

Е.А. Лазарева

*Карагандинский государственный университет им. Е.А. Букетова, Казахстан  
(E-mail: elena.lasareva@mail.ru)*

## **Исследование профессиональных установок и системы саморегуляции в раннем юношеском возрасте**

В статье рассмотрена проблематика профессиональных установок и саморегуляции в ранней юности. Новизна проведенного исследования заключается в попытке соотнести эти психологические явления и выявить их гендерную специфику. Показано, что у большинства учащихся система саморегуляции имеет высокий уровень сформированности. Построены профили школьников с высоким и средним уровнем сформированности системы саморегуляции; отмечены ее стороны, нуждающиеся в развитии или компенсации. Выявлено, что больший процент старшеклассников с высокоразвитой системой саморегуляции имеет такую профессиональную установку, как «высокая самооценка». Обнаружено, что различия в профессиональных установках между девушками и юношами не являются значимыми. В процентном соотношении большее количество девушек имеет высокоразвитую систему саморегуляции по сравнению с юношами.

*Ключевые слова:* ранняя юность, профессиональное самоопределение, профессиональные установки, система саморегуляции.

В психологии ранняя юность рассматривается как возрастной период протяженностью от 15 до 18 лет [1; 264]. В этом возрасте старшеклассники формируют представления о своем будущем, выстраивают планы, осознают возможности их реализации, анализируют собственные качества, осмысливают права и обязанности взрослого человека и т.д. [2; 102].

Перед юношеством общество ставит еще одну важную задачу — профессионального самоопределения. Профессиональное самоопределение можно рассматривать как готовность к выбору профессии. Оно характеризуется как «устойчивая целостная система профессионально важных качеств личности», среди которых можно назвать положительное отношение к выбранной профессиональной деятельности, наличие необходимых знаний, умений, навыков [3; 31]. Психологическая готовность к выбору профессии тесно связана, с одной стороны, со сформированностью профессиональных установок. По мнению И.М. Кондакова, в профессиональных установках выражается готовность индивида принимать профессионально важные решения [4].

С другой стороны, для принятия подобных решений у старшеклассников должна быть в достаточной степени развита система саморегуляции. О.А. Конопкин определяет саморегуляцию как «системно организованный процесс внутренней психической активности человека по инициации, построению, поддержанию и управлению всеми видами и формами внешней и внутренней произвольной активности», которая направлена на реализацию принимаемых человеком целей [5]. Иными словами, старшеклассник должен уметь самостоятельно выдвигать цели, исследовать условия их достижения, выбирать оптимальные способы, контролировать и корректировать результаты [6; 37].

На пересечении проблематики профессиональных установок и саморегуляции мы увидели точку приложения своих исследовательских возможностей.

Цель работы заключалась в том, чтобы изучить профессиональные установки и систему саморегуляции в ранней юности, выявить их гендерные особенности.

Были сформулированы следующие гипотезы:

1. Доминирующей профессиональной установкой в ранней юности является «Высокая самооценка».
2. У старшеклассников преобладает в процентном отношении высокий уровень сформированности системы саморегуляции.
3. Больший процент девушек по сравнению с юношами имеет высокоразвитую систему саморегуляции.

В исследовании приняли участие 60 учащихся 11-х классов общеобразовательных школ (по 30 юношей и девушек) в возрасте 17–18 лет.

В качестве методического инструментария были использованы:

1. «Опросник профессиональных установок» И.М. Кондакова [4].
2. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой [7].

На первом этапе исследования мы определили, какие профессиональные установки преобладают у старшеклассников. Полученные результаты представлены на рисунке 1.

