

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого  
Гуманитарный институт  
Высшая школа инженерной педагогики, психологии и прикладной лингвистики

Работа допущена к защите  
Директор ВШИПП и ПЛ  
\_\_\_\_\_ Т.А. Баранова  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021 г.

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**  
магистерская диссертация

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ  
ОСОЗНАННОСТИ ВЫБОРА НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ  
СТУДЕНТАМИ 2 КУРСА УНИВЕРСИТЕТА**

по направлению подготовки (специальности) 44.04.02 Психолого-педагогическое образование магистратура  
Направленность (профиль) образовательной программы 44.04.02\_03 «Педагогический дизайн»

Выполнил

Студент группы 3844402/90301



И.В. Юдина

Руководитель

доцент ВШИПП и ПЛ, канд. пед. наук



К.П. Захаров

Консультант по нормоконтролю



Назаров Д.А.

Санкт-Петербург

2021

Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого  
 Гуманитарный институт  
 Высшая школа инженерной педагогики, психологии и прикладной лингвистики  
 Образовательная программа «44.04.02\_03 Педагогический дизайн информационной образовательной среды»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГИ

\_\_\_\_\_ Т.А. Баранова

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021 г.

### ЗАДАНИЕ

#### на выполнение выпускной квалификационной работы

- 1. Тема работы:** Психолого-педагогические особенности осознанности выбора направления подготовки студентами 2 курса университета
- 2. Срок сдачи студентом законченной работы:** 31.05.2021
- 3. Исходные данные для разработки:**
  - 3.1. Объект исследования:** студенты 2 курса университета
  - 3.2. Предмет исследования:** готовность к осознанному выбору направления подготовки студентами 2 курса университета
  - 3.3. Методы исследования:** **теоретический** - анализ понятий, определений, синтез и обобщение различных подходов к осознанности выбора профессии, в качестве основного статистического метода исследования применяется корреляционный анализ результатов; **практический** - диагностические методики:
    - Шкала академической мотивации (ШАМ), авторы разработки Т.О. Гордеева, О.А. Сычев, Е.Н. Осин;
    - Многоуровневый личностный опросник (МЛО) «Адаптивность», авторы опросника А.Г. Маклаков, С.В. Чермянин;
    - Опросник осознанности Mindful Attention Awareness Scale (MAAS) К. Brown и R. Ryan, автор адаптации А.М. Голубев;
    - Методика семантического дифференциала «Цветовые метафоры», автор И.Л. Соломин;
    - Опросник авторский И.В. Юдиной.
  - 3.4. Предполагаемые результаты исследования:**
    - Дано определение «Осознанность выбора направления подготовки (профилизации)»;
    - Определены особенности осознанности выбора профилизации студентами 2 курса университета;
    - Предложена методика определения готовности студентами 2 курса университета к осознанному выбору профилизации.
  - 3.5. Источники информации:** монографии, периодические издания, научные публикации по темам
- 4. Основные вопросы, подлежащие разработке:**
  - Анализ основных подходы к построению системы высшего профессионального образования;
  - Анализ основных подходов к феноменам «осознанности», «осознанности выбора», «осознанного выбора направления подготовки/профилизации»;
  - Уточнение определения «Осознанность выбора направления подготовки»;
  - Анализ существующих подходов и методик измерения осознанности;
  - Разработка и проведение исследования цифровыми средствами с удаленным доступом;
  - Анализ полученных результатов с помощью корреляционного и факторного статистического анализа;
  - Подготовка рекомендаций для педагогов-психологов, сопровождающих и/или разрабатывающих офф- и онлайн обучающие курсы, программы обучения, психолого-педагогического сопровождения и самосовершенствования.
- 5. Перечень обязательного графического материала:** отсутствует
- 6. Консультанты по работе:** консультант по нормоконтролю
- 7. Дата выдачи задания:** 31 марта 2021 года

Руководитель ВКР, канд. пед. наук, доцент

Студент



К.П. Захаров



И.В. Юдина

## РЕФЕРАТ

67 с., 2 ч., 8 рис., 106 источников, 7 прил. на 9 с.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** ВЫБОР ПРОФЕССИИ, ОСОЗНАННОСТЬ ВЫБОРА, ОСОЗНАННЫЙ ВЫБОР НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ, ПРОФОРИЕНТАЦИЯ, ПСИХОДИАГНОСТИКА, ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ МАРШРУТ, ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ТРАЕКТОРИЯ, ТЬЮТЕР, ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОСОЗНАННОСТИ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ, ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ, ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

Тема выпускной квалификационной работы: «Психолого-педагогические особенности осознанности выбора направления подготовки студентами 2 курса университета».

Работа посвящена теоретическому анализу и практическому исследованию осознанности выбора направления подготовки студентами 2 курса университета. В январе 2020 года в обращении к Федеральному собранию Президент поручил правительству РФ предусмотреть для студентов вузов возможность выбора направления подготовки начиная с третьего года обучения. При этом Закон об образовании в Российской Федерации определяет общее образование, как приобретение необходимых компетенций, в том числе для осознанного выбора профессии, при этом феноменология осознанности выбора не приводится. Для решения этой проблемы в теоретической части исследования, производится подробный анализ подходов к феномену осознанности, предлагается определение осознанности выбора с психолого-педагогической позиции, выделяются основные индикаторы осознанности выбора - уровень развития адаптационных способностей, показателей осознанности (mindfulness), направленность академической мотивации, ассоциативная связанность параметров «Образование», «Профессия», «Моя работа» и проч. по методике «Цветовые метафоры» И.Л. Соломина. В практической части исследования приведены результаты исследования

осознанности выбора направления подготовки студентами 2 курса различных вузов Санкт-Петербурга, представлена методика исследования осознанности, подтверждены индикаторы осознанности, сделаны выводы, даны рекомендации по использованию методики в подготовке программ психолого-педагогического сопровождения, самосовершенствования и планирования тьюторантом индивидуального образовательного маршрута.

### **ABSTRACT**

67 p., 2 chapters, 8 figures, 106 references, 7 appendixes on 9 p.

CAREER CHOICE, MINDFULNESS OF CHOICE, CONSCIOUS CHOICE OF TRAINING DIRECTION, CAREER GUIDANCE, PSYCHODIAGNOSTICS, INDIVIDUAL EDUCATIONAL ROUTE, INDIVIDUAL EDUCATIONAL TRAJECTORY, TUTORING, PSYCHOLOGICAL FEATURES OF MINDFULNESS OF CAREER CHOICE, PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT, PSYCHOLOGICAL COUNSELING

The topic of the final qualification work is "Psychological and pedagogical features of the training direction choice awareness by the 2nd year university students".

The work is devoted to the theoretical analysis and practical research of the training direction choice awareness by the 2nd year university students. In January 2020, in an address to the Federal Assembly, the President instructed the Government of the Russian Federation to provide for university students to choose the direction of training starting from the third year of study. At the same time, the Law on Education in the Russian Federation defines education as the acquisition of the necessary competencies, including for the conscious choice of a profession, while the phenomenology of conscious choice is not given. To solve this problem, in the theoretical part of the study, a detailed analysis of approaches to the phenomenon of mindfulness was made, a definition of mindfulness of choice from a psychological and pedagogical position was proposed. The main indicators of mindfulness of choice were highlighted - the

level of adaptive abilities development, mindfulness indicators, the orientation of academic motivation, the associative connectedness of the parameters "Education", "Profession", "My job", etc. according to the method "Color metaphors" by I.L. Solomin. In the practical part, the results of training direction choice awareness by the 2nd year university students of different universities of St. Petersburg research are presented. The methodology of the awareness study is presented, the indicators of awareness are confirmed, conclusions are made, recommendations are given on the use of the methodology in the preparation of psychological and pedagogical support programs, self-improvement and planning by the tutor of an individual educational route.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	8
<b>ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ОСОЗНАННОСТИ ВЫБОРА НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ .....</b>	
14	14
1.1. Контекст .....	14
1.2. Принятие решений, осуществление жизненного выбора и адаптационный потенциал личности в условиях средовой неопределённости .....	18
1.3. Профессиональное самоопределение как процесс выбора места в системе социальных отношений .....	24
1.4. Осознанность академических мотивов выбора профилизации .....	26
1.5. Осознанный выбор профессии и психологическая безопасность личности .....	29
1.6. Осознанность выбора профилизации с позиций когнитивизма .....	29
1.6.1. Осознанность выбора профессии в знаниево-ориентированном подходе .....	30
1.6.2. Осознанность как эмпирическое свойство сознания.....	33
1.6.3. Осознанность как «особая маркировка» информации .....	35
1.7. Осознанность как искусство управления вниманием (mindfulness) .....	37
1.8. Выводы по главе. Определение понятия «Осознанный выбор направления подготовки». Особенности осознанного выбора направления подготовки.....	40
<b>ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАНИЕ.....</b>	
43	43
1.1. Описание объекта исследования, представление выборки.....	43
2.2. Организация и ход исследования, методики исследования (краткое описание методики, название и назначение) .....	46
2.2.1. Первый раздел формы .....	47
2.2.2. Второй раздел формы .....	47

2.2.3. Третий раздел формы.....	47
2.2.4. Четвертый раздел формы .....	49
2.2.5. Пятый раздел формы.....	51
2.2.7. Шестой раздел формы .....	53
2.3. Результаты исследования .....	53
2.4. Психолого-педагогические особенности готовности к осознанному выбору профилизации .....	59
Заключение .....	63
Список использованных источников .....	65
Приложение 1. Перечень публикаций, в том числе по теме исследования .....	76
Приложение 2. Опросник авторский И.В. Юдиной .....	79
Приложение 3. Основные диагностические категории и показатели методики «Цветовые метафоры» И.Л. Соломина .....	80
Приложение 4. Результаты обработки примененных в исследовании..... методик и авторской анкеты И.В. Юдиной.....	81
Приложение 5. Корреляционная матрица параметров.....	82
Приложение 6. Итоги проверки гипотез сравнения независимых выборок по критерию «Желание смены направления подготовки».....	83
Приложение 7. Итоги факторного анализа.....	84

## Введение

Закон «Об образовании в Российской Федерации» общее образование определил, как «...вид образования, который направлен на развитие личности и приобретение в процессе освоения основных общеобразовательных программ знаний, умений, навыков и формирование компетенции, необходимых для жизни человека в обществе, осознанного выбора профессии и получения профессионального образования». [1] Данное положение Федерального Закона подтверждает остроту такого вопроса, как готовность к осознанному выбору профессии подрастающим поколением и абитуриентами в частности, и становится одной из целей современного образования, достижение которой требует переосмысления и проработки теоретического основания проблемы готовности к профессиональному самоопределению и пониманию психолого-педагогических особенностей осознанности выбора профессии.

В июне 2019 года Российский фонд фундаментальных исследований разместил Конкурс с трехгодовым финансированием лучших научных проектов междисциплинарных фундаментальных исследований по теме «Человеческий капитал: конкурентоспособность, интеллект, одаренность», что подтверждает необходимость разработки адекватных рекомендательных систем, позволяющих поддерживать конкурентоспособность и профессиональное развитие человека, основания которых закладываются на всех возрастных этапах развития личности. Школьникам, абитуриентам и студентам приходится принимать наиболее важные жизненные решения, связанные с профессиональной ориентацией и профессиональным самоопределением ситуационно, под влиянием различных факторов, о существовании которых, при отсутствии лонгитюдной модели, сопровождающий процесс осознанного профессионального самоопределения, молодые люди не имеют или имеют одностороннее представление. На правительственном уровне принимаются решения, подчеркивающие необходимость дополнительных возможностей исправления ошибочно сделанных профессиональных выборов обучающимися вузов. Так в послании Федеральному собранию



Президент Российской Федерации заявил о необходимости дать возможность студентам после второго курса менять направление подготовки.

Российский учёный, доктор пед. наук В.В. Сериков констатирует в своей работе: «Фактором развития личности, как правило, выступает значимое для нее событие, в котором она выявляет свои новые возможности, проводит ревизию собственных ценностей и образа жизни». [72, с. 33] Дополнительная возможность выбора специализации или возможность смены специализации - является значимым событием жизни, позволяющим провести ревизию осознанности личного выбора в отношении получаемой профессии. [29]

Выбор профессии, по мнению доктора психологических наук Д.А. Леонтьева, - есть вариант смыслового выбора, «при котором формирующаяся личность, проясняет собственные цели, прогнозирует перспективы и последствия выбора, совершает выбор самостоятельно, несет ответственность за выбор, и прежде всего, несёт ответственность перед самим собой». [42, с. 327] И это при том, что хоть сколько-нибудь прогнозируемых альтернатив будущего нет, но осуществляя смысловой, жизненно важный выбор, необходимо учиться конструировать смыслы этого выбора самостоятельно, искать и находить новые точки опоры. Актуальность изучения феномена осознанности, по нашему мнению, созвучно с утверждением профессора медицины Джона Кабат-Зинна о том, что, сейчас «человеку особенно не хватает некоего неуловимого, но важного элемента жизни - самого себя, готовности или умения присутствовать в собственной жизни». [91]

Формирование готовности к осуществлению осознанных жизненно важных решений, способствует более качественному проживанию человеком собственной жизни, развивает способность по-другому воспринимать и разрешать жизненные трудности, воспитывает ориентировку, в том числе, на «внутренний ландшафт сознания», а не только на внешние обстоятельства.

Многочисленное упоминание термина «осознанность» в различных вариациях, как, например, в Федеральном Законе № 273 - «осознанный выбор профессии», на официальном сайте Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого в разделе «Индивидуальная образовательная траектория» -

«повышение уровня осознанности к специальности», говорит о важности смысла или смыслов, закладываемых в понятие «осознанности», при этом, нигде в официальных источниках не дается расшифровки для однозначного понимания, что данное понятие означает для педагогов-психологов, чья профессиональная стезя обязывает сопровождать формирование компетенции осознанного выбора профессии. Что отличает «осознанный выбор профессии» от «неосознанного»? Какие именно знания, умения, навыки или личные качества необходимо развивать у обучающихся для формирования готовности к «осознанному выбору профессии/профилизации»? Чем обусловлена дополнительная возможность смены направления специализации именно после 2-го курса? Какие особенности указывают на готовность к «осознанному выбору профилизации» студентами вторых курсов университета? Всё это вопросы, на наш взгляд, требующие ответа, что подтверждает актуальность исследования, его теоретическую и практическую значимость, в частности для педагогов-психологов, как сопровождающих педагогический процесс, так и разрабатывающих обучающие программы для офф-и/или онлайн обучения.

Целью данной работы является исследование особенностей осознанного выбора направления подготовки (профилизации) студентами 2 курса университета.

Объект исследования - студенты 2 курса университета.

Предмет исследования - готовность к осознанному выбору профиля подготовки студентами 2 курса университета.

Гипотеза исследования: особенностями совершенного осознанного выбора направления подготовки (профилизации) студентами 2 курса университета являются:

1) высокий уровень субъективного удовлетворения учебно-образовательным процессом;

2) субъективная уверенность в «правильности» сделанного выбора профессии;

3) академическая мотивация субъекта на познание, достижение, саморазвитие, самоуважение;

4) адаптационный потенциал студента от удовлетворительного уровня и выше;

5) исследование «Методом цветowych метафор» по Соломину выявляет ассоциативную связь между понятиями «Образование», «Профессия», «Работа», «Карьера», «Настоящее», «Будущее», «Радость».

Основными результатами исследования являются:

1) определение понятия «Осознанность выбора направления подготовки (профилизации)»;

2) особенности «осознанного выбора направления подготовки» студентами 2 курса университета;

3) психолого-педагогическая методика определения готовности студентов 2 курса университета к «осознанному выбору направления подготовки» на основе подобранных тестов, опросников и разработанной анкеты.

Запланированные результаты позволят в дальнейшем опираться на них при разработке:

- развивающих программы психолого-педагогического сопровождения осознанного выбора направления подготовки студентами 2 курса университета;

- методических рекомендаций для психолого-педагогического консультирования студентов, стремящихся к осознанному выбору направления подготовки;

- методических рекомендаций, моделей логичного сопровождения выбора профессии школьниками, абитуриентами, студентами и взрослыми в рамках концепции «обучение через всю жизнь».

Для достижения поставленной цели и получения запланированных результатов был решён ряд взаимосвязанных задач:

1) проанализированы основные подходы к построению системы высшего профессионального образования; сопоставлены Болонская и англосаксонская си-

системы высшего профессионального образования; сделаны выводы о соответствии системы образования в Российской Федерации актуальной ситуации филологического общества;

2) проанализированы основные подходы к феноменам «осознанности», «осознанности выбора», «осознанного выбора направления подготовки/специализации»;

3) уточнено определение «Осознанность выбора направления подготовки» в психолого-педагогическом контексте;

4) проанализированы существующие подходы и методики измерения осознанности;

5) определены основные психологические особенности, лежащие в основе осознанного выбора направления подготовки студентами 2 курса университета;

6) отобраны методики, разработана анкета, предложен вариант методики определения готовности к совершению осознанного выбора студентами 2 курса университета направления подготовки;

7) разработано и проведено исследование цифровыми средствами с удаленным доступом;

8) проанализированы с помощью корреляционного и статистического анализа полученные результаты, сделаны выводы;

9) приведены направления использования результатов исследования для педагогов-психологов консультирующих студентов, сопровождающих и/или разрабатывающих офф- и онлайн обучающие курсы, программы обучения.

Основными методами исследований стали теоретический анализ понятий и определений, синтез, обобщение различных подходов к осознанности выбора профессии. В качестве основного статистического метода исследования применяется корреляционный анализ данных, полученных с помощью батареи подобранных методик:

1) Шкала академической мотивации (ШАМ), авторы разработки Т.О. Гордеева, О.А. Сычев и Е.Н. Осин (разработка на основе Шкалы академической мо-

тивации Р. Валлеранда, англ. The Academic Motivation Scale, сокр. AMS). Теоретической основой методики является теория самодетерминации Э. Диси и Р. Райана;

2) Многоуровневый личностный опросник (МЛО) «Адаптивность», авторы А.Г. Маклаков и С.В. Чермянин;

3) Опросник осознанности Mindful Attention Awareness Scale (MAAS) Brown К. и Ryan R., русскоязычная адаптация, автор А.М. Голубев;

4) Методика семантического дифференциала «Цветовые метафоры», автор И.Л. Соломин;

5) Опросник авторский И.В. Юдиной, подготовленный для данного исследования.

Подробные результаты описаны во 2 главе настоящей работы.

Работа состоит из двух глав:

- в первой главе приведен теоретический обзор литературных источников по теме исследования, сделаны выводы по результатам анализа;

- вторая глава посвящена разработке исследования, проведена интерпретация полученных результатов.

