Содержание

Введение

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИЗУЧЕНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОФОРИЕНТАЦИИ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ РЕФЛЕКСИИ

.1 Особенности рефлексии у подростков

1.2 Проблема профессионального самоопределения подростков в трудах современных исследователей

.3 Особенности профориентационной работы с подростками

ГЛАВА II. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОФОРИЕНТАЦИИ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ РЕФЛЕКСИИ

.1 Организация и методы исследования

.2 Анализ данных эмпирического исследования

Заключение

Список литературы

Введение

Работа посвящена актуальной проблеме особенностей профориентации подростков с разным уровнем рефлексии.

Проблема развития рефлексии является одной из ключевых в психологии. Она широко обсуждается в рамках зарубежных и отечественных психологических исследований. Изучение структуры рефлексии, динамики ее развития представляет большой интерес, поскольку позволяет приблизиться к пониманию механизмов формирования личности.

Развитие рефлексии в подростковом возрасте наиболее актуально. В связи с переходом от детства к юности в подростковом возрасте происходят изменения связанные с кардинальными преобразованиями в сфере сознания, деятельности, системы взаимоотношений, профориентации, что оказывает заметное влияние на психофизиологические особенности подростка.

Основополагающими факторами, влияющими на профессиональный выбор в подростковом возрасте, являются самооценка личности и профориентация. Самооценка определяет жизненные позиции человека, степень его притязаний, предпочтений и систему ценностей. Иными словами она обусловливает динамику и направленность жизнедеятельности человека. Где проф. ориентация является ассимилирующим общественным фактором.

«Система профориентации - она вооружает подростков необходимыми знаниями для ориентации в мире профессий, умениями объективно оценивать свои индивидуальные особенности;

Анализ накопленного опыта в области теории и практики профориентации, позволяет следующим образом сформулировать её определение: это многоаспектная, целостная система научно-практической деятельности общественных институтов. И уже эти институты непосредственно отвечают за подготовку подрастающего поколения к выбору профессии и решают комплекс социально-экономических, психолого-педагогических и медико-физиологических задач по формированию у подростков профессионального самоопределения, соответствующего индивидуальным особенностям каждой личности и запросам общества в кадрах высокой квалификации.

Объект исследования: Мотивационная сфера подростков.

Предмет исследования: Особенности профессионального самоопределения подростков с разным уровнем рефлексии.

Цель работы: Выявить особенности профориентации подростков с разным уровнем рефлексии.

Для решения данных проблем поставлены задачи:

) Проанализировать особенности рефлексии у подростков;

) Рассмотреть проблему профессионального самоопределения подростков в трудах современных исследователей

) Изучить особенности профориентационной работы с подростками

) Экспериментально определить особенности профориентации подростков с разным уровнем рефлексии

Методологическую основу исследования составили работы по изучению рефлексии Д.А. Леонтьева, Е.М. Лаптевой и Е.Н. Осина, профессиональное самоопределение рассматривали Е.А. Климов, И.С. Кон, А.К. Маркова, С.Н. Чистякова, Е.И. Головаха; С.А. Боровикова, Г.С. Никифоров, М.Р. Гинзбург, Л.С. Выготский, Л.И. Божович, Н.С. Пряжников, Е.Ю. Пряжникова и др.

Методы исследования. Для проведения эмпирического исследования были использованы следующие методики: «Диагностика рефлексии» Карпова А.В., "Опросник профессиональной готовности" (ОПГ) Л.Н. Кабардовой и методика «Карта интересов» А.Е. Голомштока.

База исследования: МАОУ - СОШ №165 8 класс «Д».

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИЗУЧЕНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОФОРИЕНТАЦИИ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ РЕФЛЕКСИИ

.1 Особенности рефлексии у подростков

Понятие «рефлексия» - одно из центральных категорий психологической науки, и на теоретическом уровне основоположниками отечественной психологии проработано в качестве одного из объяснительных принципов организации и развития психики человека, и прежде всего ее высшей формы - самосознания. Свойство рефлексивности деятельности, мышления, сознания и личности в психологии рассматривается при анализе опосредованности и произвольности человеческого поведения, осознанности и системности высших психических функций [31]. Понятие «рефлексия» привлекается в качестве объяснительного принципа для раскрытия психологического содержания различных феноменов и фактов, получаемых в экспериментальных исследованиях конкретных предметов психологического изучения: мышления, памяти, сознания, личности, общения и т.д.

Подростковый возраст - это период онтогенеза, соответствующий началу перехода от детства к юности. В подростковом возрасте происходят изменения, связанные с кардинальными преобразованиями в сфере сознания, деятельности и системы взаимоотношений индивида. Этот этап характеризуется бурным ростом человека, формированием организма в процессе полового созревания, что оказывает заметное влияние на психофизиологические особенности подростка. [20]

По мнению Л.И. Божович в этот период возникает новый уровень самосознания, характерной чертой которого является появление у подростка способности и потребности познать самого себя как личность, обладающую именно ей, в отличие от всех других людей, присущими качествами. Это поражает у подростков стремление к самоутверждению, самовыражению (т.е. стремление проявлять себя в тех качествах личности, которые он считает ценными) и самовоспитанию [37].

Л.И. Божович считает, что именно развитие рефлексии в подростковом возрасте приводит к становлению нового уровня самосознания. Можно сказать, что в подростковом возрасте рефлексия развивается особенно бурно, что позволяет подростку исследовать как свои психические процессы (мышление, память, внимание и т.д.) так и свои личностные особенности, проявляющиеся в общении и поведении с людьми.

А. Буземан устанавливает, по мнению Л.С. Выготского, три существенных момента, характеризующих рефлексию в подростковом возрасте.

Первый: рефлексия и основанное на ней самопознание подростка представлены в развитии. Самосознание берется не только как феномен в жизни сознания, но и как более широкий биологически и социально обусловленный момент. А. Буземан с полным основанием говорит, что корни рефлексии нужно искать очень глубоко в животном мире и что ее биологические основы имеются везде там, где есть отражение не только внешнего мира, но и самоотражение организма с самим собой.

Второй: обнаружение Буземаном связи между развитием самосознания и социальным развитием подростка. По его словам, развитие самосознания зависит от культурного содержания среды в такой мере, как может быть, никакая сторона душевной жизни.

Третий: состоит в том, что самосознание не берется как какая-то метафизическая сущность, не поддающаяся анализу. Он призывает обратить внимание на то, что рефлексия, со своей стороны, может влиять перестраивающим образом на субъект [29].

В подростковом возрасте человеку доставляет особое удовольствие погружаться в себя, исследовать свои мысли, чувства, поступки.

