

УДК 159.923

**Елена Андреевна Шерешкова**  
**Юлия Алексеевна Давыдова**  
г. Шадринск

### **Формирование психологической готовности к профессиональному выбору у старшекласников**

В данной статье рассматривается проблема формирования психологической готовности к профессиональному выбору у старшекласников. Профессиональный выбор играет одну из важнейших ролей в жизни человека, поскольку неправильный выбор профессии может пагубно сказаться на отношении к учебе и даже привести к потере смысложизненных ориентаций. В ходе исследования были получены результаты, которые отражали уровень сформированности психологической готовности к профессиональному выбору у школьников. Оказалось, что уровень недостаточно развит, поэтому нами была разработана программа «Моя профессия – моё будущее!», направленная на формирование психологической готовности к профессиональному выбору у старшекласников и оказание им психолого-педагогической поддержки и помощи.

**Ключевые слова:** подростки, старший школьный возраст, профессиональный выбор, самоопределение, психологическая готовность к выбору профессии.

**Elena Andreevna Shereshkova**  
**Yuliya Alekseyevna Davydova**  
Shadrinsk

### **Formation of psychological readiness for professional choice among high school students**

This article discusses the problem of forming psychological readiness for professional choice among high school students. Professional choice plays one of the most important roles in a person's life since the wrong choice of a profession can adversely affect the attitude to study and even lead to a loss of life orientations. The results reflect the level of formation of psychological readiness for professional choice among high school students. It turned out that the level was not sufficiently developed so the authors developed the program "My profession is my future!" aimed at forming psychological readiness for professional choice among high school students and providing them with psychological and pedagogical support and assistance.

**Keywords:** teenagers, high school age, professional choice, self-determination, psychological readiness to choose a profession.

Профессиональный выбор один из наиболее важных вопросов в период окончания учебного заведения общего образования и выбора образовательного учреждения профессионального образования. Правильность профессионального выбора определяет успешность студента в овладении профессиональными компетенциями - с одной стороны, а с другой стороны – создает условия для профессионального становления и личностного роста. Вместе с этим ошибочный выбор может пагубно сказаться не только на отношении к учебе, но и привести к потере смысложизненных ориентаций.

Исследования последних лет указывают на оторванность современных школьников от профессиональной жизни взрослых. Они не знают, чем занимаются взрослые, какие у них трудности, какие цели и задачи они решают в профессиональной жизни и т.п. Эта тенденция приводит к растерянности школьников перед выбором своей собственной профессии, они оказываются к этому не готовы.

Готовность к профессиональному выбору трактуется как совокупность психических свойств (решительность, автономность, самооценка, эмоциональное отношение к выбору и т.п.), благоприятствующих правильному выбору, а также психологических знаний о правилах этого выбора, о своих способностях, склонностях и интересах.

Целью нашего исследования выступило формирование психологической готовности к профессиональному выбору в старшем школьном возрасте. Гипотезой исследования выступило предположение о том, что формирование психологической готовности к профессиональному выбору у старшеклассников будет успешным, если разработать и апробировать комплексную программу «Моя профессия – моё будущее».

Значимость выбранного исследования была подтверждена рядом противоречий, выявленных в результате теоретического анализа литературы по теме исследования:

- между сензитивностью старшего школьного возраста к становлению психологической готовности к профессиональному выбору и недостаточной степенью учета ресурсов данного возраста в образовательной среде;
- между необходимостью формировать психологическую готовность к выбору профессии старшеклассников и отсутствием научных знаний о психологических механизмах, запускающих данный процесс.