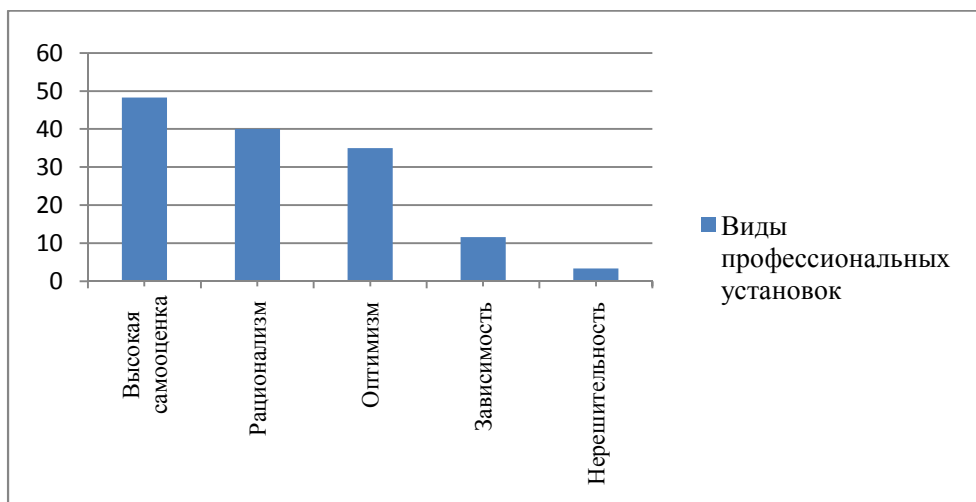


Рисунок 1. Выраженность профессиональных установок у старшеклассников (в %)

У наибольшего количества респондентов преобладает установка «Высокая самооценка» (48,3 %; 29 учащихся). Она характеризует данную группу старшеклассников как обладающих завышенной самооценкой, верой в свои силы и способности, чрезмерным доверием своему субъективному впечатлению, настойчивостью и готовностью к преодолению трудностей. Подобные особенности являются возрастными и свойственны именно для периода ранней юности. Думается, что наличие данной установки позитивно сказывается на выборе профессии, поскольку старшеклассники могут выстраивать самые смелые профессиональные перспективы. Это расширяет спектр профессионального выбора.

Низкие значения этого фактора отмечены у 6,7 % старшеклассников (4 человека). Они могут свидетельствовать о заниженной самооценке и наличии неудачного опыта решения жизненных задач.

У второй по численности группы школьников выражен «Рационализм профессионального выбора» (40 %; 24 человека). Данная установка предполагает рассудительность, отсутствие импульсивности при принятии решений, готовность действовать по плану после основательных размышлений.

Не готовы рационально подойти к выбору профессии 10 % учащихся (6 человек) с низкими баллами по данной шкале.

Установка «Оптимизм в отношении профессионального будущего» доминирует у 35 % будущих выпускников (21 человек). Им свойственна идеализация, «юношеский максимализм», чувство избранности, ощущение, что все проблемы могут быть разрешены.

Не склонны к излишней идеализации и оптимизму 45 % старшеклассников (27 человек).

«Зависимость в профессиональном выборе» преобладает у небольшого количества учащихся — 11,7 % (7 человек). Она характеризует данных старшеклассников как несамостоятельных, податливых, зависимых от других, социально незрелых.

Наименьшее количество учеников (3,4 %; 2 человека) проявляет нерешительность в профессиональном выборе. Они не уверены, не имеют четких представлений и критериев, касающихся профессионального развития, недостаточно информированы о мире профессий.

Анализ данных не показал существенных различий между девушками и юношами (табл. 1). У наибольшего количества юношей (50 %; 15 человек) и девушек (46,7 %; 14 человек) сформирована установка «Высокая самооценка».

Т а б л и ц а 1

**Преобладающие профессиональные установки у девушек и юношей (в %)**

Преобладающая установка	Девушки	Юноши
Высокая самооценка	46,7	50
Рационализм профессионального выбора	46,7	33,3
Оптимизм в отношении профессионального будущего	33,3	36,6
Зависимость в профессиональном выборе	13,3	10
Нерешительность в профессиональном выборе	3,3	3,3

Такому же количеству девушек присущ «Рационализм профессионального выбора». Эта установка находится на третьем месте у юношей (33,3 %; 10 человек).

Установка «Оптимизм в отношении профессионального будущего» отмечена у 33,3 % девушек. У юношей она располагается на втором месте (36,6 %; 11 человек).

«Зависимость в профессиональном выборе» обнаружена у 13,3 % девушек и 10 % юношей (4 и 3 человека соответственно).

«Нерешительность в профессиональном выборе» отмечена лишь у 1 девушки и 1 юноши (по 3,3 %).

Заметим, что у некоторых учащихся в одинаковой степени выражены 2 или 3 установки. Среди девушек — это 36,6 % (11 человек), среди юношей — 26,7 % (8 человек). Характерно, что у тех и других сочетаются установки «Высокая самооценка», «Рационализм профессионального выбора» и «Оптимизм в отношении профессионального будущего», не противоречащие друг другу.