Предварительные подходы к настоящему исследованию были представлены в докладах на конференциях, сборниках докладов конференций. Перечень публикаций автора диссертации приведен в Приложении 1.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ОСОЗНАННОСТИ ВЫБОРА НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ

## 1.1. Контекст

«Ничто не постоянно, кроме изменений»

Гераклит

Вступительное слово в докладе «Двенадцать решений для нового образования» декларирует, что место, которое Россия в глобальном миропорядке будет занимать в 2050 году, непосредственно определяется тем, что будет происходить в 2018-2024 годах в сфере непрерывного образования - в детских садах, школах, колледжах и университетах. [105] Ускоряющиеся технологические и социальные изменения жёстко влияют и на образование. «Сегодняшние «стейкхолдеры» подрастающего поколения должны готовить его для жизненных сценариев, о которых в недавнем прошлом не мог даже помыслить». [61, с. 49]

Ключевыми вызовами XXI века доктор психологических наук, профессор, академик Российской Академии Образования (РАО) А.Г. Асмолов называет «вызовы Сложности, Неопределенности и Разнообразия». [11] Уточняя, что «сложный мир - это мир, где не только ученики, но и учителя не знают, что будет дальше, что будет завтра, это мир, где студенты университета им. Н.Э. Баумана сталкиваются с тем, что знания, полученные ими на четвертом курсе, устаревают уже на пятом». [12]

В заданном контексте, заявление, сделанное в декабре 2020 года Президентом Российской Федерации в послании Федеральному собранию, о необходимости дать возможность студентам после второго курса вуза менять направление подготовки, не кажется абсурдным, несмотря на то, что лишь в 2012 году был завершён самый сложный процесс реформирования всей системы образования в целом. Российские вузы перешли на европейский стандарт, известный как «Болонская система». Была введена двухуровневая система образования (бакалавриат + магистратура) и на уровне руководства государства провозглашена

академическая мобильность студентов. С появлением второй ступени стало возможным получать новую профессию и в магистратуре. [102]

В ответ на инициативу Президента в феврале 2020 года Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого анонсировал на своём официальном сайте «Модель обучения по Полигруппам», выстроенную уже в рамках модели «2+2+2» и предоставляющую новые возможности для смены специализации студентами. В сообщении говорится, что модель обучения по Полигруппам в течение первых двух лет позволит упростить студенту смену направлений подготовки (специальностей) после второго года освоения образовательной программы бакалавриата (специалитета) и поспособствует осуществлению осознанного выбора направленности (профиля) подготовки.

Нужно отметить, что трёхуровневая система образования не нова и давно развивается в таких странах как США, Великобритания, Япония. Система образования США в некоторых положениях схожа с европейской системой, однако имеет и ряд ключевых отличий. Главным, из которых является возможность самостоятельного выбора студентом комплекса дисциплин для изучения, что позволяет в короткие сроки адаптироваться под требования изменчивого рынка труда.

Образование в США включает три основных этапа:

- квалификация «ассоциат», наделяющая студентов правом продолжить обучение по программе «бакалавриата» или трудоустроится в некоторые компании (младшая группа специалистов),
- степень «бакалавр», считающаяся основной степенью профессионального образования,
- степени магистра и/или доктора, осуществляемые в аспирантских и/или высших профессиональных школах колледжей и университетов.

Сроки обучения зависят от выбранной программы.

Как можно понять из вышесказанного, государство, в лице Президента, пробует продолжить развитие системы образования, комбинируя «Болонскую»

и англо-саксонскую системы. Но ни та, ни другая системы образования, по мнению членов «Общества Знаниевых кочевников», не являются соответствующими не только неопределённому будущему, но и относительно понятному сегодня, поскольку «мы уже не живем в индустриальном обществе и нет необходимости решать его проблемы». [61, с. 121]

Цифры, приведённые в докладе «Двенадцать решений для нового образования», подготовленном в рамках разработки Стратегии социально-экономического развития России до 2024 года и с перспективой до 2035 года, под руководством Я. Кузьмина, И. Фрумина и при участии Л. Овчаровой, показывают, что граждане России рассматривают образование как одну из приоритетных социальных ценностей: высокий уровень образования в их глазах является одной из самых важных гарантий жизненного успеха по данным Всероссийского фонда общественного мнения (ВЦИОМ), см. Рис.1.:

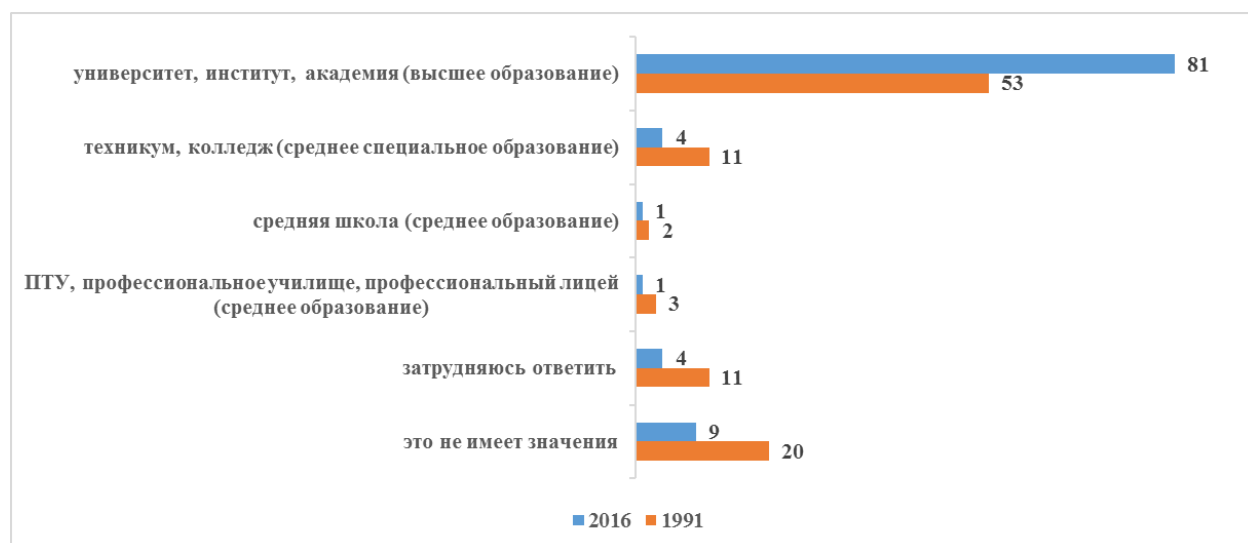


Рис.1. Ответ взрослого населения на вопрос: «Какое образование вы хотели бы дать вашим детям, внукам?» (закрытый вопрос, один ответ, %), 2016 г.

Но сегодня быть «успешным хозяином своей жизни» означает совершенно иное, нежели пять лет назад. Чувство ответственности за свою жизнь и ощущение самоактуализации раньше поддерживались надежной работой и квалификацией, а сегодня существует тенденция частой смены работы и постоянного раз-



вития или замены профессиональных компетенций, что лишает ощущения контроля над своей жизнью и специализацией, всё сложнее становится внятно объяснить, кто ты в профессиональном смысле сегодня и чем занимаешься в мультидисциплинарных проектах.

Ричард Сеннетт в своей книге «Коррозия характера», так сформулировал правило для подрастающего поколения: «В окружении непознаваемой до конца среды, которая быстро меняется и в которой даже большие компании не могут обеспечить своих сотрудников гарантией долговременной карьеры (так как могут исчезнуть так же быстро, как и образовались), иметь собственное четкое представление о своем пути - это единственный способ найти смысл в происходящем. И в первую очередь для самого себя». [96, с.63]

Проблемы принятия решений личностью рассматривали видные представители экзистенциальной психологии Л. Бинсвангер, М. Босс, Дж. Бьюдженталь, Р. Лэнг, С. Мадди, Р. Мэй, Ж.-П. Сартр, В. Франкл. В частности, в своих трудах Р. Мэй подчёркивал и уникальность личности, и её уникальный свободный выбор. Свободу Р. Мэй определил, как состояние личности, готовой к «переменам, готовой знать о своей предопределенности». [57] При этом ученые, находящиеся в мейнстриме обсуждений различных подходов к реализации искусственного интеллекта, нейронных сетей и замены ими сознания человека, развивая новое направление философии - философию сознания - говорят о свободе уже так: «Свобода гражданина NN «сомневаться или не сомневаться» моих [автора – Прим. И.Ю.] глазах состоит исключительно в моей [автора – Прим. И.Ю.] досадной неосведомлённости относительно сложного комплекса причин, которые в конечном счёте предопределяют его выбор». [55] И через это уточнение, просвечивают возможности XXI века - принятие достаточно точных решений через анализ больших данных (big data). Для отдельного человека это означает следующее: чем больше информации о самом себе доступно, тем более точно можно оперировать этой информацией. Оставаться в стороне от возможностей современных технологий для педагога-психолога, на наш взгляд, уже невозможно.

Как невозможно не понимать и то, что какой бы неопределённой ни была внешняя среда - всё что остается у человека - это он сам, его индивидуальность во всей уникальности, своеобразии и разнообразии проявлений.

Итак, выделим главное:

1) системы образования в мире, по мнению членов «Общества Знаниевых кочевников», не являются соответствующими не только неопределённому будущему, но и относительно понятному сегодня;

2) в условиях глобальной неопределенности важно научиться находить личные смыслы в происходящем, быть свободной личностью, готовой к изменениям, готовой знать о своем предназначении, уметь находить твёрдую опору внутри себя.

## **1.2. Принятие решений, осуществление жизненного выбора и адаптационный потенциал личности в условиях средовой неопределённости**

Стремительно меняющиеся условия современной жизни вынуждают человека приспосабливаться к новым условиям существования, осуществляя всевозможные выборы - от повседневных до индивидуально значимых, определяющих весь дальнейший жизненный путь. [74]

«Выбор человека предваряет все действия, динамичен, различается по содержанию, направленности и способам реализации», [36] в своих метафизических основаниях не зависит от «текущего» момента - индивидуальная история предопределяет отношение человека к своему будущему с его перспективами, планами и надеждами, мечтами и путями их достижения, и, вследствие чего, трудно поддается однозначному определению. [59] Разрешение неопределенности - едва ли ни единственное, что примирило мнения большинства авторов, размышляющих в своих работах о выборе как таковом. [напр. 33, 41]

Обобщая компетентные мнения, можно констатировать, что «в точке выбора действия субъекта не предопределены однозначно, выходят за рамки рациональности, связаны не только с когнитивным устранением неопределенности,

а с экзистенциальным самоопределением в ней, принятием ответственности за свой выбор». [41, 49] И выбор направления подготовки «становится резким сокращением пространства альтернатив до одной реализуемой, приводит к уменьшению степеней свободы, определению «личностной цены» принимаемого решения, включая оценку «кем я становлюсь в результате такого моего выбора» [37].

Решившись выбрать ту или иную профилизацию, человек отворачивается от множества других возможностей, нередко проходят годы, прежде чем снова станет возможным вновь думать о выборах, которые были сделаны. «При этом, автобиографическая память так устроена, - пишет Титаренко Т.М., - что пик воспоминаний приходится практически у всех на возрастной период от 15 до 30 лет». Такое «сгущение» воспоминаний, говорит о значимости каждого сделанного выбора, каждого принятого решения именно в этот период для всей последующей жизни. [78]

В периодизации возрастной психологии, выбор профилизации на 2 курсе приходится на позднюю юность - 17-21 год, которая завершается нормативным кризисом перехода к взрослости, так называемым «отрывом от родительских корней», основными психологическими новообразованиями этого времени являются - потребность в самоопределении и готовность к личностному и профессиональному самоопределению. Предложение пересмотреть или уточнить выбранное направление подготовки на втором курсе университета предлагает ещё раз дать оценку совершенному выбору профессии в завершении сенситивного для этого возрастного периода.

Традиционно принято соотносить начало принятия решения с возникновением проблемной ситуации и окончание с выбором варианта решения и действием, которые должны преобразовать возникшую проблемную ситуацию. Принятие решения о выборе профессии в благоприятных обстоятельствах начинается задолго до поступления в вуз, выбор профилизации на втором курсе - это своего рода «поворотное событие» на пути своевременной реализации личностного потенциала.

Ситуация выбора профессии рассматривалась такими видными учеными, как Л.С. Выготский, Л.И. Божович, Е.А. Климов и др. Позднее феномен профессионального выбора был описан в трудах Е.И. Головахи, Э.Ф. Зеера, Е.А. Климова, И.С. Кона, Н.С. Пряжникова и других ученых.

Ещё в 80-е годы XX столетия исследователи Л.С. Кравченко, Н.И. Соболева выделили из всего разнообразия выборов - жизненный выбор, определив его как «поворотное событие на жизненном пути субъекта, которое имеет свою специфическую структуру и внутренние тенденции, свидетельствующие о направленности личности, способах ее взаимодействия с миром и уровне развития». [38,75]

В своих исследованиях феномена адаптации С.Т. Посохова опиралась «на признание прочности единства существования человека и окружающей реальности, в котором именно личность признавалась истоком и завершением адаптационных процессов, при этом с отсылкой на плеяду видных ученых (Г.А. Балл, Е.В. Витенберг, Е.К. Завьялова, А.Г. Маклаков, А.А. Реан, Т.И. Ронгинская, Н.С. Хрусталева), был сформулирован важный смысловой аспект адаптации, а именно - адаптация как поиски личностью необходимых способов самораскрытия, включая профессиональные». [68] Таким образом, манифестировалась личность, стремящаяся к выработке особой индивидуальной стратегии взаимодействия с изменчивой окружающей реальностью, с собственным видением происходящего, с собственными решениями и жизненными выборами.

Н.А. Логинова отмечала, что жизненный выбор является ответом человека на те или иные обстоятельства и события, а инициируемые самим человеком жизненные выборы, в большинстве случаев подчиняются его индивидуально-психологическим характеристикам, однако в определенных обстоятельствах, человек может совершить выбор и наперекор им. [44] Ведь «жизненный выбор человека определяется не только объективными обстоятельствами, ситуацией выбора, но и самим субъектом выбора, его ментальностью». «Взаимосвязанность субъективных составляющих выбора позволяет говорить об их системном влиянии на жизненный выбор человека». [71]

По мнению Л.В. Помыткина, В.В. Редько, О.А. Тополенко, А.А. Сцибировской, О.В. Хуртенко, В.Н. Черноброскина условия принятия личностью жизненного решения обуславливают необходимость одновременно оперировать значительным объемом разноплановой информации, оценивать влияние многообразия факторов и осуществлять окончательный выбор.

По мнению других исследователей, напр. А.В. Капова, А.И. Кочетковой, А.В. Лученкова и др., за последнее время выросла сложность проблем выбора и принятия решений, что делает мало пригодными многие из традиционных способов и схем их решения. [45,47] Человек может получить столь значительный объем разноплановой информации, которую не успевает полностью переработать для принятия эффективного решения. Мелкие информационные детали попадают прямо в подсознание, где складывается наиболее полная картина ситуации, и практически мгновенно может быть найдено решение. Ученые выделяют целый класс решений - интуитивные или выбор, сделанный только на основе ощущения или знания о том, что он правильный. В когнитивной психологии такое знание называют неявным, или имплицитным, а процесс приобретения такого знания - имплицитным научением.

Как показателю зрелости личности, особое внимание вопросам личного выбора уделяли Д.А. Леонтьев, Е.Ю. Мандрикова, Е.А. Магазева, Н.В. Пилипко, А.Х. Фам, М.С. Филоник и др. [42]

Субъективный выбор личности, по мнению А.И. Санникова, Е.Ю. Мандриковой, наиболее ярко выявляет её (личности) особенности, способности и возможности, влияя на изменение ситуаций, формируя активную жизненную позицию, определяя пути становления. [71, 56]

С.Т. Посохова утверждает, что «в адаптационном потенциале заложена латентность адаптационных способностей, своевременность и вектор реализации которых зависит от активности личности». [67]

Г. Олпорт описал «дихотомии активности (проактивности) и реактивности, и два вида выбора - активный и реактивный». [62] Активный выбор харак-

теризуется совершением выбора на основании разумных аргументов с понятными основаниями выбора, реактивный выбор - наоборот. Возможность совершения того или иного выбора, обеспечивается наличием индивидуально-психологических предпосылок и более или менее благоприятными условиями для их реализации.

По мнению С.Т. Посоховой, уровень и содержание фактических достижений человека во взаимодействии со средой отражает адаптированность. [67] К ключевым признакам личностной регуляции исследователем были отнесены осознанность и произвольность. Можно установить взаимосвязь между осознанностью и произвольностью адаптивного поведения и активным и, соответственно, реактивным выбором, осуществляемым субъектом на своем жизненном пути.

Отсутствие решение как такового свидетельствует о дезадаптивном поведении, а, следовательно, будет требовать присутствия другого человека, способного нести ответственность. Такие эпизоды остаются за рамками данного исследования.

Среди ученых значительный вклад в исследование проблемы принятия жизненных решений сделала К.А. Абульханова-Славская. [2] Согласно её взглядам, жизненный путь личности имеет единые для всех людей проблемы, но способ их решения глубоко индивидуален, а потому индивидуальным является и жизненный путь человека. Реальный выбор принимающей решение личности не последователен, сопровождается многочисленными противоречиями, случайными проявлениями скрытых ошибок в неоптимальных вариантах, попытками личности сократить общее число условий ситуации выбора, но как бы то ни было, выбор и качество этого выбора, неотрывно от адаптивных способностей человека.

В связи с этим, адаптивная и регулятивная функции жизненного выбора выходят на первый план. Выбор, актуализированный какими-либо обстоятельствами, позволяет человеку приспособиться к изменяющимся условиям, всецело определяя поведение выбирающего.

А.Г. Маклаков, А.А. Сидорова, С.Т. Посохова, изучающие адаптационные возможности человека, отмечают в своих исследованиях, что именно такая интегральная характеристика личности, как «адаптационный потенциал личности, включающая устойчивую совокупность индивидуально-психологических и личностных свойств, обуславливает эффективную адаптацию и играет незаменимую роль в психическом и социальном развитии индивида». Последнее утверждение важно для данного исследования: способность совершать жизненно важный выбор неотрывна от адаптационного потенциала личности.

Структура адаптивности, предложенная А.Г. Маклаковым, описана через уровни проявления значимых характеристик, таких как - самооценка личности, развитие познавательных способностей, ориентации в общепринятых нормах поведения, опыт общения, конфликтность, социальная поддержка, нервно-психической устойчивости. Чем выше уровень перечисленных компонентов, тем более успешной будет адаптация.

