

Малве Валерия Тойвовна

студент магистратуры
Московский университет им. С.Ю. Витте
Москва, Россия

Марченко Елена Сергеевна

декан факультета, доцент кафедры психологии,
педагогике и специального образования
Московский университет им. С.Ю. Витте
Москва, Россия

**ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ У ОБУЧАЮЩИХСЯ
С ЗПР: РОЛЬ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ****Аннотация**

Рассматриваются вопросы психолого-педагогического сопровождения профориентации обучающихся с задержкой психического развития. Проводится анализ особенностей профессиональных интересов, представлений о профессиях и личностных качеств подростков данной категории, влияющих на процесс их профессионального самоопределения. Результатами исследования являются выявленные трудности и ресурсы развития; в ходе анализа были выявлены такие затруднения, как недостаточная выраженность профессиональных интересов, разрозненные сведения о трудовой деятельности, а также повышенный уровень тревожности и неуверенности в собственных силах. Вместе с тем, отмечен ряд ресурсов личностного роста: восприимчивость к новому опыту, доброжелательность к окружающим, коммуникативная активность и стремление к практическим и творческим видам деятельности. На основании собранной информации предложены направления сопровождения: поддержка формирования профессиональных интересов, расширение знаний о профессиях, развитие личностных качеств через индивидуальные образовательные маршруты и организацию межведомственного взаимодействия специалистов. Сделан вывод о необходимости комплексного подхода; успешное профессиональное самоопределение подростков с ЗПР требует применения целостной индивидуальной стратегии. Такой подход предусматривает активное использование игровых форм обучения и практических заданий, внедрение мультимедийных средств обучения, а также взаимодействие педагогов, психологов и семей для создания благоприятных условий сопровождения.

Ключевые слова:

психолого-педагогическое сопровождение, профориентация, задержка психического развития

Введение

Трансформация системы образования предъявляет требования по обеспечению равноправия в сфере профориентации всех обучающихся независимо от особенностей их развития, в том числе подростков с задержкой психического развития (ЗПР) [1, с. 10]. Подростковый возраст остается ключевым этапом формирования жизненных целей и профессионального выбора; однако у учащихся с вышеуказанным диагнозом данный процесс осложнён ограничениями познавательной деятельности, слабым представлением о разнообразии профессий, сниженной мотивацией и высоким уровнем тревожности [2, с. 14]. Совокупность этих проблем увеличивает риск социальной дезадаптации и препятствий на пути дальнейшего профессионального роста. В связи с этим особое значение приобретает системная организация психолого-

педагогической поддержки профориентационного процесса для данной категории школьников; помощь должна способствовать выявлению потенциальных интересов в сфере труда и развитию личностных качеств для успешной социализации.

Цель исследования: выявление особенностей профессионального самоопределения подростков с задержкой психического развития и разработка рекомендаций по совершенствованию психолого-педагогического сопровождения их профориентации.

Задачи исследования:

1. Провести диагностику профессиональных интересов, представлений о профессиях и личностных качеств обучающихся с задержкой психического развития.
2. Выявить особенности профессиональной ориентации подростков с ЗПР.
3. Разработать направления психолого-педагогического сопровождения профориентации обучающихся с ЗПР.

Исследование осуществлялось на базе: «Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы «Школа №626 имени Н. И. Сац». В исследовании принимали участие 20 обучающихся 9-х классов с задержкой психического развития.

Основная часть

Для диагностики степени сформированности профессиональных интересов у обучающихся с задержкой психического развития были выделены три критерия:

1. Профессиональные интересы и склонности;
2. Представления о профессиях и мотивация выбора;
3. Личностные качества, влияющие на профессиональное самоопределение.

Для исследования данных критериев были выбраны следующие методики:

1. Профессиональные интересы и склонности — «Карта интересов» (А. Е. Голомшток), «Мои профессиональные интересы» (Г. В. Резапкина).

2. Представления о профессиях и мотивация выбора — методика изучения факторов привлекательности профессии (В. А. Ядов, модификация Н. В. Кузьминой и А. А. Реана), «Опросник профессиональных предпочтений» (тест Голланда, модифицированный вариант).

3. Личностные качества, влияющие на профессиональное самоопределение — «Большая пятерка личностных качеств» (А. Г. Грецов), «Семь качеств личности» (Р. Кеттелл, модиф. А. Г. Грецова).

