уже знает, чего хочет и готов к самостоятельному выбору. К первым в основном относятся девочки, ко вторым – мальчики. Наличие большинства мальчиков, в группах с навязанной и сформированной профессиональной идентичностью, может отражать, на наш взгляд, «гендерный порядок» российского общества. Когда профессиональный успех традиционно считается важным в жизни мужчины. Женщинам же дается более свободный выбор по умолчанию, так как ее будущее больше связывается с семейной сферой.

Гендерные различия показаны, например, в исследовании о представлениях подростков об участии родителей в предварительном профессиональном самоопределении детей Т.М. Коньшиной, Ю.С. Садовниковой [28]. Несмотря на то, что эмоциональная поддержка в данном вопросе со стороны матери выше, чем со стороны отца и не зависит от пола ребенка, поддержка отца (причем, как эмоциональная, так и инструментальная) оценивается гораздо выше, если профессиональный выбор касается сына, а не дочери.

Учащиеся, которые имеют неопределенную профессиональную идентичность, в большинстве своем проявляют негативное отношение к воспоминаниям о своем прошлом. Это дети либо с реальным травмирующим опытом, либо имеющие пессимистический взгляд на жизнь вообще. Последнее подтверждается и тем, что большинство испытуемых данной группы демонстрируют также беспомощное отношение к своей жизни в настоящем. Они верят в судьбу и считают, что никак не могут повлиять своими действиями на события, происходящие с ними. К тому же, будущее вызывает у них тревогу и стойкое нежелание строить какие-либо планы.

Этим подросткам сложно дается планирование своей ежедневной деятельности и постановка конкретных целей. Они не любят прилагать усилия для их достижения или следовать четко разработанному для этого

плану. Могут восприниматься недостаточно обязательными и последовательными, так как легко переключаются на новые отношения и дела. Тем не менее, при необходимости они вполне способны приложить волевое усилие для завершения начатого. В общем и целом они демонстрируют неудовлетворенность, как своей прошлой жизнью, так и сегодняшним днем, низкий уровень ее осмысленности.

Подростки с навязанной профессиональной ориентацией имеют почти такие же показатели по основным аспектам отношения ко времени своей жизни, что и в первой группе. Разницу составляет то, что они имеют чуть менее пессимистичные представления о своем прошлом, а также существенно меньший фаталистический настрой в настоящем. В прочем необходимость думать о будущем вызывает у них почти такое же чувство тревожности и растерянности.

Также как и в первой группе, этим подросткам не свойственно к чему-либо целенаправленно стремиться, строить четкие планы и следовать им. Они также при необходимости вполне способны на волевые усилия. Хотя и легко могут оставить начатое дело, чтобы заняться чем-то другим более интересным. Но у них больше развит навык использования вспомогательных способов напомнить себе, что нужно сделать (ежедневники и т.д.). Осмысленность и удовлетворенность собственным прошлым и настоящим, также как и в первой группе, у них в основном низкая.

Учащиеся, имеющие мораторий профессионального самоопределения, в большинстве своем также демонстрируют отсутствие положительных взглядов на свой прошлый опыт. Но здесь и сейчас активно настроены на получение удовольствия, веселья и развлечений. Эмоциональная насыщенность и удовлетворенность жизнью сейчас у них высокая. О будущем эти подростки думают, строят много планов, в большинстве своем очень не реалистичных. Тем не менее, у них гораздо лучше развиты способности ежедневного планирования и постановки целей. Они более организованны и

обязательны. Хотя и менее склонны использовать вспомогательные средства для планирования своей деятельности.

Те подростки, которые в ходе исследования показали, что профессиональная идентичность у них сформирована, как и все обследованные нами девятиклассники, в основном не имеют склонности вспоминать свое прошлое в позитивном ключе. Видимо этот аспект временной перспективы является характерным для данного возраста с низкой самооценкой и эмоциональной стабильностью. При этом проявляется тенденция делать в воспоминаниях акцент в основном на собственных неудачах, ошибках и других неприятных событиях.

Тем не менее, в настоящем они проявляют активность и общий гедонистический настрой на жизнь. Достаточно хорошо ориентированы на будущее. Строят планы, хотя и в меньшей степени, чем в третьей группе. Видимо в связи с тем, что уже более хорошо себе представляют, чему будут учиться в дальнейшем и на какую профессию ориентироваться. В целом их можно охарактеризовать как волевых и организованных людей, целеустремленных и верящих в то, что они обладают достаточной свободой выбора и контроля над своей жизнью.

Таким образом, была подтверждена первая часть гипотезы нашего исследования. У подростков со сформированной профессиональной идентичностью действительно средние показатели гедонизма в настоящем и ориентации на будущее, низкие – фатализма в настоящем. Кроме того, у них высокий уровень показателей негативного прошлого и, соответственно, низкий уровень – позитивного. Нам представляется, что этот аспект временной перспективы является характерным для данного возраста с низкой самооценкой и эмоциональной стабильностью. При этом проявляется тенденция делать в воспоминаниях акцент в основном на собственные неудачи, ошибки и другие неприятные события.

