

## Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения выпускников школ

*И. В. Кузнецова*

Главным фокусом предлагаемого материала является рассмотрение методов работы по сопровождению профессионального самоопределения. На основе понимания профессионального самоопределения как деятельностного процесса все методы распределены на пять групп в соответствии с решаемыми задачами: мотивационно-смысловыми, личностно-профессиональными, информационно-когнитивными, операциональными, эмоционально-энергетическими.

**Ключевые слова:** психологическое сопровождение, недирективная помощь, профессиональное самоопределение, задачи профессионального самоопределения, трудности профессионального самоопределения.

### Psycho-Pedagogical Support of Professional Self-Determination of School Graduates

*I. V. Kuznetsova*

The main focus of the given material is the consideration of methods of work on support of professional self-determination. On the basis of understanding professional self-determination as an activity process all methods are distributed into five groups according to the problems under consideration: motivational-semantic, personal-professional, information-cognitive, operational, emotional power.

**Key words:** psychological support, indirect help, professional self-determination, tasks of professional self-determination, difficulties of professional self-determination.

Сопровождение профессионального самоопределения существенным образом зависит от того, как понимается сущность этого процесса. Если поставить во главу угла деятельность личности, направленную на выработку и корректировку собственной профессиональной позиции, то главным приоритетом специалиста, занимающегося сопровождением профессионального самоопределения, будет обеспечение условий для запуска и эффективного протекания. Сопровождение в таком случае мы рассматриваем как недирективную форму помощи, направленную на активизацию ресурсов и возможностей человека по разрешению задач профессионального самоопределения, преодолению возникающих при этом трудностей и препятствий.

Профессиональное самоопределение – это деятельностный процесс, протекающий в соответствии с системно-генетическим и системно-функциональным принципами: одна и та же проблема самоопределения выступает по-разному у разных людей, в разном возрасте и при реализации различных функций. Он включает решение различных задач на основе самопознания и анализа ситуации; социальных и профессиональных проб; проектирования и перепроектирования собственного профессионального будущего, осмысления реальных выборов и действий. Важную роль в процессе самоопределения, наряду с рациональными моментами (анализ ситуации, прогнозирование и проектирование, рефлексия и др.), играют нерациональные компоненты: чувства, переживания, привычки, интуиция.

Ключевой характеристикой профессионального самоопределения является преодоление неопределенности на личностно-мотивационном уровне за счет определения и переопределения собственной профессиональной позиции. Профессиональное самоопределение – один из механизмов профессионализации личности, тесно связанный со становлением субъекта профессионального развития. Оно выполняет ряд функций в ходе профессионального выбора, становления и развития человека: проориентационную, проектировочную, идентификационную, организационную, контрольную, регулятивную, адаптационную, компенсаторную и др.

Реальный процесс профессионального самоопределения далеко не всегда осуществляется в соответствии с нормативной моделью. Возникающие противоречия, трудности и ошибки относятся к различным его этапам и компонентам. Затруднительной может быть как сама постановка задач профессионального самоопределения, так и выбор оптимальных способов их разрешения.

Исходя из характера задач, решаемых в процессе профессионального самоопределения, и возникающих при этом ошибок и трудностей, методы работы по сопровождению условно можно разбить на несколько групп:

*1. Методы работы по реализации мотивационно-смысловых задач* направлены на активизацию социально-профессиональной позиции; повышение значимости профессиональной деятельности и профессионального самоопределения, прояснение

профессиональных ценностей, целей и смыслов. Для достижения профессионального успеха значительную часть времени необходимо тратить на прояснение смыслов и планирование. Вместе с тем, именно ценности и смыслы, на которых базируется постановка целей, являются менее всего ясными для человека. Решение мотивационно-смысловых задач можно осуществлять различными способами, наиболее эффективные из которых представлены в таблице ниже.

2. *Методы работы с профессионально значимыми качествами* направлены на оказание помощи в самопознании, составлении списка своих достоинств как работника, осознание слабых сторон; развитие необходимых профессиональных качеств.

3. *Методы работы по реализации информационно-когнитивных задач* направлены на расширение информационной основы для профессионального самоопределения, коррекцию и уточнение необходимой информации; обмен опытом в принятии решений и способах сбора

информации. В ситуации изменений весьма актуальным становится умение работать с информацией. Информационно-когнитивная работа может проводиться как в группе, так и индивидуально. Конкретные методы, показавшие свою практическую эффективность, представлены в таблице ниже.