Все, что школьник узнает о себе в процессе общения и взаимодействия с различными людьми, иногда в большей мере, а иногда минимально опосредуется рефлексией, то есть внутренним диалогом, в котором он рассматривает, оценивает, принимает или отвергает те или иные ценности, свойственные различным группам, семье, обществу сверстников, значимым лицам [19].

Можно сказать, что рефлексия играет большую роль в жизни подростка, она помогает школьнику понять себя, свое внутреннее состояние, контролировать и регулировать свои действия, развивать свой внутренний мир, общение. А для того чтобы сформировать каждого как коммуникабельную, социально активную личность, развитие рефлексии становится необходимым условием решения этой задачи. Ибо только человек с развитой рефлексией в состоянии ставить перед собой общественно значимые цели и находить индивидуальные пути их достижения. Во многом именно мера развитости у человека способности осмысливать окружающий мир и себя в нем позволяет ему находить социально ценные, личностно значимые и реальные способы реализации себя в общении и активной жизни.

.2 Проблема профессионального самоопределения подростков в трудах современных исследователей

«Профессиональное самоопределение - это определение своего места в мире профессий, нахождение личностного смысла в выполняемой работе, внесение коррективов в «вектор» профессионального становления личности» [7].

Формирование профессионального самоопределения начинается уже в дошкольном возрасте, проявляясь в избирательном интересе к сюжетно-ролевым играм, в младшем школьном - в учебно-познавательном интересе, в подростковом - в склонностях и способностях к учебным предметам, а в возрасте ранней юности профессиональное самоопределение приобретает наибольшую значимость и становится одним из центральных психологических новообразований.

Для начала нам нужно увидеть место профессионального и других видов самоопределения внутри целостного процесса жизненного самоопределения.

Н.С. Пряжников предлагает семь типов самоопределения личности. И как отмечает Н.С. Пряжников, профессиональное и личностное самоопределение имеют много общего, но в то же время в их содержании выделяет два принципиально важных отличия:

профессиональное самоопределение является более конкретным и его проще оформить официально, личностное самоопределение - более сложное понятие;

профессиональное самоопределение в большей степени зависит от внешних (благоприятных) условий, а личностное самоопределение - от самого человека.

Очень важно отметить, что профессиональное самоопределение - это часть более общего процесса жизненного самоопределения. По словам, Е.А. Климова, профессиональное самоопределение не сводится к одномоментному акту выбора профессии и не заканчивается завершением профессиональной подготовки по избранной специальности; оно продолжается на протяжении всей профессиональной жизни. Профессиональное самоопределение - это не просто выбор профессии или альтернативных сценариев профессиональной жизни, а своеобразный творческий процесс развития личности.

Подробно анализируя профессиональное самоопределение, Е.А. Климов понимает его «…как важное проявление психического развития, формирования себя как полноценного участника сообщества «делателей» чего-то полезного, сообщества профессионалов» [12].

Более сложный тип - личностное самоопределение, Н.С. Пряжников рассматривает его как высшее проявление жизненного самоопределения, когда человек становится хозяином ситуации и всей своей жизни. Можно сказать, что личностное самоопределение - это нахождение самобытного образа «Я», постоянное развитие этого образа и утверждение его среди окружающих людей.

По мере того как человек приобретает жизненный опыт, происходит более или менее глубокое переосмысливание жизни. Этот процесс её переосмысливания, проходящий через всю жизнь человека, образует самое сокровенное и основное содержание его внутреннего существа, определяющие мотивы его действий и внутренний смысл тех задач, которые он разрешает в жизни.

«Если в 15 лет жизнь кардинально не изменилась и старший подросток остался в школе, он тем самым отсрочил на два года выход во взрослую жизнь и, как правило, сам выбор дальнейшего пути. В этот относительно короткий период срок необходимо создать жизненный план - решить вопросы кем быть (профессиональное самоопределение) и каким быть (личностное и моральное самоопределение). Старшеклассник должен не просто представлять себе своё будущее в общих чертах, а осознавать способы достижения поставленных целей» [14].

По мнению Н.С. Пряжникова, у старшеклассников постепенно формируется готовность к самоанализу основных склонностей и способностей, что может стать основой для готовности к подлинному самоопределению. «Одновременно все больше рассматриваются, сравниваются и обсуждаются различные варианты построения своего счастья (различные образы жизни). Это невозможно без обращения к ценностно-смысловым аспектам профессионального и личностного самоопределения. Как считают многие серьезные специалисты, именно ценностно-нравственные ориентации составляют «ядро» самоопределяющейся личности. В старших и выпускных классах основной акцент переносится на конкретный выбор» [23].

« То, насколько престижной окажется выбранная профессия или ВУЗ, в который ребёнок собирается поступать, зависит от его уровня притязаний. Это может быть следствием разумного отказа от беспочвенных надежд, но может быть и проявлением малодушия, страха перед решительным шагом» [14].

Итак, «самоопределение как профессиональное, так и личностное, становится центральным новообразованием старшего подросткового возраста. Это новая внутренняя позиция, включающая осознание себя как члена общества, принятие своего места в нём» [14].

В этом возрасте осознаётся временная перспектива, развивается устойчивая самооценка, нравственная устойчивость личности. Самоопределение и стабилизация личности в старшем подростковом возрасте тесно связана с выработкой мировоззрения, системой ясных устойчивых убеждений. В старших классах происходит их окончательное становление.

Ещё один момент, связанный с самоопределением в данном возрасте, - изменение учебной мотивации. Как считает А.В. Петровский, именно в старшем школьном возрасте появляется сознательное отношение к учению. [14].

Итак, решая вопросы профессионального самоопределения, выбора жизненного пути, старшеклассник исходит из формирующихся у него основных жизненных позиций, убеждений, идеалов, ценностных ориентаций. При этом он «примеряет» эти убеждения к своей будущей жизни и глубже осознает их. Таким образом, в старшем школьном возрасте становление мировоззрения, личностного и профессионального самоопределения осуществляется в тесной взаимосвязи. Личностное самоопределение лежит в основе процесса самоопределения в старшем подростковом и юношеском возрастах, оно определяет развитие всех других видов самоопределения (социального и профессионального).

1.3 Особенности профориентационной работы с подростками

Подростковый возраст - это период первичной, амбивалентной оптации. Отрочество - один из самых ответственных периодов становления личности. В этом возрасте закладываются основы нравственного отношения к разным видам труда, происходит формирование системы личностных ценностей, которые определяют избирательность отношения подростков к различным профессиям.