Для начала, следует разобрать основные понятия нашего исследования. Т.В. Амосова считает, что готовность к выбору – это «окончательный результат подготовки к профессиональной деятельности. Она рассматривается как интегральное личностное образование, включающее в себя необходимые компоненты и личностные качества» [9]; по мнению О.А. Таротенко и В.Н. Нижегородцевой – «...интегральное свойство индивидуальности, в структуру которого входят индивидуальные качества, побуждающие, направляющие, регулирующие учебную деятельность, развивающиеся неравномерно и гетерохронно...» [7, 8]; по мнению С.Н. Чистяковой «...устойчивая целостная система профессионально-важных качеств личности, в которую входит положительное отношение к избираемому виду деятельности, наличие необходимых знаний, умений и навыков...» [4, 8]; по мнению С.И. Вершинина «...внутренняя убежденность и осознанность фактора выбора профессии, осведомленность о мире профессий, о том, какие психологические и физические требования профессия предъявляет человеку...» [3, 8]; по М.В. Ретивых «...интегральное свойство личности, способствующее осознанному и самостоятельному осуществлению стратегии профессионального выбора, что проявляется в нравственной, психофизиологической и практической готовности к формированию и реализации профессиональных намерений...» [5, 8]; по Т.Н. Сапожникову «...динамическое состояние, стартовая активизация школьника, осознание им своих желаний и потребностей, ценностей, оценку имеющихся условий, определение способов действия, прогнозирование требуемых усилий, мобилизацию сил...» [7, 8]. В.Б. Успенский говорит о том, что «готовность к выбору профессии во многом определяется уровнем того, выбрал ли ученик профессию или нет, какие факторы учитывались при осуществлении выбора» [8].

В исследовании понятия «готовность к выбору профессии», важное место занимают подходы к структуре готовности и механизмы её формирования. Так, например, М.Р. Гинзбург выделяет следующие компоненты готовности к выбору профессии подростком: «... когнитивно-оценочный и регуляторно-поведенческий. Когнитивно-оценочный компонент включает: наличие устойчивого профессионального интереса, информированность о критериях, предъявляемых профессией к личности, адекватную самооценку, соответствие способностей требованиям профессии. Регуляторно-поведенческий компонент включает: наличие начального профессионального плана; понимание общественной значимости выбираемой профессии, ответственность за выбор будущей профессии; стремление реализовать свой учебный и профессиональный выбор, наличие смысло-ориентаций; наличие эмоционально-волевой само-регуляции поведения» [6].

Нами также был проведен анализ психолого-педагогических условий реализации процесса формирования психологической готовности к профессиональному выбору. Целью данного анализа являлось понимание специфики организации психологической работы.

Например, Н.П. Улина сформулировала «...психолого-педагогические условия, оказывающие эффективное влияние на формирование психологической готовности к профессиональному самоопределению школьников» [2]:

- комплексная оценка интересов;
- информированность подростков относительно профессий;
- наличие возможности получения образования по выбранному направлению.

А.П. Чернявская выделяет следующие условия, способствующие формированию психологической готовности к профессиональному выбору: «автономность, информированность, опыт принятия решений, опыт планирования, эмоциональное отношение к профессии» [12].

О.В. Кузнецова с помощью эмпирического исследования доказала, «воспринимая своё прошлое, настоящее и будущее и реализуя свои действия в настоящее время, беря ориентир на будущее, это то, что поможет более детально определить свою индивидуальную профессиональную траекторию» [10].

И.А. Ревина считает, «личностные предпосылки психологической готовности к осознанному выбору профессии: независимость в вопросе принятия решения, применение творчества в реализации своей деятельности, быстрая реакция на изменения ситуации» [11].

И.С. Арон считает, «эффективное самоопределение зависит от определенных знаний: во-первых, это знание о себе, своих способностях и возможностях; во-вторых, об окружающих людях; в-третьих, об окружающем мире и в частности профессиональном мире» [1].

В своём исследовании мы использовали следующие методики: Опросник для выявления готовности школьников к выбору профессии (подготовлен профессором В.Б. Успенским); Методика «Профессиональная готовность» А.П. Чернявская; Диагностика профессиональных установок подростков И.М. Кандаков.

Первым делом мы исследовали психологическую готовность старшеклассников к профессиональному выбору по методике В.Б. Успенского. Проведенный анализ данных показал, что лишь 22% старшеклассников обладают глубоким пониманием различных профессиональных областей, у них сформированы интересы и способности, а также адекватная самооценка. В то же время 66% старшеклассников имеют поверхностное знание о профессиональных областях и не могут соотнести свои качества с требованиями выбранной профессии. Небольшая часть старшеклассников (12%) имеют ограниченное знание о конкретной профессии, у них отсутствуют интересы, склонности и мотивация к выбору профессии, а также неспособность адекватно оценить себя в контексте будущей карьеры.