В целом, как у юношей, так и у девушек преобладают установки, свидетельствующие о готовности к профессиональному выбору («Высокая самооценка», «Рационализм профессионального выбора»). Примерно четверть юношей и девушек (26,7 %; 16 человек) скорее не готовы к зрелому выбору профессии: им свойственны установки «Оптимизм в отношении профессионального будущего», «Зависимость профессионального выбора» и «Нерешительность в профессиональном выборе». На наш взгляд, эти старшеклассники нуждаются в консультациях, направленных на профессиональную ориентацию.

На втором этапе были исследованы особенности системы саморегуляции старшеклассников. У всех членов выборки система саморегуляции развита на высоком или среднем уровне. Уровни представлены в соотношении 65 % (у 39 человек высокий уровень) и 35 % (у 21 человека средний уровень). Несформированная система саморегуляции не выявлена ни у одного учащегося.

По показателям саморегуляции отмечены некоторые гендерные различия (табл. 2). Среди девушек высокий уровень саморегуляции присущ 73,3 % (22 человека), тогда как среди юношей — 56,7 % (17 человек). Средний уровень саморегуляции отмечается у 26,7 % девушек (8 человек) и у 43,3 % юношей (13 человек).

Т а б л и ц а 2

**Уровни саморегуляции у девушек и юношей (в %)**

Уровни саморегуляции	Девушки	Юноши
Высокий	73,3	56,7
Средний	26,7	43,3
Низкий	-	-

Таким образом, девушки в большем процентном соотношении по сравнению с юношами обладают высокоразвитой системой саморегуляции.

Специфика саморегуляции юношей и девушек отражена в их усредненных профилях (рис. 2). По показателям шкалы «Планирование» различий между юношами и девушками нет. Результаты тех и других являются высокими. По шкалам «Моделирование» и «Программирование» различий также не обнаруживается, показатели лежат в среднем диапазоне. Различия имеются по показателю «Оценка результата». Его среднее арифметическое значение в группе юношей составляет 5,76, что является

средним результатом. В группе девушек среднее значение равно 6,1, что говорит о высоком уровне развития способности к оценке результатов собственной деятельности.

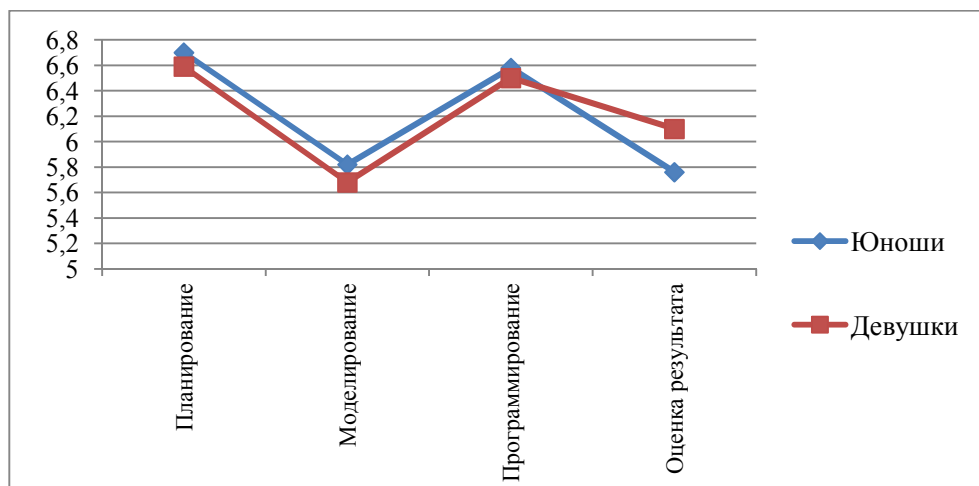


Рисунок 2. Профили девушек и юношей с высоким уровнем сформированности системы саморегуляции

Юноши и девушки с данными профилями обладают выраженной потребностью в планировании деятельности. Они подробно разрабатывают последовательность собственных действий, серьезно готовятся к значимым для них мероприятиям (например, к экзаменам, публичным выступлениям), много времени уделяют самоподготовке. Их планы содержат выстроенную систему дальних и ближних целей, до начала работы продуманы способы и пути их достижения.

Некоторые сложности могут возникать из-за среднего уровня развития процесса моделирования. Так, возможны затруднения с оценением внешних обстоятельств (например, требований учителей) и объективных условий выполнения задания (например, отведенного количества времени). Однако подобные затруднения зачастую компенсируются высокоразвитым процессом планирования. Ответственные ситуации заранее прогнозируются, выбираются способы и очередность действий, анализируется тактика поведения. Такие меры позволяют снизить тревожность и напряженность.