Итак, выделим главное:

1) возможность уточнить выбранное направление подготовки на втором курсе университета - означает ещё раз дать оценку совершенному выбору профессии в завершении сенситивного для этого возрастного периода поздней юности;

2) выбор, сделанный только на основе ощущения или знания о том, что он правильный, учёными выделяются в отдельный класс интуитивных решений;

3) адаптивный потенциал личности неотрывен от способности совершать личностью активный (осознанный) или реактивный (произвольный) выбор, как таковой, включая жизненно важный;

4) адаптивные возможности личности определяются через уровень развития значимыми в регуляции психологических характеристик.

### **1.3. Профессиональное самоопределение как процесс выбора места в системе социальных отношений**

С начала XXI века широко исследуются вопросы профессиональной пригодности выпускников образовательных организаций к системе современного рынка труда. Профессиональное самоопределение в контексте философского учения М.М. Бахтина и антропосоциологической концепции личности В.И. Слободчикова – есть процесс осмысленного и мотивированного выбора молодым человеком своего места в системе социальных отношений, основанный на принципе событийности. Один из современных исследователей упомянутого философского и антропологического наследия - Е.Е. Сапогова, формулирует: «Поскольку личность не может манифестировать собой что бы то ни было ещё, ...то её сущность может быть понята лишь настолько, насколько она сама готова раскрыться навстречу познающему». [23] То есть - самому себе.

С педагогической точки зрения, понятие «самоопределение» - это осознание человеком себя и своей позиции в конкретной системе отношений, а также достижение достаточно высокого уровня зрелости, обеспечивающей независимость достигнутой позиции во всех смыслах и аспектах связи с социальным окружением. [28, 55]

Психология, в отличие от педагогической науки, в большей степени занимается изучением вопросов генезиса выбора профессии. Так, например, Д.А. Леонтьев и Е.В. Шелобанова отмечают, что “конструктивно-познавательная деятельность” на этапе выбора профессии приводит в дальнейшем к перспективному росту и самореализации. [91] Ученые выделяют основные варианты выбора профессии: выбор по “семейной традиции”, выбор “наугад”, выбор “по призванию”, выбор “по расчету”. Абитуриент, осуществляющий четвертый вариант выбора “по расчету”, является “субъектом осознанности и самостоятельности”. Он выступает зрелой личностью, который при планировании карьеры реалистично оценивает потребности рынка труда, свои возможности, материальные и физические ресурсы.



Н.С. Пряжников отмечает, что в дальнейшем такой субъект получает больше удовлетворения от избранной сферы деятельности, видит больше смыслов и перспектив реализации. [70]

В России на данный момент не существует сквозной системы, охватывающей все уровни и стадии профессионального самоопределения, а современной наукой и практикой недостаточное внимание уделено целостному, многомерному и системному анализу вопросов профессионального самоопределения молодежи, при этом важность и необходимость именно такого анализа подчеркивается многими исследователями. [24,85]

Существующие подходы, призванные решить проблемы профессиональной ориентации и профессионального самоопределения в условиях неопределенного мира профессий, основаны на форсайтном определении потребностей в профессиях через несколько лет (примером может служить «Атлас новых профессий») и подготовке специалистов исходя из этих прогнозов. Данные подходы пытаются устранить неопределенность, что не может являться полноценным решением данной проблемы - форсайты обладают большой долей условности, а возможности по переобучению неверно подготовленных специалистов являются сильно ограниченными. Именно поэтому для решения обозначенных проблем требуется разработка и внедрение подходов, основанных не на борьбе с неопределенностью, а на принятии её.

Итак, выделим главное: профессиональное самоопределение в условиях неопределённости - это активный выбор человеком своего места в системе социальных отношений, при котором субъект, раскрывается на встречу знаний о самом себе постоянно, самостоятельно или с помощью соответствующих специалистов на столько, на сколько может себе позволить в настоящий момент времени.

#### 1.4. Осознанность академических мотивов выбора профолизации

Мотив, как психологическое понятие, «относят к причинам разнообразных и подвижных проявлений поведения индивида, за которыми скрыты его потребности и ценности». Термин «мотивация» - является теоретическим конструктом, разработанным для объяснения причин, направленности и принятых схем поведения людей. [19]

Р. Стернберг, Т. Стренце, работая над прогностическими возможностями традиционных тестов интеллекта для раннего предвидения профессиональной успешности и изучая в целом влияния интеллекта на успешность, независимо друг от друга пришли к выводу, что «мотивация является лучшим предиктором успеха, чем интеллект». [97,100] По мнению, выраженному в совместной работе М. Ричардсона и Ч. Абрахама, «вклад мотивационных переменных в академические достижения студентов сопоставим с вкладом показателей интеллекта и иногда даже превышает его». [95]

Как обоснованно пишет исследователь мотивации - Т.О. Гордеева: «Простое владение знаниями не обеспечивает их автоматическое использование в различных жизненных ситуациях». [19] В реальной действительности, люди с сопоставимыми уровнями интеллектуальных способностей, опыта и образования, могут прибегать к существенно различающимся схемам преодоления и совладания с возникающей ситуацией, эти же причины влияют и на результативность их деятельности. Деятельность и результаты деятельности человека полимотивированы внутренними, основанными на интересе к самой деятельности, мотивами, и внешними, предполагающими вознаграждение и принудительно-волевою регуляцией деятельности. Это разграничение мотиваций эмпирически исследовано, как в отечественной психологической науке (Л.С. Божович, М.В. Матюхина, А.К. Маркова, Т.О. Гордеева и др.), так и в зарубежных исследованиях (прежде всего в контексте теории самодетерминации Э. Деси и Р. Райана). [14,18,21,50,54,90,96, 97, 98,99]

Михай Чиксентмихайи, автор «Теории счастья», провел тысячи интервью в девяностых годах прошлого века, задавая вопросы, высвечивающие суть субъективной наполненностью респондентов ощущением счастья, возникающей в различных обстоятельствах. И прошёл к убедительным выводам, что наибольшее ощущение наполненностью счастьем приносит деятельность, сопровождающаяся «слепой» увлеченностью, когда теряется ощущение времени и появляется чувство, что нет ничего более важного, буквально появляется переживание - «ничего вокруг не существует». [84] Чаще всего исследуемое ощущение описывалось в контексте работы над какой-то трудной задачей, на максимуме личных возможностей, умений и талантов. О похожих переживаниях «захваченности» или даже «одержимости» делились с близкими, например, Ф. Ницше в письмах к сестре, а Д. Милле, по воспоминаниям натурщицы, забыл о ней, оставив в остывающей воде ванной, когда писал в творческом потоке с неё «Офелию».

«Мотивационный профиль», по мнению Т.О. Гордеевой, есть у каждого человека и он отражает различную выраженность и иерархию мотивов, лежащих в основе той или иной деятельности. Такие мотивационные образования или мотивационные спайки входят в ядро структурной организации личности, создавая основу для «экзистенциальной регуляции» личности. [82,40] Многочисленные исследователи сущности мотивов описывают их широкий функционал - побуждающий, направляющий, управляющий, организующий, структурирующий, контролирующий, смыслообразующий, отражательный и защитный. Такое обширное функциональное влияние, позволяет сделать вывод – без учёта мотивов или «мотивационного профиля» личности невозможно никакое объяснение ключевых детерминант человеческой деятельности и собственно поведения человека. И это важное наблюдение иллюстрируется блестящей мыслью В. Гендрякова, который утверждал, что «нельзя растить ребенка как простое существо, втискиваемое в прокрустово ложе одинаковых для всех норм..., отбрасывая мотивы, происходит демотивация, переход от психологии свободной сложной личности к психологии незначительности». [77,12]

Е.П. Ильин поясняет, что все эти компоненты мотива могут проявляться в сознании человека в вербализованной или воображаемой, образной форме, при этом мотиваторы могут осознаваться лишь частично. И тогда, осознанность поведения, как некое осознанное число мотиваторов, исследователем противопоставляется автоматизмам и позволяет наметить некие уровни осознания себя как действующего индивида, в своей индивидуальной автономности. [31] Чем выше эта автономизация, тем более осознаваемый характер носит детерминация поведения подростка. Т.О. Гордеевой, О.А. Сычевым, Е.Н. Осиным в сотрудничестве разработана методика диагностики мотивации, позволяющая надежно оценить семь качественно разных типов учебных мотивов, характерных для учащихся (студентов): три типа внутренних, три типа внешних мотивов и такой параметр, как амотивация. [22] Согласно разработанной методике, внутренняя академическая мотивация включает мотивы познания, достижения и саморазвития, базируется на удовлетворении этих базовых психологических потребностей. Внешняя мотивация, в свою очередь, включает различные типы регуляции, связанные как с удовлетворением, так и с фрустрацией базовых потребностей в автономии и компетентности. [20]

Собранная информация по методикам в вербализированной и образной (проективной) форме обычно рассматривается как взаимодополняющая.

Итак, выделим главное:

- 1) вклад мотивационных переменных в академические достижения студентов сопоставим с вкладом показателей интеллекта;
- 2) мотивационные образования лежат в основе «экзистенциальной регуляции» личности;
- 3) методика диагностики мотивации, позволят надежно оценить семь качественно разных типов учебных мотивов: три типа внутренних, три типа внешних мотивов и амотивацию;
- 4) отдельные мотивы могут осознаваться, а другие - нет, соответственно, собранная информация по тестовым и проективным методикам можно рассматривать как взаимодополняющую.

### **1.5. Осознанный выбор профессии и психологическая безопасность личности**

В своей книге «Шок будущего» А. Тоффлер отмечает: "Умение выбирать - ключевое умение человека будущего». [79] Но ещё А. Маслоу в конце прошлого века писал: «Человек вынужден выбирать между безопасностью и развитием, зависимостью и независимостью, регрессом и прогрессом, инфантильностью и зрелостью». А. Маслоу в своих размышлениях отмечал наличие условно «плохих» и «хороших» сторон и в стремлении человека к безопасности, и в стремлении к постоянному развитию, отмечая, что движение вперед осуществляется, когда сочетание преимуществ и недостатков оказывается в оптимальном для индивида, для личности соотношении. [7, 53]

Осознанный выбор профессии, по мнению И.А. Баевой, С.И. Галяутдиновой, Е.В. Ахмадеевой, Б.А. Еремеева, Т.И. Колесниковой и прочих – это прочная основа для чувства уверенности в будущем, удовлетворенности настоящим, а также продумывания путей достижения поставленных жизненных целей, которые, по определению ученых, выступают критериями психологической безопасности личности. [13,16,26,32] И это тот самый выбор по А. Маслоу - между развитием и безопасностью, между регрессом и прогрессом, между инфантильностью и взрослостью. Осуществление осознанного выбор подробно рассмотрено в разделе 1.2., как случай выбора, когда личность осмысливает свои цели, прогнозирует последствия выбора, совершает выбор самостоятельно, несет ответственность за выбор перед самим собой. Как отмечает И.А. Баева осознанный выбор профессии, в указанной выше коннотации, является одним из важных факторов детерминации психологической безопасности личности. [13]

Итак, выделяя главное: осознанный выбор профессии, является одним из факторов детерминации психологической безопасности личности.

### **1.6. Осознанность выбора профилизации с позиций когнитивизма**

Опираясь на позицию, так называемого «рационального познания» когнитивизма, когда психика и сознание человека - есть необходимые и достаточные

инструменты априорной познавательной деятельности человека, оценить «осознанность», как характеристику познавательной деятельности, вполне возможно.

### **1.6.1. Осознанность выбора профессии в знаниево-ориентированном подходе**

Обсуждение подобных подходов к измерению «осознанности» знаний широко встречается в работах советских педагогов, начиная с середины прошлого века. В рамках знаниево-ориентированного подхода в педагогике, был сформулирован и дидактический принцип осознанности, в котором «осознанность знаний» тесно увязывалась с «прочностью» усвоенного материала и «интеллектуальной компетентностью (например, Смирновой А.А., Чернышовой Н.С., Милейко Е.В. и других). [34]

Осознанность фактически определялась пониманием путей получения знаний. И.Я. Лернер выделил семь условий, необходимых для оценки осознанности знаний:

- 1) понимание характера связей между знаниями,
- 2) различие существенных и несущественных признаков,
- 3) понимание путей проявления связей между компонентами знаний,
- 4) понимание оснований усвоенных знаний (их доказательность),
- 5) понимание способов получения знаний,
- 6) усвоенность областей и способов применения знаний,
- 7) понимание приемов применения знаний. [43]

Данные концепты измерения осознанности знаниям имеют связь с идеями Б. Блюма и опубликованной в 1956 году его книгой «Таксономия образовательных целей».

Андреев А.С., применяя знаниевый подход к определению осознанности, в настоящее время, дает следующую дефиницию «комплексная характеристика сознания, определяющая (а) размер осознаваемой части психического пространства, (б) степень её осознания, (в) временные характеристики процесса осознания:

1) нечто (процесс или предмет - назовем это объектом осознания) имеет место быть,

2) грубая дифференциация (категоризация) объекта осознания,

3) более тонкая (детальная) дифференциация (категоризация) объекта осознания (все объекты могут быть разделены на типы, каждый из них - на подтипы и т.д.), таким образом, возникает многоуровневая классификация, что позволяет говорить об уровне категоризации объекта осознания,

4) осознание своей связи с объектом осознания и его связей с другими объектами,

5) частичное погружение сознанием в объект осознания и эмоциональное переживание своего взаимодействия с ним,

6) полное погружение сознания в объект осознания в сочетании с осознанием отдельности от него,

7) полное погружение сознания в объект осознания в сочетании с переживанием тождественности с ним». [8,9]

Учёным не приводится техник, как именно возможно измерить полноту погружения сознания в объект осознания. Но, ответ на это можно найти в работе А.Ю. Агафонова «Когнитивная психомеханика сознания»: «Весь путь, который был пройден психологией в XX столетии показывает, для того чтобы объяснить осознаваемый опыт, нужно выйти за его пределы». [3] Возможно ли стать сверхчеловеком, чтобы измерить полноту погружения в объект сознания?

Знаниевый подход, но уже в контексте «осознанности профессионального выбора» изучается и нашими современниками, например, Куимовой Н.Н, Тарасюк А.А. [39] Авторы исследуют рациональные аспекты «осознанного выбора профессии» и маркируют «осознанным» такой выбор, который основан «на анализе реальных проблем и знаний о будущей профессии».

Е.А. Климовым выделяются и общие обстоятельства, которые важны при любом профессиональном самоопределении:

1) позиция старших членов семьи,

2) позиция товарищей, друзей, подруг, знакомых,

- 3) позиция учителей, педагогов, классного руководителя,
- 4) личные профессиональные планы,
- 5) способности,
- 6) уровень притязаний на общественное признание,
- 7) информированность,
- 8) личные склонности. [35]

При этом анализ сформированности или готовности к «осознанному выбору профессии» учитывает и такие важные параметры, как: самостоятельность, вербализуемые цели, последствия, планы по достижению цели, альтернативные варианты, локус внутренней ответственности. [81]

При осуществлении «осознанного выбора профессии» из позиции «рационального познания», с учетом всех вышеперечисленных обстоятельств, субъектом решается задача классификации объектов на основе неявных оснований, что требует и сознательного волевого поведения, и властвования над собой, и умения подчинять одни мотивы другим, и ставить должное выше желаемого. [33] «Тогда человек выступает как существо многомерное, сложноорганизованное» и обладающее «осознанностью как фундаментальной характеристикой жизнедеятельности» по В.И. Слободчикову и Е.И. Исаеву. [73] Существование связи между процессом осознания и формированием личности подчеркивали и Л.С. Выготский, и Рубинштейн. [76]

Но знаниевый подход, «работающий на отождествление сознательного и осознаваемого, препятствует пониманию логики работы механизмов сознания, поскольку предполагает, что сфера сознания не может включать в себя неосознаваемые явления». [3, с. 8] А, как указывает А.Г. Чеснокова: «Осознанность - это не только особая форма, но и особое качество психики. Собственная психическая деятельность индивида может протекать как осознанно, так и неосознанно, сама сознательная деятельность сознанием не осознается, хотя и обеспечивает конечные результаты - осознаваемые психические продукты, в том числе когнитивного свойства». [83, с.6] Таким образом, как осознание, так и неосознание



тракуются современной наукой как итоговые результаты когнитивного процесса, в котором, одним из этапов является «принятие решения об осознании/неосознавании» [3, с. 13]. В этом месте мы выходим за пределы «рационального познания» и психологии, как гуманитарной науки, где предметом анализа и интерпретации является осознанный опыт субъекта, в сторону психологии - как естественной науки, в которой теоретической реконструкции подлежит логика работы сознания, приводящая к осознаваемым переживаниям. [4]

### **1.6.2. Осознанность как эмпирическое свойство сознания**

Слово «осознанность» является однокоренным со словом «сознание» и определяется Словарём русского языка по ред. Евгеньевой, как «свойство по знач. прил. «осознанный». [74] И если осознанность - это некое свойство, связанное с сознанием, то мы не можем продвинуться дальше, пока не дадим некий теоретический конструкт этому явлению и опишем его количественные характеристики.

Еще Р. Декарт, манифестируя: «Мыслю, следовательно, существую!» (лат. *Cogito ergo sum*), - наметил путь эмпирического изучения сознания и психических процессов, по которому прошёл основатель экспериментальной психологии Вильгельм Вундт. Осознанность для Декарта - «это критерий отличия психических процессов от непсихических, физиологических, телесных». [46] Исследование содержания сознания, с использованием субъективных отчетов испытуемых в качестве источника научных данных, было подвергнуто массовой критике и это привело к отказу учёных-психологов от подобных экспериментов. [30]

По мнению Рубинштейна, в психологическом плане сознание реально выступает как процесс осознания человеком окружающего мира и самого себя. Выготский полагает, что в основе возникновения основных особенностей сознания лежит осознание психологических функций, происходящее через образование их системы. И Выготский, и Рубинштейн подчеркивают существование связи

между процессом осознания и формированием личности. [83] По мнению Аллахвердова В.М., «сознание, как эмпирический термин, отражает эмпирическое явление – осознанность..., и будет пониматься как эмпирический факт представленности субъекту картины мира и самого себя, как выраженная в словах способность испытуемого отдавать себе отчет в том, что происходит». [5]

В тоже время, мы можем обнаружить, что известный философ - М.К. Мамардашвили, высказывается следующим образом: «сознание есть нечто такое, о чем мы как люди знаем всё, а как ученые не знаем ничего». [48]

Х. Ортега специально поясняет, почему столь трудны размышления о природе сознания: «Чтобы составить себе отчётливое впечатление о каком-либо предмете, говорит он, его необходимо мысленно изолировать, вычленив из окружения. Однако сознание - это такая вездесущая вещь, которая неизменно входит для нас в состав всех других предметов». [63] Кроме того, неясность относительно определения сознания частично вызвана тем, что на него воздействовали глобальные теории сознания или даже теории природы вселенной, начиная с Упанишад и понятия Брахмана. [15, 66]

Исследователь А.Б. Столь, например, размышляя о природе сознания, приводит такое понимание «осознанности» - «простая осведомлённость в своих мотивах, побуждениях и действиях, когда человек, как говорится, понимает, что он делает» и предлагает в качестве философского, онтологического и гносеологического понятия, рассматривать осознанность, как некий выход «за пределы «механических» форм жизни». [76] В механистической жизни человек живет в потоке событий, которые случаются по воли фатума или судьбы. Состояние осознанности же, по мнению автора, «позволяет осуществиться», стать полноценным субъектом бытия, реализовать свой потенциал, нести ответственность за свои поступки и их последствия.