2.3. Разработка, реализация и анализ эффективности психологической коррекционно-развивающей работы

В ходе нашего исследования нами была составлена программа групповой коррекционно-развивающей работы ориентированной на подростков групп 1 и 2 с неопределенной и навязанной профессиональной идентичностью (учащихся девятых классов). Она направлена на актуализацию будущего профессионального выбора, осознание своих интересов, способностей и ценностей. А ее **целью** явилось формирование у детей более выраженной и позитивной ориентации на завтрашний день (повышение уровня «Ориентации на будущее»), а также веры в свои собственные усилия в его построении в дне сегодняшнем (снижение уровня «Фаталистического настоящего»).

Задачи:

- актуализировать понимание проблем профессионального самоопределения;
- помочь понять особенности осознанного профессионального выбора;
- прояснить личностные ценности, притязания, характер проблем каждого участника, его положение в группе;
- пробудить осознание наличия психологического времени, своего отношения к прошлому, настоящему и будущему;
- сформировать эмоциональное и ценностное отношение к событиям своей прошедшей жизни;
- развить осознание собственных желаний и притязаний;
- сформировать основы продуктивного целеполагания;
- сформировать навыки осознанного планирования;
- повысить уровень осознания возможных препятствий на пути к профессиональным целям и представления о путях преодоления этих препятствий;
- помочь осознать свои внутренние ограничители.

Основной формой работы являлось групповое занятие. Основное содержание групповой работы составили творческие задания, дискуссии, игры, психогимнастические упражнения, элементы сказкотерапии и арт-терапии. Продолжительность одного занятия составила 45 минут. Периодичность - один раз в неделю в течение десяти недель (февраль-апрель 2019 года). Структура занятия включала в себя:

1. Вводную часть (10 минут).
2. Основную часть (25 минут).
3. Заключительную часть (10 минут).

Все упражнения, используемые на занятиях, делились на пять блоков:

1. Блок упражнений, направленных на включение в работу, интенсификацию межличностного общения занимающихся, создание группового доверия и сплочения.

2. Блок упражнений, призванный активизировать группу, снять усталость, повысить настроение.

3. Блок представляет собой систему упражнений и игр, предназначенных для развития основных направлений исследуемой нами проблемы.

4. Блок упражнений, направленных на установление обратной связи, анализ опыта, полученного на занятиях.

5. Блок состоит из упражнений, предназначенных для быстрого снятия эмоционального и физического напряжения (см. Приложение 8).

Таблица 2.4.1

План тренинга

	Название упражнения	Время (минуты)
Занятие 1		
Цель: введение в понимание проблем профессионального самоопределения		
1. Знакомство	«Визитка»	5
2. Принятие правил		5
3. Основная часть	«Мои профессиональные желания»	25
4. Обсуждение		5
5. Разминка	«Одуванчик»	5

Занятие 2		
Цель: помощь в понимании особенностей осознанного профессионального выбора		
1. Приветствие	«Формула личности»	5
2. Разминка	«Скороговорки»	5
3. Основная часть	«Состязание мотивов»	25
4. Обсуждение		5
5. Разминка	«Гимнастика для глаз»	5
Занятие 3		
Цель: прояснение личностных ценностей, притязаний, характера проблем каждого участника, его положения в группе		
1. Приветствие	«Серенький козлик»	5
2. Разминка	«Гимнастика для ушей»	5
3. Основная часть	«Рисуем круги...»	25
4. Обсуждение		5
5. Разминка	«Толкалки»	5
Занятие 4		
Цель: пробуждение осознания наличия психологического времени, своего отношения к прошлому, настоящему и будущему		
1. Приветствие	«Хвасталки»	5
2. Разминка	«Три слова»	5
3. Основная часть	«Три мудреца»	25
4. Обсуждение		5
5. Разминка	«Брыкание и гудение»	5
Занятие 5		
Цель: формирование эмоционального и ценностного отношения к событиям своей прошедшей жизни		
1. Приветствие	«Черты характера»	5
2. Разминка	«Точечный массаж»	5
3. Основная часть	«Прогулка в горы»	25
4. Обсуждение		5
5. Разминка	«Градусник»	5
Занятие 6		
Цель: развитие осознания собственных желаний и притязаний		
1. Приветствие	«Настроение»	5
2. Разминка	«Скороговорки»	5
3. Основная часть	«Мои цели»	25
4. Обсуждение		5
5. Разминка	«Прорастание»	5
Занятие 7		
Цель: формирование основ продуктивного целеполагания		
1. Приветствие	«Если бы... Я стал бы...»	5
2. Разминка	«Снежный ком»	5
3. Основная часть	«Лестница достижения»	25
4. Обсуждение		5
5. Разминка	«Гимнастика для глаз»	5

Занятие 8		
Цель: формирование навыка осознанного планирования		
1. Приветствие	«Хвасталки»	5
2. Разминка	«Точечный массаж»	5
3. Основная часть	«Распорядок дня»	25
4. Обсуждение		5
5. Разминка	«Автобус»	5
Занятие 9		
Цель: повышение уровня осознания возможных препятствий на пути к профессиональным целям и представления о путях преодоления этих препятствий		
1. Приветствие	«В лучах солнца»	5
2. Разминка	«Круги и квадраты»	5
3. Основная часть	«Заборы и овраги»	25
4. Обсуждение		5
5. Разминка	«Брыкание и мычание»	5
Занятие 10		
Цель: осознание своих внутренних ограничителей		
1. Приветствие	«Пожелания»	5
2. Разминка	«Гимнастика для ушей»	5
3. Основная часть	«Снятие внутренних ограничений»	25
4. Обсуждение		5
5. Разминка	«Незаконченные предложения»	5

По итогам коррекционно-развивающей работы нами был повторно исследован статус профессиональной идентичности подростков, а также показатели их временной перспективы. Результаты представлены в таблицах 2.4.2 и 2.4.3 (см. Приложение 9). Для наглядного отображения средние показатели до и после участия в тренинге представлены графически на рисунках 2.4.1 и 2.4.2 ниже.

