

**Исследование эмоционального состояния подростков старшего школьного  
возраста в период формирования профориентации**

**Научный руководитель – Какадий Игорь Иванович**

**Сек Наталья Витальевна**

*Студент (магистр)*

Московский государственный психолого-педагогический университет, Факультет  
иностраннных языков, Москва, Россия  
*E-mail: miss.seck2013@yandex.ru*

Успешное формирование профессионального самоопределения старшеклассников во многом обусловлено не только согласованием своих психологических возможностей с критериями, выдвигаемыми на рынке труда, но и от умений абстрагироваться от негативных переживаний и рефлексии. Необходимость перехода в России от отдельных инноваций в образовании к разработке системной концепции инновационного образования, обеспечивающего развитие инновационной личности профессионала [2].

Образовательный процесс зачастую сопряжен повышенным уровнем тревожности у всех субъектов учебной деятельности, выраженный противоречивостью внутреннего состояния души ребенка с одной стороны, и неудовлетворенностью потребностей с другой, что отрицательно сказывается на психическом состоянии (переживание аномального навязчивого состояния). Уровень тревожности в случае профессионального самоопределения, оказывает влияние на развитие интеллектуальных способностей, препятствует реализации творческого потенциала развитию оригинального мышления, любознательности.

Обучающийся, находящийся в ситуации выбора (решение вопроса о дальнейшем продолжении обучения; определение предметов по выбору для сдачи ЕГЭ, результаты которого влияют на профессиональный выбор и гарантируют поступление в образовательные организации высшего образования) вступил в фазу возрастного кризиса 17 лет. По этой причине, профессиональная ориентация в большинстве случаев сопряжена отрицательным воздействием на психические функции подростков, отягощая и усложняя процесс выбора [3].

Сущность профессиональной ориентации заключается в профессиональном развитии, которое выражено в самоактуализации стремлений личности к самосовершенствованию, посредством осознанного нахождения значимого объекта, ради которого личность готова разворачивать свою деятельность. Это формирование системы представлений индивидуума о своем месте и роли в социуме, а также удовлетворение потребности быть нужным, то есть чувствовать значимость и ощущать свою важность.

В ходе изучения данной темы, на базе школы г. Москвы было проведено исследование на выявление динамики тревожности у подростков старшего школьного возраста и ее воздействие на профессиональную ориентацию. В ходе тестирования были опрошены 24 человека.

По результатам проведенного группового тестирования по методике Ч. Филипса можно увидеть общую школьную тревожность, которая носит ситуативный характер. Наблюдалось следующее:

1. Общая тревожность в школе: повышенная-17 чел. (71%), умеренная-7 чел. (29%)
2. Переживание социального стресса: высокая-1 чел. (4%), повышенная-15 чел. (62%), умеренная-8 чел. (34%)

3. Фрустрация потребности в достижении успеха: высокая-1 чел. (4%), повышенная 14 чел. (58%), умеренная-9 чел. (38%)

4. Страх самовыражения: высокая-7 чел. (29%), повышенная-10 чел. (42%), умеренная-7 чел. (29%)

5. Страх ситуации проверки знаний: высокая-7 чел. (29%), повышенная-5 чел. (21%), умеренная-12 чел. (50%)

6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих: высокая-10 чел. (42%), повышенная-5 чел. (21%), умеренная-9 чел. (37%)

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу: высокая-6 чел. (25%), повышенная-8 чел. (33%), умеренная-10 чел. (42%)

8. Проблемы и страхи в отношении с учителем: высокая-2 чел. (9%), повышенная-9 чел. (37%), умеренная-13 чел. (54%).

Это говорит о том, что этап определения предметов по выбору для подростков является трудным.

На основе полученных данных, были разработаны следующие приемы для преподавателей по снижению уровня общей тревожности у обучающихся 11 класса в период подготовки к ЕГЭ.

1. Повышение уровня самооценки подростка посредством позитивного оценивания действий и поступков обучающихся;

2. Проведение игр и упражнений по снятию мышечного и эмоционального напряжения;

3. Периодическое проведение ролевых игр, сюжеты которых состоят из «трудных» случаев, происходивших в жизни подростков.

Таким образом, в ходе исследования было выявлено, что на уровень ситуативной тревожности подростков старшего школьного возраста оказывают негативное влияние ситуации выбора, так как каждый обучающийся находится под психологическим давлением со стороны всех участников образовательного процесса, поэтому профессиональная ориентация всегда сопровождается тревогой, сомнением и стрессовым состоянием.

### Источники и литература

- 1) Гонеева, А.Д. Основы коррекционной педагогики / А.Д. Гонеева, Н.И. Лифинцева, Н.В. Ялпаева. – Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 272 с.
- 2) Николаева А.А., Караханян К.Г. Инновации в образовании: развитие, деятельность, мышление. // В сборнике: ОБРАЗОВАНИЕ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ: ИННОВАЦИОННЫЕ СТРАТЕГИИ сборник научных трудов. 2016. С. 39-48.
- 3) Тарасова, С.Ю. Школьная тревожность: причины, следствия и профилактика. – Москва: Генезис, 2020. – 144 с.