По результатам исследования по методике «Профессиональная готовность» (А.П. Чернявская), можно сделать выводы. Одна треть старшеклассников (32%) обладает высоким уровнем автономности, они стремятся к глубоким знаниям и навыкам в своей профессиональной области. Более половины школьников (58%) имеют средний уровень, обладают поверхностными знаниями и навыками, их ориентация на успех не так сильна, как у первой группы. Десять процентов старшеклассников имеют низкий уровень автономности, испытывают трудности в определении своих собственных целей и не обладают мотивацией для реализации своих возможностей.

Всего лишь 6% старшеклассников обладают высоким уровнем информированности о мире профессий. Они имеют глубокие знания о различных профессиях и процессе поиска работы. Половина старшеклассников (56%) имеют средний уровень информированности, они знают об основных профессиях, но имеют поверхностное понимание о требуемом образовании и способах его получения. 38% учеников имеют низкий уровень

информированности, им не хватает знаний о мирах профессий и о том, как приобрести необходимые навыки для будущей карьеры.

Почти у каждого четвертого старшеклассника (24%) обнаружен высокий уровень способности к принятию решений. Они умеют учитывать важные факторы, анализировать текущую ситуацию и предвидеть перспективы. Почти половина школьников (48%) имеют средний уровень способности к принятию решений. У 28% участников исследования был обнаружен недостаточно развитый навык сбора вариантов решения проблем и соответствующей информации. Они испытывают трудности в этом процессе и не всегда способны осуществить его эффективно.

Менее чем у четверти старшеклассников (18%) высокий уровень способности к планированию. Ученики осознают важность профессионального выбора и знают, какие шаги нужно предпринять для его осуществления. Половина школьников (50%) имеют средний уровень способности к планированию. Они понимают необходимость выбора профессии и планирования карьеры, хотя это понимание может быть поверхностным. У трети старшеклассников (32%) низкий уровень способности к планированию. Они не задумываются о необходимости сделать что-то для выбора профессии и не проявляют интереса к тому, что из этого выбора может вытекать.

Немного более половины (52%) старшеклассников имеют высокий уровень эмоциональной привязанности к своему будущему профессиональному пути. Они позитивно относятся к различным профессиям и не испытывают отрицательных чувств при необходимости делать выбор. Почти половина (40%) имеют средний уровень эмоциональной привязанности и относятся к профессиям нейтрально. Меньше пятой части (8%) проявляют низкий уровень эмоциональной привязанности, что может затянуть процесс выбора и привести к ошибочным решениям.

Многие старшеклассники испытывают сильные эмоции при выборе профессии. Однако многие из них не имеют достаточной информации о возможных профессиях, а также испытывают трудности с самостоятельным принятием решений и планированием своего будущего.

Согласно проведенному исследованию, основанному на методике диагностики профессиональных установок подростков И.М. Кандакова, можно сделать следующие заключения:

Почти 25% старшеклассников проявляют низкую нерешительность в профессиональном выборе, что свидетельствует о их решимости и уверенности в этом вопросе. Более половины школьников (64%) имеют средние значения в этом показателе, причем 24% склонны к низкой нерешительности, а 22% - к высокой. Менее 10% подростков имеют высокий уровень нерешительности, что свидетельствует о проблемах с началом деятельности.

Примерно 24% старшеклассников проявляют недостаточный уровень рациональности в выборе профессии, что указывает на их импульсивность и необоснованность. Более 62% школьников имеют средний уровень рациональности, в то время как около 18% имеют тенденцию к низкому и высокому уровню. Примерно 10% подростков обладают высоким уровнем рациональности, что свидетельствует о их основательности, рассудочности и готовности действовать по плану.

Менее 10% школьников проявляют низкий уровень оптимизма по поводу своего профессионального будущего, что отражает более рациональный подход к выбору карьеры. Более половины (62%) имеют средний уровень оптимизма, среди которых менее 10% склонны к пессимизму, а четверть (24%) имеют высокий уровень оптимизма. Треть подростков (32%) демонстрируют высокий уровень оптимизма, что указывает на их тенденцию к идеализации, стремление к максимализму и уверенность в том, что любые проблемы могут быть решены.

Всего лишь средний уровень самооценки, что может указывать на нормальное восприятие себя и своих способностей. Только 14% подростков имеют высокую самооценку, что может говорить о их уверенности и успешном решении жизненных проблем. средний уровень. Менее восьмой части (8%) с небольшим уровнем, а более трети (34%) с высоким уровнем. Более десятой части старшеклассников (14%) обладают высокими показателями по данному критерию, что указывает на высокую самооценку, веру в свои способности, доверие к собственным ощущениям, настойчивость и готовность преодолевать трудности.