Подражание внешним формам поведения взрослых приводит к тому, что мальчики-подростки ориентируются на романтические профессии «настоящих мужчин», обладающих сильной волей, выдержкой, смелостью, мужеством (летчик-испытатель, космонавт, автогонщик и др.). Девочки начинают ориентироваться на профессии «настоящих женщин», обаятельных, привлекательных, популярных (топ-модель, эстрадная певица, телеведущая и др.). Ориентация на романтические профессии складывается под влиянием средств массовой информации, тиражирующих образцы «настоящих взрослых», формированию такой романтической профессиональной ориентации способствует также стремление подростков к самовыражению и самоутверждению.

Дифференцированное отношение к разным учебным предметам, занятия в кружках художественного и технического творчества формируют у подростков учебно-профессиональные намерения и профессионально ориентированные мечты. Эти ориентации способствуют появлению новых профессионально ориентированных мотивов учения, инициируют саморазвитие качеств, способностей, присущих представителям желаемых профессий.

Образцы желаемого будущего, профессиональные мечты становятся психологическими вехами, штрихами профессионального самоопределения [8].

Профориентация в последнее время претерпели существенные изменения. Причин этому несколько.

Первая причина - модернизация всей системы образования, при которой профориентация и профориентация стала естественным продолжением всей психолого-педагогической работы с учащимися, повышая мотивацию к самой учебной деятельности и расширяя представления о будущих социальных перспективах.

Вторая причина заключается в том, что мир профессии стал более дифференцированным, количество профилей подготовки специалистов и направлений работы увеличилось в разы.

Третья причина - повышение доверия со стороны населения к профориентационным и психологическим услугам, понимание необходимости их прохождения в молодом и взрослом возрасте, осознание важности этого этапа профессионального самоопределения.

Современный подход к профориентации подразумевает согласованную работу многих социальных институтов: школа, различные психологические центры (медико-социально-психологические, центры занятости, центры профориентации молодежи и др.), клубы и дома технического творчества, профессиональные учебные заведения, общественные организации, правоохранительные органы (работающие с молодежью), средства массовой информации и т.п. Учитывая большую включенность различных организаций, необходима грамотная координация этой работы. В настоящее время в качестве такого координатора чаще всего выступает школа, а в ней - психологи и социальные педагоги, в редких случаях открываются специализированные профориентационные центры городского или окружного подчинения [38].

В любом случае, работа профориентологов имеет четыре основных блока.

Информационный блок. Он включает обеспечение оптанта разнообразной достоверной информацией о современных профессиях, учебных заведениях и организациях, предоставляющих рабочие места, о рынке труда и о том, как планировать свою карьеру.

С учетом комплексного подхода информирование о профессиях должно начинаться с дошкольного возраста. Сначала оно проходит в виде игры, затем (младший и средний школьный возраст) в виде тренингов, и в старшем подростковом возрасте это могут быть образовательные выставки, дни открытых дверей, ярмарки вакансий, встречи со специалистами, представителями различных вузов и организаций, презентации, семинары, посвященные профориентационной тематике.

Большое значение для информирования оптантов имеют специальные справочники, статьи в СМИ, видеоматериалы, сайты, содержащие информацию об учебных заведениях, описания профессий, полезные статьи, рейтинги вузов и специальностей, обзоры рынка труда, интернет-форумы.

Развивающий блок. Он включает формирование различных знаний, умений и навыков, необходимых для овладения той или иной профессией и дальнейшего успешного трудоустройства.

На начальных этапах профориентационной работы акцент делается на развитие общих способностей знаний, умений и навыков. А в дальнейшем, в подростковом возрасте, работа ведется в виде тренингов и мастер-классов, развивающих отдельные компетенции, необходимые для успешного освоения профессии или для оптимизации обучения; тренингов личностного роста, повышения учебной и трудовой мотивации; деловых оргдеятельностных игр, позволяющих примерить на себя различные профессиональные роли и воспроизвести ситуацию трудовых отношений и решения специфических задач в группе; коучинговых технологий; психотехнических упражнений, развивающих навыки саморегуляции; компьютерных программ, например («Интеллект-тренажер»); обучающих консультаций, формирующих навыки эффективного поиска работы, составления резюме, самопрезентации и адаптивного поведения на современном рынке труда.

Активизирующий блок. Здесь проводится работа по формированию внутренней готовности к самостоятельному и осознанному построению своего профессионального и жизненного пути.

Особенности этой работы заключаются в том, чтобы путем использования элементов игры, нестандартных вопросов и провокаций вызвать у подростка интерес к проблематике профессионального самоопределения, по-новому взглянуть на привычные явления, заставить задуматься о себе, о явных и скрытых особенностях профессий, о жизненных ценностях и их связи с предполагаемым путем профессионального развития.

В этой работе используются активизирующие опросники, настольные и интерактивные игры, различные практики и стажировки непосредственно на рабочих местах.

Диагностико-консультационный блок. Профориентационная работа в этом направлении ведется с подросткового возраста, так как только с 14 - 15 лет подросток воспринимает себя человеком мира и может осознанно сделать профессиональный выбор. Целью этой работы является установление соответствия оптанта тому или иному виду деятельности путем сопоставления личностных особенностей с требованиями к профессии.

Здесь широко применяются интервью-собеседование и анкетирование, профориентационное и психологическое консультирование, профориентационные тесты и комплексы тестирования, оценивающие потенциал обследуемых и их профессионально важные качества (компетенции).

Основным результатом профориентационной работы является не только подбор конкретной профессии, подходящей оптанту, но и развитие его профессионально важных качеств. В связи с этим в рамках комплексного подхода необходимо развивать две основные группы качеств.

Качества, гарантирующие профессиональную направленность личности. Система эмоциональных ценностных отношений человека, которая определяет соответствующую иерархическую структуру мотивов, побуждающих человека к самоутверждению в профессиональной деятельности. Профессиональная направленность характеризуется как идеи, убеждения, принципы, взгляды, отношения.

Качества, определяющие профессиональную компетентность личности. Существуют два вида профессиональной компетентности: предметно-профессиональная компетентность и социально-профессиональная компетентность. Также учитываются особенности психофизиологии: когнитивных процессов, эмоционально-волевой сферы, темперамента и характера [38].

Таким образом, современная профориентационная и профконсультационная работа должна вестись по нескольким направлениям (информационное, развивающее, активизирующее) и быть направлена на развитие профессионально важных качеств подростка.

ГЛАВА II. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОФОРИЕНТАЦИИ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ РЕФЛЕКСИИ

.1 Организация и методы исследования

Основываясь на данных теоретических положениях, нами была составлена программа эксперимента.

Цель экспериментальной работы: изучить особенности профориентации подростков с разным уровнем рефлексии.

В исследовании принимали участие 28 человек 8 Д класса МАОУ - СОШ №165, из которых 13 девочек, 15 мальчиков. Класс обучается по традиционной системе. Возрастной состав одинаковый.