Методика 1. Карта интересов» А.Е. Голомштока. Авторы: А.Е. Голомштока.

Анализ полученных данных выявил следующие тенденции: у трёх участников эксперимента (15%) обнаружен ярко выраженный интерес (баллы +3 и выше) преимущественно к игровым или творческим занятиям. Семь подростков (35%) проявили слабую или нестабильную заинтересованность (+1...+2), которая чаще всего связана с бытовой сферой и межличностным общением. Значительная часть исследуемых – десять человек (50%) – не продемонстрировали явного интереса к какой-либо деятельности (0 баллов или ниже), испытывали трудности при выборе предпочтений, проявляли равнодушие либо нуждались в дополнительных разъяснениях.

Результаты количественных итогов исследования уровня профессиональных интересов среди подростков данной категории по адаптированной методике «Карта интересов» А.Е. Голомштока представлена на рисунке 1.

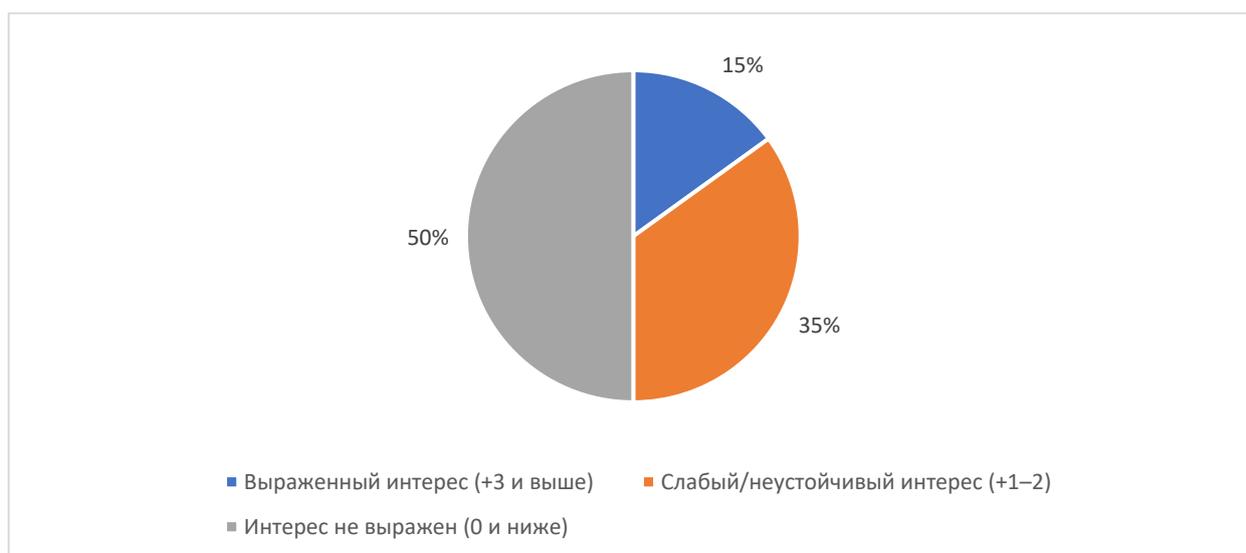


Рисунок 1 – Результаты проведения методики «Карта интересов»

Таким образом, интерпретация результатов показала, что у половины испытуемых отсутствует чётко выраженная направленность в профессиональных предпочтениях: эта группа характеризуется низким уровнем мотивации и сложностями при определении будущих сфер деятельности. У 35% подростков отмечаются неустойчивые или эпизодические проявления интереса, связанные преимущественно с повседневными ситуациями и коммуникацией в быту. Выраженный устойчивый

интерес выявлен лишь у 15% учащихся, причём преимущественно в области художественного творчества либо игровых занятий.

Методика 2. Методика «Мои профессиональные интересы». Автор: Г.В. Резапкина.

В таблице 1 представлены количественные результаты проявления способности действовать по правилу, установленному взрослым, проявлять самоконтроль.

Таблица 1 – Результаты методики «Мои профессиональные интересы».