4. *Методы решения задач операционного блока* направлены на выработку способов (навыков) профессионального самоопределения, профессионального развития и эффективного поведения на рынке труда.

5. *Методы решения задач эмоционально-энергетического блока* направлены на формирование позитивного самоощущения, актуализацию сил и ресурсов для реализации намеченных целей. От эмоционального состояния и настроения на успех зависит как уровень сложности профессиональных целей, которые ставит перед собой молодой человек, так и возможность их успешной реализации.

Таблица

Методы сопровождения профессионального самоопределения

| Методы сопровождения профессионального самоопределения  | Задачи других блоков, решаемые данными методами   |
|---|---|
| <b>1. Методы работы по реализации мотивационно-смысловых задач</b>  |   |
| <p><i>Рефлексивный активизирующий опрос (беседа, интервью)</i> предполагает размышление над определенными вопросами, например: <i>Какое место в твоей жизни занимает (будет занимать) профессиональная деятельность? Что нужно учитывать при выборе профессии? Что означает успех в профессиональной карьере? Что способствует достижению делового успеха? Чего ты хотел бы достичь в своей профессиональной деятельности? Какой должна быть твоя профессиональная деятельность? Есть ли у тебя личный профессиональный проект?</i> и т. д.</p> <p>При работе с профессионально значимыми качествами в ходе рефлексивного опроса можно задавать следующие вопросы: <i>Что ты считаешь своими сильными качествами? Каких качеств, на твой взгляд, требуют предпочитаемые тобой профессии? В какой мере они развиты у тебя, что может помочь усовершенствовать их?</i> и др.</p> <p>Для осознания того, какой информацией и знаниями относительно ситуации выбора владеет человек, можно задать следующие вопросы: <i>Что я уже знаю о ситуации выбора? Какая информация (знания) является значимой для меня в настоящее время? Как и из каких источников я могу получить значимую информацию? Что я могу сделать сам? В чем мне могут помочь другие люди из моего окружения (родители, учителя, друзья, знакомые, профконсультанты)? Что делают другие люди для поиска необходимой для них информации? Какую информацию они считают значимой? Как я буду использовать полученную информацию?</i></p> | <p>Работа с профессионально значимыми качествами.<br/>Информационно-когнитивные задачи</p>  |
| <p><i>Анкетирование</i> аналогично интервью, оно предполагает ответы на вопросы. Специально подобранные вопросы, отражая основные факторы профессионального самоопределения и формирования профессиональной готовности, позволяют активизировать процесс и направить его в определенное русло</p>   | <p>Работа с профессионально значимыми качествами.<br/>Информационно-когнитивные задачи</p>  |
| <p><i>Сочинение</i> может стать отправной точкой для размышления о своем будущем и желаемой профессиональной судьбе. Чтобы сочинение выполнило активизирующую роль, важно провести предварительную подготовку в форме тематической дискуссии, игры, беседы-«исповеди» какого-либо авторитетного человека</p>  | <p>Работа с профессионально значимыми качествами</p>  |
| <p><i>Тематические рисунки</i> на темы: «Я через десять лет», «Я и моя профессия», «Мое профессиональное будущее» и т. п. с последующим обсуждением можно использовать в ходе индивидуальной консультации и групповых занятий для прорисовки элементов желаемого будущего</p>   | <p>Работа с профессионально значимыми качествами</p>  |
| <p><i>Игры с профориентационным содержанием.</i> Игра, наряду с другими возможностями, позволяет осуществить «запуск» процессов профессионального самоопределения за счет пробуждения интереса, соревновательности, эмоционального заражения. Удачно проведенная игра как бы взрыхляет почву для последующих шагов и действий.</p>  | <p>Информационно-когнитивные задачи.<br/>Работа с профессионально значимыми качествами.</p> |
| <p>Профориентационные игры позволяют моделировать различные ситуации: требующие поиска</p>  | <p>качествами.</p>  |