Основными методами исследования являлись: психодиагностическая методика Карпова А.В. «Диагностика рефлексии», "Опросник профессиональной готовности" (ОПГ) Л.Н. Кабардовой и методика «Карта интересов» А.Е. Голомштока.

Методика диагностики уровня развития рефлексии А. В Карпова, предназначена для исследования уровня развития рефлексии, состоящая из 27-и утверждений опросника 15 являются прямыми, остальные 12 - обратные утверждения, Для получения итогового балла суммируются в прямых вопросах цифры, соответствующие ответам испытуемых, а в обратных - значения, замененные на те, что получаются при инверсии шкалы ответов.

Таблица 1. Таблица для перевода сырых баллов в стены в методике А.В. Карпова «Диагностика уровня рефлексии»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Баллы | до 99 | 100 | 101-107 | 108-113 | 114-122 | 123-130 | 131-139 | 140-147 | 148-156 | 157-171 | 172 и выше |
| Стены | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

При интерпретации результатов целесообразно исходить из дифференциации индивидов на три основные категории. Результаты методики, равные или больше 7 стенов, свидетельствует о высокоразвитой рефлексии. Результаты в диапазоне от 4 до 7 стенов - индикаторы среднего уровня рефлексии. Наконец, показатели, меньше 4-х стенов,- свидетельство низкого уровня рефлексии. Средний уровень развития- человек умеет анализировать и обдумывать свои поступки и при желании тщательно планировать свою деятельность. Так же может посмотреть на себя со стороны, и оценить себя в глазах другого человека. Но не всегда пользуется этим, или пользуется не в полной мере. Высокий уровень- человек в большей степени склонен обращаться к анализу своей деятельности и поступков других людей, выяснять причины и следствия своих действий как в прошлом, так в настоящем и будущем. Низкий уровень- человеку в меньшей степени свойственно задумываться над собственной деятельностью и поступками других людей, выяснять причины и следствия своих действий как в прошлом, так и в настоящем и будущем.

Опросник профессиональной готовности был разработан Л.Н.Кабардовой (факультет психологии МГУ им. М.В.Ломоносова). Опросник представляет собой дальнейшее развитие идеи Е.А.Климова о выявлении профессиональной направленности оптанта на выделяемые им сферы профессиональной деятельности (человек, техника, природа, знак, художественный образ).

Профессиональную готовность можно определить как субъективное состояние личности, отражающее способность и желание заниматься определенным конкретным типом профессиональной деятельности. Она не обязательно сопровождается объективной профессиональной подготовленностью.

Опросник основан на самооценке учащимся своих возможностей в реализации задаваемых опросником умений (учебных, трудовых, социальных, творческих и др.), пережитого и сформированного в личном опыте эмоционального отношения, возникающего всякий раз при выполнении описанных в опроснике видов деятельности, и своего желания или нежелания иметь оцениваемые виды деятельности, в своей будущей профессии.

Методика дает возможность оптанту проанализировать составляющие профессиональной готовности: субъективно оцениваемые умения, эмоциональное отношение, готовность трудиться - и получить представление о мере готовности к успешной деятельности в определенной сфере, о степени согласованности личного профессионального плана.

Процедура применения:

Внимательно прочитайте все 50 высказываний опросника. Прочитав каждое из высказываний, ответьте на три приведенных вопроса и оцените свои ответы в баллах.

. Насколько хорошо вы умеете делать то, что написано в высказывании?

Делаю, как правило, хорошо - 2 балла.

Делаю средне - 1 балл.

Делаю плохо (совсем не умею) - 0 баллов.

. Какие ощущения у вас возникли, когда вы это делали?

Положительное (приятно, интересно, легко) - 2 балла.

Нейтральное (все равно) - 1 балл.

Отрицательное (неприятно, неинтересно, трудно) - 0 баллов.

. Хотели бы вы, чтобы описанное в высказывании действие было включено в вашу будущую работу?

Да - 2 балла.

Все равно - 1 балл.

Нет - 0 баллов.

Свои оценки в баллах занесите в «Таблицу ответов» (номер клетки в таблице соответствует номеру высказывания). В каждую клетку «Таблицы ответов» поставьте баллы, соответствующие вашим ответам на все три вопроса. Для каждого высказывания оцените сначала ваше умение (1), затем - отношение (2), затем - желание (3). В этой же последовательности проставьте оценочные баллы в клетках «Таблицы ответов».

Если вы никогда не делали того, что описано в высказывании, то вместо баллов поставьте в клетку прочерки в первых двух вопросах (1 и 2) и попробуйте ответить только на 3-й вопрос. Читая высказывание, обязательно обращайте внимание на уточняющие слова: «часто», «легко», «систематически» и др. Ваш ответ должен учитывать смысл этих слов. Если из перечисленных в вопросе нескольких действий вы умеете делать что-то одно, то именно это действие вы и оцениваете тремя оценками.

Текст ОПГ

. Делать выписки, вырезки из различных текстов и группировать их по определенному признаку.

. Выполнять практические задания на лабораторных работах по физике (составлять и собирать схемы, устранять в них неисправности, разбираться в принципе действия прибора и т.п.).

. Длительное время (более года) самостоятельно, терпеливо выполнять все работы, обеспечивающие рост и развитие растений (поливать, удобрять, пересаживать).

. Сочинять стихи, рассказы, заметки, писать сочинения, многими признаваемые интересными, достойными внимания.

. Сдерживать себя, не «выливать» на окружающих свое раздражение, гнев, обиду, плохое настроение.

. Выделять из текста основные мысли и составлять на их основе краткий конспект, план, новый текст.

. Разбираться в физических процессах и закономерностях, решать задачи по физике.

. Вести регулярное наблюдение за развивающимися растениями и записывать данные наблюдения в специальный дневник.

. Мастерить своими руками красивые изделия из дерева, ткани, засушенных растений, ниток.

. Терпеливо, без раздражения объяснять кому-либо то, что он хочет знать, даже если приходится повторять сказанное несколько раз.

. Легко находить ошибки в письменных работах по русскому языку, литературе.

. Разбираться в химических процессах, свойствах химических элементов, решать задачи по химии.

. Разбираться в особенностях развития и во внешних отличительных признаках разных видов растений.

. Создавать законченные произведения живописи, графики, скульптуры.

. Много и часто общаться с разными людьми, не уставая от этого.

. На уроках иностранного языка отвечать на вопросы и задавать их, пересказывать тексты и составлять рассказы по заданной теме.

. Отлаживать какие-либо механизмы (велосипед, мотоцикл), ремонтировать электрические приборы (пылесос, утюг, светильник).

. Преимущественно все свое свободное время тратить на уход и наблюдение за каким-либо животным.