Сфера интересов	8–10 баллов (выраженный)	4–7 баллов (умеренный)	0–3 балла (не выражен)
Работа с людьми	2 чел. (10 %)	7 чел. (35 %)	11 чел. (55 %)
Технические специальности	3 чел. (15 %)	8 чел. (40 %)	9 чел. (45 %)
Природа	1 чел. (5 %)	5 чел. (25 %)	14 чел. (70 %)
Искусство	4 чел. (20 %)	8 чел. (40 %)	8 чел. (40 %)
Финансовая сфера	1 чел. (5 %)	4 чел. (20 %)	15 чел. (75 %)
Знаковая информация	2 чел. (10 %)	6 чел. (30 %)	12 чел. (60 %)

Наглядно полученные результаты представлены на рисунке 2.

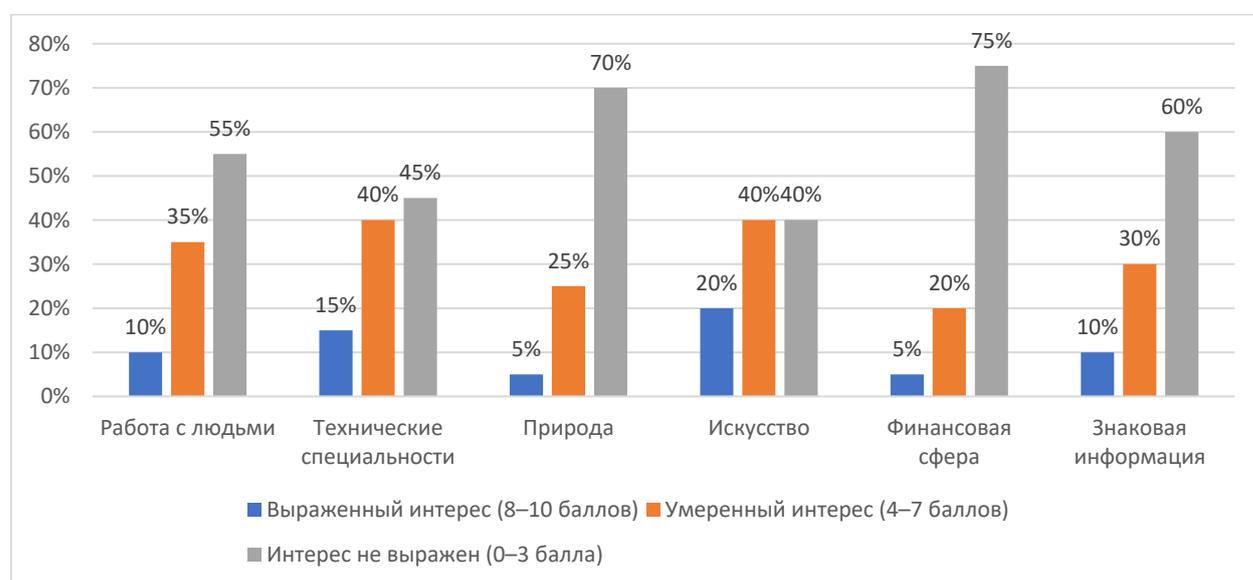


Рисунок 2 – Результаты методики «Мои профессиональные интересы»

Таким образом, анализ данных показал преобладание слабо выраженных либо полностью отсутствующих профессиональных интересов среди подростков данной группы. Около 55%-75% участников не проявили заинтересованности ни в одной из предложенных областей деятельности; особенно низкие показатели зафиксированы

по направлениям природы и финансов. Вместе с тем заметный интерес чаще встречался в технической и художественной сферах (по 40%), что свидетельствует об их относительной привлекательности для части респондентов. Чётко выраженные склонности к определённым видам профессий отмечены лишь у небольшого процента учащихся (от 5% до 20%), преимущественно в сфере искусства и техники.

Методика 3. Методика изучения факторов привлекательности профессии. Автор: В.А.Ядов, с модификациями Н.В.Кузьминой и А.А.Реаном). Результаты методике представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты методики «Факторы привлекательности профессии» у подростков с ЗПР

А. Факторы привлекательности (что нравится в профессии):		
Фактор	Кол-во чел.	%
Практические (материальное вознаграждение, удобство работы)	6	30 %
Социальные (помощь другим людям, уважение окружающих)	8	40 %
Индивидуально-познавательные (интерес к делу, развитие навыков)	6	30 %
Б. Факторы отторжения (что не нравится в профессии):		
Фактор	Кол-во чел.	%
Страх усталости, трудности, «слишком тяжёлая работа»	7	35 %
Неуверенность в силах, сомнение в успехе	6	30 %

Наглядно полученные результаты представлены на рисунке 3.