| Методы сопровождения профессионального самоопределения  | Задачи других блоков, решаемые данными методами |
|---|---|
| и анализа профориентационной информации, формирования и совершенствования способов профессионального самоопределения, развития профессионально значимых качеств и др. Игра позволяет создать контекст, в рамках которого профориентационная работа превращается в увлекательное занятие. Среди наиболее известных игр: «Что? Где? Когда?», «Угадай профессию», «Профитайм», «Ассоциация», «Открытие фирмы» и др. Для достижения большей эффективности профориентационные игры необходимо дополнить другими средствами (фокус-группа, например, с темой «Роль молодежи (моя роль) в построении будущего», турнир «Мой профессиональный проект», целеустроительные технологии и т. д.)  | Решение операционных задач                      |
| <p><i>Психотехники целеустроительного характера</i> представляют собой совокупность специальных приемов, которые позволяют прояснить собственные цели, ценности и желания. Конкретные психотехники могут основываться на рациональных и интуитивных механизмах. Приведем пример процедуры «Сосредоточенное мечтание», которая может успешно использоваться в профориентационной работе. Она направлена на освоение способов формулирования целей и построения временной перспективы и включает в себя семь шагов:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составление проекта желаемого будущего – того, о чем человек мечтает, кем хочет стать, чем заниматься. Для этого можно в течение 10–15 минут написать все желания, отбросив ограничения, нарисовать свое будущее, составить фильм о собственной жизни, зафиксировав ряд кадров из собственного желаемого будущего, «совершить путешествие» на машине времени и «пройтись» по дорогам своего будущего или сделать что-то другое, что позволит создать образ желаемого профессионального будущего.</li> <li>2. Определение временной сетки. Если все, что отмечено, относится к завтрашнему дню, следует подумать о дальней перспективе. Если же построенный образ относится к весьма отдаленному будущему – о ближайших шагах.</li> <li>3. Выбор четырех самых важных целей на этот год, обоснование их важности.</li> <li>4. Проверка сформированных целей на позитивность, конкретность, ясность представления результатов, достижимость, этичность.</li> <li>5. Составление списка ресурсов для достижения целей, которыми человек уже обладает, в том числе собственных достоинств, преимуществ, помощников и др.</li> <li>6. Составление списка ограничений на пути к цели.</li> <li>7. Составление пошагового плана достижения цели</li> </ol> | Работа с профессионально значимыми качествами   |
| <b>2. Работа с личностными и профессиональными качествами</b>   |   |
| <p><i>Самопознание.</i> Надпись «Познай самого себя», сделанная на стене древнего храма, является одной из важнейших путеводных нитей для достижения успеха в карьере современного человека. В качестве средства самопознания может выступать самодиагностика по одной или нескольким психодиагностическим методикам или обсуждение результатов диагностики в целях выявления и уточнения собственных ценностей, интересов, склонностей, целей, профессионально сильных качеств и др.</p> <p>Наиболее популярными являются следующие методы: «Карта интересов», «Опросник профессиональной готовности», «Метод параллельных профилей», «Опросник терминальных ценностей», «Опросник коммуникативных и организаторских склонностей», «Опросник Айзенка» и т. д. В качестве других методов самопознания могут выступать самооценка себя по заданным параметрам и критериям с опорой на жизненные проявления того или иного качества, анализ мнений (экспертной обратной связи) о себе других людей: педагогов, родителей, друзей и т. д., ведение дневниковых записей, анализ собственных реакций и проявлений в различных жизненных ситуациях</p>  | Решение мотивационно-смысловых задач            |
| <p><i>Профессиональные и социальные пробы</i> позволяют приобрести опыт выполнения различных видов деятельности, лучше узнать себя, сформировать определенные навыки и качества, значимые для достижения профессионального успеха</p>   | Решение операционных задач                      |
| <p><i>Психотехнические упражнения и игры</i> позволяют проанализировать собственные качества, оценить, скорректировать и развить их. Удачными для этого являются процедуры: «Мои достоинства», когда человек составляет перечень своих сильных качеств; «Мои сильные и слабые стороны», «Что я ценю и что хочу изменить в себе», которые позволяют выделить собственную позитивную основу и определить программу самосовершенствования; «Волшебный магазин», где можно «купить» необходимые качества, «заплатив» другими качествами вместе с их «выигрышами», эта процедура позволяет глубоко оценить силу и слабость отдельных качеств и их взаимосвязь с собственным поведением, успехами и неудачами; «Разотождествление», где, раскручивая клубок отдельных сторон и качеств, человек пытается найти глубинную основу собственной личности; «Перевоплощение», когда за счет сравнения себя с живыми и неживыми объектами, предметами и явлениями (если бы я был <i>деревом, цветком, киногероем, инопланетянином...</i>) человеку предоставляется возможность понять собственную целостность; эффективны также психотехнические игры-испытания, направленные на выявление и развитие отдельных познавательных и творческих способностей: памяти, внимания, воображения, мышления. Изучение и развитие личностно-профессиональных качеств осуществляются также в ходе учебной деятельности, общения, выполнения социально-профессиональных проб и др.</p>  | Решение операционных задач                      |
| <b>2. Методы работы по реализации информационно-когнитивных задач</b>   |   |