. Сочинять музыку, песни, имеющие успех у сверстников и взрослых.

. Внимательно, терпеливо, не перебивая, выслушивать людей.

. При выполнении заданий по иностранному языку без особых трудностей работать с иностранными текстами.

. Налаживать и чинить электронную аппаратуру (приемник, магнитофон, телевизор, аппаратуру для дискотек).

. Регулярно, без напоминания взрослых, ухаживать за животными: кормить, чистить, лечить, обучать.

. Публично, для зрителей, разыгрывать роли, подражать, изображать кого-либо, декламировать стихи, прозу.

. Увлекать делом, игрой, рассказом детей младшего возраста.

. Выполнять задания по математике, химии, в которых требуется составлять логическую цепочку действий, используя при этом различные формулы, законы, теоремы.

. Ремонтировать замки, краны, мебель, игрушки.

. Разбираться в породах и видах животных, знать их характерные внешние признаки и повадки.

. Всегда четко видеть, что сделано писателем, драматургом, художником, режиссером, актером талантливо, а что нет, и уметь обосновать это устно и письменно.

. Организовывать людей на какие-либо дела, мероприятия.

. Выполнять задания по математике, требующие хорошего знания математических формул, законов и умения их правильно применять при решении.

. Выполнять действия, требующие хорошей координации движений и ловкости рук: работать на станке, на электрической швейной машинке, производить монтаж и сборку из мелких деталей.

. Сразу замечать мельчайшие изменения в поведении или во внешнем виде животного или растения.

. Играть на музыкальных инструментах, публично исполнять песни, танцевальные номера.

. Выполнять работу, требующую обязательных контактов со множеством разных людей.

. Выполнять количественные расчеты, подсчеты данных (по формулам и без них), выводить на основе этого различные закономерности, следствия.

. Из типовых деталей, предназначенных для сборки определенных моделей, изделий, конструировать новые, придуманные самостоятельно.

. Заниматься углубленным изучением биологии, анатомии, ботаники, зоологии, читать научную литературу, слушать лекции, научные доклады.

. Создавать новые интересные модели одежды, причесок, украшений, интерьера помещений.

. Влиять на людей, убеждать, предотвращать конфликты, улаживать ссоры, разрешать споры.

. Работать с условно-знаковой информацией: составлять и рисовать карты, схемы, чертежи.

. Выполнять задания, в которых требуется мысленно представить расположение предметов или фигур в пространстве.

. Длительное время заниматься исследовательскими работами в биологическом кружке, на биостанции, в зоокружке, питомнике.

. Быстрее и чаще других замечать в обычном необычное, удивительное, прекрасное.

. Сопереживать людям, понимать их проблемы, оказывать посильную помощь.

. Аккуратно и безошибочно выполнять «бумажную» работу: писать, выписывать, проверять, подсчитывать, вычислять.

. Выбирать наиболее рациональный (простой, короткий) способ решения технической, логической, математической задачи.

. При работе с растениями или животными принимать как должное ручной физический труд, неблагоприятные погодные условия, грязь, специфический запах животных.

. Настойчиво, терпеливо добиваться совершенства в создаваемом или исполняемом произведении (в любой сфере творчества).

. Говорить, сообщать что-либо, излагать свои мысли вслух.

Обработка полученных результатов

Приступая к обработке результатов, консультант сначала находит в бланке ответов номера тех высказываний, которые оптант при оценке умений оценил в 0 баллов или поставил прочерк. В этом случае следующие две оценки этого высказывания при подсчете общих сумм баллов по этим шкалам не учитываются. Они принимаются во внимание только при качественном анализе каждой сферы.

Консультант подсчитывает суммы баллов, которые набрали отдельно «умения», отдельно «отношения» и отдельно «пожелания» оптанта в каждой профессиональной сфере.

Итоговые результаты представляют собой баллы умений, отношений, желаний по каждому из пяти типов профессий:

человек (Ч) - знаковая система (З.с.);

человек (Ч) - техника (Т);

человек (Ч) - природа (П);

человек (Ч) - художественный образ (Х.о.);

человек (Ч) - человек (Ч).

Интерпретация полученных результатов

Выбор наиболее предпочтительной для данного оптанта профессиональной сферы осуществляется на основе сопоставления баллов по трем описанным шкалам: умения-отношения-желания. Положительно оценивается такое сочетание, при котором высокие оценки при ответе на 2-й и 3-й вопросы соотносятся с реальными умениями оптанта, т.е. высокой оценкой по 1-й шкале.

Анализ результатов проводится по нескольким аспектам:

сопоставление трех оценок (умения-отношения-желания) внутри каждого типа профессий дает информацию о внутренней согласованности отношения к профессиям, об уровне личностной зрелости оптанта;

сравнение баллов между всеми пятью типами профессий дает информацию о наличии или отсутствии предпочтений; рассматривая два типа профессий, набравших большое количество баллов, можно расширить сферу возможных вариантов, чтобы учесть комплексность и многоплановость современных профессий, междисциплинарный характер знаний, требуемый современным производством и управлением;

обязательно анализируются те высказывания, которые оптант оценил максимальным количеством баллов (222, 212 и т.п.), а также минимальным количеством баллов (010, 100 и т.п.) или баллом «2» по умению или отношению, но баллом «0» по желанию, что поможет конкретизировать выбор, сузить сферу профессиональных вариантов до определенных специальностей.

Итоговое распределение баллов можно сопоставить с выбранной (предполагаемой) оптантом профессией для определения степени согласованности намерений и реальных предпосылок успешности. Такой качественный анализ позволяет обнаружить скрытые ресурсы, затруднения личностного характера, препятствующие формированию личного професссионального плана, и определить возможности дальнейшей работы с оптантом.

Для определения личностной предрасположенности к определенному виду профессий нами была использована методика «Карта интересов».

Время обследования и испытуемого не ограничено, но следует предупреждать о необходимости работать в течение 40 - 50 минут.

Инструкция: «У вас есть возможность продолжить учебу или поступить на интересную работу. Для того, что бы, выбрать профессию, нами будет предложен перечень вопросов. Подумайте перед тем, как ответить на каждый вопрос. Постарайтесь дать как можно более точный ответ.

Если вы не раз убеждались что очень любите или вам очень нравится, то, о чем мы спрашиваем, то вместе ответов в графе под тем номером вопросов, поставьте "++", если просто нравиться (любите) "+", если не знаете, сомневаетесь 0, если не нравится (не любите) "-", если очень не нравиться "--".

Отвечайте на каждый пункт не пропуская ни одного, если у Вас возникают вопросы спрашивайте сразу же. Время заполнения листа ответов не ограничивается».