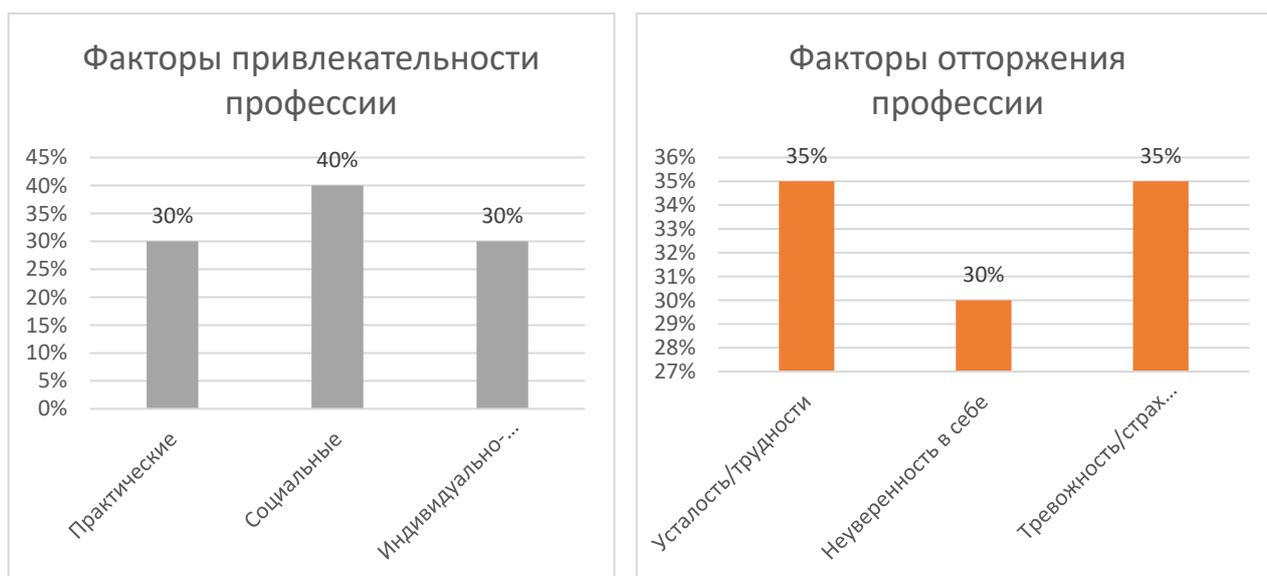


Рисунок 3 – Количественный анализ изучения факторов привлекательности профессии

Из рисунка 3 видно, что результаты анализа выявили доминирование социально ориентированных мотивов среди факторов привлекательности выбранной профессиональной деятельности у подростков с ЗПР – их отметили около 40% опрошенных; сюда входили желание помогать окружающим или стремление к общественному признанию своих достижений. По значимости практические мотивы, наряду с индивидуально-познавательными причинами, заняли равные позиции (по 30%), что свидетельствует о ситуативном характере интереса, а также о том, что стремление к личной пользе от профессии или к развитию собственных способностей наблюдается у меньшинства испытуемых. Среди причин отказа от выбора той или иной профессиональной области наибольшую распространённость получили страх усталости и беспокойство по поводу высокой нагрузки (35% случаев), а также неуверенность в своих силах при решении профессиональных задач (30%); такая структура негативной мотивации типична для этой категории обучающихся и акцентирует внимание на необходимости формирования чувства компетентности при подготовке к будущей трудовой деятельности.

Таким образом, анализ результатов показывает, что у подростков с ЗПР профессиональные интересы формируются в достаточно узких пределах, во многом зависят от внешних обстоятельств и поддержки окружающих. Наиболее значимыми мотивами являются социальные контакты и практическая польза, тогда как стремление к приобретению новых знаний выражено слабо. Основными барьерами выступают повышенная тревожность, опасения перед большими нагрузками и заниженная самооценка. Эти данные подчёркивают важность целенаправленной психолого-педагогической работы по укреплению устойчивых профессиональных интересов, снижению тревожности и формированию уверенности в собственных способностях.

