

Научная статья

УДК 377.031

doi 10.46741/sgjournal.2023.11.4.002

## Психолого-педагогическое и здоровьесберегающее сопровождение профессионального самоопределения учащихся

**ОЛЬГА АЛЕКСЕЕВНА НИКИФОРОВА**

Кузбасский государственный технический университет имени  
Т. Ф. Горбачева, Кемерово, Россия, nikiforova\_ol@mail.ru

**Аннотация.** Профессиональное самоопределение учащихся предполагает реализацию принципов прогрессивной динамичности и комплексности психолого-педагогического и здоровьесберегающего сопровождения. На различных этапах обучения данное сопровождение имеет свою специфику, обусловленную возрастной периодизацией и уровнем компетентности педагогического состава.

**Ключевые слова:** профессиональное самоопределение; психолого-педагогическое и здоровьесберегающее сопровождение; профильная пригодность.

5.8.7. Методология и технология профессионального образования.

**Для цитирования:** Никифорова О. А. Психолого-педагогическое и здоровьесберегающее сопровождение профессионального самоопределения учащихся // Всероссийский научно-практический журнал социальных и гуманитарных исследований. 2023. № 4 (11). С. 16–20. doi 10.46741/sgjournal.2023.11.4.002.

Original article

## Psychological, Pedagogical and Health-Saving Support of Students' Professional Self-Determination

**OL'GA A. NIKIFOROVA**

T.F. Gorbachev Kuzbass State Technical University, Kemerovo, Russia,  
nikiforova\_ol@mail.ru

**Abstract.** Professional self-determination of students presupposes the implementation of principles of progressive dynamism and the complexity of psychological, pedagogical and health-saving accompaniment. At various stages of training, this support has its own specifics, due to age periodization and the level of competence of the teaching staff.

**Keywords:** professional self-determination; psychological, pedagogical and health-saving support; profile suitability.

5.8.7. Methodology and technology of vocational education.

**For citation:** Nikiforova O.A. Psychological, pedagogical and health-saving support of students' professional self-determination. *All-Russian Research and Practice Journal of Studies in Social Sciences and Humanities*, 2023, no. 4 (11), pp. 16–20. doi 10.46741/sgjournal.2023.11.4.002.

Выбор профессионального пути – сложный процесс поиска и восприятия информации, анализа, переживания, сравнения. Это задача, основанная не только на потребностях, но и на познании, учете индивидуальных личностных и психолого-физиологических особенностей, а также социально-экономических условий.

Систематическое реформирование образования актуализирует проблему профессионального самоопределения современного учащегося. Комплексный подход к данному вопросу определяет профессиональное самоопределение как личностную деятельность, направленную на самостоятельный осмысленный выбор сферы образования и формирование профессиональной траектории с учетом личностных, психолого-физиологических особенностей и потребностей рынка труда.

Кадровый потенциал государства в значительной степени определяется состоянием здоровья подрастающего поколения. Однако мониторинг здоровья учащихся, результаты которого представлены во многих научных исследованиях, свидетельствует о неблагоприятной ситуации с состоянием здоровья детей и подростков [1–3]. Индивидуальный риск ухудшения здоровья подростков и молодежи повышается из-за того, что при получении профильного и профессионального образования, выборе профессии и специальности не учитываются имеющиеся у человека заболевания. Выявлено, что большинство подростков имеют несколько хронических заболеваний и функциональных расстройств, что снижает возможности профильного и/или профессионального отбора [1; 2].

Нездоровье обучающихся формируется под воздействием множества факторов, среди которых кроме отягощенной наследственности можно указать неблагоприятную экологическую обстановку, высокий объем образовательных нагрузок, нарушение режима дня, низкую двигательную активность, нерациональное и несбалансированное питание, абитические привычки и др. Наблюдаемая интенсификация образовательной деятельности может сопровождаться повышением результативности обучения, но часто это происходит за счет увеличения психолого-эмоциональных затрат, истощения резервных возможностей организма [1; 4].