Анализ полученных данных показал, что из группы подростков, имеющих до тренинга неопределенное и навязанное профессиональное самоопределение, 60% в результате смогли осознать важность построения будущих целей и планов и теперь находятся в активном поиске, то есть приобрели статус «мораторий профессиональной идентичности». 10% - вполне готовы сделать свой выбор, то есть перешли в группу со сформированной профессиональной идентичностью.

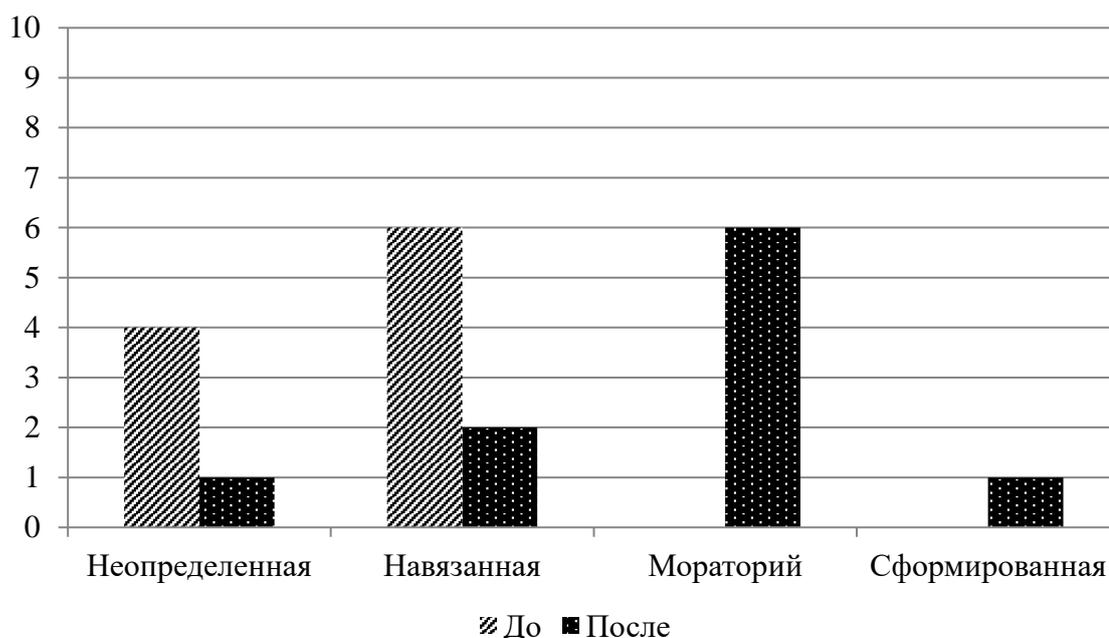


Рисунок 2.3.1. Распределение статусов профессиональной идентичности у подростков до и после участия в тренинге (кол-во человек)

Что касается временной перспективы, то здесь, обследуемые нами подростки показали повышения уровня шкал «Позитивное прошлое», «Гедонизм в настоящем», «Фатализм в настоящем» и «Ориентация на будущее».