Методика 4. Методика «Опросник профессиональных предпочтений» (модификация теста Голланда). Результаты методики представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты методики «Опросник профессиональных предпочтений» (адаптированный тест Голланда) у подростков с ЗПР

Тип профессиональных предпочтений	Кол-во чел.	%
Реалистический (делать руками, техника, труд)	5	25 %
Интеллектуальный (наука, исследование)	2	10 %
Социальный (общение, помощь людям)	4	20 %
Артистический (творчество, искусство)	5	25 %
Предприимчивый (организация, управление)	2	10 %
Конвенциональный (бумаги, порядок, цифры)	2	10 %

Наглядно полученные результаты представлены на рисунке 4.



Рисунок 4 – Результаты по методике «Опросник профессиональных предпочтений»

Результаты исследования свидетельствуют о том, что подростки с ЗПР чаще всего проявляют выраженный интерес к реалистическим и художественным профессиям (по 25%), что говорит о предпочтении видов деятельности практического характера или связанных с творчеством. Значительную роль занимает также социальная направленность (20%). Между тем выбор профессий интеллектуального профиля либо требующих организаторских навыков или строгой регламентации оказался минимальным (по 10%), что указывает на низкую привлекательность сфер абстрактного мышления или формализованных процессов для данной категории подростков. В целом, выявленные особенности подтверждают ограниченность спектра интересов учащихся с ЗПР преимущественно областями конкретной деятельности и межличностного взаимодействия при слабом стремлении к абстрактной или структурированной работе. Это вновь подчёркивает необходимость специализированной поддержки педагогов-психологов для расширения диапазона профессиональных устремлений подростков данной группы.

Методика 5. «Большая пятерка личностных качеств». Автор: А.Г. Грецов).

Результаты методики представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Результаты методики «Большая пятёрка личностных качеств» у подростков с ЗПР

Личностное качество	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Добросовестность	4 чел. (20 %)	8 чел. (40 %)	8 чел. (40 %)
Экстраверсия	5 чел. (25 %)	9 чел. (45 %)	6 чел. (30 %)
Открытость опыту	6 чел. (30 %)	7 чел. (35 %)	7 чел. (35 %)
Доброжелательность	7 чел. (35 %)	8 чел. (40 %)	5 чел. (25 %)
Эмоциональная устойчивость	3 чел. (15 %)	6 чел. (30 %)	11 чел. (55 %)

Наглядно полученные результаты представлены на рисунке 5.