После успеха наук о мозге и связанных с ними исследований, теории разума XX века стали совершенно материалистичными, физические субстанции в настоящее время считают основными, а сознание, в некотором смысле - «производным, дополнительным» или зависимым от физических форм. [46] Вместе с

этим эволюционируют и попытки измерения осознанности. Начиная с 90-х годов для приближения к оценкам осознанности знания проводятся эксперименты, в попытках разработать приемлемый метод измерения осознанности, исследуя бессознательное, с применением тестов со стимульным материалом. По мнению И.И. Иванчей, Н.В. Морошкиной неоднозначность получаемых данных возвращает ученых к решению фундаментальной проблемы - объяснению роли сознания в процессах познания. [30] Говорить об осознанности, как о количественно и качественно измеряемом свойстве сознания, несколько преждевременно.

Согласно теории сознания, предложенной В.М. Аллахвердовым, определить, что такое сознание и как оно осознает не представляется возможным: «Сознание не умеет осознавать процесс создания осознаваемого», но выделить основную или главную функцию сознания, учёный предлагает следующим образом — это сведение всех осознаваемых построений в непротиворечивую картину мира. Но, как отмечает учёный, «эмпирическое определение осознанного как того, о чём человек может дать словесный отчет, не позволяет всегда однозначно интерпретировать наличие осознанности». [6]

Таким образом, с точки зрения теории сознания определить «осознанность», как свойство присущее сознанию и которое можно измерить, в настоящий момент времени, не представляется возможным.

### **1.6.3. Осознанность как «особая маркировка» информации**

Будем считать вслед за У. Найссером, что осознанность - это «особая маркировка информации». [58] При этом осознанность сопровождает не все виды психической активности. [30]

Как подчеркивают, многие выдающиеся психологи, например, У. Джеймс и А.Г. Асмолов, сознание человека активно востребовано в ситуации неопределенности. Одно из основных положений теории сознания В.М. Аллахвердова говорит о том, что «необходимым условием начала работы механизма сознания является ситуация неопределенности, неожиданности, выбора, несоответствия

ожидаемого и действительного». Тогда, попадающий в сознание готовый продукт познания имеет маркированную осознанную часть, с заданными границами осознаваемого, и маркированную неосознанную часть, лежащую за границей осознаваемого, но привязанную к данному продукту познания. [6] Сознание, исследуя этот готовый продукт познания, осуществляет принятие решения или выдвижение гипотезы о нём с последующей проверкой. И, по полученным данным, работа сознания, прежде всего направляется на защиту ранее осознанных, непротиворечивых гипотез, несоответствие же последних действительности - приводит к активизации защитного пояса сознания.

А. Маслоу пишет о том, что «оборонительная позиция может быть не менее мудрым решением, чем дерзкое стремление двигаться вперед; это зависит от особенностей личности, ее статуса и той ситуации, в которой она находится в момент выбора. Выбор в пользу безопасности является мудрым решением, если в результате человек избегает боли, которую в данный момент он не может вынести» [51, с. 76., 52].

Из вышесказанного можно предположить, какие именно действия может совершать сознание для устранения возникающих противоречий, - оно изменяет границы осознаваемого. И сделать это может потому, что, хотя граница обязательно существует, но сознанию известно то, что находится за границей, а потому оно может границу произвольно передвигать. Благодаря этому, сознание способно отождествлять нетождественное и различать неразличимое. Сознание логически неизбежно проводит границу между осознаваемым и неосознаваемым. [5,6] Это означает, что можно направленно воздействовать в педагогическом процессе на расширение границ осознаваемого о себе у студентов, заинтересованных в качестве жизненного выбора, применяя, например, проективные методики исследований, сопоставляя полученные данные с сознательной позицией субъекта. [8, 69]

Обращаясь к философии сознания, которая предлагает рассматривать «свободу мышления», «творческий подход к оценке проблемного поля» и т. п. в

онтологических презумпциях сущностных характеристик собственно человеческого сознания, в отличие от управляющих программ всевозможных автоматов, обобщить вышесказанное можно репликой И.Ф. Михайлова, назвавшего «свободу сомневаться» лишь «досадной неосведомлённостью» гражданина N относительно сложного комплекса причин, которые определяют его выбор. [55]

Итак, выделяя главное:

1) определение осознанности выбора профессии на основе знание-ориентированного подхода оправдывало себя в предсказуемом индустриальном обществе, но в условиях формирующейся префигуративной культуры, скором устаревании любого знания, требуются подходы, выдерживающие давление неопределенностью и избыточностью информации;

2) данным этапе развития науки о сознании человека не представляется возможным измерить осознанность, как эмпирическое свойство сознания человека;

3) эмпирическое определение осознанного как того, о чём человек может дать словесный отчет, не позволяет всегда однозначно интерпретировать наличие осознанности;

4) если сознание действительно логически и неизбежно проводит границу между осознаваемым и неосознаваемым, устраняя возникающие противоречия, то представляется возможным в педагогическом процессе направленно воздействовать на расширение границ осознаваемого знания о себе у студентов в широком смысле, и о профессиональном выборе в частности.

### **1.7. Осознанность как искусство управления вниманием (mindfulness)**

На фоне развития проблемы эволюции человеческого сознания, самопознания и самореализации представители разных школ всё чаще обращаются к понятию «осознанность», используя при этом английское слово «mindfulness» или в русском эквиваленте - «майндфулнесс». Представляя майндфулнесс, как эффективный метод тренировки внимания, навыков рефлексии, управления стрессом и формирования жизнестойкости. Так, ведущий эксперт по

майндфулнесс в России - Снежанна Замалиева, призывает менять качество жизни, физическую и ментальную формы, применяя программы Центра Майндфулнесс. [64,65,80,103]

С английского языка, опираясь на данные, приведенные в монографии Андросова В.П., «mindfulness» можно дословно перевести как «полная осознанность» или «памятование», если пользоваться прямым переводом древнеиндийского понятия «Sati» из ранних Буддистских текстов [10]. Mindfulness-подход обрел свои очертания, благодаря профессору Массачусетского университета Джону Кабат-Зинну в 1979 году [92]. Профессор начал исследовать и применять древнеиндийские медитативные практики в медицинских целях, экспериментируя с «избавлением от страдания» для людей с хроническими болями, не поддающимися медикаментозному лечению, с тех пор интерес к использованию практик осознанности и созерцания в мире растет. Так, например, группой исследователей из Флорентинского университета (S. Cheli, P. DeBartolo и проч.) обнаружены взаимосвязи между осознанностью и стрессом при обучении медицинского персонала. Авторы разработали и предложили внедрить курс по осознанности в образовательную программу обучения медицинских сестер. [88] В частности, Дж. Кресвэлл (J.D. Creswell) описывает взаимосвязь между осознанностью и активацией префронтальной коры головного мозга. Эмпирические данные свидетельствуют о том, что испытуемые с высокой степенью осознанности (или майндфулнесс) способны к более эффективной регуляции эмоциональных реакций. [89] Майндфулнесс коррелирует с рядом когнитивных процессов, в частности с концентрацией и устойчивостью внимания, произвольной памятью, сложными мыслительными операциями, способностью к принятию адекватных решений в стрессовых ситуациях. При этом осознанность (майндфулнесс) связана как с непосредственным восприятием стимулов, так и с рефлексией психических состояний.

Созерцательные или медитативные практики - это древние методы самоисследования, которые позволяют человеку понять свой ум «изнутри», от пер-

вого лица, самостоятельно увидеть взаимосвязи таких аспектов нашего существования, как тело, коммуникация и сознание, позволяют человеку глубже и точнее понимать свое внутреннее устройство, создавать субъективные результаты на основе своей точки зрения.

Профессор психологии Е. Лангер, изучая созерцательные практики в колледже, адресовала их тем обучающимся, кто хочет активно участвовать в решении своих проблем. [94] Она подчеркивала, что осознанность получения образования оказывает положительное влияние на успеваемость студентов, планирование домашнего задания и экзаменационные ответы. Студенты могут свободно определять процессы и изучать их возможности, при этом происходит ослабление ориентирования на конечный результат. У студентов нет определенного «правильного» ответа, но у них есть возможность исследовать варианты, которые еще не были рассмотрены.

Т.С. Заводская, Т.В. Волкодав определили майндфулнесс, как непрерывное отслеживание текущих переживаний, фокусировка на переживании текущего момента. [27] С попытками операционализации понятия майндфулнесс начали появляться различные методики оценки рассматриваемой характеристики. По мнению Н.М. Юматовой, Н.В. Гришиной майндфулнесс поддается тренировке и измерению. [86] При этом А.М. Голубев, Е.А. Дорошева отмечают, что существует широкий набор инструментов для диагностики осознанности (майндфулнесс), но, основываясь на разных ее моделях, они зачастую измеряют разные аспекты данного феномена. [17, 25] Большинство определений осознанности, например, С. Бишоп и соавт. [87], включают два ключевых фактора. саморегуляцию внимания, обеспечивающую сосредоточение на событиях текущего момента (англ. «ongoing awareness») и отношение к получаемому опыту, основывающееся на любопытстве и принятии (англ. «acceptance»).

А.М. Голубев, Е.А. Дорошева исследовали пятифакторную модель опросника FFMQ майндфулнесс, подтвердив валидность и другие психометрические свойства, включающую шкалы «наблюдение», «описание», «осознанную активность», «безоценочное отношение к своему опыту» и «нереагирование». [25]

Итак, выделим главное:

- 1) майндфулнесс - эффективный метод тренировки внимания, навыков рефлексии, управления стрессом и формирования жизнестойкости;
- 2) высокая степень майндфулнесс поддерживает эффективную регуляцию эмоциональных реакций, коррелирует с концентрацией и устойчивостью внимания, произвольной памятью, сложными мыслительными операциями, способностью к принятию адекватных решений в стрессовых ситуациях;
- 3) осознанность (майндфулнесс) связана как с непосредственным восприятием стимулов, так и с рефлексией психических состояний.

### **1.8. Выводы по главе. Определение понятия «Осознанный выбор направления подготовки». Особенности осознанного выбора направления подготовки**

В результате теоретического анализа, проведенного в первой главе, выявлена многозначность понятия «осознанность» и связанного с ним понятия «осознанный выбор профессии». Подтверждена актуальность определения феномена «осознанный выбор профиля профессиональной подготовки», психолого-педагогических особенностей совершения студентами 2 курса университета «осознанного выбора профиля профессиональной подготовки», в условиях непредсказуемого мира, в отсутствие ощущения контроля над своей жизнью и профессией, в образовательной системе, несоответствующей не только неопределённому будущему, но и относительно понятному сегодня. При этом, осознанный выбор профессии, по-прежнему, остается одним из важных факторов детерминации психологической безопасности личности, одним из важнейших событий в жизни человека, определяющим его дальнейший жизненный путь.

Предложение скорректировать выбор направления подготовки на втором курсе университета означает дать ещё раз оценку совершенному выбору профессии в завершении сенситивного для этого возрастного периода. Косвенными показателями «правильности» выбора профилизации могут быть - удовлетворенность образовательным процессом, успеваемость, желание смены направления



подготовки, отслеживание соответствующих возможностей. Данные вопросы вынесены в авторский опросник И.В. Юдиной, см. Приложение 2.

Способность совершать выбор как таковой, неотрывна от адаптивных способностей личности, которые определяются через уровень развития ряда значимых для регуляции процесса адаптации психологических характеристик. Адаптационный потенциал человека позволяет человеку своевременно приспособливаться к быстро изменяющимся средовым условиям.

Адаптивный потенциал личности неотрывен от способности совершать личностью активный (осознанный) или реактивный (произвольный) выбор, как таковой, включая жизненно важный.

Профессиональное самоопределение в условиях неопределённости - это активный выбор человеком своего места в системе социальных отношений, при котором субъект отдаёт отчёт о собственном мотивированном выборе и готов открываться на встречу знанию о самом себе на столько, на сколько это возможно в настоящий момент времени.

Изучение мотивов в опросной и проективной форме, а также сопоставление полученных результатов, позволяет приблизиться к пониманию, на сколько субъект отдаёт отчёт о собственных мотивах - осознанных и скрытых в неосознаваемом. В психолого-педагогическом сопровождении представляется возможным способствовать расширению границ осознаваемого о себе у обучающихся.

Оценка «осознанности выбора» с точки зрения знаниевого подхода и рационализированной познавательной деятельности не выдерживает противостояния с тремя ключевыми вызовами XXI века по А.Г. Асмолову - «Сложностью, Неопределённостью и Разнообразием».

Осознанность (майндфулнесс) в большей степени способствует развитию навыка фокусировки на переживании текущего момента, что крайне важно в условиях неопределённости, развивает рефлексивность, позволяет находить внутреннее равновесие и может быть измерена.

Итак, обобщая вышесказанное, можно сформулировать психолого-педагогическое определение понятия «Осознанный выбор направления подготовки» следующим образом:

Осознанный выбор направления подготовки (профилизации) - это активный выбор студентом своего места в системе социальных отношений, при котором субъект осведомлён о личных академических мотивах выбора, имеет развитые навыки осознанности (майндфулнесс), адаптационный потенциал не ниже среднего, стремится к расширению границ осознания самостоятельно и/или в сопровождении специалиста.

Для изучения особенностей осознанного выбора направления подготовки, предлагается оценить следующие составляющие:

- адаптационный потенциал личности, по которому можно отнести личность к группам - низкой, средней, нормальной и высокой адаптации;
- академическая мотивация: внутренняя (познание, достижение, саморазвитие, самоуважение), внешняя (интроецированная, экстернальная) и амотивация;
- навыки осознанности (майндфулнесс);
- успеваемость по пятибалльной шкале;
- желание смены направления подготовки по пятибалльной шкале;
- субъективная удовлетворенность совершённым выбором направления подготовки при поступлении в вуз по пятибалльной шкале;
- отслеживание возможностей для смены направления подготовки пятибалльной шкале;
- ассоциативные связи между понятиями, значимыми для выбора направления подготовки, такими как «Профессия», «Обучение», «Учителя», «Мать», «Отец», «Друзья», «Интересное занятие», «Радость», «Будущее», «Настоящее» и т.д. по методике «Тест цветowych метафор И.Л. Соломина».

## ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАНИЕ

Выбор профилизации будет осуществляться студентами университета дважды - после второго курса обучения и после окончания бакалавриата. В настоящее время выбор осуществляется при поступлении в университет и с 2020 года появилась возможность изменить направление подготовки после второго курса университета. Распределение по направлениям будет возможно по результатам окончания третьего семестра, но действительный выбор и принятие решений о собственной профессиональной стезе, происходят заранее, в преддверие зимней сессии, в ноябре - декабре. Заявление на смену направления подготовки подается в Администрацию университета после и по результатам зимней сессии второго курса. Основная деятельность по сбору необходимой информации для исследования происходила именно в данный период - с 15.11.2020 по 15.01.2021 года.

### 1.1. Описание объекта исследования, представление выборки

Объект исследования - студенты второго курса университета. Приглашение пройти исследование получили как студенты Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого, так и других вузов Санкт-Петербурга. В своем исследовании мы ориентировались на более широкую аудиторию, не ограничивающуюся одним университетом, поскольку обращение Президента РФ о возможности для студентов смены направления подготовки, касалось вузов страны в целом.

Нужно отметить, что условия, в которых проводился сбор данных, не были стандартными. Вузы страны работали в режиме строгих карантинных мер, принятых для сдерживания распространения инфекции COVID-19. Учебный процесс осуществлялся в онлайн режиме, провести тестирование офлайн не представлялось возможным. Тестирование прошли 33 человека - 22 девушки и 11 юношей, в возрастном диапазоне от 18 до 22 лет. Для всех респондентов получаемое образование первое, все студенты достоверно являются студентами вузов, изучающими дисциплины третьего семестра. Участвовали студенты Санкт-

Санкт-Петербургского политехнического университета, различных направлений подготовки - гуманитарных и технических, студенты Санкт-Петербургского государственного университета, преимущественно естественно научных направлений подготовки, студенты гуманитарных факультетов Государственного педагогического университета им. Герцена, студенты факультетов информационной и военно-технической подготовки Военно-космической академии им. А.Ф. Можайского. Разнообразие вузов позволяет оценивать осознанность студентов более широко, что оправдано на начальном этапе разработки методики оценки готовности к осознанному выбору направления подготовки студентами любого вуза, любой профилизации.

Среди прошедших тестирование студентов - 21% респондентов потенциально готовы сменить профиль подготовки, данные представлены на рис.2.1.



Рис.2.1 Количество студентов, которые удовлетворены и не удовлетворены выбранным направлением подготовки, в %

В исследуемой выборке 6% респондентов отмечают низкий уровень удовлетворенности образовательным процессом, не выказывая непосредственного стремления искать новые направления профессиональной реализации и предпочитающие по субъективным причинам ничего не менять, оставаясь, согласно анкетным данным, в числе студентов с удовлетворительной успеваемостью, данные представлены на рис.2.2.



Рис.2.2 Количество студентов, удовлетворённых и неудовлетворённых выбором направления подготовки, а также потенциально готовых и нет к смене профилизации, в %

Отметим, что только 9% респондентов знают об инициативе Президента РФ и это те студенты, которые входят в число хорошистов и отличников, и не стремятся к смене специализации, см. Рис.2.3.



Рис.2.3 Количество студентов, принявших участие в исследовании и знающих об инициативе Президента РФ о возможности смены направления подготовки, в %

По завершении процесса тестирования, участники имели возможность отправить заявку на консультацию, для ознакомления с индивидуальными итогами тестирования. За консультацией обратились 15% респондентов, среди которых оказался лишь один тестируемый из числа тех, кто осознает собственную низкую удовлетворенность образовательным процессом.

Итак, случайным образом сформированная выборка студентов демонстрирует, с нашей точки зрения, негативную тенденцию - каждый пятый студент, по

разным причинам, не удовлетворен личным выбором профессиональной стези подготовки и, что особенно хочется подчеркнуть - при этом практически отсутствует интерес и активные действия к изменению ситуации.