10% школьников проявляют низкий уровень зависимости в выборе профессии, что говорит о их независимости. Почти 86% школьников имеют средний уровень зависимости, среди них 24% склонны к низкому уровню, а 14% к высокому. Только 4% школьников имеют высокий уровень зависимости, что указывает на их несамостоятельность и социальную незрелость.

Итак, можно сказать, что у старшеклассников наблюдаются средние результаты по всем шкалам (с некоторым уровнем низких или высоких показателей).

Сводные результаты по уровню компонентов готовности к профессиональному самоопределению представлены в табл. 1.

Таблица 1

**Уровни показателей и компонентов готовности к профессиональному выбору**

**ШКОЛЬНИКОВ**

Компонент	Показатель	Уровень показателей	Чел., %	Уровни компонента, чел., %		
				Высокий	Средний	Низкий
Когнитивно- оценочный	Информированность	Высокий	22	18	75	7
		Средний	66			
		Низкий	12			
	Высокая самооценка	Высокий	14			
		Средний	84			
		Низкий	2			
Регуляторно-поведенческий	Планирование	Высокий	18			
		Средний	52			
		Низкий	32			
	Рационализм профессионально выбора	Высокий	10			
		Средний	62			
		Низкий	28			
	Принятие решений	Высокий	24			
		Средний	48			
		Низкий	28			

	Нерешительность профессионального выбора	Высокий	16	24	57	19
		Средний	64			
		Низкий	20			
	Эмоциональное отношение	Высокий	56			
		Средний	24			
		Низкий	20			
	Оптимизм в отношении профессионального будущего	Высокий	32			
		Средний	62			
		Низкий	6			
	Автономность	Высокий	32			
		Средний	58			
		Низкий	10			
	Зависимость в профессиональном выборе	Высокий	4			
		Средний	86			
		Низкий	10			

Подводя итог, можно заключить, что большинство школьников обладают средним уровнем развития когнитивно-оценочного компонента, некоторые имеют высокий уровень, а немногие - низкий. Примерно половина старшеклассников обладают средним уровнем развития регуляторно-поведенческого компонента, четверть - высокий уровень, а пятая часть - низкий.

На втором этапе нами была разработана и апробирована комплексная программа «Моя профессия – моё будущее». Целью программы явилось формирование психологической готовности к профессиональному выбору у старшеклассников.

Психокоррекционные воздействия осуществлялись на основе следующих **механизмов:**

- *механизм сообщения информации* – в групповой работе ученики получали информацию о мире профессий, о профессиях в целом: какие существуют, какие требования они предъявляют к выпускникам. Информационный обмен между учениками;

- *механизм групповая сплоченность* – привлекательность группы для её членов, желание оставаться в группе, чувство принадлежности группе, доверие, принятие группой, взаимное принятие друг друга, что улучшает межличностные отношения у членов группы, помогает в обмене информацией по теме профориентации и способствует принятию выбора профессии;

- *механизм альтруизма* – старшеклассники в процессе работы помогают друг другу, делают что-то для другого. Оказывая помощь другим, они приобретают уверенность в себе, своих силах и возможностях. У них повышается уважение к себе;

– *механизм интерперсонального влияния* – получение старшеклассниками новой информации о себе за счет обратной связи, что приводит к изменению и расширению образа «Я».

– *механизм рефлексии* – познание старшеклассниками собственной деятельности, умение видеть в ней успехи и ошибки, исправлять их в подготовке к профессиональному самоопределению.

Нами были применены следующие **методы и средства работы**:

*Арт-терапия* – освобождение скрытых энергетических резервов, поиск и нахождение приемлемого способа решения обнаруженных проблем;

*Дискуссия* — рассмотрение определенной темы, её нюансов, а так же всестороннее изучение различных проблем путем коллективного обсуждения всеми членами группы;

*Психогимнастика* – специальные упражнения, в которых участники общаются без помощи слов, направленные на сохранение психического здоровья, коррекции и предупреждения эмоциональных расстройств;

*Жетонный метод* - это поведенческая техника, используемая для усиления позитивного поведения и уменьшения нежелательного;

*Техники тайм-менеджмента* – направлены на достижение большей эффективности, продуктивности, умение добиваться лучших результатов и расходовать на это меньше времени; способствуют улучшению организации труда и повышению продуктивности.