Результаты исследования [5; 6] свидетельствуют, что 40–80 % девятиклассников испытывают выраженные трудности профессионального самоопределения и потому нуждаются в профориентационной и здоровьесберегающей помощи, психологической поддержке.

Эффективность любой деятельности определяется не только порученным результатом, но и затратными показателями [7]. Если успешность обучения учащихся сопровождается высокими затратами организма, то о высокой эффективности учебной деятельности говорить не приходится.

Результаты анализа теоретических положений и существующей практики реализации профессионального самоопределения обучающихся позволили выявить противоречие между актуальностью кадрового и интеллектуального потенциала страны, здоровья подрастающего поколения и недостаточным вниманием к практической реализации мероприятий по комплексному сопровождению профессионального самоопределения учащихся [8, с. 5]. Преодоление данного противоречия возможно через развитие практики целевого сопровождения в образовательных организациях.

Сфера ответственности данной комплексной системы должна включать в себя задачи обеспечения успешной школьной адаптации, социализации, сохранения и укрепления здоровья и развития личности обучающихся.

Решение данных задач требует внедрения комплексной целевой программы сопровождения, объединяющей диагностику, коучинги, консультации, тренинги и т. п. на базе всех субъектов образовательного процесса.

Психолого-педагогическое и здоровьесберегающее сопровождение профессионального самоопределения направлено на формирование способности к сознательному профильному выбору, проектированию собственного профессионального пути.

Однако стоит помнить, что проектирование профессиональной карьеры – процесс постоянный и требующий от человека умения делать выбор, принимать ответственные решения, анализировать свои психолого-физиологические, личностные и профессиональные достоинства и недостатки, адаптироваться в сложных жизненных ситуациях. Задача образовательных организаций – воспитание человека, умеющего ставить перед собой реальные цели и выбирать оптимальный путь их достижения, анализируя результаты деятельности, осознавая свои потенциальные возможности и развивая их.

Известно, что необходимыми условиями эффективного профессионального самоопределения являются профильно-ориентированное, психолого-физиологическое и личностное развитие обучающегося, сформированность его мотивационной, волевой и познавательной сфер. Поэтому работа образовательных организаций и социального окружения по подготовке обучающихся к выбору профессионального пути должна являться неотъемлемой частью образовательного процесса и начинаться с начального уровня обучения.

Задачи и средства сопровождения профессионального самоопределения на различных ступенях образования имеют свои особенности.

Так, Е. А. Климов [9], представляя периодизацию формирования человека как субъекта труда, описывает ряд начальных стадий:

– дошкольный период определяется как стадия предыгры и игры, характеризующаяся овладением «основными смыслами» общечеловеческой деятельности, а также поверхностным знакомством с базовыми профессиями. Д. Б. Эльконин отмечал, что «игра – это дитя труда» и возникновение детской сюжетно-ролевой игры подготавливает детей к освоению труда взрослых [10];

– стадия овладения образовательной деятельностью (от 6–8 до 11–12 лет) сопровождается активным развитием самопланирования, самоанализа, самоконтроля, у учащегося формируются культурно-нравственные основы, умение учиться и т. п. В начальной школе складываются представления о мире профессий, приходит понимание роли труда в жизни человека, позже приобретаются знания о различных аспектах трудовой деятельности, начальные трудовые умения и навыки;

– стадия оптации (от 11–12 до 14–18 лет) готовит к взрослой жизни, труду, способствует сознательному и ответственному планированию и выбору профессиональной карьеры. В этот период решаются задачи личностного и ценностно-смыслового самоопределения и саморазвития, развиваются компетентности в психосоциальной и здоровьесберегающей сферах. В 5–9 классах содержание профориентационной работы должно способствовать развитию знаний о склонностях, способностях, профессионально важных качествах, формированию умения адекватно оценивать свои возможности и их соответствие конкретной профессии. Старшеклассники должны владеть сведениями о современном производстве, уметь адекватно оценивать собственные профессионально важные качества, состояние здоровья, составлять программу самоподготовки (интеллектуальной, личностной и функциональной) к избираемой профессии.