## **2.2. Организация и ход исследования, методики исследования (краткое описание методики, название и назначение)**

Онлайн тестирование было организовано с использованием возможностей Google Форм ([forms.google.com](https://forms.google.com)), позволяющих реализовать удаленный доступ к исследованию по ссылке с любого устройства, в любое время. Ответы на вопросы сохраняются в сводные таблицы и в поимённые формы в облачном хранилище Google диска, обеспечивая аккумуляцию, безопасное хранение информации и доступ для обработки данных.

Опросная форма разработана таким образом, чтобы опрашиваемый прилагал минимальные усилия и укладывался, отвечая на вопросы, не более, чем в 35- 40 минут личного времени. В свою очередь, от участника требуется ознакомиться с краткой инструкцией, бегло, и не особенно задумываясь, нажимать на соответствующую ответу кнопку левой кнопкой мыши. Переключение между вопросами происходит автоматически. Завершение опроса осуществляется нажатием на кнопку «Отправить форму», после чего участник получает подтверждение благополучного завершения тестирования, благодарность и возможность получить консультацию по итогам тестирования.

Ответы на вопросы всех респондентов в Google форме представляют собой объемный массив информации. Первичный анализ информации осуществлялся вручную, за исключением обработки данных методики И.Л. Соломина - «Метод цветных метафор». Для обработки была применена программа Express (базовая версия), рекомендованная для обработки, разработанная и размещенная автором на личном сайте в открытом доступе. [104]

Все анкетные данные, оставленные участниками использовались только для идентификации форм и затем, при сведении в общую таблицу результатов,

были удалены, в соответствии с требованиями Кодекса Этики. [106] Сводная таблица результатов обработки тестов приведена в Приложении 3. Описание Google формы исследования приведено в следующих шести подглавах, в соответствии с разделами опросной формы.

### **2.2.1. Первый раздел формы**

Первый раздел включает обращение к участнику исследования, говорится о цели исследования, производится фиксация анкетных данных, а также идентификация участника. Уточняется, что результаты анализа будут обезличены и послужат иллюстрацией исследования осознанности студентов при планировании индивидуального образовательного маршрута. Разделы со второго по шестой - это батареи вопросов соответствующих методик, применённых в исследовании.

### **2.2.2. Второй раздел формы**

Второй раздел формы начинается с фундаментального вопроса опросника «Шкала академической мотивации» (ШАМ): «Почему Вы в настоящее время ходите на занятия в университет?»

Опросник, предназначен для измерения выраженности и типа мотивации к учебной деятельности. Разработан Т.О. Гордеевой, О.А. Сычевым и Е.Н. Осиным в 2014 году на основе Шкалы академической мотивации (англ. «The Academic Motivation Scale», сокр. AMS) Валлеранда. Базовой научной основой методики является «Теория самодетерминации» Э. Диси и Р. Райана.

### **2.2.3. Третий раздел формы**

Третий раздел опросной формы содержит вопросы методики «Опросник осознанности» (MAAS, англ. Mindful Attention Awareness Scale) в русскоязычной адаптации А.М. Голубева.

Пятифакторный опросник МААС осознанности по шкале «Наблюдение» оценивает склонность человека обращать внимание и фокусироваться на внутренних и внешних стимулах, таких как телесные ощущения, запахи, звуки, зрительные стимулы, эмоции, мысли.

Аспект осознанности «Наблюдение» имеет свои важные особенности. Его высокие показатели могут быть, как проявлением действительной осознанности, так и признаком острой чувствительности, «зависания» на негативных впечатлениях или эмоциях.

Шкала «Описание» определяет субъективные способности и развитость навыка вербализировать внутренние впечатления, привычные установки, переживаемые или пережитые ощущения, чувства, актуальные позиции, ожидания, фантазии, а также мысли.

Шкала «Осознанная активность / деятельность» оценивает возможности человека быть сосредоточенным на событиях, происходящих в настоящий момент времени, не отвлекаться на посторонние мысли, страхи, ожидания. Низкий уровень показателей по данной шкале присущ человеку, действующему стереотипно, механически, легко отвлекается, ходит в мечтания или посторонние размышления.

Шкала «Безоценочное отношение к своему опыту» проверяет возможности человека не давать оценок своим эмоциям, мыслям, поступкам, не навешивать ярлыки «хорошо» или «плохо».

Шкала «Нереагирование» оценивает навыки и способности не погружаться в эмоциональное переживание ситуации, будь то ситуация позитивная или негативная. Этот аспект один из наиболее сложных для воплощения, особенно, если, по мнению исследователей, не было в прежнем опыте практик медитации. Такая способность может даже человеком не рассматриваться, как существующая и потенциально вырабатываемая в практике.



#### 2.2.4. Четвертый раздел формы

Четвертый раздел формы потребовал нестандартного подхода, поскольку предполагал работу с цветовой палитрой. В данном разделе применен «Метод цветowych метафор Соломина И.Л.». Для реализации данной проективной методики в Google формах, потребовалось включить в каждый вопрос графическое изображение цветовой палитры и возможность отмаркировать нужный цвет. Файл Google форм, с включением опции изображений, стал продолжительнее прогружаться - до двух минут. Это обстоятельство важно удерживать во внимании и искать другие варианты решения для сбора информации при выборках более тридцати человек, поскольку заставляет респондента ждать и тем самым демотивирует.

Автор теста «Метод цветowych метафор» указывает, что в основу исследования заложены два ключевых принципа:

1) если человек выбирает какой-либо цвет, в связи с каким-либо понятием из предложенных, и ассоциирует его, как привлекательный, то это может свидетельствовать о привлекательности и избранного понятия, о той или иной степени позитивного к нему отношения субъекта. И, наоборот, к понятиям, обозначенным или ассоциированным с неприятными цветами, человек и относится, скорее всего, негативно;

2) выбор и обозначение различных понятий одним цветом является показателем наличия у данных понятий какого-либо субъективного сходства для индивида и, соответственно, в зависимости от ассоциированной эмоциональной окраски, связанной с цветом, можно судить и о переживаниях субъекта, в связи с избранной группой понятий.

Для диагностики мотивов и отношений до начала испытаний были подобраны понятия, которые затем предъявлялись испытуемому в опросной форме и были нацелены на исследование:

1) видов деятельности - учебной, познавательной, профессиональной, творческой;

- 2) потребностей и жизненных ценностей - карьера, семья, дети, образование;
- 3) эмоциональных переживаний - страх, печаль, раздражение;
- 4) различных людей, включая и самого респондента - учителя, родители, окружение;
- 5) периоды времени - настоящее, прошлое, будущее;
- б) значимые события.

В методе цветowych метафор базовыми считаются те потребности, которые обозначены самым привлекательным цветом, а также те, которые оцениваются теми же цветами, что и понятия «Мое увлечение» и «Интересное занятие». Если базовые потребности обозначены тем же цветом, что и понятие «Мое настоящее», то можно считать, что человек может в достаточной мере удовлетворить их в настоящий момент. Если базовые потребности связаны с понятием «Мое будущее», то человек рассчитывает на их будущее удовлетворение. Связь базовых потребностей с понятием «Мое прошлое» может указывать на то, что они удовлетворялись ранее. Наконец, если базовые потребности не ассоциируются ни с настоящим, ни с будущим, ни с прошлым, это свидетельствует о наибольшей степени фрустрации.

Если испытуемый поместил в одну группу понятия «интересное занятие» и «моя учёба» - это значит, что учебный процесс вызывает неподдельный интерес. Если испытуемый обозначает одним цветом понятия «мое увлечение» и «работа», то, скорее всего, молодому человеку удалось найти совмещение своих увлечений и профессиональной деятельности. Если в одной группе оказываются понятия «мое будущее», «мое увлечение», «достижение успеха», «творчество», «радость», «учёба», «знания» или «работа», то в сознании человека его собственное будущее ассоциируется именно с этими понятиями и его представления о будущем заряжены оптимизмом. Об источниках стресс могут говорить виды деятельности, включая образование, обозначенные «самым неприятным цветом, а также связанные с понятиями «Угроза», «Страх», «Печаль», «Раздражение»,

«Неприятности», «Неудача», «Болезнь», «Конфликты» и т.д.». Основные диагностические категории и показатели методики цветowych метафор приведены в Приложении 4.

### **2.2.5. Пятый раздел формы**

В данном разделе опросной формы представлен многоуровневый личностный опросник (МЛО) «Адаптивность», авторы А.Г. Маклаков и С.В. Чермянин.

Структура описания адаптивности, предложенная А.Г. Маклаковым в многоуровневом опроснике, представлена уровнями проявления психологических характеристик, являющимися значимыми в регуляции как адаптивного, так и психического процессов. Это - самооценка личности, уровень развития познавательных способностей, степень ориентации в общепринятых нормах поведения, наличие опыта общения, уровень конфликтности, уровень социальной поддержки, уровень нервно-психической устойчивости. Более высокие уровни перечисленных выше характеристик, сопровождают более успешную адаптацию человека в разнообразным средовым факторам.

Адаптивные способности (АС) – это теоретический конструкт, интегрирующий многие качества – от самооценки до влияния положительной оценки социального окружения, способность субъекта конструктивно приспособиться к средовым факторам деятельности. Лица из группы «хороших» АС легко адаптируются к новым условиям деятельности, быстро «входят» в новый коллектив, достаточно легко и адекватно ориентируются в ситуации, быстро вырабатывают стратегию своего поведения, не конфликтны, обладают высокой эмоциональной устойчивостью. Функциональное состояние лиц этой группы в период адаптации остаётся в пределах нормы, работоспособность сохраняется.

Большинство лиц из группы «удовлетворительной» адаптации, обладают признаками различных акцентуаций, которые в привычных условиях частично компенсированы и могут проявляться при смене деятельности. Поэтому успех адаптации во многом зависит от внешних условий среды. Эти лица, как правило, обладают невысокой эмоциональной устойчивостью. Процесс социализации

осложнён, возможны асоциальные срывы, проявление агрессивности и конфликтности. Функциональное состояние в начальные этапы адаптации может быть нарушено. Лица этой группы требуют постоянного контроля.

Группа «сниженной» адаптации обладает признаками явных акцентуаций характера и некоторыми признаками психопатий, а психическое состояние можно охарактеризовать как пограничное. Процесс адаптации протекает тяжело. Возможны нервно-психические срывы, длительные нарушения функционального состояния. Лица этой группы обладают низкой нервно-психической устойчивостью, конфликтны, требуют наблюдения психолога или медицинских специалистов.

Нервно-психическая устойчивость (НПУ) - способность регулировать свое поведение, возможно, более точно подходит термин «стрессоустойчивость», это интегральная совокупность врожденных (биологически обусловленных) и приобретенных личностных качеств, мобилизационных ресурсов и резервных психофизиологических возможностей организма, обеспечивающих оптимальное функционирование индивида в неблагоприятных условиях профессиональной среды. Низкий уровень поведенческой регуляции, определяет склонность к нервно-психическим срывам, отсутствие адекватности самооценки и реального восприятия действительности. Высокий уровень нервно-психической устойчивости, наоборот, говорит об устойчивой поведенческой регуляции, адекватной (высокой) самооценке и реальном восприятии действительности.

Поскольку человек практически всегда находится в социальном окружении, его деятельность сопряжена с умением построить отношения с другими людьми. Коммуникативные возможности (или умение достигнуть контакта и взаимопонимания с окружающими) у каждого человека различны. Они определяются наличием опыта и потребности общения, а также уровнем конфликтности.

Коммуникативные особенности (КО) - умение построить коммуникацию, взаимоотношения с другими людьми, интегрирует личностные и социальные

черты, например – конфликтность, с одной стороны, и наличие опыта и потребности общения – с другой. Низкий уровень коммуникативных способностей говорит о трудностях в контактах с окружающими, возможно, агрессивность, склонность к конфликтности, антисоциальному поведению.

Моральная нормативность (МН) обеспечивает способность адекватно поведение в рамках занятых личностью социальных ролей. Уровень моральной нормативности индивида, отражают два основных компонента процесса социализации - восприятие морально-нравственных норм проведения и отношение к требованиям непосредственного социального окружения. Низкие показатели характеризуют человека, который не стремится соблюдать общепринятые нормы поведения, плохо воспитан, не разделяет общественные ценности, высокие – характеризуют человека, соблюдающего общепринятые нормы поведения, разделяющего социальные ценности.

Опросник содержит вопросы, проверяющие правдивость ответов (Д). Из 33 респондентов, принявших участие в исследовании, не было никого с недопустимыми показателями по достоверности ответов.

### **2.2.7. Шестой раздел формы**

Данный раздел формы начинается с фразы: «И ещё пара вопросов в завершение», содержит заключительные вопросы авторского опросника И.В. Юдиной, связанные по смыслу и проясняющих сознательное отношение к выбранной специальности. Опросник приведен полностью в Приложении 2.

## **2.3. Результаты исследования**

Для обработки результатов использовались программы: IBM SPSS Statistics Trial v.26, Microsoft Excel для Windows 7, Express (базовая версия).

В программе Microsoft Excel на основе данных сводной таблицы результатов была сформирована корреляционная матрица, в которой выделены значимые корреляции, см. Приложение 5.

Итак, по данным корреляционного анализа выявлена прямая связь между параметром «Успеваемость» студента и параметрами «Мотивация на познание», «Мотивация достижений», «Мотивация саморазвития», см. Рис.2.4.

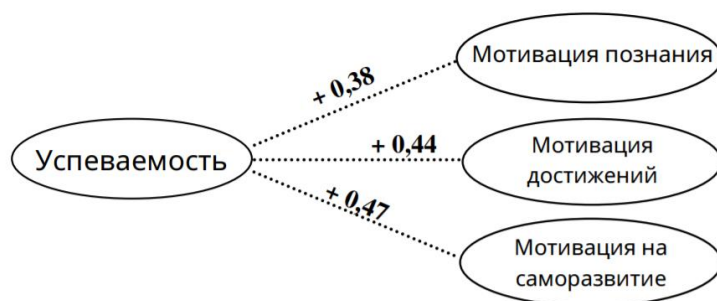


Рис.2.4 Корреляционная плеяда взаимосвязей показателей методики ШАМ и параметра «Успеваемость» авторского опросника И.В. Юдиной

Параметр «Удовлетворенность получаемым образованием» имеет обратную связь с параметрами «Желание смены направления подготовки», «Амотивация» к учёбе и прямую связь с показателями «Мотивация познаний», «Мотивация достижений», «Мотивация саморазвития» и «Мотивация самоуважения», см. Рис.2.5.

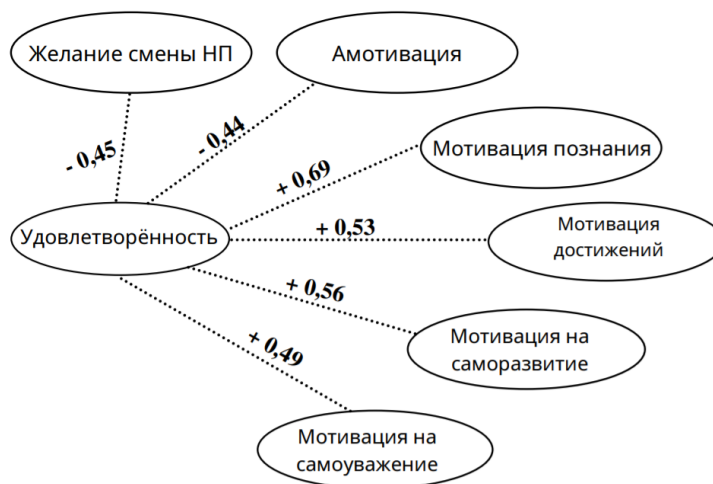


Рис.2.5 Корреляционная плеяда взаимосвязей показателей методики ШАМ и параметров «Удовлетворенность», «Желание смены направления подготовки» авторского опросника И.В. Юдиной

Показатели параметра «Желание смены направления подготовки» тем выше, чем ниже показатели «Мотивации познания» и «Осознанная активность»

(осознанная деятельность). Поллюсом низкого развития осознанной активности является склонность действовать механически, «на автопилоте».

Показатель «Желание смены направления подготовки» тем выше, чем выше выраженность показателей «Амотивация к учебной деятельности», «Нервно-психической устойчивости» (или стрессоустойчивости) и «Нереагирование», то есть способности сознательно выбрать реакцию, независимо от эмоционального контекста.

Кроме того, корреляционный анализ отмечает прямую связь между параметром «Желание смены направления подготовки» и таким аспектом осознанности (mindfulness) как «Наблюдение» - тенденции в поведении человека к сосредоточению на телесных стимулах, запахах, звуках, впечатлениях, эмоциях, мыслях. Но этот параметр имеет многие сходства с чрезмерной чувствительностью, излишней фиксацией на негативных впечатлениях. В связи с этим, интерпретация содержания параметра наблюдательности требует опыта, тщательной перепроверки и учёта в выводах развитости других компонентов осознанности (майндфулнесс). Данные представлены на рис.2.6.

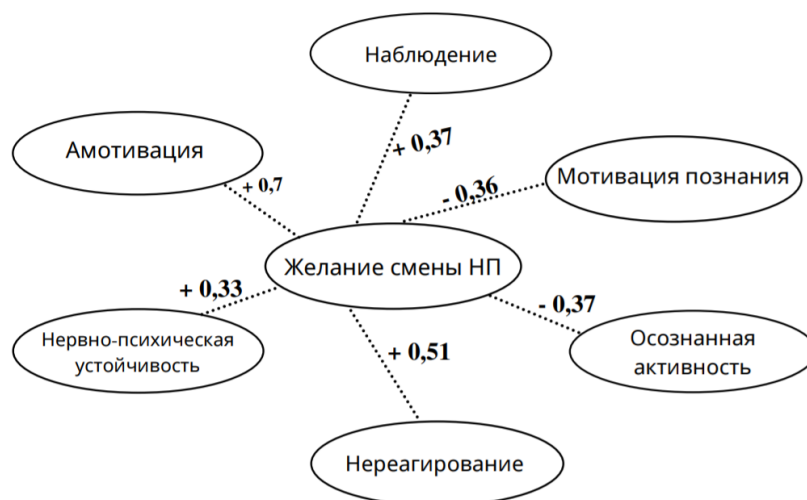


Рис.2.6 Корреляционная плеяда взаимосвязей показателей методик ШАМ, МААС, МЛЮ и параметра «Желание смены направления подготовки» авторского опросника И.В. Юдиной

Корреляционный анализ демонстрирует, что показатель «Желание смены направления подготовки», так или иначе взаимосвязан с показателями большин-

ства примененных в исследовании методик. Таким образом, имеет смысл продолжить исследование, поделив анализируемую выборку на группы по параметру «Желание смены направления подготовки».