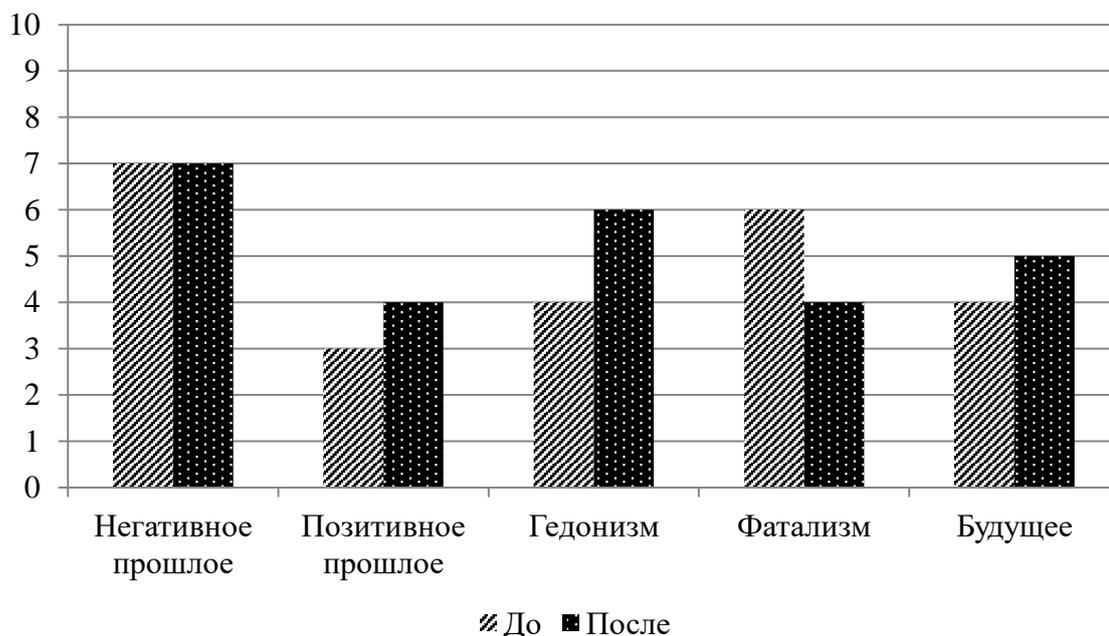


Рисунок 2.3.2. Распределение средних баллов пяти факторов временной перспективы у подростков до и после участия в тренинге (баллы)

Таким образом, мы подтвердили вторую часть нашей гипотезы. Нами была составлена и опробована программа групповой коррекционно-развивающей работы ориентированной на подростков групп с

неопределенной и навязанной профессиональной идентичностью. Она была направлена на актуализацию будущего профессионального выбора, осознание своих интересов, способностей и ценностей, что, способствовало формированию у детей более выраженной и позитивной ориентации на завтрашний день, а также веры в свои собственные усилия в его построении в настоящем, то есть была сформирована более сбалансированная временная перспектива.

Подводя итоги второй главы, можно сделать следующие выводы:

Во-первых, абсолютное большинство обследованных нами подростков, учащихся девятых классов, либо уже знают, чего хотят в плане профессионального выбора, либо находятся в осознанном поиске. Совсем не имеет профессиональных планов лишь десятая часть выборки. Еще одна десятая часть продемонстрировали наличие профессионального выбора, сделанного не самостоятельно, а под чьим-то влиянием (чаще всего родителей).

Во-вторых, абсолютное большинство подростков независимо от того, на каком этапе профессионального самоопределения они находятся, продемонстрировали склонность вспоминать свое прошлое в негативном ключе. Позитивно его воспринимает менее четверти всех испытуемых. Также многие подростки показали наличие беспомощного отношения к своей жизни в настоящем. Они верят в судьбу и считают, что никак не могут повлиять своими действиями на события, происходящие с ними. В большей степени это касается детей, неопределившихся с профессиональным выбором, в меньшей – свой выбор сделавших. Кроме того, у неопределившихся и тех, кому выбор был навязан, тревогу вызывают мысли о будущем. В большинстве своем они показывают стойкое нежелание строить какие-либо планы.

В-третьих, наша программа групповой коррекционно-развивающей работы показала вполне значимые результаты в решении проблемы

актуализации будущего осмысленного профессионального выбора у подростков с неопределенной и навязанной профессиональной идентичностью, а также в формировании у них более выраженной и позитивной ориентации на завтрашний день, веры в свои собственные усилия в его построении.

Заключение

Сегодня широко обсуждается проблема неумения молодого поколения ценностно распоряжаться временем своей жизни, расставлять значимые и окрашенные личностным смыслом цели. Чаще всего деятельность по выстраиванию временной перспективы осуществляется неосознанно и носит несистематический характер. Молодежь при этом демонстрирует неуверенность и растерянность, не обладает достаточной активностью и целеустремленностью, часто уходит в пустые мечты и фантазии. Неспособность выстроить гармоничную временную перспективу ведет к социальной и психологической дезадаптации и развитию личностных нарушений. В данном исследовании нами была осуществлена попытка создания программы ее целенаправленного формирования, предназначенной для применения в образовательной практике старших подростков.

1. В нашем исследовании мы исходили из определения временной перспективы человека как сквозного видения из настоящего событий прошлого и предполагаемых событий будущего, их взаимосвязи как обобщенного образа собственной жизни во времени. Формируется она человеком для того чтобы упорядочить непрерывный поток событий, согласовать их и придать им смысл.

2. Подростковый возраст был выбран нами как начало и личностного (профессионального) самоопределения, и формирования полноценной временной перспективы с ее разделением событий жизни по ячейкам прошлого, настоящего и будущего. В этом возрасте в первом случае важна не столько ориентация на какую-то конкретную профессию, сколько актуализация самой проблемы будущего выбора, осознание своих интересов, способностей и ценностей. Важной также оказывается помощь подросткам в принятии осознанных, взвешенных и реалистичных решений. Временная же перспектива формируется чаще всего бессознательно, автоматически и стихийно, хотя исследования показывают, что ее вполне можно

анализировать, корректировать и даже, в этом возрасте, целенаправленно строить.

3. В нашем исследовании нами были выявлены уровни, на которых находятся подростки в своем профессиональном самоопределении. Лишь десятая часть, обследованных нами девятиклассников, совсем не имеют профессиональных планов и целей и даже не пытаются их формировать. Все эти учащиеся оказались мальчиками. Еще одна десятая часть выборки продемонстрировала наличие профессионального выбора, сделанного не самостоятельно, а под чьим-то влиянием (чаще всего родителей). Большинство из них также – мальчики. Оставшаяся выборка поделилась почти напополам на тех, кто находится в кризисе выбора, активно пытается выйти из него и принять осмысленное решение о своем будущем и тех, кто уже знает, чего хочет и готов к самостоятельному выбору. К первым в основном относятся девочки, ко вторым – мальчики.