| Методы сопровождения профессионального самоопределения  | Задачи других блоков, решаемые данными методами                                     |
|---|---|
| <i>Беседы, лекции, диспуты, выставки, читательские конференции</i> и т. п. относятся к наиболее распространенным методам информирования. Они носят целевой характер, затрагивают один или несколько вопросов. В зависимости от решаемых задач может быть проведено как отдельное занятие, так и целый цикл  | Решение мотивационно-смысловых задач  |
| <i>Ответы на вопросы</i> – один из методов интерактивного целевого информирования. Молодой человек, выступая активным хозяином выбора, обращается за получением или уточнением интересующей его информации, например: «Я хочу узнать, где можно получить профессию водителя? Что сегодня востребовано на рынке труда?» и др.  | Решение мотивационно-смысловых задач  |
| <i>Самостоятельная работа с информационно-справочной литературой, автоматизированными поисковыми системами</i> позволяет не только найти нужную информацию, но и существенно расширить информационное поле, а также отработать навыки поиска информации. Использование автоматизированных баз данных о рынке труда, рынке услуг по профессиональному обучению и развитию, службах помощи в профессиональном самоопределении и т. д. позволяет не только расширить информационную основу самоопределения, но и повысить интерес к поиску и анализу профессиональной информации   |   |
| <i>Экскурсии</i> позволяют увидеть своими глазами рабочий процесс, условия труда, содержание деятельности. В зависимости от конкретных целей экскурсия может носить ознакомительный, профессиографический, комплексный или иной характер  |   |
| <i>Просмотр фильмов (видеофильмов, видеопрезентаций)</i> применяется при отсутствии возможности непосредственно познакомиться с каким-либо видом деятельности. Обзорные фильмы (видеофильмы), кроме того, позволяют сохранить время и познакомиться обзорно с большими блоками информации   |   |
| <i>Беседы-встречи с представителями различных профессий</i> позволяют учащимся получить информацию не только о содержании, специфике, истории профессии, но и об индивидуальном опыте работы и отношении к любимому занятию   |   |
| <i>Информационно-справочная консультация предполагает беседу со специалистами с целью получения или уточнения какой-либо информации</i>   |   |
| <i>«Вернисаж» новых профессий</i> (профессий определенной группы или определенного учебного заведения) может использоваться как самостоятельно, так и в составе какого-либо более общего метода – игры, вечера профессий, праздника защиты профессий, посвящения в профессию и т. д. Суть его заключается в том, чтобы на основании предварительного изучения интересно и ярко представить соответствующую профессию  |   |
| <p><i>Мозговой штурм «Источники информации».</i> Использование известного метода для вычленения источников получения информации, необходимой для профессионального самоопределения и развития (разрешение отдельных затруднений и вопросов), позволяет учащимся обнаружить неиспользованные ими ранее способы и оценить эффективность разных способов.</p> <p>Напомним, что этот метод реализуется в несколько этапов. Вначале учащиеся, не оценивая и не критикуя, называют разные источники получения информации: газеты, встречи, информационные выпуски, буклеты и т. д. (чем больше и разнообразнее, тем лучше, здесь может помочь и педагог), а затем оценивают их через призму определенных параметров, таких как реалистичность, полнота, оперативность и т. д.</p> |   |
| <i>Взаимная экспертиза.</i> Народная мудрость говорит, что один ум хорошо, а два лучше. Именно на этой мудрости построена процедура взаимной экспертизы. Она может использоваться в разных вариантах. Суть ее заключается в том, что учащиеся, объединившись в пары (обязательным условием является взаимодоверие партнеров), по очереди излагают свою ситуацию и используемые (возможные) способы ее разрешения. Выслушивающий «эксперт» высказывает одобрение и добавляет свои варианты   |   |
| <i>Составление личного словаря терминов.</i> Составление личного словаря, картотеки, классификации профориентационных понятий и терминов позволяет систематизировать информационную основу профессионального самоопределения, которое может предполагать использование как известных оснований для такого структурирования, так и лично приемлемых  |   |
| <i>Взвешивание возможных вариантов выбора</i> может осуществляться с использованием профориентационной методики «Весы», в рамках которой прорабатывается предпочтительность различных вариантов выбора на основе последовательной оценки их по значимым основаниям  |   |
| <i>Составление карты имеющегося опыта.</i> Систематизация имеющегося опыта выполнения различных видов работ, в том числе профессионального и предпрофессионального опыта, может стать основанием для выбора предпочтительного варианта, подготовки профессионального резюме, решения других профориентационных задач. При этом в карту заносится информация о приобретенном опыте, контактах, освоенном оборудовании и др.  | Решение мотивационно-смысловых задач. Работа с профессионально значимыми качествами |
| <i>Составление свод-анализа ситуации выбора</i> является хорошим способом не только упорядочивания, но и анализа всей информации относительно ситуации выбора. При этом в таблицу заносят сильные и слабые стороны ситуации, возможности и риски  | Решение мотивационно-смысловых задач  |
| <b>4. Решение задач операционального блока</b>  |   |