Обработка результатов сводится в каждой строке бланка для ответов количества знаков "+" ил "-", а далее из первой цифры вычитается вторая. Таким образом, получается 24 цифры со знаком "+" или "-", которые соответствуют 24 видам деятельности. Выбирают 2-3 вида деятельности, которые набрали большее количество знаков "+".

Применять опросник можно как индивидуально, так и в группе. Достоверные результаты получаются и в том случае, когда экспериментатор зачитывает вопросы группе испытуемых, хотя в этом случае искусственно ограничивается время ответа.

Сферы деятельности, представленные в данном опроснике:

Физика 13.Геология

Математика 14.География

Химия 15.Общественная работа

Астрономия 16.Право

Биология 17.Транспорт

Медицина 18.Педагогика

Сельское хозяйство 19.Рабочие специальности

Лесное хозяйство 20.Сфера обслуживания

Филология 21. Строительство

10.Журналистика 22.Легкая промышленность

.История 23 .Техника

.Искусство 24. Электротехника

.2 Анализ данных эмпирического исследования

Показатели по методики диагностики уровня развития рефлексии А.В Карпова сведены в таблице 2.

Таблица 2. Количество испытуемых, имеющих низкий, средний, высокий уровень рефлексии по методике А.В. Карпова

|  |  |
| --- | --- |
| Уровень развития рефлексии | Колличество исспытуемых |
| Низкий | 6 человек (22%) |
| Средний | 18 человек (64%) |
| Высокий | 4 человека(14%) |

Анализируя результаты по проведенной методики, мы можем сказать, что развитие рефлексии в подростковом возрасте имеет средний уровень. У 64% испытуемых рефлексия имеет средний уровень развития. Это говорит о том, что человек умеет анализировать и обдумывать свои поступки и при желании тщательно продумывать свою деятельность. Так же может посмотреть на себя со стороны, и при желании оценить себя и свои поступки в глазах другого человека. Но не всегда пользуется всем этим, или пользуется не в полной мере.

У 14% испытуемых был выявлен высокий уровень рефлексии, это говорит о том, что человек в большей степени склонен обращаться к анализу своей деятельности и поступков других людей, выяснять причины и следствия своих действий как в прошлом, так в настоящем и будущем. Ему свойственно обдумывать свою деятельность в мельчайших деталях, тщательно ее планировать и прогнозировать все возможные последствия. Вероятно также, что таким людям легче понять другого, поставить себя на его место, предсказать его поведение, понять, что думают о них самих.

И у 22% был диагностирован низкий уровень, это говорит о том, что испытуемому в меньшей степени свойственно задумываться над собственной деятельностью и поступками других людей, выяснять причины и следствия своих действий как в прошлом, так в настоящем и будущем. Он редко обдумывает свою деятельность в мельчайших деталях, ему сложно прогнозировать возможные последствия. Такой испытуемый испытывает сложности при постановке себя на место другого, ему сложно предсказать его поведение.

В ходе проведенного исследования по методике «ОПГ» были получены следующие результаты. Полученные результаты отражены в Таблице 3.

Таблица 3. Результаты исследования профессиональных интересов по методике «ОПГ»

|  |  |
| --- | --- |
| "Опросник профессиональной готовности" | Кол-во испытуемых |
|  Ч-З (Человек - знак) | 0 человек (0%) |
| Ч-Т (Человек - техника) | 7 человек (25%) |
| Ч-П (Человек - природа) | 0 человек (0%) |
| Ч-Х.о. (Человек - художественный образ)  | 19 человек (68%) |
| Ч-Ч (Человек - человек) | 2 человека (7%) |

В ходе проведенного исследования по методике «Карта интересов» были получены следующие результаты. Полученные результаты отражены в Таблице 4.

Таблица 4. Результаты исследования профессиональных интересов по методике «Карта интересов»

|  |  |
| --- | --- |
| Карта интересов | Кол-во испытуемых |
| Сценическое искусство | 2 человека (7%) |
| Физкультура и спорт | 8 человек (29%) |
| Военные специальности | 3 человека (11%) |
| Музыка | 3 человека (11%) |
| Право, юриспруденция | 6 человек (21%) |
| Электро- и радиотехника | 2 человека (7%) |
| Изобразительное искусство | 2 человека (7%) |
| Химия | 2 человека (7%) |

 Анализируя результаты, представленные в таблице 3, мы видим, что ученики 8-го класса имеют разнообразные профессиональные интересы. Среди учеников 8-го класса по результатам опросника ОПГ 25% выбирают профессии типа «человек-техника», 7% предпочитают профессии типа «человек-человек», 0% предпочитают профессии типа «человек-знаковая система», 68% предпочитают профессии типа «человек-художественный образ», 0% предпочитают профессии типа «человек-природа».

По результатам карты интересов мы видим, что профессиональные интересы учеников охватывают широкий диапазон профессий. Среди профессиональных интересов наибольший интерес представляет категория «физкультура и спорт» 29%. 21% подростков интересуются категорией «право и юриспруденция». Также 11% подростков выбирают среди профессиональных интересов профессии, связанные с военными специальностями. 11% интересуются профессиональной деятельностью связанной с музыкой, 7% изобразительным искусством как будущей профессией. 7% подростков интересуются химией, 7% сценическим искусством как будущей профессиональной деятельностью и 7% электро и радиооборудование.

 Эмпирическое исследование влияния рефлексии на выбор профессии подростками позволило нам сделать следующие выводы:

. Психологические профориентационные тесты позволяют определить с большой долей вероятности неудачи в профессиональной деятельности, вовремя скорректировать долгосрочные и краткосрочные профессиональные цели подростков;

. Ученики 8-го класса имеют разнообразные профессиональные интересы. Среди учеников 8-го класса по результатам опросника ОПГ 25% старшеклассников выбирают профессии типа «человек-техника», 7% предпочитают профессии типа «человек-человек», 0% старшеклассников предпочитают профессии типа «человек-знаковая система», 68 % старшеклассников предпочитают профессии типа «человек-художественный образ», 0% старшеклассников предпочитают профессии типа «человек-природа».

. По результатам карты интересов профессиональные интересы подростков охватывают достаточно широкий диапазон профессий. Среди профессиональных интересов наибольший интерес представляет профессии связанные с «физкультура и спорт» - 29% подростков интересуются этим видом профессиональной деятельности. Профессии, связанные с правом и юриспруденцией выбирают 21% подростков, 11% интересуются профессиональной деятельностью, которая направлена на военное дело, 11% интересуются музыкой как будущей профессиональной деятельностью. И только по 7% подростков, интересуется такими профессиями как «химик», «изобразительное искусство», «электро и радиооборудование», «сценическое искусство». Следует отметить, что ни один из подростковков, принимавших участие в исследовании, среди профессиональных интересов не выбрали профессии геолога, биолога, продавца и т.д.