4. Учащиеся, которые имеют неопределенную профессиональную идентичность, в большинстве своем проявляют негативное отношение к воспоминаниям о своем прошлом. Также большинство испытуемых данной группы демонстрируют беспомощное отношение к своей жизни в настоящем. Они верят в судьбу и считают, что никак не могут повлиять своими действиями на события, происходящие с ними. К тому же, будущее вызывает у них тревогу и стойкое нежелание строить какие-либо планы. Этим подросткам сложно дается планирование своей ежедневной деятельности и постановка конкретных целей. Они не любят прилагать усилия для их достижения или следовать четко разработанному для этого плану. Могут восприниматься недостаточно обязательными и последовательными, так как легко переключаются на новые отношения и дела. В общем и целом они демонстрируют неудовлетворенность жизнью, а также низкий уровень ее осмысленности.

Подростки с навязанной профессиональной ориентацией имеют почти такие же показатели по основным аспектам отношения ко времени своей

жизни, что и в первой группе. Разницу составляет то, что они имеют чуть менее пессимистичные представления о своем прошлом, а также существенно меньший фаталистический настрой в настоящем. Необходимость думать о будущем вызывает у них почти такое же чувство тревожности и растерянности. Также как и в первой группе, этим подросткам не свойственно к чему-либо целенаправленно стремиться, строить четкие планы и следовать им. Они также легко могут оставить начатое дело, чтобы заняться чем-то другим более интересным. Но у них больше развит навык использования вспомогательных способов напомнить себе, что нужно сделать (ежедневники и т.д.). Осмысленность и удовлетворенность собственным прошлым и настоящим, также как и в первой группе, у них в основном низкая.

Учащиеся, имеющие мораторий профессионального самоопределения, в большинстве своем также демонстрируют отсутствие положительных взглядов на свой прошлый опыт. Но здесь и сейчас активно настроены на получение удовольствия, веселья и развлечений. Эмоциональная насыщенность и удовлетворенность жизнью сейчас у них высокая. О будущем эти подростки думают, строят много планов, в большинстве своем очень не реалистичных. Тем не менее, у них гораздо лучше развиты способности ежедневного планирования и постановки целей. Они более организованны и обязательны. Хотя и менее склонны использовать вспомогательные средства для планирования своей деятельности.

Те подростки, у которых в ходе исследования выявлена сформированная профессиональная идентичность, как и все обследованные нами девятиклассники, в основном не имеют склонности вспоминать свое прошлое в позитивном ключе. Тем не менее, в настоящем они проявляют активность и общий гедонистический настрой на жизнь. Достаточно хорошо ориентированы на будущее. Строят планы, хотя и в меньшей степени, чем в третьей группе. Видимо в связи с тем, что уже более хорошо себе представляют, чему будут учиться в дальнейшем и на какую профессию

ориентироваться. В целом их можно охарактеризовать как волевых и организованных людей, целеустремленных и верящих в то, что они обладают достаточной свободой выбора и контроля над своей жизнью.

5. Исследование связи временных ориентаций подростков со степенью сформированности у них профессионального самоопределения показало наличие таковых между «позитивным прошлым», «ориентацией на будущее» и мораторием профессионального самоопределения (прямая), между «ориентацией на будущее» и неопределенной профессиональной идентичностью (обратная), а также «фатализма в настоящем» с неопределенным (прямая) и сформированным статусом (обратная). Чем лучше у подростков сформировано представление о своем дальнейшем профессиональном развитии, тем менее они склонны считать свою жизнь предопределенной, независимой от них. Подростки, хорошо оценивающие свое прошлое более склонны к активному исследованию разных вариантов профессионального развития. Чем выше у них уровень ориентации на будущее, тем более осмысленными становятся решения, связанные с этим вопросом. Подростки, относящиеся к своей сегодняшней жизни фаталистически, чаще всего не имеют прочных профессиональных планов и целей, а также желания их формировать. Также, чем ниже у них ориентация на будущее, тем хуже они представляют свои профессиональные цели и планы.

Таким образом, была подтверждена первая часть гипотезы нашего исследования. У подростков со сформированной профессиональной идентичностью действительно средние показатели гедонизма в настоящем и ориентации на будущее, низкие – фатализма в настоящем. Кроме того, у них высокий уровень показателей негативного прошлого и, соответственно, низкий уровень – позитивного. Нам представляется, что этот аспект временной перспективы является характерным для данного возраста с низкой самооценкой и эмоциональной стабильностью. При этом проявляется

тенденция делать в воспоминаниях акцент в основном на собственные неудачи, ошибки и другие неприятные события.

6. Программа коррекционно-развивающей работы, ориентированная на подростков с неопределенной и навязанной профессиональной идентичностью, способствует актуализации будущего профессионального выбора, осознанию своих интересов, способностей и ценностей, а также формированию у более выраженной и позитивной ориентации на завтрашний день, а также веры в свои собственные усилия в его построении.

