УДК 159.922.6 + 331.548

С. В. Шиплюк,
факультет психологии и педагогики,
Омский государственный педагогический университет
Научный руководитель: ст. преподаватель О. С. Втюрина

Развитие готовности к профессиональному выбору у подростков с помощью психологических игр

Аннотация. В статье рассматривается проблема формирования готовности к профессиональному выбору у подростков с использованием психологических игр. Описан опыт реализации авторской программы с включением игровых методов, направленных на развитие самопознания, представлений о профессиях и умений принимать решения. В ходе исследования применялись валидированные диагностические методики, позволившие оценить изменения когнитивных, ценностно-мотивационных и поведенческих компонентов готовности к профессиональному выбору. На основании количественного и качественного анализа зафиксировано положительное изменение: увеличилось число подростков с выраженным интересом к профессиональной сфере и осознанным выбором будущей деятельности.

Ключевые слова: профессиональное самоопределение, профессиональный выбор, подростки, психологические игры, готовность к профессиональному выбору.

Современные старшеклассники сталкиваются с многообразием профессий и расширяющимся числом образовательных и жизненных сценариев, что усложняет процесс личного самоопределения. Отсутствие осознанного отношения к профессиональному выбору зачастую приводит к затруднениям в выборе учебной и трудовой траектории, снижению адаптивности в школьной среде и на старте профессиональной жизни [1]. В связи с этим особое значение приобретают методы поддержки формирования готовности к профессиональному выбору у подростков, учитывающие индивидуальные ценности, интересы, знания о мире профессий и специфические навыки принятия решений. Психологические игры выступают инструментом, способствующим осмыслению собственных склонностей и расширению границ профессиональных притязаний без давления со стороны взрослых или сверстников.

Эмпирическое исследование было организованно на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 9» г. Татарска. В исследовании приняли участие 30 обучающихся 8–10-х классов.

На констатирующем этапе экспериментального исследования мы выявили, что треть опрошенных школьников (33,3 %) склонялась к профессиям, связанным с прямым взаимодействием с людьми, при этом интерес к техническим, художественным и природоведческим направлениям был менее выражен. По итогам методики «Карта интересов» ведущий интерес у 23 % обучающихся выявлен в сфере педагогики, а у 20 % — в технических специальностях. У 10 % обучающихся наблюдалась полная невыраженность профессионального интереса. Результаты опросника профессиональных склонностей Л. Йовайши [2] выявили, что большинство респондентов имеют низко или средне выраженный интерес к деятельности всех направлений. Результаты методики «Профессиональная готовность» (автор А. П. Чернявская) [3] позволили сделать вывод о том, что для большинства обучающихся характерны неустойчивые представления в вопросах планирования, информационной осведомленности и принятия решений. Представленные результаты свидетельствуют о фрагментарности и незавершенности формирования готовности к профессиональному выбору, что определяет актуальность дальнейшей развивающей работы по этому направлению.

В основу развивающего этапа исследования легли 10 специально разработанных психологических игр, каждая из которых позволяла прорабатывать отдельные компоненты профессиональной готовности: от знакомства с миром профессий до анализа персональных качеств, соотнесения собственных ценностей и тренировки коммуникативных, рефлексивных и командных навыков.

© Шиплюк С. В., 2026

Завершив серию игровых занятий, мы сопоставили исходный и итоговый уровень готовности подростков к профессиональному выбору с опорой на инструменты, уже использованные на первом диагностическом этапе. Количество обучающихся с выраженной профессиональной направленностью заметно выросло: с 20 % до 30 % увеличилось число обучающихся с интересом к технической сфере; предрасположенность к экономическим специальностям выявлена у 20 % респондентов; творческие профессии готовы выбрать 16,7 % испытуемых ($U_{эмп} \leq U_{кр}$ при $p < 0,05$). Обучающихся без выраженного профессионального интереса на этом этапе исследования не выявлено.

Переходя к оценке динамики готовности к профессиональному выбору по методике А. П. Чернявской [3], сравнение исходных и итоговых показателей позволяет проследить положительные сдвиги практически по всем диагностируемым критериям: автономии, информированности, принятию решений, планированию и положительному эмоциональному отношению к выбору профессии. Количество респондентов с низкой и отсутствующей готовностью сократилось более чем вдвое во всех категориях ($U_{эмп} \leq U_{кр}$ при $p < 0,05$). Часть школьников, прежде затруднявшихся с планированием и принятием решений, после серии игровых упражнений показали положительную динамику и расширение навыка самостоятельного анализа. Общее повышение осмысленности профессионального выбора косвенно подтверждается уменьшением группы с неудовлетворительными результатами по всем шкалам.

Сравнительный анализ полученных результатов на разных этапах экспериментального исследования позволил констатировать положительные преобразования в структуре профессионального самоопределения подростков. Практически во всех изучаемых направлениях после завершения игровой программы зафиксирован рост процента учащихся с ярко выраженными и выраженными склонностями, сократилось количество обучающихся без определенных интересов или склонностей. Итоговые данные указывают на рост дифференцированности и индивидуализации профессиональных планов.

В ходе обратной связи после завершения развивающей части исследования многие участники отмечали, что игровые формы помогли по-новому взглянуть на знакомые сферы и профессии, а содержательные дискуссии вызвали желание подробнее ознакомиться с современными требованиями и возможностями профессионального роста. Некоторая часть подростков высказалась о намерении дополнительно изучать интересующие специальности, что свидетельствует о формировании устойчивой мотивации к дальнейшему профориентационному развитию.

1. *Климов Е. А.* Психология профессионального самоопределения : учеб. для студ. высш. учеб. заведений. — М. : Академия, 2010. — 304 с.

2. *Резапкина Г. В.* Психология и выбор профессии. — М. : Генезис, 2018. — 208 с.

3. *Чернявская А. П.* Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. — М. : Владос-Пресс, 2001. — 96 с.