Программа включила в себя 4 блока: диагностический, установочный, основной (формирующий) и заключительный. Развивающая работа включила в себя 6 этапов: 1. Знакомство с миром профессий, 2. Работа с самооценкой, 3. Автономность, 4. Принятие решений, 5. Планирование своей жизни, профессиограмма, 6. Работа с окружением. В программе приняли участие 25 человек в возрасте 15-16 лет.

После реализации программы мы провели повторную диагностику контрольной и экспериментальной групп. Для определения значимости изменений мы использовали t-критерий Стьюдента.

Распределение испытуемых по компонентам психологической готовности к выбору профессии до и после реализации программы представлены в табл. 2.

Таблица 2

**Распределение испытуемых по компонентам готовности к выбору профессии до и после реализации программы, %**

Компонент	До реализации программы, чел., %			После реализации программы, чел., %		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
Когнитивно-оценочный						
Контрольная гр.	24	72	4	32	68	0
Экспериментальная гр.	10	58	32	34	48	18

Регуляторно-поведенческий						
Контрольная гр.	28	56	16	32	56	12
Экспериментальная гр.	20	48	32	38	52	10

Критические значения t представлены в табл. 3.

Таблица 3

t <sub>кр</sub>	
p ≤ 0.05	p ≤ 0.01
2.78	4.6

Значимые изменения по когнитивно-оценочному компоненту готовности к выбору профессии были выявлены по шкалам: «Информированность» ( $t_{Эмп} = 4,9$ ), «Высокая самооценка» ( $t_{Эмп} = 5,3$ ). В контрольной группе значимых изменений по шкале «Высокая самооценка» ( $t_{Эмп} = 3,4$ ) не выявлено, незначительные изменения выявлены по шкале «Информированность» ( $t_{Эмп} = 2,4$ ).

Значимые изменения по регуляторно-поведенческому компоненту были выявлены по шкалам: «Планирование» ( $t_{Эмп} = 4,8$ ), «Рационализм профессионального выбора» ( $t_{Эмп} = 5,3$ ), «Принятие решений» ( $t_{Эмп} = 4,9$ ), «Нерешительность профессионального выбора» ( $t_{Эмп} = 4,7$ ), «Эмоциональное отношение» ( $t_{Эмп} = 4,8$ ), «Оптимизм в отношении профессионального будущего» ( $t_{Эмп} = 5,7$ ), «Автономность» ( $t_{Эмп} = 4,7$ ), «Самостоятельность профессионального выбора» ( $t_{Эмп} = 5,2$ ). В контрольной группе выявлены незначительные изменения по шкалам: «Планирование» ( $t_{Эмп} = 3,1$ ), «Принятие решений» ( $t_{Эмп} = 3,4$ ), «Эмоциональное отношение» ( $t_{Эмп} = 2,9$ ), а по шкалам «Рационализм профессионального выбора» ( $t_{Эмп} = 2,2$ ), «Нерешительность профессионального выбора» ( $t_{Эмп} = 2,1$ ), «Оптимизм в отношении профессионального будущего» ( $t_{Эмп} = 0,9$ ), «Автономность» ( $t_{Эмп} = 1,6$ ) и «Самостоятельность профессионального выбора» ( $t_{Эмп} = 1,8$ ) значимых изменений не выявлено.

Таким образом, нам удалось уменьшить количество старшеклассников с низким уровнем и увеличить количество старшеклассников с высоким уровнем когнитивно-оценочного компонента, а также уменьшить количество старшеклассников с низким уровнем и увеличить количество старшеклассников с высоким уровнем регуляторно-поведенческого компонента. В контрольной же группе значительных изменений не произошло. Из этого следует, что программа «Моя профессия – моё будущее» эффективна для формирования готовности к профессиональному выбору у старшеклассников.

Выводы по исследованию:

1. Психологическая готовность к выбору профессии — это совокупность психических свойств (решительность, автономность, самооценка, эмоциональное отношение к выбору и т.п.), благоприятствующих правильному выбору, а также психологических знаний о правилах этого выбора, о своих способностях, склонностях и интересах. Компоненты готовности к выбору профессии: когнитивно-оценочный и регуляторно-поведенческий (М. Р. Гинзбург).