Поделим генеральную совокупность данных на две независимые выборки. Первая выборка - это группа тех студентов, кто выражает в своих анкетах готовность к смене направления подготовки, вторая выборка - это те, кто указывают в анкете, что точно не собираются менять направление подготовки. Нужно отметить, что данное деление оказывается крайне неравномерным. Уверенность в выборе направления подготовки выразили 26 человек, из которых двое имеют низкую удовлетворенность, но нацелены завершить обучение. Уверенность же в том, что сменят направление подготовки, при наличии такой возможности, весьма откровенно высказали лишь 7 человек.

Для сравнения малых выборок, подобных нашей, подходит U-критерий Манна-Уитни, требующий, чтобы в каждой из выборок обнаруживалось не менее трёх значений признака. Это требование выполняется.

Метод сравнения малых выборок с помощью U-критерий Манна-Уитни, не требует наличия нормального распределения сравниваемых совокупностей и основан на определении того, достаточно ли мала зона перекрещивающихся значений между двумя вариационными рядами (ранжированным рядом значений параметра в первой выборке и таким же во второй выборке). Для нас это означает следующее: чем меньше значение критерия, тем вероятнее, что различия между значениями параметра в выборках достоверны. Будем использовать программу IBM SPSS Statistics Trial, v.26. Данные анализа приведены в Приложении 6.

По результатам проверки гипотез, можно сделать вывод о наличии значимых различий в сравниваемых выборках по параметрам «Амотивация к учебной деятельности», «Общие адаптивные способности», в большей степени за счёт показателя «Нервно-психическая устойчивость», и параметра «Нереагирование». Можно отметить, как важный итог сравнения выборок - существует тенденция к наличию значимых отличий по параметру «Удовлетворенность выбранным



направлением подготовки» (асимптотическая значимость приближается к 0,05, указанное значение -0,06).

С целью снижения размерности был произведён факторный анализ, но при выводе, процент объясненной дисперсии оказался низким, всего 75,5%, данные приведены в Приложении 7. Было принято решение отложить применение факторного анализа для проведения его на значительно большей выборке данных.

В результате корреляционного анализа и анализа сравнений выборок по параметру вероятности смены направления подготовки, с помощью U-критерия Манна-Уитни, можно наметить пути дальнейшего исследования особенностей и статуса осознанности выбора направлений подготовки следующими группами студентов:

1) выбор направления подготовки осуществлен, отмечена высокая удовлетворенность выбором;

2) выбор направления подготовки осуществлен, но при этом отмечается низкая удовлетворенность выбором, намерения менять профилизацию нет;

3) выбор направления подготовки осуществлен, отмечается низкая удовлетворенность выбором, оформлено намерение изменить выбор профиля подготовки;

4) выбор направления подготовки осуществлен, отмечается высокая удовлетворенность выбором, при этом оформлено намерение изменить выбор профиля подготовки.

Четвертая группа студентов малочисленна, хоть и представлена в исследовании. Подобное сочетание параметров заставляет усомниться в ответственном подходе к заполнению тестов, возможно, допускались ошибки из-за невнимательности или угасания интереса при машинном онлайн тестировании. В рамках данного исследования, в связи с малочисленностью, не имеет смысла продолжать работу с данной группой респондентов.

Продолжая работать с тремя группами студентов, так или иначе оформившими выбор, попробуем определить, какой из этих выборов можно отнести к осознанному, с целью сформулировать особенности такого выбора. Для этого

воспользуемся возможностями программы Express (базовая версия) для обработки данных по И.Л. Соломину «Метод цветowych метафор».

Первая группа оказалась самой многочисленной, в обработку вошли данные 23 студентов. Результат общего анализа данных по группе приведен в Приложении 8.

Анализ результатов по группам демонстрирует разное отношение в выделенных группах студентов к понятиям «Профессия», «Образование», «Моя карьера», «Моя работа». В первой группе студентов, понятие «Профессия» ассоциируется с понятием «Работа», а понятие «Образование» стремится в ассоциативной связи к понятию «Знания», см. Рис.2.7.

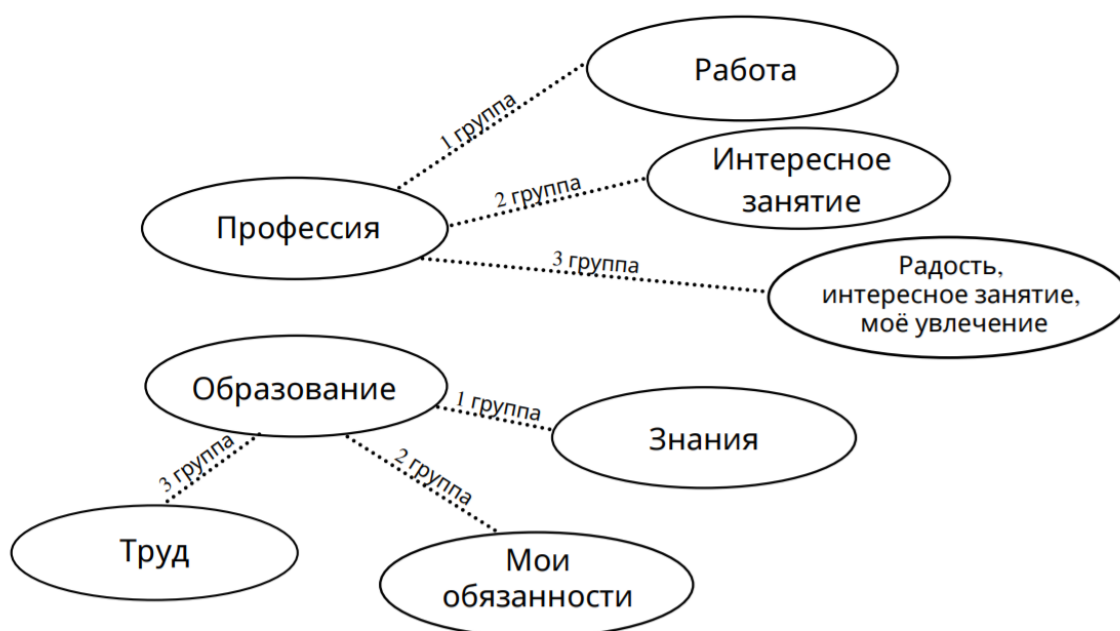


Рис.2.7 Ассоциативные связи, устанавливаемые студентами 1,2,3 групп для понятий «Профессия», «Образование» по методике И.Л. Соломина «Метод цветowych метафор»

Во второй и третьей группах понятие «Работа» ассоциируется с понятием «Интересное занятие», в то время как понятие «Образование» во второй группе студентов ассоциируется с понятием «Мои обязанности», а в третьей группе - с понятием «Труд». Можно сделать обобщение, что сформированное отношение к получаемому профессиональному образованию, как шагу к профессиональной

деятельности или работе в будущем, в большей степени сформировано у респондентов из первой группы студентов. У представителей второй и третьей групп существует разрыв между понятиями «Образование» и «Моя профессия». Образование для представителей второй и третьей группы в большей степени воспринимается, как обязанность или трудовая деятельность, в то время как понятие «Моя профессия» в большей степени ассоциировано с размышлениями об интересном занятии без связи с получаемым образованием. Если уделить внимание поименным результатам исследования «Методом цветowych метафор» у респондентов подгрупп, то можно обнаружить значительно больше конгломератов связанных понятий, демонстрирующих тесные ассоциативные связи понятий «Образование», «Интересное занятие», «Мое увлечение», «Мое будущее», «Моя карьера» у представителей первой группы, в то время как во второй и третий ещё сильнее замеры разрыв.

#### **2.4. Психолого-педагогические особенности готовности к осознанному выбору профиллизации**

Обобщая итоги анализа данных, можно отметить следующие особенности совершенного осознанного выбора профессии (профиллизации):

- 1) высокий уровень субъективного удовлетворения учебно-образовательным процессом;
- 2) субъективная уверенность в «правильности» сделанного выбора профессии;
- 3) «мотивационный профиль» с выявленной академической мотивацией на познание, достижение, саморазвитие, самоуважение;
- 4) развитие навыка наблюдения, осознанности (майндфулнесс), нереагирования, исключая фокусировку на негативных эмоциях;
- 5) адаптационный потенциал от удовлетворительного к хорошему, обуславливающий способность узнавать новое о себе, мире, выдерживать неопределённость и принимать решения в данных условиях;

б) индивидуальные данные теста И.Л. Соломина «Метод цветowych метафор» выявляют связь между образованием, профессией, работой, карьерой, настоящим, будущим, связаны с положительными эмоциями, не противоречат данным прочим примененных методик.

Сформулированное намерение смены направления подготовки при субъективно низкой удовлетворенности показывает витальное стремление к профессиональной самореализации, смелость и открытость к изменениям. Нельзя сказать, что данной группой студентов был сделан осознанный выбор специальности при поступлении в вуз, но можно говорить о готовности его сделать теперь - к середине второго курса.

Пожалуй, именно данная категория студентов, в контексте продолжения исследования психолого-педагогических особенностей осознанного выбора профилизации - наиболее интересна, поскольку демонстрирует важный индикатор готовности к осознанному выбору - сформулированное желание изменений, имеющее конкретный источник напряжения в психике, связанный с образованием. Именно (и это первое) со сформулированного желания или запроса начинается поиск путей решений.

Зная, что сознание логически неизбежно проводит границу между осознаваемым и неосознаваемым, то желание изменений - это стимул, позволяющий разрушиться устоявшейся непротиворечивой картине мира и стимулирующий к созданию актуальной, опирающейся на новые знания и более широкую точку зрения сопровождающих данных процесс лиц, в первую очередь, если говорить об СПбПУ Петра Великого, преподавателей, специалистов центра профориентации, руководителей (в будущем, возможно, специального института тьюторов) учебных курсов, сотрудников психологического центра «PSYTECH» университета, адаптеров и др.

В этом месте нельзя исключать и то, что неудовлетворенность студентов, привнесенная в пространство обсуждения, не повлечёт, в свою очередь, и требо-

ваний к вузу о назревших изменениях. Так случится, если более «широкой и высокой» окажется точка зрения студентов, исследующих свою учебную неудовлетворенность.

Вторым важным индикатором готовности к осознанному выбору профилизации является выраженное и реализованное желание исследовать свою мотивационную карту - как тестами, исследующими поле сознательное, так и ближайшие области бессознательного. Данное исследование ведет к погружению в более глубокие области бессознательного - изучение удовлетворения потребностей, отношений с авторитетными фигурами, учителями, друзьями. Это те сферы, которые в значительной степени влияют и обуславливают выбор профессиональной стези. Следовательно, третий индикатором готовности в осознанному выбору является решение работать с психологом, чьи знания и опыт позволяют проводить личное и профориентационное консультирование в течении по крайней мере нескольких сессий, для прояснения состояния аффективно-потребностной сферы психического.

Четвертый индикатор готовности - это измерение адаптационного потенциала и стремление к его развитию, если по тем или иным параметрам есть потенциал роста.

Пятый индикатор готовности - это развитые навыки осознанности (mindfulness), нереагирования или способности не давать оценок и разрядки в моменте возникающим эмоциям, наблюдательности. Данные качества могут совершенствоваться на протяжении всей жизни.

Нельзя назвать неосознанным выбор профессии, не приносящий удовлетворения, но учитывающий знание о себе по выше перечисленным пунктам. Человек, как существо, наделенное волей, может идти против любого, даже самого безопасного и перспективного выбора. Этого могут требовать личная история и сформированные устойчивые защиты психе, скрытые как от самого субъекта, так и самого заботливого педагога-психолога. Такая ситуация скорее требует ещё большего освещения значимости выбора направления подготовки или специали-

зации в перспективе всей жизни. Эти данные важно включать, например, в разрабатываемые образовательные программы, такие как «Программа «Самосовершенствование» для студентов Гуманитарного института СПбПУ Петра Великого. [61] Педагогу-психологу важно найти время для персональной консультации с данной категорией обучающихся, осветить точки напряжения, обусловившие данный выбор. Кроме того, при низких степенях удовлетворенности можно свериться с данными поведенческого профиля, полученного во время игры в Большой Облачный квест СПбПУ Петра Великого. [93] Иррациональные типы (ощущающие и интуитивные) чаще оказываются в группе высокой сложности определения для себя стези профессиональной самореализации. Имеет смысл прибегать к более тонкой диагностике профессиональной направленности. [101]

В этих случаях измерение готовности к осознанному выбору профессии должно обязательно оценивать уровень нервно-психической устойчивости или стрессоустойчивости, при низком уровне - невозможно выйти в зону неопределённости, требующую повышенной мобилизации адаптационного потенциала. В этом случае важно и нужно развивать навыки адаптации, уделять внимание всем психологическим основам, определяющим адаптационный потенциал личности.

## Заключение

Умение совершать осознанный выбор направления профессиональной подготовки - является неотъемлемой частью подготовки современного специалиста в вузе, способного противостоять неопределённости и возрастающей избыточности информации. Осознанный выбор профессии относится к тому типу смыслового выбора, который во многом является предиктором психологической безопасности личности и качественно определяет весь дальнейший жизненный путь человека. Когда планирование существенно затруднено, хоть сколько-нибудь прогнозируемых альтернатив будущего нет, осуществлять смысловой, жизненно важный профессиональный выбор традиционными способами оказывается недостаточно, необходимо учиться конструировать осознанный выбор самостоятельно и осознанно. Для достижения понимания, что есть «осознанность выбора» направления профессиональной подготовки студентом, определения основных психологических особенностей и индикаторов, а также способа измерения осознанности выбора были выполнены следующие задачи:

- проанализированы основные подходы к построению системы высшего профессионального образования, их актуальность на современном этапе развития промышленности и мирового сообщества;

- проанализированы основные подходы к феноменам «осознанности», «осознанности выбора», «осознанного выбора направления подготовки /профиллизации»;

- уточнено определение «Осознанность выбора направления подготовки» с психолого-педагогической позиции;

- изучены основные подходов и методики измерения осознанности;

- разработано и проведено исследование осознанности студентов второго курса цифровыми средствами с удаленным доступом и в условиях жесткого карантина пандемии COVID-19;

- проведён корреляционный и факторный статистический анализ полученных результатов исследования;

- предложены рекомендации по использованию результатов исследования для педагогов-психологов, сопровождающих и/или разрабатывающих офф- и онлайн обучающие курсы, курсы самосовершенствования, тьюторов, работающих с тьюторантами над индивидуальными образовательными маршрутами.

По результатам первой главы были выявлены актуальность, научная новизна и практическая значимость исследования. Был предложен новый, актуальный подход к определению феномена осознанности с психолого-педагогической позиции, исследованы психологические особенности осознанности выбора, определены основные индикаторы такого выбора, предложена методика изучения осознанности выбора направления профессиональной подготовки студентами 2 курса университета.

Во второй главе описан процесс подготовки и проведения исследования осознанности выбора студентами второго курса вузов Санкт-Петербурга. Для этого были оцифрованы соответствующие методики, выбраны инструменты и средства удаленного доступа. Проведен корреляционный и факторный статистический анализ результатов, сделаны выводы, разработаны рекомендации.

Полученные результаты, методика измерения осознанности выбора, средства проведения исследования могут применяться при разработке программ психолого-педагогического сопровождения онлайн и офлайн образовательного процесса, при разработке курсов, таких как, например, курс «Самосовершенствование» для студентов Санкт-Петербургского политехнического университета Петра Великого, психологическом консультировании, профориентационных мероприятиях, в работе тьютора над индивидуальным образовательным маршрутом с тьюторантом. [60, 93]



**Список использованных источников**

1. Закон Российской Федерации "Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» " от 21.12.2012 № 273-ФЗ // Российская газета. - 2012 г. - № 303(5976). - Ст. 2. с изм. и допол. в ред. от 30.04.2021.
2. Абульханова-Славская, К.А., Березина, Т.Н. Время личности и время жизни. - СПб.: Алетейя, 2001. - 304 С.
3. Агафонов, А.Ю. Когнитивная психомеханика сознания, или как сознание неосознанно принимает решение об осознании. - Самара: Издательство «Универс групп», 2006 (Издание подготовлено при поддержке РФФИ, грант 04-06-800-90а, руководитель А.Ю. Агафонов)
4. Агафонов, А.Ю. Феномен осознания в когнитивной деятельности: дис. д-р. психол. наук: 19.00.01. - СПб., 2006. - 378 С.
5. Аллахвердов, В.М. Сознание как парадокс / В.М. Аллахвердов. — СПб.: ДНК, 2000. - 528 С.
6. Аллахвердов, В. М. Методологическое путешествие по океану бессознательного к таинственному острову сознания / В. М. Аллахвердов; В. М. Аллахвердов. - СПб.: Речь, 2003. - 364 С. - ISBN 5926802032.
7. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания. - Санкт-Петербург: Питер, 2001. - 288 С. - (Серия «Мастера психологии»).
8. Андреев, А.С. Сознание и осознанность / А.С. Андреев // Ученые записки Крымского инженерно-педагогического университета. Серия: Педагогика. Психология. - 2017. - № 1(7). - С. 8-11.
9. Андреев, А.С. Личностный рост как развитие осознанности / А.С. Андреев // Мир психологии. - 2016. - № 2(86). - С. 170-178.
10. Андросов, В.П. Буддийская классика Древней Индии: слово Будды и трактаты Нагарджуны в переводах с палийского, санскритского и тибетского языков с толкованиями / В.П. Андросов; В.П. Андросов; Российская акад. наук, Ин-т востоковедения. - Москва: Открытый мир, 2008. - 510 С.

11. Асмолов, А.Г. Гонки за будущим: «... и вот наступило потом». // Поволжский педагогический поиск. 2017. № 2(20). С. 60-67.
12. Асмолов, А.Г. Сложный человек как вызов педагогике возможностей / А.А. Асмолов // Поволжский педагогический поиск. - 2018. - № 1(23). - С.13-19.
13. Баева, И.А. Психологическая безопасность в образовании: Монография. - СПб.: Издательство «СОЮЗ», 2002. - 271 С.
14. Божович, Л.И. Проблема развития мотивационной сферы ребенка // Изучение мотивации поведения детей и подростков / под ред. Л.И. Божович и Л.В. Благоннадежиной. М.: Педагогика, 1972. С.7-44.
15. Велманс, М. Как отличать концептуальные моменты от эмпирических при изучении сознания // Методология и история психологии. 2009. Том 4. Выпуск 3. С. 42-54.
16. Галяутдинова, С. И. Осознанный выбор профессии как условие психологической безопасности личности / С. И. Галяутдинова, Е. В. Ахмадеева // Системогенез учебной и профессиональной деятельности.: материалы VII Международной научно-практической конференции, Ярославль, 20-22 октября 2015 года. - Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского, 2015. - С. 295-297.
17. Голубев, А.М. Природа полноты осознанности. Адаптация опросника внимательности и осознанности MAAS // Вестник Новосибирского государственного университета. Серия: Психология. 2012. Т. 6. С. 44-51.
18. Гордеева, Т.О. Мотивация учебной деятельности школьников и студентов: структура, механизмы, условия развития: специальность 19.00.07 "Педагогическая психология": автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора психологических наук / Гордеева Тамара Олеговна. - Москва, 2013. - 46 С.
19. Гордеева, Т.О. Психология мотивации достижения: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии / Т. О. Гордеева; Т. О. Гордеева. - Москва: Смысл, 2006. - 332 с. - (Психология для студента). - ISBN 5893572041.