У девушек высокоразвитая способность к самооценке результатов способствует формированию адекватных критериев успешности. Девушки могут своевременно и объективно оценить расхождение между полученными результатами и ожидаемыми и вовремя скорректировать программу действий или разработать новую. У юношей эти способности представлены в средней степени.

На рисунке 3 представлены профили старшеклассников со средним уровнем саморегуляции. Несмотря на внешние отличия в профилях, результаты юношей и девушек сходны, так как лежат в пределах среднего диапазона.

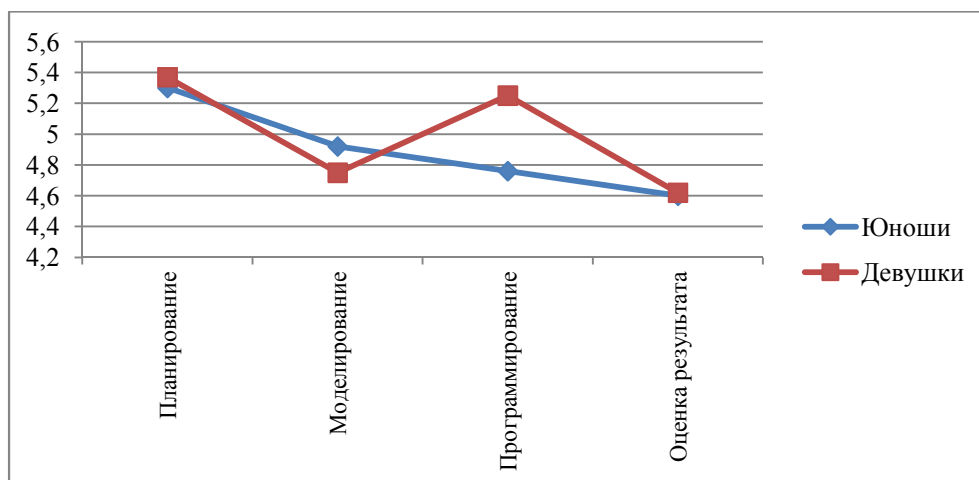


Рисунок 3. Профили девушек и юношей со средним уровнем сформированности системы саморегуляции

Для этой части выборки свойственно стремление к планированию, к обдумыванию способов и очередности действий, но из-за среднего уровня моделирования большое значение придается деталям и мелочам, при этом часто упускается главное. Поэтому цели, которые выдвигаются старшеклассниками, являются скорее мечтами. Могут возникать трудности с реализацией и перестройкой планов, например, при быстрых изменениях ситуации на экзамене, неожиданном повороте в ходе урока, при невозможности добиться нужных результатов. Внутренние условия выполнения деятельности, такие как самочувствие, собственные возможности, степень подготовленности, часто оцениваются неадекватно, что отрицательно сказывается на результатах. У учащихся могут возникать неуверенность в своих силах и возможностях, склонность к искажению реальной ситуации (усложнение или упрощение), переживания по поводу возможных неудач.

Средние показатели по шкале «Оценка результата» говорят о возможных трудностях формирования внутренних критериев оценки. Чаще такие учащиеся ориентируются на внешние критерии, заданные педагогом.

Для повышения общего уровня саморегуляции можно развивать в первую очередь звенья планирования и программирования. Например, можно использовать такие способы, как ведение ежедневника, составление расписания дня, плана подготовки к уроку и т.п.

Далее мы соотнесли результаты двух методик относительно всей выборки (табл. 3).

Т а б л и ц а 3

## Соотношение профессиональных установок и уровней саморегуляции (в %)

Профессиональные установки	Уровень саморегуляции	
	Высокий	Средний
Высокая самооценка	38,3	10
Рационализм профессионального выбора	21,7	18,3
Оптимизм в отношении профессионального будущего	26,7	8,3
Зависимость в профессиональном выборе	5	6,7
Нерешительность в профессиональном выборе	1,7	1,7

Для обнаружения различий между группами учащихся с высокой и средней сформированностью саморегуляции был применен коэффициент углового преобразования Фишера. Значимые различия обнаружены между учащимися с установками «Высокая самооценка» и «Оптимизм в отношении профессионального будущего» ( $F=4,767$  и  $F=3,574$  при  $F$  критическом  $=2,31$  на уровне значимости  $0,01$  соответственно). Следовательно, значительно большее количество старшеклассников с высокоразвитой системой саморегуляции имеет эти две установки.