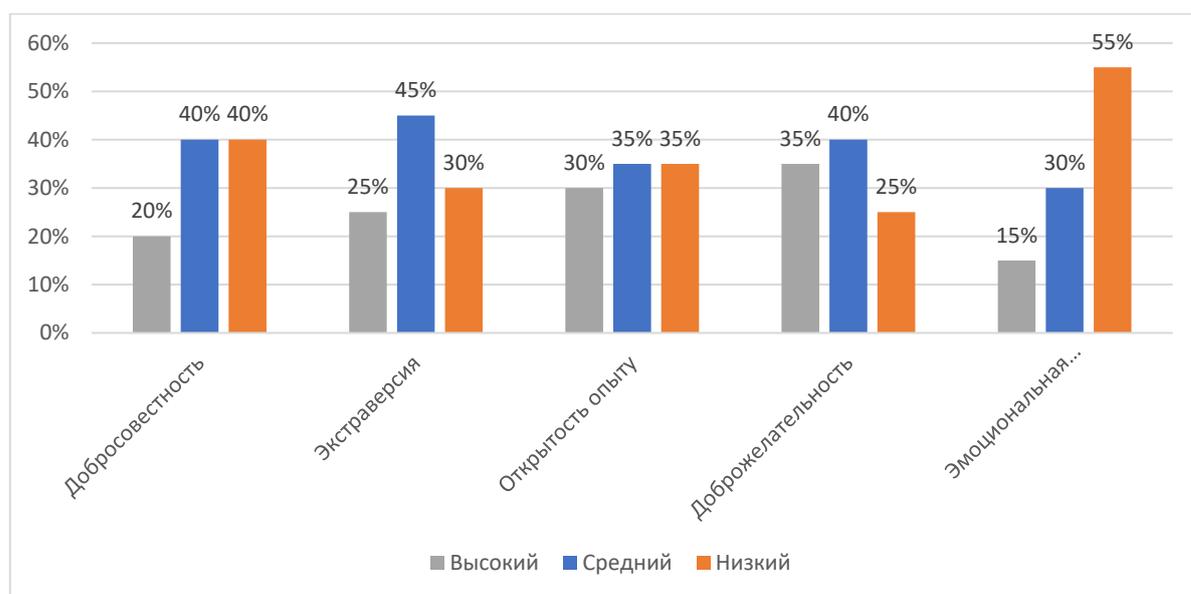


Рисунок 5 – Результаты методики «Большая пятёрка личностных качеств» у подростков с ЗПР

Из рисунка 5 видно, что анализ полученных данных выявил преобладание таких черт характера, как доброжелательность (высокие показатели отмечены у 35%) и открытость к новому опыту (30%); это свидетельствует о выраженном потенциале к установлению межличностных контактов и готовности воспринимать новые знания через непосредственный опыт. Экстравертные тенденции обнаружены у 25% обследованных подростков, большинство же демонстрирует средний уровень выраженности этой черты. В то же время значительная часть участников исследования характеризуется низкой степенью добросовестности (40%) и особенно сниженным уровнем эмоциональной устойчивости (55%), что проявляется в затруднениях саморегуляции поведения, повышенном беспокойстве и частых эмоциональных колебаниях.

Таким образом, выявленные особенности свидетельствуют о наличии у подростков с ЗПР ресурсов для освоения нового опыта и коммуникации, но одновременно подчеркивают существование трудностей в области саморегуляции, ответственности и управления эмоциями. Это акцентирует важность оказания целенаправленной психолого-педагогической помощи по формированию навыков самообладания, стрессоустойчивости и ответственности – факторов успеха профессиональной самоидентификации.

Методика б. «Семь качеств личности». Авторы: Р. Кеттелл, модификация А.Г. Грецова). В таблице 5 представлены результаты методики «Семь качеств личности» у подростков с ЗПР.

Таблица 5 – Результаты методики «Семь качеств личности» у подростков с ЗПР

Качество личности	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Общительность	6 чел. (30 %)	8 чел. (40 %)	6 чел. (30 %)
Эмоциональная устойчивость	3 чел. (15 %)	7 чел. (35 %)	10 чел. (50 %)
Доброжелательность	7 чел. (35 %)	8 чел. (40 %)	5 чел. (25 %)
Самостоятельность	4 чел. (20 %)	9 чел. (45 %)	7 чел. (35 %)
Ответственность	5 чел. (25 %)	8 чел. (40 %)	7 чел. (35 %)
Уверенность в себе	3 чел. (15 %)	7 чел. (35 %)	10 чел. (50 %)
Оптимизм	4 чел. (20 %)	9 чел. (45 %)	7 чел. (35 %)

Наглядно полученные результаты представлены на рисунке 6.