| Методы сопровождения профессионального самоопределения   | Задачи других блоков, решаемые данными методами  |
|--|--|
| <p><i>Моделирование ситуаций, в том числе с использованием моделирующей видеосъемки.</i> Ситуативно-моделирующая видеосъемка может быть частью поведенческого тренинга, она позволяет оценить навыки и способы поведения в конкретных ситуациях (вступительный экзамен, устройство на работу, беседа с целью получения информации, самопрезентация и т. д.). Схема построения работы с применением моделирующей видеосъемки включает в себя ряд этапов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– моделирование соответствующей ситуации для отработки необходимых умений и навыков;</li> <li>– разыгрывание ситуации (запись реальной ситуации, например, посещение учебного заведения с целью получения информации об имеющихся льготах);</li> <li>– просмотр видеозаписи, выделение удачных способов поведения и способов (ходов), которые хотелось бы изменить (улучшить);</li> <li>– обсуждение других способов поведения в данной ситуации;</li> <li>– выбор другого варианта (способа) поведения для отработки;</li> <li>– отработка другого (других!) способов поведения;</li> <li>– оценка эффективности разных способов поведения и уровня сформированности навыков поведения в соответствующей ситуации</li> </ul>   |  |
| <p><i>Поведенческий тренинг.</i> Поведенческий тренинг направлен на освоение способов и навыков поведения в различных ситуациях, связанных с выбором и построением профессиональной карьеры: осуществление поисковых действий, телефонного звонка, собеседования с работодателями, экзамены, отборочное тестирование, коммуникация в профессиональных ситуациях: самопрезентация, установление контакта, понимание собеседника, принятие отказа, умение «донести» собственное мнение, убеждать, доказывать и т. д. Отработка отдельных навыков предполагает активную пробу различных способов, их коррекцию и закрепление в игровых (модельных) и реальных ситуациях. Для активного вовлечения учащихся в процесс тренировки – отработки навыков – необходимо создать мотивацию учащихся для работы, когда каждый считает: «Я хочу, мне важно, необходимо...», – и обеспечить достаточную безопасность. Это предполагает непонимание того, что никто не осудит человека из-за отсутствия у него отдельных навыков и способов; что не ошибается только тот, кто ничего не делает; что достоинство человека в его движении, умении освоить новые формы и способы поведения.</p> <p>В ходе поведенческого тренинга можно успешно использовать такие психотехнические игры и упражнения, как «Вакансия», «Трудоустройство», «Первый день работы», «Защита профессионального проекта» и др.</p> |  |
| <p><i>Практические занятия,</i> помимо отработки навыков поведения, могут быть направлены на освоение алгоритма и способов принятия решения, приемов и способов построения профессионального проекта, составления автобиографии, поискового письма, профессионального резюме, портрета, карты навыков и умений и т. д. В ситуации современного рынка труда данные навыки могут позволить выбрать, найти и сохранить хорошую работу – это важнейшая часть профориентационной культуры. Этапы практического занятия могут включать самостоятельные попытки составить проект, резюме, письмо, алгоритм-ознакомление с образцами удачных проектов, планов, резюме-правил и принципов их составления, корректировку разработанных материалов и закрепление навыков их составления</p>   |  |
| <b>5. Решение задач эмоционального блока</b>   |  |
| <p><i>Саморегуляция.</i> Существует множество разнообразных способов и приемов саморегуляции, которые могут освоить учащиеся. Эти приемы позволяют достигать и поддерживать душевное равновесие и позитивное самоощущение, что весьма важно при планировании и реализации профессиональной карьеры. Педагог может устроить обсуждение возможностей использования различных способов преодоления напряжения и обретения внутреннего равновесия человеком и предложить учащимся самостоятельно опробовать их. Для ориентировки предлагаем познакомиться с перечнем приемов, составленным нами в ходе семинаров и тренингов, направленных на обсуждение способов саморегуляции, используемых молодыми людьми.</p>   | <p>Работа с личностными и профессиональными качествами.<br/>Решение мотивационно-смысловых задач</p> |
| <p><i>Программирование успеха.</i> Хорошо понятно, что от внутреннего настроя – ожидания успеха Программирование успеха можно осуществлять образами, ритуалами, словами и символами.</p> <p><i>Программирование образами.</i> Этот вид программирования человек использует, когда мечтает, то есть создает на внутреннем экране определенные (идеальные) картинки. В психологии такие фантазирования называют техникой визуализаций (визуальный – зрительный).</p> <p><i>Программирование словами.</i> Словесное программирование на успех подразделяется на письменное и устное. Письменное программирование может осуществляться в форме дневника, написания писем самому себе, подписания с самим собой контракта (договора) на выполнение решения, письменных настроев – позитивных утверждений относительно своего профессионального будущего: «Я стану хорошим профессионалом», «Я добьюсь высоких результатов и признания в работе!», «Я буду работать в дружном интересном коллективе!» и т. д.</p> <p>Устное программирование включает в себя множество разнообразных приемов – от коротких, из одной фразы, позитивных утверждений или формул самовнушения до длинных и сложных «настроев». Для того чтобы словесный настрой был действенным, необходимо все утверждения фор-</p>  | <p>Работа с профессионально значимыми качествами</p>   |