Сравнительные данные юношей и девушек приведены в таблице 4.

Т а б л и ц а 4

## Соотношение профессиональных установок и уровней саморегуляции у девушек и юношей (в %)

Профессиональные установки	Уровень саморегуляции			
	Высокий		Средний	
	Девушки	Юноши	Девушки	Юноши
Высокая самооценка	85,7	73,3	14,3	26,7
Рационализм профессионального выбора	71,4	30	28,6	70
Оптимизм в отношении профессионального будущего	70	81,8	30	18,2
Зависимость в профессиональном выборе	25	66,7	75	33,3
Нерешительность в профессиональном выборе	100	-	-	100

Для обнаружения различий между группами юношей и девушек мы вновь применили коэффициент углового преобразования Фишера. Для установки «Рационализм профессионального выбора» коэффициент равен  $2,063$  при  $F$  критическом  $1,64$  на уровне значимости  $0,05$ . Следовательно, девушек с высокоразвитой системой саморегуляции, имеющих данную установку, значительно больше ( $71,4\%$ ;

10 человек), чем юношей (30 %; 3 человека). Различия в количестве юношей и девушек с высоким и средним уровнем саморегуляции, имеющих прочие профессиональные установки, несущественны.

Проведенное исследование позволило сделать ряд выводов:

1. Доминирующей профессиональной установкой в юношеском возрасте является «Высокая самооценка» (48,3 %; 29 учащихся).

2. Не имеется существенных гендерных различий в преобладающих профессиональных установках.

3. У большей части старшеклассников система саморегуляции сформирована на высоком уровне (65 %, 39 человек).

4. Девушки в большем процентном соотношении по сравнению с юношами обладают высоко-развитой системой саморегуляции (73,3 % и 56,7 % соответственно).

5. Значимо большее количество старшеклассников с высокоразвитой системой саморегуляции имеет профессиональные установки «Высокая самооценка» (38,3 %; 23 человека) и «Оптимизм в отношении профессионального будущего» (26,7 %; 16 человек).

6. Девушек с высоким уровнем развития саморегуляции, имеющих профессиональную установку «Рационализм профессионального выбора», значимо больше, чем юношей (71,4 %; 10 человек и 30 %; 3 человека).

Результаты проведенного исследования могут быть полезны школьным психологам для разработки и проведения профориентационных мероприятий, для подготовки рекомендаций и тренингов для старшеклассников по развитию системы саморегуляции и компенсации ее слабых звеньев. Эти психологические меры помогут будущим выпускникам школ в их успешном профессиональном самоопределении.

#### Список литературы

- 1 Шаповаленко И.В. Возрастная психология (психология развития и возрастная психология) / И.В. Шаповаленко. — М.: Гардарики, 2005. — 349 с.
- 2 Левшунова Ж.А. Возрастные особенности осознанной саморегуляции произвольной активности в период ранней юности / Ж.А. Левшунова, Т.Ю. Артюхова // Вестн. Кемеровского гос. ун-та. — 2015. — № 3–1. — С. 102–106.
- 3 Короткова К.С. Профессиональное самоопределение старшеклассников / К.С. Короткова, Н.В. Донских // Диалог культур — диалог о мире и во имя мира. — 2014. — № 1. — С. 31–36.
- 4 Кондаков И.М. Диагностика профессиональных установок подростков [Электронный ресурс] / И.М. Кондаков. — Режим доступа: <http://www.voppsy.ru/issues/1997/972/972122.htm>.
- 5 Конопкин О.А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект) [Электронный ресурс] / О.А. Конопкин. — Режим доступа: <http://www.voppsy.ru/issues/1995/951/951005.htm>.
- 6 Моросанова В.И. Индивидуальные особенности осознанной саморегуляции произвольной активности человека / В.И. Моросанова // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. — 2010. — № 1. — С. 36–45.
- 7 Моросанова В.И. Стилевая саморегуляция поведения человека [Электронный ресурс] / В.И. Моросанова, Е.М. Коноз. — Режим доступа: <http://hr-portal.ru/article/stilevaya-samoregulyaciya-povedeniya-cheloveka>.