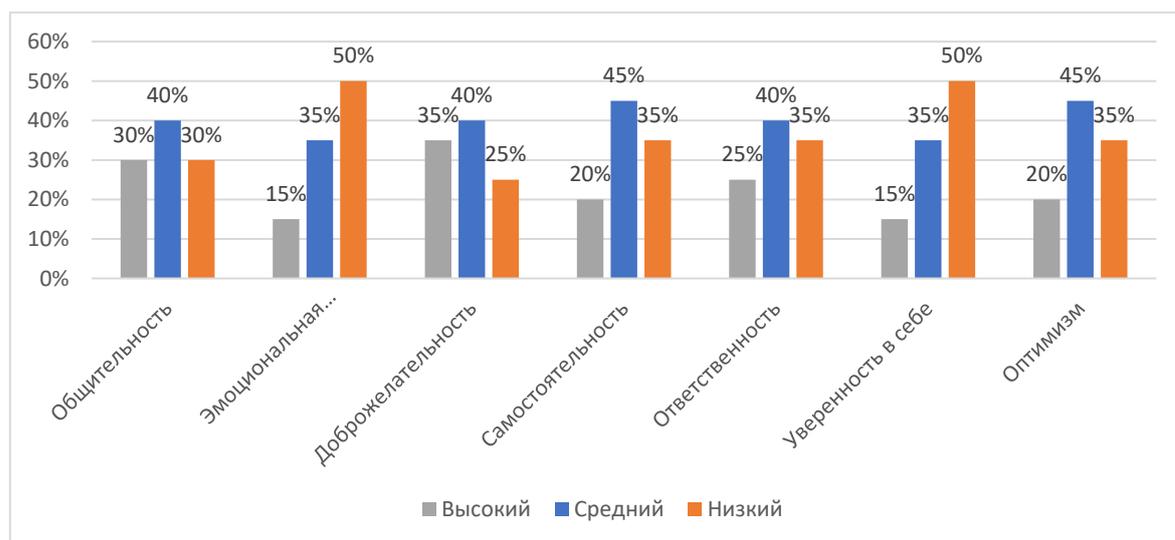


Рисунок 6 – Результаты методики «Семь качеств личности» у подростков с ЗПР

Из рисунка 6 видно, что среди подростков с ЗПР наиболее выраженными личностными чертами оказались доброжелательность (у 35% выявлен высокий

уровень) и склонность к общению (30%). Это свидетельствует о сохранённой потребности в установлении позитивных отношений и готовности взаимодействовать с окружающими. Вместе с тем, половина опрошенных демонстрирует низкий уровень эмоциональной устойчивости и недостаточную уверенность в себе, что указывает на наличие тревожности, лабильность настроения и сомнения в собственных возможностях. Самостоятельность, ответственность и оптимистичный взгляд на будущее преимущественно находятся на среднем уровне (у 40%-45% респондентов), что говорит о неполной сформированности этих качеств при существующем потенциале для дальнейшего развития.

Диагностические процедуры выявили недостаточную сформированность профессиональных предпочтений у значительной части учащихся данной группы; их осведомленность о специфике различных видов труда остается фрагментарной. Личностные характеристики, такие как уверенность в себе или самостоятельность, проявляются весьма ограниченно либо отсутствуют полностью. Эти особенности свидетельствуют о необходимости планомерного коррекционно-развивающего воздействия.

Для повышения эффективности работы по профориентации рекомендуется:

- стимулировать развитие интереса к различным видам труда;
- систематически проводить игровые упражнения и практические тренинги для знакомства со спецификой профессий [3, с. 5];

- использовать визуальные формы подачи информации (карточки со специальностями, иллюстративные материалы или видеофрагменты), а также организовывать экскурсии для более яркого эмоционального восприятия [1, с. 12];

- применять творческие методы (создание коллажей на тему будущей профессии или участие в сюжетно-ролевых играх), что способствует более глубокому осознанию собственных склонностей [11, с. 7].

Для формирования представлений о профессиях и развития мотивации профессионального выбора:

- проводить диалоговые встречи и мини-интервью с представителями различных профессий [10];

- внедрять мультимедийные платформы и организовывать виртуальные экскурсии в сферу труда [2];

- обучать подростков сопоставлять собственные характеристики с требованиями выбранных профессий с помощью специализированных упражнений, таких как «Профессия и качество» или «Эта работа мне подходит?» [4, с. 14].

Для развития личностных ресурсов, важных для самоопределения:

- включать в программу тренинги по развитию уверенности в себе, самостоятельности и коммуникативных навыков [7, с. 45];

- использовать специальные упражнения для снижения тревожности и формирования навыков саморегуляции [8, с. 33];

- стимулировать чувство ответственности и умение сотрудничать через выполнение коллективных заданий и участие в совместных проектах [9, с. 151];

- применять методы позитивного подкрепления (похвала, признание успехов) для поддержания уверенности подростков в собственных силах [6].

Для организации межведомственного сотрудничества:

- наладить взаимодействие между педагогами, психологами, социальными работниками и родителями для комплексной поддержки процесса профессионального самоопределения у подростков [5, с. 89];

- приглашать экспертов из профильных учреждений (колледжей, центров занятости) для проведения тематических встреч или мастер-классов [10];

- обеспечивать сопровождение обучающихся на этапе выбора дальнейшей образовательной траектории [2].

Для персонализации профориентационной деятельности:

- разрабатывать индивидуальные профориентационные маршруты на основе интересов подростка и особенностей его личности [1, с. 15];

- сочетать групповое обучение со специально организованными индивидуальными консультациями у психолога [7, с. 102];

- опираться на результаты диагностики при адаптации профориентационного сопровождения к потребностям каждого участника программы [3].