. По результатам исследования уровня развития рефлексии 22% имеют низкий уровень, 64% средний, а 14%-низкий уровень развития рефлексии.

. Подростки со средним уровнем развития рефлексии предпочитают профессии типа «Человек-Техника»25% и «Человек-художественный образ» 68%.

Педагогические рекомендации для повышения уровня рефлексии.

. Чтобы повысить уровень развития рефлексии у подростков, необходимо педагогу-психологу создать обстановку в которой подростки могли бы подготовить тело и психику к деятельности, сосредоточиться на своем внутреннем мире.

. Необходимо помочь подростку освободиться от излишнего физического и нервного напряжения, снять эмоциональную и поведенческую закрепощенность.

. Чтобы развивать рефлексию педагогу-психологу необходимо учитывать все особенности упражнений направленных на ее развитие.

. Необходимо учитывать степень развития различных видов рефлексии, для того чтобы целенаправленно развивать тот или иной вид рефлексии.

. Нельзя оставлять без внимания подростков с низким уровнем развития рефлексии.

6. Следует развивать у них рефлексию для того, чтобы повысить стремление к самопознанию, осмыслению окружающего мира и себя в нем, что позволит подростку находить социально ценные, личностно значимые и реальные способы реализации себя в общении и активной жизни.

План профориентационной работы: 8 - 10-е классы.

Профинформирование (подробное)

Основная цель этой работы заключается в формировании у старшеклассников умения адекватно оценивать современный профессиональный мир и рынок труда. Её реализация предполагает выявление и анализ представлений о мире профессий в целом и о конкретных видах трудовой деятельности, а также систематизацию, коррекцию и дополнение этих представлений.

Активизация процесса профессионального самоопределения

В ситуации, когда для старшеклассников проблема выбора будущей профессии ещё не приобрела высокой значимости, необходимо активизировать этот процесс. Для решения данной задачи используются специализированные игровые и дискуссионные методы.

Профессиональная диагностика

Для обеспечения дальнейшей профориентационной работы (в первую очередь консультативной и развивающей) необходимо иметь информацию: о профессиональной направленности, склонностях и интересах школьников; их способностях и личностных особенностях. Специальное внимание следует уделять оценке степени выраженности профессионально важных качеств. При этом под профессионально важными качествами понимаются такие индивидуально-личностные свойства, обладая которыми человек может наиболее успешно реализовывать ту или иную трудовую деятельность. В практической профориентационной работе важно различать общие и специальные профессионально важные качества. В первом случае речь идет о качествах, которые являются важными сразу для многих профессий, а во втором - о тех, которые необходимы для выполнения конкретной работы. например, таких, как коммуникабельность, стрессоустойчивость, гибкость и других. Для этих целей проводится индивидуальная и/или групповая диагностика.

Профконсультирование

В тех ситуациях, когда школьники испытывают сложности в анализе и оценке своих возможностей и способностей, не могут представить себе свой будущий профессиональный путь или сомневаются в предполагаемом выборе необходимо проводить консультационную работу по этим проблемам. Это предполагает развернутое обсуждение результатов диагностики и оказание необходимой помощи учащимся в построении плана конкретных действий, направленных на устранение возникших затруднений [Первичная психологическая профконсультация. Методические рекомендации. Хабаровск, ДВИПиП, 2001г.].

Развитие профессионально важных качеств

Выбор методов и способов их развития базируется на результатах, полученных при проведении диагностической работы. На данном возрастном этапе основное внимание следует уделять развитию общих профессионально важных качеств. Для решения этой задачи наиболее эффективны тренинговые формы работы. Однако при наличии конкретного запроса со стороны одаренного подростка для него может быть разработана программа развития тех или иных специальных профессионально важных качеств.

К 10-му классу подростки уже способны анализировать свои приоритеты (ценности, интересы, склонности), основные требования профессии к человеку, более или менее адекватно оценивать степень своего соответствия этим требованиям. Важно, чтобы они имели представление о своих «сильных» и «слабых» сторонах, а также о качествах, которые следует развивать. Помощь родителей на этом этапе играет большую роль. Их участие может быть различным: выступление в школе с рассказом о своей профессии, организация посещения школьниками места своей работы (в научную лабораторию, на производство и т.п.).

Если есть возможность, полезно организовать профессиональную практику (хотя бы кратковременную) по основным специальностям, которые выбрали школьники. Конечно, такая возможность имеется далеко не всегда, но стремиться к этому нужно.

Заключение

профориентация подросток рефлексия

Проблема выбора профессионального и жизненного пути встает перед человеком в том возрасте, когда он до конца не осознает всех отдаленных последовательных жизненных выборов, связанных с работой, созданием семьи, социальным продвижением, материальным благосостоянием и духовным развитием. С него начинается самостоятельный жизненный путь человека. Первое, очень важное и самостоятельное решение приходится принимать, опираясь не на жизненный опыт, который приходит с годами, а скорее, на представления о своем будущем и о будущем общества, в котором им предстоит жить.

Выбор профессии, или профессиональное самоопределение основа самоутверждения человека в обществе и одно из главных решений в его жизни. Выбор профессии определяет очень многое, а именно: кем быть, к какой социальной группе принадлежать, где и с кем работать, какой стиль жизни определять.

Выбор профессии - это процесс, состоящий из ряда этапов, каждому из которых соответствуют свои определения, социальная ситуация, своя среда и атмосфера. Продолжительность этих этапов зависит и от внешних условий, и от индивидуальных особенностей субъекта в выборе профессии. Профессиональное самоопределение охватывает весь период профессиональной деятельности личности: от возникновения профессиональных намерений до выхода из трудовой деятельности.

Итак, можно сказать, что процесс профессионального самоопределения пронизывает весь жизненный путь человека, подвергаясь справедливым коррекциям по мере его становления. Однако пиком этого процесса является акт принятия конкретного решения и выборе основного профессионального направления.

Ситуация профессионального самоопределения для школьника оказывается достаточно сложной. Дело усугубляется еще и тем, что большие трудности доставляет ориентировка в его внутреннем мире, в личных качествах, без чего сознательное самоопределение, как сознательный процесс, невозможно, поэтому компетентное педагогическое руководство процессом самоопределения, является технологически необходимым.

Результатом деятельности педагога является состояние готовности подрастающего человека к сознательному, самостоятельному обдумыванию своего будущего.

Руководство профессиональным самоопределением человека - это творческий процесс. То есть, в данном случае, решение нестандартных задач. Упорядочить этот процесс можно только посредством общих принципов, реализация которых оставляется на профессиональное разумение педагога.