Е.А. Лазарева

### Ерте бозбалалық жастағы кәсіптік бағдарлар мен өзін-өзі реттеу жүйесін зерттеу

Мақалада ерте бозбалалық жастағы кәсіптік бағдарлардың және өзін-өзі реттеу жүйесінің мәселелері жан-жақты қарастырылды. Осы психологиялық құбылыстарды байланыстыру және олардың гендерлік ерекшелігін анықтау талпынысы өткізілген зерттеудің жаңалығы болып табылады. Жоғары сынып оқушыларында кәсіптік тандау жасауға дайындығы қалыптасқандығын бейнелейтін «өзін-өзі жоғары бағалау» атты кәсіптік бағдардың үстем болатындығы айқындалған. Оқушылардың көбісінде өзін-өзі реттеу жүйесі жоғары деңгейде қалыптасқаны көрсетілген. Өзін-өзі реттеу жүйесінің жоғары және орта деңгейде қалыптасқан оқушылардың бейіндері құрастырылған, олардың даму және өтеу қажеттілігі бар жан-жақтары белгіленген. Бойжеткен мен бозбалалардың кәсіптік бағдарлары арасындағы айырмашылықтары маңызды емес екендігі бейнеленген. Алайда пайыздық қатынаста бойжеткендердің, бозбалаларға қарағанда, өзін-өзі реттеу жүйесі жоғары дамығаны сипатталған.

*Кілт сөздер:* ерте бозбалалық жас, кәсіптік өзін-өзі айқындау, кәсіптік бағдарлар, өзін-өзі реттеу жүйесі.

Ye.A. Lazareva

## Research of professional installations and self-regulation system in early youth

The article deals with the problems of professional installations and self-regulation in early youth. The novelty of the study is in an attempt to correlate these psychological phenomena and identify their gender specificity. It is shown that the majority of high school students have a self-regulation system, which is formed at a high level. The profiles of schoolchildren with high and medium level of self-regulation system development were built; its sides that need development or compensation are marked. It was revealed that a higher percentage of high school students with a highly developed self-regulation system has such a professional installation as «High self-esteem». It was found that the differences in professional installations between girls and boys are not significant. In a percentage, a greater number of girls have a highly developed system of self-regulation compared with boys.

*Keywords:* early youth, professional self-determination, professional installations, self-regulation system.

### References

- 1 Shapovalenko, I.V. (2005). *Vozrastnaia psikhologhiia (psikhologhiia razvitiia i vozrastnaia psikhologhiia) [Age psychology (developmental psychology and age psychology)]*. Moscow: Hardariki [in Russian].
- 2 Levshunova, Zh.A., & Artuhova, T.Yu. (2015). Vozrastnye osobennosti osoznannoi samorehuliatsii proizvolnoi aktivnosti v period rannei yunosti [The age features of conscious self-regulation of determined activity in early youth]. *Vestnik Kemerovskoho gosudarstvennogo universiteta — Bulletin of Kemerovo State University, 3-1*, 102–106 [in Russian].
- 3 Korotkova, K.S., & Donskih, N.V. (2014). Professionalnoe samoopredelenie starsheklassnikov [Professional self-determination of high school students]. *Dialoh kultur — dialoh o mire i vo imia mira — Dialogue of cultures — dialogue about peace and in the name of peace, 1*, 31–36 [in Russian].
- 4 Kondakov, I.M. Diagnostika professionalnykh ustanovok podrostkov [Diagnostics of professional installations of adolescents]. *voppsy.ru*. Retrieved from <http://www.voppsy.ru/issues/1997/972/972122.htm> [in Russian].
- 5 Konopkin, O.A. Psikhicheskaia samorehuliatsiia proizvolnoi aktivnosti cheloveka (strukturno-funktsionalnyi aspekt) [Mental self-regulation of arbitrary activity of a person (structurally-functional aspect)]. *voppsy.ru*. Retrieved from <http://www.voppsy.ru/issues/1995/951/951005.htm> [in Russian].
- 6 Morosanova, V.I. Individualnye osobennosti osoznannoi samorehuliatsii proizvolnoi aktivnosti cheloveka [Individual features of conscious self-regulation of determined activity of human]. *Vestnik Moskovskoho universiteta. Seriya 14. Psikhologhiia — Moscow University Psychology Bulletin, 1*, 36–45 [in Russian].
- 7 Morosanova, V.I., & Konozy, E.M. Stilevaia samorehuliatsiia povedeniia cheloveka [Styles self-regulation of human behavior]. *hr-portal.ru*. Retrieved from <http://hr-portal.ru/article/stilevaya-samoregulyaciya-povedeniya-cheloveka> [in Russian].