Важно оценить и возможность будущего трудоустройства, динамику рынка труда. Комплексное сопровождение профилирования обучения в старших классах можно рассматривать как создание возможностей для получения психолого-педагогической и здоровьесберегающей помощи на этапах подготовки к выбору профиля обучения. Должна предусматриваться и возможность изменения профиля в результате выявления новых психолого-педагогических и/или здоровьесберегающих фактов или смены условий, например, на рынке труда [4].

Задачи здоровьесберегающего и психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения, решаемые на различных этапах обучения, должны иметь развивающую целевую тенденцию [1]. Сами эти задачи и средства их решения на

этапах предпрофильной подготовки и профильного обучения подробно изложены в работе О. А. Никифоровой и др. [11].

Учеными установлено, что профессиональное самоопределение эффективно только при учете индивидуальных способностей, интересов и специфических личностных качеств, соответствующих выбранному профилю и профессии [1; 9; 11].

Если выбранный профиль обучения соответствует профильно значимым характеристикам обучающегося, то выполнение данной профильной деятельности сопровождается эффективным обучением и не наблюдается выраженного психолого-физиологического напряжения и дезадаптации [11].

Исследователи приводят данные, свидетельствующие о том, что люди, исходно менее способные, но ответственно решающие производственные задачи, часто работают продуктивнее, чем люди, имеющие профильно пригодные качества, но низкую мотивацию [4]. Кроме того, на образовательную и профессиональную эффективность влияют и особенности индивидуального стиля, в рамках которого человек компенсирует свои слабые склонности и способности сильными, вырабатывая специфическую стратегию использования индивидуально доступных ресурсов [11].

В комплекс здоровьесберегающего сопровождения профессионального самоопределения обязательно должна быть включена оценка состояния здоровья, так как наличие некоторых донологических состояний и заболеваний может явиться противопоказанием в некоторых профессиональных группах.

Важным направлением деятельности педагогического коллектива образовательной организации в данном контексте является не только владение технологиями профориентационной работы и знаниями перспективного изменения рынка труда, но и фасилитаторская компетентность, позволяющая поддерживать обучающихся в социальной адаптации, личностном росте, успешности профессионального выбора [6].

Социальное партнерство общеобразовательных организаций с колледжами, техникумами, промышленными предприятиями и организациями повышает эффективность профильного образования и дальнейшей профессиональной адаптации. Профильный динамический подход, построенный на тесном сотрудничестве школы с профессиональным образованием, позволяет усилить качество подготовки выпускника в рамках конкретного профиля образования.

Таким образом, реализация принципов системности и комплексности в работе над проблемой профессионального самоопределения учащегося может стать залогом успеха в профессиональном становлении личности.

## СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Казин Э. М., Блинова Н. Г. Здоровьеформирующее образование старшеклассников в процессе профессионального самоопределения и профильного обучения // Учитель Кузбасса. 2007. № 1 (4). С. 13–18.
2. Рапопорт И. К. Состояние здоровья современных школьников и проблемы выбора профессии // Школа здоровья. 2009. № 3. С. 31–35.
3. Профессиональная ориентация молодежи: медицинские и психофизиологические аспекты / Л. М. Сухарева, К. Э. Павлович, И. К. Рапопорт, Е. И. Шубочкина // Гигиена и санитария. 2000. № 1. С. 48–52.
4. Комплектование классов профильного обучения : учеб.-метод. пособие / авт.-сост. О. А. Никифорова ; под общ. ред. Н. А. Заруба. Кемерово, 2005. 74 с.
5. Лях В. И. Профильное самоопределение учащихся на этапе предпрофильного обучения : автореф. дис... канд. пед. наук. Красноярск, 2005. 24 с.
6. Чистякова С. Н. Проблема самоопределения старшеклассников при выборе профиля обучения // Педагогика. 2005. № 1. С. 19–26.
7. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Л., 1988. 267 с.