Заключение

Результаты проведённого анализа показали, что у подростков с ЗПР уровень выраженности профессиональных интересов невысок: знания о различных сферах труда часто поверхностны; формирование ключевых личностных качеств затруднено. Вместе с тем, выявлены определённые сильные стороны: высокая восприимчивость к

новому опыту, доброжелательное отношение к окружающим; склонность к взаимодействию; живой интерес к практической работе и творческим задачам.

Систематизация полученных данных позволила выделить основные направления психолого-педагогической поддержки: стимулирование познавательного интереса к разным видам деятельности; расширение знаний о профессиях; формирование мотивационной составляющей выбора будущей специальности; развитие личностного потенциала как основы успешного самоопределения. Реализация перечисленных мер способствует снижению уровня тревожности учащихся данной категории и расширяет спектр их познавательных предпочтений; таким образом, усиливается готовность принимать осознанные решения относительно дальнейшего жизненного пути.

Значимым итогом работы стало обоснование комплекса методических рекомендаций: игровая деятельность практикоориентированной направленности; использование визуальных материалов; целенаправленное развитие коммуникабельности через тренинги уверенности в себе и самоконтроля; организация согласованной работы специалистов школы совместно с родителями детей из группы риска. Такой подход обеспечивает персонализированный характер профориентационной помощи; учитывая индивидуальные особенности каждого участника процесса, можно существенно повысить эффективность адаптации этих подростков к социальной жизни, а также создать условия для их интеграции во взрослое трудовое сообщество.

Список использованных источников

1. Алексеева О.А. Методические рекомендации по реализации программы профессионального самоопределения и социализации подростков с ЗПР. URL: https://school522.ru/images/innovazii/metod_rek.compressed.pdf (дата обращения: 10.06.2025).

2. Захарова Г.Ю. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с задержкой психического развития на пути их профессионального самоопределения. URL: <https://nsportal.ru/shkola/materialy-metodicheskikh-obedinenii/library/2024/03/21/psihologo-pedagogicheskoe> (дата обращения: 10.06.2025).

3. Исакова О.А. Рабочая программа профориентации с обучающимися с ЗПР «Мое будущее в моих руках». URL: <https://goo.su/JmDju> (дата обращения: 10.06.2025).

4. Калина Е. А. Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения обучающихся при ранней профориентации // Образование. Карьера. Общество. 2021. №1 (68). – С. 13-15. – EDN: DVJXHA.

5. Королева И.А. Кулакова А.Б. Психолого-педагогическое сопровождение профориентационной работы со школьниками // Проблемы развития территории. 2019. №3 (65). – С. 83-92

6. Кузнецова, Е. Н. Методические рекомендации по организации профориентационной работы среди обучающихся с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс]. – Иркутск: Иркутский техникум архитектуры и строительства, Ресурсный учебно-методический центр; Министерство образования Иркутской области, 2021. – Рецензент: М. И. Горяшина. – URL: https://fmc-spo.ru/netcat_files/117/273/h_d6919748b6bf5904c9ede110621fbdcd (дата обращения: 08.08.2025).

7. Лутошкин А. Н. Психологическое сопровождение профессионального самоопределения подростков с ОВЗ. — М.: Открытый мир, 2019. — 192 с.

8. Мухина Т. И. Профориентация детей с ограниченными возможностями здоровья: методы и практика. — Екатеринбург: УрФУ, 2019. — 144 с.

9. Панина С.В. Кудряшова А.А. Организация профориентационной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья // Проблемы современного педагогического образования. 2020. №67-3. – С. 150-153. – EDN: HXWFBU.

10. Панфилова, О. И. Адаптированная рабочая программа «Выбор профессии» для обучающихся с задержкой психического развития [Электронный ресурс]. – ГБОУ ТРОЦ «Солнышко». – URL: <https://nsportal.ru/shkola/vneklassnaya-rabota/library/2020/01/09/adaptirovannaya-rabochaya-programma-vybor-professii> (дата обращения: 08.08.2025).

11. Струкова И.А. Программа внеурочной деятельности по профориентации для обучающихся с задержкой психического развития. URL: <https://goo.su/VK2tYQw> (дата обращения: 10.06.2025).