Оценка достоверности различий показателей профессиональной идентичности и временной перспективы у подростков в ходе эксперимента выявила наличие значимых различий по статусам навязанной профессиональной идентичности и мораторию, а также по факторам «Позитивное прошлое», «Фатализм в настоящем», «Ориентация на будущее». Вторая часть гипотезы нашего исследования также была подтверждена. В результате коррекционно-развивающей работы у подростков повысился уровень восприятия прошлого как позитивного, а также ориентации на будущее; понизился уровень фатализма в настоящем.

Таким образом, эта работа показала вполне значимые результаты в решении данной проблемы и, по нашему мнению, может быть успешно использована в дальнейшем в практической работе психологов с подростками.

Список литературы

1. Абдалина, Л.В. Общая характеристика профессионального выбора подростка [Электронный ресурс]/ Л.В. Абдалина, Е.В. Груздова// Социально-экономические явления и процессы. – 2010. – №4 (20). – С.163-166. - <http://www.elibrary.ru>.
2. Абрамова, С.Б. Образ будущего в представлениях современных подростков: ожидания и страхи [Электронный ресурс]/ С.Б. Абрамова// Logos et Praxis. – 2017. – Т.16. - №3. – С.97-106. - <http://www.elibrary.ru>.
3. Абульханова, К.А. Время личности и время жизни [Текст]/ К.А. Абульханова, Т.Н. Березина. – СПб: Алетейя, 2001. – 304 с.
4. Авидон, И. 100 разминок, которые украсят ваш тренинг [Текст]/ И. Авидон, О. Гончукова. – СПб: Речь, 2010. – 256 с.
5. Анн, Л.Ф. Психологический тренинг с подростками [Текст]/ Л.Ф. Анн. – СПб: Питер, 2007. – 271 с.
6. Арон, И.С. Субъектность профессионального самоопределения: психологические детерминанты развития [Электронный ресурс]/ И.С. Арон, Е.Ю. Пряжникова// Вестник рос. нового ун-та. – 2018. – №4. – С.30-42. - <http://www.elibrary.ru>.
7. Бетенски, М. Что ты видишь? Новые методы арт-терапии [Текст]/ М. Бетенски. – М: Эксмо-Пресс, 2002. – 256 с.
8. Бойко, Е.А. Упражнения для глаз [Текст]/ Е.А. Бойко. – М: Рипол-Классик, 2011. – 192 с.
9. Вачков, И.В. Сказкотерапия: развитие самосознания через психологическую сказку [Текст]/ И.В. Вачков. – М: Ось-89, 2007. – 144 с.
10. Вечканова, Е.М. Экспериментальные исследования субъективного восприятия времени и временной перспективы: статья в сборнике трудов конференции [Электронный ресурс]/ Е.М. Вечканова// Теория и практика современных гуманитарных и естественных наук. – 2015. – С.37-41. - <http://www.elibrary.ru>.

11. Гинзбург, М.Г. Жизненное поле личности [Электронный ресурс]/ М.Г. Гинзбург// Новое в психолого-педагогических исследованиях. – 2016. – №3 (43). – С.77-83. - <http://www.elibrary.ru>.
12. Гинзбург, М.Г. Психологическое содержание личностного самоопределения [Электронный ресурс]/ М.Г. Гинзбург// Вопросы психологии. – 2013. – №3. – С.43-52. - <http://www.elibrary.ru>.
13. Головаха, Е.И. Психологическое время личности [Текст]/ Е.И. Головаха, А.А. Кроник. – М.: Смысл, 2008. – 272 с.
14. Головей, Л.А. Профессиональное развитие личности: начало пути: монография [Текст]/ Л.А. Головей, М.В. Данилова, Л.В. Рыкман и др. – СПб: Нестор-История, 2015. – 336 с.
15. Грецов, А.Г. Психологические тесты для старшеклассников и студентов [Текст]/ А.Г. Грецов, А.А. Азбель. – СПб: Питер, 2012. – 208 с.
16. Гут, Ю.Н. Индивидуальные особенности восприятия времени у подростков, склонных к девиантному поведению [Электронный ресурс]/ Ю.Н. Гут// Вестник Университета (Государственный университет управления). – 2011. – №21. – С.33-35. - <http://www.elibrary.ru>.
17. Денисова, Т.Н. Отношение ко времени у благополучных и девиантных подростков [Электронный ресурс]/ Т.Н. Денисова// Вестник института: преступление, наказание, исполнение. – 2010. – №10. – С.46-50. - <http://www.elibrary.ru>.
18. Дубровина, И.В. Формирование личности старшеклассника [Текст]/ И.В. Дубровина. – М: Педагогика, 1989. – 168 с.
19. Зимбардо, Ф. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь [Текст]/ Ф. Зимбардо, Дж. Бойд. – СПб: Речь, 2010. – 325 с.
20. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Практикум по креативной терапии [Текст]/ Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко. – СПб: Изд-во Речь, 2001. – 400 с.

21. Камнева, Е.В. Анализ психологического содержания временной перспективы в образе «Я» субъекта (в возрастном диапазоне от 6 до 18 лет): автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. психол. наук (19.00.13) [Электронный ресурс]/ Е.В. Камнева. – Калуга: КГПУ им. К.Э. Циолковского – 2002. – 14 с. - <http://www.dissercat.com>.