20. Гордеева, Т.О., Осин, Е.Н. Особенности мотивации достижения и учебной мотивации студентов, демонстрирующих разные типы академических достижений (ЕГЭ, победы в олимпиадах, академическая успеваемость) // Психологические исследования, 2012 Т.5, № 24 С. 4.
21. Гордеева Т.О., Сычев О.А., Осин Е.Н. Внутренняя и внешняя учебная мотивация студентов: их источники и влияние на психологическое благополучие // Вопросы психологии, 2013 № 1 С. 35-45.
22. Гордеева, Т.О. Опросник "Шкалы академической мотивации" / Т. О. Гордеева, О. А. Сычев, Е. Н. Осин // Психологический журнал. - 2014. - Т. 35. - № 4. - С. 96-107.
23. Гребенникова, В.М. Принцип событийности в организации социокультурных практик, учащихся как проектных единиц их индивидуальных образовательных маршрутов / В. М. Гребенникова, В. К. Игнатович, С. С. Игнатович // Историческая и социально-образовательная мысль. - 2015. - Т. 7. - № 5-1. - С. 207-213. - DOI 10.17748/2075-9908.2015.7.5/1.207-213.
24. Гриншпун, С.С. Профессиональная ориентация школьников в США / С.С. Гриншпун // Педагогика. - 2005. - № 9. - С. 65-72.
25. Дорошева, Е.А., Голубев, А.М. Проблематика оценки аспекта осознанности "наблюдение" // Нелинейная динамика в когнитивных исследованиях: Труды V Всероссийской конференции. - Н. Новгород, 2017. - С. 90.
26. Еремеев, Б.А. Психология безопасности, психологическая безопасность и уровни развития человека // Психологическая безопасность, устойчивость, психотравма: сборник научных статей. - СПб.: ООО «Книжный Дом», 2006. С. 101-103.
27. Заводовская, Т.С. Осознанность и созерцательные практики в обучении студентов / Т.С. Заводовская, Т.В. Волкодав // Инновационные научные исследования: теория, методология, практика: сборник статей победителей III международной научно-практической конференции, Пенза, 15 ноября 2016 года. - Пенза: "Наука и Просвещение" (ИП Гуляев Г.Ю.), 2016. - С. 214-216.

28. Захаров, К.П. Метод сочетательного диалога А.Г. Ривина как основа коллективного взаимного обучения: дис. канд. пед. наук: 13.00.01. - СПб., 2008. – 234 С.
29. Захаров, К.П. Педагогика высшего образования. Диалоговые интерактивные формы обучения / К. П. Захаров. – Санкт-Петербург: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого", 2016. – 150 с. – ISBN 9785742251873.
30. Иванчей, И.И. Измерение осознанности. Старая проблема на новый лад / И. И. Иванчей, Н. В. Морошкина // Когнитивная психология сознания: сборник статей международного научного симпозиума, Санкт-Петербург, 18-19 октября 2011 года / Комитет по науке и высшей школы Правительства Санкт-Петербурга, Общественная организация "Санкт-Петербургское психологическое общество"; под редакцией В. М. Аллахвердова, О. В. Защириной. - Санкт-Петербург: ООО "Издательство "ЛЕМА", 2011. - С. 39-54.
31. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы: теория и методы изучения. – СПб.: Питер, 2002. – 512 С.
32. Колесникова, Т.И. Психологический мир личности и его безопасность. - М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001. – 176 С.
33. Киселева, М.С. Научное издание Человек перед выбором в современном мире: проблемы, возможности, решения / М. С. Киселева // Материалы Всероссийской научной конференции 27-28 октября 2015 года, ИФ РАН (Москва) В трех томах Том I Под редакцией М.С. Киселевой - 2015 г. - С. 7-16.
34. Клейносов, Д.П. Изменение структурной и содержательной сложности учебного материала с целью реализации дидактического принципа осознанности знаний.: дис. канд. пед. наук. 13.00.02. - Москва, 2017. - 150 С.
35. Климов, Е.А. Психология профессионального самоопределения. - 2-е изд. - М.: Изд. Центр «Академия», 2004. - 450 С.
36. Комлев, А.А. Психологические факторы значимого жизненного выбора.: дис. канд. психол. наук. 19.00.13. - Тамбов, 2003. - 166 С.

37. Корнилова, Т.В. Принцип неопределенности в психологии выбора и риска // Психологические исследования. 2015. - Т.8. -№ 40.- С. 3.
38. Кравченко, Л.С. Жизненный выбор личности: психологический анализ: дис. канд. психол. наук: 19.00.13. - М., 1987. - 202 С.
39. Куимова, Н.Н., Тарасюк, А.А. К проблеме осознанного выбора профессии старшеклассниками // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. - 2016. - № 12-7. - С. 1258-1260.
40. Леонтьев, А.Н. Деятельность и личность // Психология личности. В 2-х т. Т.2 - Самара: Бахрах, 1999.
41. Леонтьев, Д.А. Проблема выбора в науках о человеке: от рациональных моделей к экзистенциальным / Д. Леонтьев, А. Фам, Е. Овчинникова // Человек перед выбором в современном мире: проблемы, возможности, решения. Материалы Всероссийской науч. конференции 27-28 октября 2015 года, ИФ РАН (Москва) в трех томах том I - 2015 г. - С. 18-33.
42. Леонтьев, Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. - М.: Смысл, 2003. - С. 298-299.
43. Лернер, И. Я. Качества знаний учащихся. Какими они должны быть? // М.: Знание, 1978. - 48 С.
44. Логинова, Н.А. Психобиографический метод исследования и коррекции личности: учебное пособие / Н. А. Логинова. - Алматы, 2001. - 172 С.
45. Лученков, А.В. Организационно-педагогические условия становления готовности старшеклассников к самоопределению: дис. канд. психол. наук: 13.00.01. - СПб., 2018. - 176 С.
46. Макарова, И.В. Психология: конспект лекций / И. В. Макарова. - 2-е изд., доп. - М.: Издательство Юрайт; ИД Юрайт, 2010. - 237 с. - С. 24-25.
47. Мальцева, А.П. Педагогика осознанности в эпоху "сознательного капитализма" / А.П. Мальцева // Поволжский педагогический поиск. - 2018. - № 1(23). - С. 8-12.

48. Мамардашвили, М.К. Необходимость себя. Лекции. Статьи. Философские заметки. Под общей редакцией Ю.П. Сенокосова. - М.: Издательство "Лабиринт", 1996. - 432 С.
49. Мандрикова, Е.Ю. Виды личностного выбора и их индивидуально-психологические предпосылки: дис. канд. психол. наук: 19.00.01. - М., 2006. - 195 С.
50. Маркова, А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте. М.: Просвещение, 1983. - 96 С.
51. Маслоу, А. Дальние пределы человеческой психики / А. Маслоу; пер. с англ. - СПб.: Евразия, 2011. - 432 С.
52. Маслоу, А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. - М., 1999. - 423 С.
53. Маслоу, А. Психология бытия / Пер. с англ. - М., 1997. - С. 250. - С. 76.
54. Матюхина, М.В. Мотивация учения младших школьников. М.: Педагогика, 1984. -150 С.
- Михайлов, И.Ф. Человек, сознание, сети / И.Ф. Михайлов; Рос. акад. наук, Ин-т философии. - М.: ИФРАН, 2015 - 196 с.: ил.; 20 см. - Библиогр.: С. 186-195.
56. Муртазина, И.Р. Психологические факторы жизненного выбора в ситуации принятия решения о переезде в другой город (на примере поступления в иногородний вуз): дис. канд. психол. наук: 19.00.01. - 2017. - 208 С.
57. Мэй, Ролло Открытие Бытия / Р. Мэя. - М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2004. - 224 С.
58. Найссер, Улрик. Познание и реальность: Смысл и принципы когнитивной психологии / У. Найссер; Перевод с англ. В.В. Лучкова. - М.: Прогресс, 1981. - 230 С.
59. Наумова, Н.Ф. Социологические и психологические аспекты целенаправленного поведения. М.: Наука, 1988. – 197 С.
60. Развивающая образовательная программа «Курс Самосовершенствования», разработана коллективом авторов ВШИП и ПЛ, Гуманитарного института, СПбПУ Петра Великого, 2021.

61. Общество Знаниевых Кочевников / под ред. Джона У. Моравеца; пер. с англ. С.С. Носовой; науч. ред. пер. И.П. Кужелева-Саган. - Томск: Издательский Дом Томского государственного ун-та, 2018. - 346 С.
62. Олпорт, Гордон. Становление личности: Избранные труды. Под общей редакцией Л.А. Леонтьева. Перевод с английского Л.В. Трубицыной. - М.: Смысл, 2002. - 462 С.
63. Ортега-и-Гассет Х. Две великие метафоры // Теория метафоры. М., - 1990. - С. 76-77.
64. Официальный сайт Снежанны Замалиевой. URL: <https://zamalieva.ru/> (дата обращения 24.04.2021)
65. Официальный сайт Центра MindFulness. URL: <https://mnfs.ru/about/> (дата обращения 24.04.2021)
66. Ошо, Багван Шри Раджниш Осознанность. Ключ к жизни в равновесии. - Издательство: Весь, 2020. - 256 С.
67. Посохова, С.Т. Психология адаптирующейся личности (Субъектный подход): дис. д-ра психол. наук: 19.00.01: СПб., 2001. - 393 С.
68. Посохова, С.Т. Психология адаптирующейся личности: моногр. - СПб.: Изд-во РГПУ им Герцена, 2001. - 240 С.
69. Прилепских, О.С. Психологическая характеристика феномена осознанности в современной науке // сборник трудов конференции "Педагогическая наука и практика - региону" материалы XVI региональной научно-практической конференции. - ГБОУ ВО «Ставропольский государственный педагогический институт», 2016. - С. 231-234.
70. Пряжников, Н.С. Профессиональное самоопределение: теория и практика. - М.: «Академия», 2007. - 503 С.
71. Санников, А.И. Психология принятия жизненных решений личностью: дис. д-ра психол. наук: 19.00.01: Одесса, 2016. - 510 С.
72. Сериков, В. В. Личностно-развивающее образование как одна из культурологических образовательных моделей / В. В. Сериков // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. - 2016. - № 2(106). - С. 30-35.

73. Слободчиков, В.И., Исаев, Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. Учебное пособие для вузов. - М.: Школа-Пресс, 1995. - 384 С.
74. Словарь русского языка: в 4-х т. / РАН, Ин-т лингвистич. исследований; Под ред. А. П. Евгеньевой. — 4-е изд., стер. — М.: Рус. яз.; Полиграфресурсы, 1999.
75. Соболева, Н.И. Мироззрение и жизненный выбор личности // Н. И. Соболева. - Киев: Наукова думка, 1989. - 120 С.
76. Столь, А.Б. Состояние осознанности как ценность культуры Вестник ВЭГУ. 2012. № 3 (59). С. 121-126.
77. Тендряков, В.Ф. Собрание сочинений в 5 томах. М.: Художественная литература, 1987 – 1989.
78. Титаренко, Т.М. Испытание кризисом: Одиссея преодоления. - Изд. 2-е, испр. - М.: «Когито-Центр», 2010. - 304 С.
79. Тоффлер, Э. Шок будущего: Пер. с англ. / Э. Тоффлер. - М.: ООО "Издательство АСТ", 2002. -557, [3] С.
80. Уильямс, М., Пенман, Д. Осознанность: как обрести гармонию в нашем безумном мире. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014. - 288 С.
81. Федосеева, Т.Е. Осознанность мотивов выбора целей своего будущего в старшем подростковом возрасте / Т. Е. Федосеева, М. Б. Батюта, А. Е. Терехина // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. - 2016. - № 7-1. - С. 101-104.
82. Федосеева, Т.Е., Батюта М.Б., Терехина А.Е. Осознанность мотивов выбора целей своего будущего в старшем подростковом возрасте // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. - 2016. - № 7-1. - С. 101-104.
83. Чеснокова А.Г. Осознание как центральная проблема психологии в концепциях Л.С. Выготского и С.Л. Рубинштейна // Вестник МГУ. Сер.14: Психология. - 2003. № 4. - С.6.
84. Чикесентмихайи М. Эволюция личности / Михай Чикесентмихайи; Пер. с англ. - М.: Альпина нон-фикшн, 2013. - 420 С.



85. Шадриков, В.Д. Вот "она" - "Я" (пробуждение сознания) / В.Д. Шадриков // Мир психологии. - 2018. - № 2(94). - С. 36-47.
86. Юмартова, Н.М. Осознанность (mindfulness). Психологические характеристики и инструменты измерения / Н.М. Юмартова, Н.В. Гришина // Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ. - 2013. - Т. 1. - № 1. - С. 267-273.
87. Bishop S.R., Lau M., Shapiro S., Carlson L., Anderson N.D., Carmody J., Segal Z.V., Abbey S., Speca M., Velting D., Devins G. Mindfulness: a Proposed Operational Definition // *Clinical Psychology: Science & Practice*. 2004. Vol. 11, № 3. P. 230-241. DOI:10.1093/clipsy.bph077.
88. Cheli, S., De Bartolo, P., Agostini, A. Integrating mindfulness into nursing education: A pilot nonrandomized controlled trial // *International Journal of Stress Management*. - 2019. - №27(1). - P. 93-100.
89. Creswell J. D., Way B. M., Eisenberger N. I., Lieberman M. D. Neural correlates of dispositional mindfulness during affect labeling // *Psychosomatic Medicine*. - 2007. - Vol. 69. - P. 560-565.
90. Dweck, C.S. *Essays in social psychology. Self-theories: Their role in motivation, personality, and development*. - Psychology Press. - 1999.
91. Леонтьев, Д.А., Шелобанова, Е.В. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего // *Вопросы психологии*. - 2001. - №1. - С. 57-65.
92. Kabat-Zinn, Jon. *Full catastrophe living: using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness* // New York: Bantam Books Trade Paperbacks. - 2013. - P. 467.
93. Kozlovskii, P., Tabolina, A., Kunina, O., ...Yudina, I., Sataev, P. Polytech WebQuest as an Organization Form of Students Project Activities // *Advances in Intelligent Systems and Computing*, 1328 AISC. - 2021. - P. 431-438.
94. Langer, Ellen J. *The power of mindful learning*. Reading: Da Capo Books - 1998.

95. Richardson, Michelle, Abraham, Charles, Bond Rod. Psychological correlates of university students' academic performance: a systematic review and meta-analysis // *Psychological bulletin*, 2012 V. 138 (2). P. 353-387.
96. Sennett, Richard. *The Corrosion of Character: The Personal Consequences of Work in the New Capitalism*. - W. W. Norton Company. - 2000.
97. Sternberg, Robert J. The theory of successful intelligence // *Review of general psychology*, 1999 V.3 issue: 4. doi:10.1037/1089-2680.3.4.292. P. 292-316.
98. Ryan, Richard M., Connell, James P. Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains // *Journal of personality and social psychology*. – 1989. - V.57. - № 5. - P. 749-761.
99. Ryan, Richard M., Deci, Edward L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being // *American psychologist*, 2000 V.55. № 1. P. 68-78.
100. Strenze, Tarmo. Intelligence and socioeconomic success: A meta-analytic review of longitudinal research // *Intelligence*, 2007 V. 35 P. 401-426.
101. Yudina, Inna, Kozlovskii, Pavel, Pavlikova, Natalia, Kochkina, Ksenia, Sataev, Pavel Analysis of Possibilities of Using Game Statistics of the Cloud Quest in Assessment of Personality // The conference proceedings will be published as ICL 2021 Proceedings in the Springer series "Advances in Intelligent Systems and Computing". - 2021.
102. Болонская система гораздо больше подходит для новой эпохи // *Вести образования* URL: [https://vogazeta.ru/articles/2020/2/3/quality\\_of\\_education/11419-bolonskaya\\_sistema\\_gorazdo\\_bolshe\\_podhodit\\_dlya\\_novoy\\_epohi\\_](https://vogazeta.ru/articles/2020/2/3/quality_of_education/11419-bolonskaya_sistema_gorazdo_bolshe_podhodit_dlya_novoy_epohi_) (дата обращения: 01.05.2021).
103. Леонтьев, Д.А., Аверина, А.Ж. Феномен рефлексии в контексте проблемы саморегуляции // *Психологические исследования: электронный научный журнал*. 2011. № 2 (16). URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2011n2%E2%80%939316/463-leontiev> (дата обращения: 24.04.2021).

104. Соломин Игорь Леонидович // персональный сайт URL: <http://igorsolomin.ru/publications.html> (дата обращения: 08.04.2021).

105. Экспертный доклад «12 решений для нового образования» // Центр стратегических разработок (ЦСР) URL: <https://www.csr.ru/ru/publications/ekspertnyj-doklad-12-reshenij-dlya-novogo-obrazovaniya/> (дата обращения: 07.04.2021).

106. Этический кодекс психолога // Российское психологическое общество Официальный сайт профессиональной корпорации психологов России URL: <http://psyrus.ru/rpo/documentation/ethics.php> (дата обращения: 08.06.2021).

## Приложение 1. Перечень публикаций, в том числе по теме исследования

1. Bolsunovskaya, M.V., Gintciak, A.M., Yudina, I.V., Kozlovskiy, P.S. Comparative Analysis of Approaches to the Specialists' Competences Development in Innovative Industries // Proceedings of the International Conference on Education Science and Social Development (ESSD). - 2019. - DOI: 10.2991/ESSD-19.2019.18.