8. Касаткина Н. Э., Лысых О. Б. Реализация профильного обучения старших школьников в регионе: проблемы, теоретические основы, пути решения : коллектив. моногр. / под науч. ред. Е. Л. Рудневой. Кемерово, 2008. С. 5.
9. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения. Ростов н/Д, 1996. 512 с.
10. Эльконин Д. Б. Психология игры. М., 1978. 304 с.
11. Никифорова О. А., Навалихина В. И., Каленская Е. А. Здоровьесберегающие аспекты профильного обучения // Новые исследования. 2010. № 2 (23). С. 57–74.

## REFERENCES

1. Kazin E.M., Blinova N.G. Health-forming education of high school students in the process of professional self-determination and professional education. *Uchitel' Kuzbassa = Teacher of Kuzbass*, 2007, no. 1 (4), pp. 13–18. (In Russ.).
2. Rapoport I.K The state of health of modern schoolchildren and the problems of choosing a profession. *Shkola zdorov'ya = School of Health*, 2009, no. 3, pp. 31–35. (In Russ.).
3. Sukhareva L.M., Pavlovich K.E., Rapoport I.K., Shubochkina E.I. Professional orientation of youth: medical and psycho-physiological aspects. *Gigiena i sanitariya = Hygiene and Sanitation*, 2000, no. 1, pp. 48–52. (In Russ.).
4. *Komplektovanie klassov profil'nogo obucheniya: ucheb.-metod. posobie* [Completing specialized training classes: study guide]. Comp. by Nikiforova O.A. Ed. by Zaruba N.A. Kemerovo, 2005. 74 p.
5. Lyakh V.I. *Profil'noe samoopredelenie uchashchikhsya na etape predprofil'nogo obucheniya: avtoref. dis... kand. ped. nauk* [Profile self-determination of students at the stage of pre-profile education: Candidate of Sciences (Pedagogy) dissertation abstract]. Krasnoyarsk, 2005. 24 p.
6. Chistyakova S.N. The problem of self-determination of high school students when choosing a study profile. *Pedagogika = Pedagogy*, 2005, no. 1, pp. 19–26. (In Russ.).
7. Berezin F.B. *Psikhicheskaya i psikhofiziologicheskaya adaptatsiya cheloveka* [Mental and psychophysiological adaptation of man]. Leningrad, 1988. 267 p.
8. Kasatkina N.E., Lysykh O.B. *Realizatsiya profil'nogo obucheniya starshikh shkol'nikov v regione: problemy, teoreticheskie osnovy, puti resheniya: kollektiv. monogr.* [Implementation of specialized education for senior schoolchildren in the region: problems, theoretical foundations, solutions: monograph]. Ed. by Rudneva E.L. Kemerovo, 2008. P. 5.
9. Klimov E.A. *Psikhologiya professional'nogo samoopredeleniya* [Psychology of professional self-determination]. Rostov on Don, 1996. 512 p.
10. El'konin D.B. *Psikhologiya igry* [Game psychology]. Moscow, 1978. 304 p.
11. Nikiforova O.A., Navalikhina V.I., Kalenskaya E.A. Health-saving aspects of specialized education. *Novye issledovaniya = New Research*, 2010, no. 2 (23), pp. 57–74. (In Russ.).

## СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ

**ОЛЬГА АЛЕКСЕЕВНА НИКИФОРОВА** – кандидат биологических наук, доцент, доцент кафедры государственного и муниципального управления Кузбасского государственного технического университета имени Т. Ф. Горбачева, Кемерово, Россия, nikiforova\_ol@mail.ru

## INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

**OL'GA A. NIKIFOROVA** – Candidate of Sciences (Biology), Associate Professor, associate professor at the Department of State and Municipal Administration of the T.F. Gorbachev Kuzbass State Technical University, Kemerovo, Russia, nikiforova\_ol@mail.ru

Статья поступила 26.09.2023