| Методы сопровождения профессионального самоопределения  | Задачи других блоков, решаемые данными методами |
|---|---|
| <p>мулировать позитивно («Я успешно сдам экзамены» вместо «Я не провалю экзамены»), повторять неоднократно, верить в реальность их осуществления.</p> <p><i>Программирование ритуалами.</i> Ритуалы представляют собой определенные действия или цепочки действий, которые также позволяют настроиться на успех. К традиционным ритуалам, осуществляемым в учебных заведениях, можно отнести праздники и выпускные вечера. Учащимся вручают дипломы (аттестаты), говорят напутствия и пожелания. Можно придумать также определенные стартовые ритуалы для группы (класса) или для отдельного учащегося, которые позволили бы обеспечить наилучшую готовность для реализации намеченных планов</p> |   |

### Библиографический список

1. Волохова, Е. Д. Вариативный подход к профессиональному самоопределению подростков [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Е. Д. Волохова. – Ярославль : ЯГПУ, 1994. – 18 с.
2. Гриншпун, С. С. Вопросы активизации профессионального самоопределения [Текст] / С. С. Гриншпун // Вопросы психологии. – 1985. – № 6. – С. 15–19.
3. Карпов, А. В. Психология рефлексии [Текст] / А. В. Карпов, И. Скитяева. – М. : Институт психологии РАН; Ярославль : Аверс Пресс, 2002. – 304 с.
4. Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения [Текст] : учебное пособие / Е. А. Климов. – М. : Академия, 2004. – 304 с.
5. Поляков, В. А. Профессиональное самоопределение молодежи [Текст] / В. А. Поляков, С. Н. Чистякова // Педагогика. – 1993. – № 5. – С. 33–37.
6. Пряжников, Н. С. Профессиональное и личностное самоопределение [Текст] / Н. С. Пряжников. – М. : Институт практической психологии; Воронеж: МОДЭК, 1996. – 256 с.
7. Рожков, М. И. Педагогическое обеспечение работы с молодежью. Юнобегика. Теория и методика воспитания [Текст] : учебное пособие / М. И. Рожков. – М. : Владос, 2008. – 264 с.
8. Федоришин, Б. А. Психологические и методические основы профориентационной работы с учащимися [Текст] / Б. А. Федоришин. – Киев, 1979. – 24 с.
9. Фукуяма, С. Теоретические основы профориентации [Текст] / С. Фукуяма. – М. : МГУ, 1989. – 139 с.
10. Шавир, П. А. Психология профессионального самоопределения в ранней юности [Текст] / П. А. Шавир. – М., 1981. – 95 с.