2. Integrating Engineering Education and Humanities for Global Intercultural Perspectives (IEEHGIP 2020) 2020 №131 (collective monograph):

A. Baranova, T., Almazova, N., Tabolina, A., Kunina, O., Yudina, I. The Study on Psychological Constitutions of Comprehensive University Students with Different Levels of Academic Procrastination // Proceedings of the International Conference of Integrating Engineering Education and Humanities for Global Intercultural Perspectives (IEEHGIP 2020). - 2020. - С. 760-769. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-47415-7\\_81](https://doi.org/10.1007/978-3-030-47415-7_81)

Б. Tabolina, A., Kozlovskii, P., Popov, D., Yudina, I., Snegirev, N., Tretyakov, D. Socio-psychological Program for the Selection of Students in the Adapters Public Institute // Proceedings of the International Conference of Integrating Engineering Education and Humanities for Global Intercultural Perspectives (IEEHGIP 2020). - 2020. - С. 812-819. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-47415-7\\_87](https://doi.org/10.1007/978-3-030-47415-7_87)

В. Baranova, T., Tabolina, A., Bolsunovskaya, M., Yudina, I., Kozlovskii, P., Fokina V. Study of Students' Social Perceptions About Master's Degree // Proceedings of the International Conference of Integrating Engineering Education and Humanities for Global Intercultural Perspectives (IEEHGIP 2020). - 2020. - С. 828-837. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-47415-7\\_89](https://doi.org/10.1007/978-3-030-47415-7_89)

Г. Kozlovskii, P., Tabolina, A., Bolsunovskaya, M., Kunina, O., Andreeva, S., Yudina, I. Psychological Determinants of Social Behavior at Volunteers // Proceedings of the International Conference of Integrating Engineering Education and Humanities for Global Intercultural Perspectives (IEEHGIP 2020). - 2020. - С. 848-855. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-47415-7\\_91](https://doi.org/10.1007/978-3-030-47415-7_91)

3. Tabolina, A., Olennikova, M., Bolsunovskaya, M., Yudina, I., Kunina, O., Manskova, K., Bruchas, E. The Development of the Multifunctional Digital Platform for Distance Learning and Evolvment “PsyTech” in the Era of Great Challenges // *Advances in Intelligent Systems and Computing*, 1329. - Springer, 2021. - С. 764–771. DOI: 10.1007/978-3-030-68201-9\_75.

Публикация сопровождалась докладом «The Development of the Multifunctional Digital Platform for Distance Learning and Evolvment “PsyTech” in the Era of Great Challenges», The International Conference on Interactive Collaborative Learning (JCL2020), Date: 23-25 September 2020, Event Location: Tallinn, Estonia.

4. Kozlovskii, P., Tabolina, A., Kunina, O., Yudina, I., Sataev, P., Fokina, V. Polytech WebQuest as an Organization Form of Students Project Activities // *Advances in Intelligent Systems and Computing*, 1328 AISC. - Springer, 2021. - С. 431–438. DOI: 10.1007/978-3-030-68198-2\_40

Публикация сопровождалась докладом «Polytech WebQuest as an Organization Form of Students Project Activities», The International Conference on Interactive Collaborative Learning (JCL2020), Date: 23-25 September 2020, Event Location: Tallinn, Estonia.

5. Tabolina, A., Salkutsan, S., Kozlovskii, P., Popov, D., Kunina, O., Yudina, I., Ryushenkova, A. Development and Implementation of Gamified Technologies in the Life Long Learning System (Based on a Multidisciplinary University) // *Advances in Intelligent Systems and Computing*, 1328 AISC. - Springer, 2021. - С. 510–516. DOI: 10.1007/978-3-030-68198-2\_47

Публикация сопровождалась докладом «Development and Implementation of Gamified Technologies in the Life Long Learning System (Based on a Multidisciplinary University)», The International Conference on Interactive Collaborative Learning (JCL2020), Date: 23-25 September 2020, Event Location: Tallinn, Estonia.

Подготовлены и отправлены на рецензирование следующие публикации, с публикацией в 2021-2022 годах:

«Mobility for Smart Cities and Regional Development - Challenges for Higher Education» 24th International Conference on Interactive Collaborative Learning 50<sup>th</sup> (ICL2021); IGIP International Conference on Engineering Pedagogy TU Dresden and HTW Dresden, Germany, 22-24 September 2021 [www.icl-conference.org](http://www.icl-conference.org)

The conference proceedings will be published as ICL2021 Proceedings with Springer in the series «Advances in Intelligent Systems and Computing»:

1. Vector model of the youth professional self-determination in the context of multidisciplinary university

Rubtsova, Anna; Tikhonov, Dmitrii; Bolsunovskaya, Marina; Tabolina, Anastasiia; Almazova, Nadezhda; Kats, Nora; Yudina, Inna

2. Analysis of possibilities of using game statistics of the cloud quest in assessment of personality

Yudina, Inna (1); Pavlikova, Natalia (2); Kozlovskii, Pavel (1); Sataev, Pavel (1); Kochkina, Ksenia (1); Organization(s): 1: Peter the Great St.Petersburg Polytechnic University (SPbPU), Russian Federation; 2: Lomonosov Moscow State University

3. Designing mobile app “Digital Professional Navigation” (DPN) for self-determination of schoolchildren and university students on the basis of a multidisciplinary university

Tikhonov, Dmitrii; Snegirev, Nikolay; Chesnokova, Svetlana; Tabolina, Anastasiia; Yudina, Inna; Smolskaia, Natalia; Rubtsova, Anna; Bolsunovskaya, Marina

4. "The school of emotional literacy" - a promising direction of personality development in a multidisciplinary university

Tabolina, Anastasiia; Tikhonov, Dmitrii; Almazova, Nadezhda; Smolskaia, Natalia; Rubtsova, Anna; Bolsunovskaya, Marina; Yudina, Inna; Krylova, Elena

5. The model of digital lifelong education system in the era of grand challenges: the case of multidisciplinary university

Rubtsova, Anna; Tikhonov, Dmitrii V.; Tabolina, Anastasiia; Almazova, Nadezhda; Kats, Nora; Bolsunovskaya, Marina; Yudina, Inna

## Приложение 2. Опросник авторский И.В. Юдиной

1. Укажите, пожалуйста, ваше имя и фамилию или псевдоним, если вам так удобнее. Важно, чтобы ваши ответы могли быть идентифицированы.
2. Укажите ваш ВУЗ и направление подготовки, пожалуйста.
3. Укажите ваш возраст.
4. Пожалуйста, оцените свою успеваемость по пятибалльной шкале, где «1» - имею задолженность из прошлого семестра, «5» - «Я - отличник!»
5. Насколько вы удовлетворены выбором направления подготовки (специальности)?
  - 1 - совершенно не удовлетворен
  - 2 - скорее не удовлетворён
  - 3 - наверное удовлетворён
  - 4 - скорее удовлетворён
  - 5 - абсолютно удовлетворён
6. Насколько вероятно, что вы поменяете направление подготовки, если такая возможность представится?
  - 1 - ничего не буду менять
  - 2 - скорее всего не буду менять
  - 3 - наверное поменяю
  - 4 - скорее всего поменяю
  - 5 - весьма вероятно поменяю
7. В последнем своем послании Федеральному собранию Президент заявил о необходимости дать возможность студентам после второго курса менять направление подготовки. Вы знали что-то об этом до этого?
  - 1 - мне ничего об этом неизвестно
  - 2 - слышал, но меня это не интересует
  - 3 - слышал и изредка слежу за новостями
  - 4 - слышал и постоянно слежу за новостями
  - 5 - подготавливаю документы на смену направления

**Приложение 3. Основные диагностические категории и показатели методики  
«Цветовые метафоры» И.Л. Соломина**

Таблица 1

Основные диагностические категории и показатели методики «Цветовые метафоры» И.Л. Соломина

Диагностические категории	Показатели
Базовые потребности	В методе цветовых метафор базовыми считаются те потребности, которые обозначены самым привлекательным цветом, а также те, которые оцениваются теми же цветами, что и понятия «Мое увлечение» и «Интересное занятие».
Удовлетворенность базовых потребностей	Если базовые потребности обозначены тем же цветом, что и понятие «Мое настоящее», то можно считать, что человек может в достаточной мере удовлетворить их в настоящий момент. Если базовые потребности связаны с понятием «Мое будущее», то человек рассчитывает на их будущее удовлетворение. Наконец, если базовые потребности не ассоциируются ни с настоящим, ни с будущим, ни с прошлым, это свидетельствует о наибольшей степени фрустрации.
Актуальные потребности	В методе цветовых метафор актуальными считаются потребности, которые обозначены тем же цветом, что и понятие «Мое настоящее».
Отношение к будущему	Отношение к будущему диагностируется на основе того, какие потребности, эмоции, виды деятельности и люди обозначены таким же цветом, что и понятие «Мое будущее».
Отношение к работе, учебе и др. видам деятельности	Определяется потребностями и эмоциональными переживаниями, которые обозначаются теми же цветами, что и понятия «Моя работа», «Моя учеба» и т. п.
Источники стресса	Об источниках стресса говорят виды деятельности и люди, обозначенные самым неприятным цветом, а также связанные с понятиями «Угроза», «Страх», «Печаль», «Раздражение», «Неприятности», «Неудача», «Болезнь», «Конфликты» и т. п.



**Приложение 4. Результаты обработки примененных в исследовании  
методик и авторской анкеты И.В. Юдиной**

Таблица 2

Результаты обработки примененных в исследовании методик и данных анкеты

№ формы ответа	Пол	Возраст	Успеваемость (1-5)				Удовлетворенность (1-5)				Желание смены НП (1-5)				Внимание к возможностям (1-5)				Познание	Достижение	Саморазвитие	Самоуважение	Интроецированная	Экстерналиная	Амотивация	Адаптивные способности	Нервно-психическая устойчивость	Коммуникативные особенности	Моральная нормативность	Достоверность	Наблюдение	Описание	Осознанность	Безоценочность	Нереагирование
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1																	
№	Анкета											Академическая мотивация						Адаптивность						Mindfulness											
1	ж	21	5	4	2	1	16	16	16	7	12	6	5	42	25	5	11	3	32	30	25	40	25												
2	ж	19	3	3	2	1	18	18	13	6	12	5	8	60	39	13	7	4	33	29	27	19	22												
3	ж	19	4	5	2	1	18	18	19	15	14	10	6	48	28	11	8	5	29	32	27	34	27												
4	ж	18	4	5	1	1	19	19	20	20	17	10	4	88	57	21	9	0	23	24	14	14	29												
5	м	19	5	5	5	1	20	20	20	20	20	20	20	85	56	17	12	6	40	28	8	8	40												
6	м	18	4	4	1	1	18	17	18	20	6	8	10	57	25	20	12	6	14	23	31	32	16												
7	м	18	4	4	2	5	12	12	14	11	14	15	9	43	22	13	7	9	28	37	30	22	29												
8	ж	18	3	4	4	1	12	10	15	15	12	14	12	60	38	14	7	1	31	34	24	23	26												
9	ж	18	3	4	2	1	14	13	18	16	18	14	4	61	37	16	7	2	30	33	25	31	22												
10	ж	19	5	4	1	1	18	14	20	13	8	7	4	38	20	13	4	4	16	38	19	32	15												
11	м	19	3	4	1	1	10	10	4	6	11	12	11	61	36	16	9	3	23	26	26	23	22												
12	ж	19	3	2	2	1	9	11	13	11	15	9	13	65	41	17	6	0	32	31	20	27	24												
13	м	22	3	2	2	1	12	5	4	4	11	15	12	41	21	9	10	5	37	39	34	40	23												
14	ж	19	5	3	4	1	12	11	11	14	18	14	13	91	60	22	8	0	31	19	15	11	26												
15	м	19	4	4	2	1	15	12	11	7	15	15	4	76	53	13	9	1	27	31	25	24	17												
16	ж	19	4	4	2	1	15	16	16	16	15	7	6	52	32	14	6	7	30	24	30	24	22												
17	ж	22	4	5	1	1	17	15	16	7	10	6	9	50	30	14	5	5	29	27	18	23	16												
18	ж	20	1	4	4	1	13	10	10	11	8	8	16	69	47	14	7	3	28	29	22	35	22												
19	ж	19	4	4	2	1	15	13	15	16	15	15	8	53	43	5	4	4	25	32	26	25	21												
20	м	19	4	4	1	1	17	13	11	16	16	10	6	65	39	17	8	3	23	30	20	14	22												
21	ж	19	5	4	1	1	17	17	17	15	12	14	8	54	32	14	7	3	32	29	26	19	15												
22	ж	18	4	5	2	5	18	16	16	16	15	11	6	28	21	4	3	5	30	29	28	25	24												
23	ж	20	4	5	1	1	19	18	19	18	12	6	6	74	50	21	3	4	24	28	27	27	19												
24	ж	19	4	5	2	1	20	19	16	11	6	5	5	70	44	18	7	3	37	24	23	9	21												
25	ж	19	4	4	2	1	9	8	9	7	13	16	13	57	31	20	6	2	20	13	24	32	32												
26	ж	20	5	4	2	1	15	16	15	9	8	5	6	32	20	9	3	9	30	32	20	37	17												
27	м	19	4	2	5	1	10	14	15	12	12	12	14	58	33	18	6	6	21	26	11	24	29												
28	ж	19	4	2	4	1	11	14	11	8	9	10	15	82	60	12	9	1	32	33	28	27	23												
29	м	19	3	3	4	1	16	15	13	14	11	8	9	57	43	9	4	2	31	20	27	20	23												
30	ж	18	5	5	1	5	20	16	19	16	14	11	4	53	43	7	2	4	30	25	25	25	22												
31	ж	19	4	5	1	1	16	15	16	19	16	15	8	75	43	17	14	0	28	30	24	37	30												
32	ж	19	4	5	1	1	18	17	18	20	18	12	7	75	42	23	9	4	23	31	23	23	18												
33	ж	19	4	4	2	1	17	15	19	17	7	6	7	21	13	7	8	8	32	32	26	35	24												

## Приложение 5. Корреляционная матрица параметров

Таблица 3

Результаты статистического анализа: корреляционная матрица параметров,  
примененных в исследовании методик и авторской анкеты И.В. Юдиной

	Успеваемость (1-5)	Удовлетворенность (1-5)	Желание смены НП (1-5)	Познание	Достижение	Саморазвитие	Самоуважение	Интроецированная	Экстернальная	Амотивация	И/Э	АС	НПУ	КО	МН	Д	Наблюдение	
Успеваемость (1-5)	1																	
Удовлетворенность (1-5)		1																
Желание смены НП (1-5)		-0,45069	1															
Познание	0,378344	0,69322	-0,36407	1														
Достижение	0,443917	0,530648		0,805959	1													
Саморазвитие	0,465825	0,558499		0,700161	0,782123	1												
Самоуважение		0,491931		0,518757	0,522042	0,708512	1											
Интроецированная							0,375148	1										
Экстернальная				-0,30262	-0,36169			0,625024	1									
Амотивация		-0,44111	0,701402	-0,51288	-0,34548	-0,39434			0,404248	1								
И/Э				-0,44055	-0,49116						1							
АС								0,436746	0,314095	0,321198		1						
НПУ			0,326929					0,425907				0,395179	1					
КО												0,382004	0,703765	0,450571	1			
МН									0,335302					0,31241		1		
Д													-0,64679	-0,65012	-0,32074		1	
Наблюдение			0,370723															1
Описание													-0,33401	-0,31126	-0,38419			
Осознанность				-0,36838				-0,31298					-0,41192	-0,37866	-0,39239			
Безоценочность					-0,33298			-0,36229					-0,54304	-0,56111	-0,39699			
Нереагирование			0,509347					0,474835	0,522999	0,498743						0,353382		

**Приложение 6. Итоги проверки гипотез сравнения независимых выборок по критерию «Желание смены направления подготовки»**

Первая выборка - это группа тех студентов, кто выражает в своих анкетах готовность к смене направления подготовки, вторая выборка - это те, кто указывают в анкете, что точно не собираются менять направление подготовки.

Таблица 4

Итоги по проверке гипотез сравнения двух независимых выборок студентов, отличающихся по критерию «Желание смены направления подготовки»

Нулевая гипотеза	Критерий	Значимость	Решение
Распределение <u>Удовл</u> является одинаковым для категорий смены НП.	Критерий U Манна-Уитни для независимых выборок	<b>,060<sup>a</sup></b>	Нулевая гипотеза принимается.
Распределение <b>Амотивация</b> является одинаковым для категорий смены НП.	Критерий U Манна-Уитни для независимых выборок	<b>,000<sup>a</sup></b>	Нулевая гипотеза отклоняется.
Распределение АС является одинаковым для категорий смены НП.	Критерий U Манна-Уитни для независимых выборок	<b>,027<sup>a</sup></b>	Нулевая гипотеза отклоняется.
Распределение НПУ является одинаковым для категорий смены НП.	Критерий U Манна-Уитни для независимых выборок	<b>,009<sup>a</sup></b>	Нулевая гипотеза отклоняется.

## Приложение 7. Итоги факторного анализа

Таблица 5

### Объясненная совокупная дисперсия

Ком- по- нент	Начальные собственные значения			Извлечение суммы квадратов нагру- зок			Ротация суммы квадратов нагру- зок		
	Всего	% диспер- сии	Суммар- ный %	Всего	% диспер- сии	Суммар- ный %	Всего	% диспер- сии	Суммар- ный %
1	4,676	23,382	23,382	4,676	23,382	23,382	4,305	21,525	21,525
2	4,431	22,156	45,538	4,431	22,156	45,538	2,897	14,487	36,012
3	1,915	9,577	55,116	1,915	9,577	55,116	2,349	11,744	47,756
4	1,600	7,999	63,115	1,600	7,999	63,115	2,326	11,631	59,387
5	1,351	6,755	69,871	1,351	6,755	69,871	1,707	8,536	67,923
6	1,131	5,657	75,528	1,131	5,657	75,528	1,521	7,605	75,528
7	,896	4,478	80,006						
8	,813	4,065	84,071						
9	,681	3,403	87,475						
10	,584	2,920	90,395						
11	,493	2,467	92,861						
12	,404	2,021	94,882						
13	,283	1,416	96,298						
14	,245	1,226	97,524						
15	,182	,912	98,436						
16	,115	,573	99,009						
17	,096	,482	99,491						
18	,061	,307	99,798						
19	,039	,193	99,990						
20	,002	,010	100,000						

Таблица 6

### Повернутая матрица компонентов

	Компонент					
	1	2	3	4	5	6
Усп	,504	-,250	,242	,221	,019	-,255
Удовл	,770	,031	-,068	,070	-,086	-,037
Познание	,881	,028	-,023	-,198	,204	-,062
Достижение	,856	,017	,263	-,251	,226	,046
Саморазвитие	,874	-,176	,114	,011	-,046	-,042
Самоуважение	,739	,094	,091	,251	-,241	,163
Интроецированная	,216	,364	,078	,799	,037	-,046
Экстернальная	-,156	,145	,009	,857	-,030	,204
Амотивация	-,533	-,022	,495	,184	,106	,505
ИЭ	-,405	-,071	,185	,313	-,575	-,149
АС	,026	,827	,384	,172	-,110	,263
НПУ	,017	,838	,364	,168	,093	,064
КО	,056	,452	,442	,033	-,604	,275
МН	,029	,192	-,098	,175	,007	,859
Д	,177	-,842	,059	-,103	,047	-,032
Наблюдение	-,104	,022	,077	,172	,848	,046
Описание	-,025	-,289	-,559	,186	,169	,038
Осознанность	-,156	-,095	-,742	-,234	,068	-,015