Современный этап социально-экономического развития обусловливает необходимость подготовки специалистов по ряду профессий и специальностей. Процесс введения в образовательных школах профилирующих предметов, включает в себя наиболее распространенные и перспективные педагогические технологии, предусматривает творческое развитие учащихся в рамках системы проектов под руководством специально подготовленных учителей, а также ставит новые цели и задачи профессиональной подготовки учащихся, позволяет им приобрести обще-трудовые и специальные знания и умения. Главная цель введения профилирующих предметов - обеспечить адаптацию учащихся к современным социально-экономическим условиям, что способствует их подготовке к осознанному профессиональному самоопределению в рамках дифференцированного обучения.

Список литературы

1. Беличева С.А. Сложный мир подростка - Свердловск, Сред. - Урал. Кн. Издательство, 2004.

2. Берестовская Л.П., Берестовский А.Ш. Современные личностно-ориентированные технологии: Учебное пособие. - Омск: ООО «Издатель-Полиграфист», 2010.

. Божович Л.И. Избранные психологические труды, М., 2005.

. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе. +//Вопросы психологии, 2009, №4.

. Вершинин С.И., Савина М.С., Махмудов Л.Ш., Борисова М.В. Основы профориентологии: Учеб. пособие для студентов высших учебных заведений / М.: Издательский центр «Академия», 2009. - С. 168-173.

. Винокурова Г.А., Яшкова А.Н. Технологии психологического сопровождения профильного обучения [Текст] / Г.А. Винокурова, А.Н. Яшкова // Молодежь и общество. - 2006. - №3. - С. 78-123.

. Зеер Э.Ф. Психология профессионального самоопределения в ранней юности: Учеб. Пособие/Э.Ф. Зеер, О.А. Рудей.- М.:Издательство МПСИ;Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2008 - 256 с.

. Зеер, Э.Ф., Павлова, А.М., Садовникова, И.О. Профориентология: / Э.Ф. Зеер, А.М. Павлова, И.О. Садовникова. Теория и практика: Учеб. пособие для высшей школы. -М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2004. - 192 с.

. Карпов А.В., Скитяева И.М. Психология метакогнитивных процессов личности. - М.: Институт психологии РАН. - 2005.

. Карпов А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. - М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004. - С. 32.

. Карпов А. В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. 2003. № 5. С. 45-56.

. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения.- М.: Издательский центр «Академия», 2004 -304 с.

. Кон И.С. Психология ранней юности. - М., 2009.

. Кулагина И.Ю. Колюцкий В.Н.Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений.- М.:ТЦ Сфера, 2006 -237 с.

. Леонтьев Д.А. Аверина А.Ж. Феномен рефлексии в контексте проблемы саморегуляции [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2011. N 2(16)

. Леонтьев Д.А. Рефлексия как предпосылка самодетерминации // Психология человека в современном мире. - М.: ИП РАН. - 2009. - Т.2.

. Митина Л.М. Психологическое сопровождение выбора профессии, / Научно- методическое пособие., 2003. - 105с.

. Модулина О.Б. Формирование рефлексивной позиции педагогов в процессе курсовой подготовки // Ярославский педагогический вестник. - 2008. - №2 (55).

. Мудрик А.В. Время поисков и решений, или старшеклассникам о них самих. - М., 2009 - 191 с.

. Мудрик А.В. Психология и воспитание. - М., 2006.- 472 с.

. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. вузов.- 9-е изд. стереотип.- М.: Издательский центр «Академия», 2004.-456с.

. Мухина В.С. Возрастная психология. - М., 2010.

. Пряжников Н.С.Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники (8-11классы).- М.:ВАКО, 2006 - 288 с.

. Пряжников Н. С. Профессиональное самоопределение: теория и практика: Учебное пособие. -- М.: Издательский центр "Академия", 2008. -- С. 320.

. Пряжников Н.С. Мотивация трудовой деятельности- М: Изд-АКАДЕМИЯ, 2008-7с.

. Пряжников Е.Ю., Пряжников Н.С. Профориентация.- М: Изд.Центр «Академия», 2006-496с.

. Резапкина Г.В. «Я и моя профессия» Программа профессионального самоопределения для подростков- М, 2004. - 125с.

. Романова Е. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. - СПб.: Питер, 2008 - 464 с.

. Савенкова И. А. Рефлексивно-психологические аспекты активизации профессионального самоопределения студентов - будущих психологов : Дис. ... канд. психол. наук :19.00.13:Тамбов,2002 275с. РГБ ОД, 61:02-19/271-8

. Семенов И.Н. Взаимодействие отечественной и зарубежной психологии рефлексии: история и современность // Психология. Журнал Высшей школы экономики. - 2008. - Т. 5. - № 1.

. Хасан Б.И.. Конструктивная психология конфликта. - СПб.: Питер, 2003 - 256 с.

. Чистякова С.Н. Проблема самоопределения старшеклассников при выборе профиля обучения [Текст] // Педагогика. - 2005. - №1. - С. 19-23.

. Чистякова, С., Родичев, Н. Профессиональная ориентация школьников на этапе перехода к профильному обучению [Текст] / С. Чистякова, Н. Родичев // Народное образование. - 2006. - №9. - С. 152-156.

. Щедровицкий Г.П. Рефлексия и ее проблемы. - М., 2005

. Щербакова О.М., Орлов А.В. Рефлексия как составляющая субъектности в профессиональной деятельности // Психология человека в современном мире. - М.: ИП РАН. - 2009. - Т.5

. Ярошевский М.Г. Истории психологии, 2-е изд., - М.: Мысль, 2006.

. Вестник РГГУ. 2006. № 1. Сер. «Психология» ЛИЧНОСТНАЯ РЕФЛЕКСИЯ КАК ВОЗРАСТНОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ НОВООБРАЗОВАНИЕ О.И. Каяшева, Г.Г. Кравцов

. Журнал «Системная психология и социология» 2011 №4 : Свистунова Е.В., Ананьева Е.В., КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД К ПРОФОРИЕНТАЦИИ И ПРОФКОНСУЛЬТИРОВАНИЮ ПОДРОСТКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

. Психология развития / под ред. Т.Д. Марцинковской. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2005

. Психология современного подростка / под ред. Д.И.Фельдштейна. - М., 2009

. Рефлексивные процессы и управление. Сборник материалов VII Международного симпозиума 15-16 октября 2009 г., Москва / Под ред. В.Е. Лепского - М.: Когито-Центр, 2009. - 272 с

. Сопровождение профессионального самоопределения старшеклассников: диагностика, рекомендации, занятия / Сост. М.Ю. Михайлина, М.А. Павлова, Я.К. Нелюбова. - Волгоград: Учитель, 2009. -283с.