22. Карелин, А.А. Динамика структуры временной перспективы смысловой сферы личности в подростковом и юношеском возрасте [Электронный ресурс]/ А.А. Карелин// Известия Саратовского ун-та. – Серия: Философия, Психология. Педагогика. - 2015. – Т.15. - №4. – С.84-88. - <http://www.elibrary.ru>.

23. Климов, Е.А. Психология профессионального самоопределения: учебное пособие [Текст]/ Е.А. Климов. – М: Издательский центр Академия, 2004. – 304 с.

24. Кобзарева, И.И. Психологические аспекты предпрофессионального развития личности [Электронный ресурс]/ И.И. Кобзарева// Вестник Пятигорского гос. ун-та. – 2008. – №5. – С.126-131. - <http://www.elibrary.ru>.

25. Ковалев, В.И. Особенности личностной организации времени жизни [Текст]/ В.И. Ковалев// Гуманистические проблемы психологической теории. – М: Изд-во Наука, 1995. – С.179-184.

26. Кожурова, О.А. Особенности переживания времени подростками [Электронный ресурс]/ О.А. Кожурова// Вестник Самарской гуманитарной академии. – Серия: Психология. - 2010. – №1 (7). – С.31-38. - <http://www.elibrary.ru>.

27. Кондратьев, М.Д. Особенности временной перспективы одаренных подростков и их сверстников [Электронный ресурс]/ М.Д. Кондратьев// Психологическая наука и образование. – 2017. - №1. – С.106-114. - <http://www.psyedu.ru>.

28. Коньшина, Т.М. Представление подростков об участии родителей в предварительном профессиональном самоопределении детей [Электронный

ресурс]/ Т.М. Коньшина, Т.Ю. Садовникова// Национальный психологический журнал. – 2018. - №1 (29). – С.77-87. - <http://www.npsyj.ru>.

29. Кузнецова, О.В. Роль временной перспективы в личностном и профессиональном самоопределении подростков [Электронный ресурс]/ О.В. Кузнецова// Психологическая наука и образование. – 2007. - №3. – С.5-15. - <http://www.psyedu.ru>.

30. Леонтьев, Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) [Текст]/ Д.А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2000. – 18 с.

31. Мандрикова, Е.Ю. Разработка опросника самоорганизации деятельности (ОСД) [Электронный ресурс]/ Е.Ю. Мандрикова// Психологическая диагностика. – 2010. – №2. – С.59-83. - <http://www.psy.hse.ru>.

32. Мандрикова, Е.Ю. Современные подходы к изучению временной перспективы личности [Электронный ресурс]/ Е.Ю. Мандрикова// Психологический журнал. – 2008. – Т.29. - №4. – С.54-65. - <http://www.elibrary.ru>.

33. Мельникова, М.Л. Сравнительный анализ структурных компонентов смыслового будущего подростков [Электронный ресурс]/ М.Л. Мельникова// Педагогическое образование в России. – 2017. – №7. – С.157-163. - <http://www.elibrary.ru>.

34. Митина, О.В. Опросник по временной перспективе Ф. Зимбардо (ZTRI): результаты психометрического анализа русскоязычной версии [Электронный ресурс]/ О.В. Митина, А. Сырцова// Вестник Московского университета. – 2008. – Серия 14. Психология. - №4. – С.67-89. - <http://www.cyberleninka.ru>.

35. Моросанова, В.И. Роль индивидуальных особенностей временной перспективы и осознанной саморегуляции при выборе профессии старшеклассниками [Электронный ресурс]/ В.И. Моросанова, А.В. Ванин// Психологические исследования: электронный научный журнал. – 2010. – №5 (13). - <http://www.psystudy.ru>.

36. Норбеков, М. Тренировка тела и духа [Текст]/ М. Норбеков. - М: АСТ, 2014. – 150 с.
37. Нюттен, Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего [Текст]/ Под ред. Д.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2004. – 608 с.
38. Осин, Е.Н. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия [Электронный ресурс]/ Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев// Материалы III Всероссийского социологического конгресса. – М: Ин-т социологии РАН, Российское общество социологов, 2008. – <http://www.isras.ru>.
39. Попова, О.Н. Проблема сбалансированности временной перспективы личности [Электронный ресурс]/ О.Н. Попова// Сибирский психологический журнал. – 2017. – №66 – С.18-31. - <http://www.elibrary.ru>.
40. Пряжников, Н.С. Теория и практика профессионального самоопределения: учебное пособие [Текст]/ Н.С. Пряжников. – М: МГППИ, 1999. – 97 с.
41. Ральникова, И.А. Жизненные перспективы личности в научной парадигме психологического знания [Электронный ресурс]/ И.А. Ральникова// Известия Алтайского гос. ун-та. – 2011. – №2 (70). – С.53-60. - <http://elib.bsui.by>.
42. Ральникова, И.А. Субъективное переживание времени личностью как предмет научного психологического исследования [Электронный ресурс]/ И.А. Ральникова// Известия Алтайского гос. ун-та. – 2001. – №2 (20). – С.21-27. - <http://elib.bsui.by>.
43. Рябцева, И.В. Анализ понятий «самоопределение» и «готовность к профессиональному самоопределению» в психолого-педагогической литературе [Электронный ресурс]/ И.В. Рябцева// Педагогическое образование и наука. – 2010. – №8 – С.107-111. - <http://www.elibrary.ru>.
44. Рязанова, Д.В. Тренинг с подростками: С чего начать? Пособие для психолога и педагога [Текст]/ Д.В. Рязанова. – М: Генезис, 2003. – 138 с.

45. Савлакова, Н.М. Временная перспектива личности: теоретический анализ проблемы [Электронный ресурс]/ Н.М. Савлакова// Философия и социальные науки. – 2010. – №3. – С.18-24. - <http://elib.bsu.by>.
46. Сидоренко, Е.В. Методы математической обработки в психологии [Текст]/ Е.В. Сидоренко. - СПб: ООО «Речь», 2003. – 350 с.
47. Слугина, Л.Б. Некоторые аспекты динамики временной перспективы [Электронный ресурс]/ Л.Б. Слугина// Психологическая наука и образование. – 1998. – №2. - С.53-56. - <http://www.elibrary.ru>.
48. Стишенок, И.В. Тренинг уверенности в себе: развитие и реализация новых возможностей [Текст]/ И.В. Стишенок. – СПб: Речь, 2008. – 230 с.
49. Сурикова, Я.А. Объективные и субъективные факторы построения временной перспективы личности (теоретический аспект): статья в сборнике трудов конференции [Электронный ресурс]/ Я.А. Сурикова// Теоретические аспекты современных гуманитарных наук. – 2012. – С.163-172. - <http://www.elibrary.ru>.
50. Сырцова, А. Адаптация опросника временной перспективы личности Ф. Зимбардо [Электронный ресурс]/ А. Сырцова, Е.Т. Соколова, О.В. Митина// Психологический журнал. – 2008. – Т.29. - №3. – С.101-109. - <http://www.elibrary.ru>.
51. Сырцова, А. Возрастная динамика временной перспективы личности: автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. психол. наук (19.00.13) [Электронный ресурс]/ А. Сырцова. – М.: МГППУ – 2008. – 24 с. - <http://www.dissercat.com>.
52. Сырцова, А. Феномен временной перспективы в разных культурах (по материалам исследований с помощью методики ZPTI) [Электронный ресурс]/ А. Сырцова, О.В. Митина, Д. Бойд, И.С. Давыдова, Ф. Зимбардо, Т.Л. Непряхо, Е.А. Никитина, Н.С. Семенова, Н. Фьёлен, В.А. Ясная// Культурно-историческая психология. - 2007. - № 4. - С.19–31. - <http://www.psyjournals.ru>.

53. Тоистева, О.С. Профессиональное самоопределение подростков: актуальность, проблемы, пути решения [Электронный ресурс]/ О.С. Тоистева// Педагогическое образование в России. - 2011. - №4. – С.60-64. - <http://www.cyberleninka.ru>.

54. Толстых, Н.Н. Время думать о будущем [Электронный ресурс]/ Н.Н. Толстых// Мир психологии. – 2013. – №2 (74). – С.96-107. - <http://www.elibrary.ru>.

55. Толстых, Н.Н. Подростки и их родители: что ценят и чего хотят сегодня? [Электронный ресурс]/ Н.Н. Толстых// Психологическая наука и образование. – 2012. – №4. – С.70-78. - <http://www.psyjournals.ru>.

56. Толстых, Н.Н. Программа развития временной перспективы и способности к целеполаганию для учащихся 15-17 лет [Текст]/ Н.Н. Толстых// Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте под ред. И.В. Дубровиной. – М.: Издательский центр «Академия», 1998. – С.61-73.

57. Толстых, Н.Н. Хронотоп: культура и онтогенез [Текст]/ Н.Н. Толстых. – Смоленск: Изд. Универсум, 2010. – 312 с.

58. Тюшев, Ю.В. Выбор профессии: тренинг для подростков [Текст]/ Ю.В. Тюшев. – СПб: Питер, 2009. – 160 с.

59. Хлыбова, Е.В. Особенности представлений о будущем у подростков [Электронный ресурс]/ Е.В. Хлыбова// Вестник ТГУ. – 2008. – Выпуск 9 (65). – С.242-245. - <http://www.elibrary.ru>.

60. Чистякова, С.Н. Профессиональное самоопределение личности: механизмы и образовательные ресурсы [Электронный ресурс]/ С.Н. Чистякова// Человек и образование. – 2014. – №3 (40). – С.45-50. - <http://www.elibrary.ru>.

61. Шамионов, Р.М. Личностное и профессиональное самоопределение как эффекты социализации [Электронный ресурс]/ Р.М.

Шамяионов// Известия Саратовского ун-та. – Серия: Философия, Психология. Педагогика. - 2008. – Т.8. - №1. – С.90-95. - <http://www.cyberleninka.ru>.

62. Шмырева, О.И. Эмоциональный компонент в творческом построении себя во временном пространстве в подростковом возрасте [Электронный ресурс]/ О.И. Шмырева// Мир психологии. – 2011. – №3 (67). – С.175-185. - <http://www.elibrary.ru>.

63. Яценко, Т.Е. Временная перспектива подростков из городской и сельской местности [Электронный ресурс]/ Т.Е. Яценко, А.Ю. Бутько// Вестник БарГУ. – 2018. – №6. – С.98-103. - <http://www.elibrary.ru>.