2. Три четверти старшеклассников имеют средний уровень развития когнитивно-оценочного компонента, почти пятая часть — высокий уровень развития, а менее десятой части школьников имеют низкий уровень развития компонента. Чуть более половины старшеклассников имеют средний уровень развития регуляторно-поведенческого компонента, почти четверть — высокий уровень, а почти одна пятая — низкий уровень развития.

3. Психокоррекционные воздействия осуществлялись на основе следующих механизмов: сообщения информации, групповая сплоченность, альтруизма, интерперсонального влияния, рефлексии. Развивающая работа включила в себя 6 этапов: знакомство с миром профессий; работа с самооценкой; автономность; принятие решений; планирование своей жизни, профессиограмма; работа с окружением.

4. Доказана эффективность программы «Моя профессия – моё будущее» для формирования готовности к профессиональному выбору у старшеклассников.

#### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Арон, И.С. Психологическая готовность к профессиональному самоопределению / И.С. Арон. – Текст : непосредственный // Вестник Костромского государственного университета им. Некрасова. – 2010. – № 1. – С. 233-237.

2. Володина, Ю.А. Дорога в жизнь или путешествие в будущее... Тренинговая программа профессионального и жизненного самоопределения для воспитанников детских



домов школ-интертатов / Ю.А. Володина. – Москва : Генезис, 2012. – Текст : непосредственный.

3. Ганеева, А.А. Основные затруднения и ошибки старшеклассников в выборе профессии / А.А. Ганеева. – Текст : непосредственный // Вестник Башкирского университета. – 2011. – № 1. – С. 273-275.

4. Дорофеев, И.И. Психологическая готовность к обучению в медицинском вузе / И.И. Дорофеев, К.Н. Гончаров. – Текст : непосредственный // Известия российской военно-медицинской академии. – 2020. – № S3-4. – С. 67-72.

5. Думенко, Г.А. Профессиональное самоопределение как психолого-педагогическая проблема / Г.А. Думенко. – Текст : непосредственный // Сборник научных трудов Северо-Кавказского государственного технического университета. Серия «Гуманитарные науки». – 2005. – № 2. – С. 246-255.

6. Зеер, Э.Ф. Психология профессионального самоопределения в ранней юности / Э.Ф. Зеер. – Москва : МПСИ, 2008. – Текст : непосредственный.

7. Капина, О.А. Готовность к выбору профессии и ее структура / О.А. Капина. – Текст : непосредственный // Проблемы современной науки и образования. – 2016. – № 5. – С. 250-252.

8. Капина, О.А. Структура психологической готовности к выбору профессии / О.А. Капина. – Текст : непосредственный // Ярославский педагогический вестник. – 2011. – № 3, т. 2. – С. 205-207.

9. Крецан, З.В. К проблеме формирования готовности старшеклассников к выбору будущей профессиональной деятельности / З.В. Крецан, Е.В. Морозов. – Текст : непосредственный // Вестник Кемеровского государственного университета. Серия: Гуманитарные и общественные науки. – 2019. – Т. 3, № 3 (11). – С. 231-239.

10. Кузнецова, О.В. Психологические условия личностного и профессионального самоопределения подростков на этапе выбора профиля обучения : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Кузнецова Оксана Викторовна. – Москва, 2010. – 160 с. – Текст : непосредственный.

11. Мельникова, М.А. Организация и проведение профориентационной работы / М.А. Мельникова, А.А. Васильев // Среднее профессиональное образование. – 2021. – № 12. – С. 37-39.

12. Чернявская, М.А. Психолого-педагогические условия развития устойчивости выбора предпочтений профессиональной деятельности студентов вуза : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Чернявская Марина Александровна. – Ставрополь, 2008. – 262 с. – Текст : непосредственный.

#### **СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ:**

Е.А. Шерешкова, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и педагогической психологии, ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет», г. Шадринск, Россия, e-mail: elenashrtrshkova@mail.ru.

Ю.А. Давыдова, студентка 5 курса, ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет», Шадринск, Россия, e-mail: juliadavidova2808@yandex.ru.

#### **INFORMATION ABOUT THE AUTHORS:**

E. A. Shereshkova, Ph. D. in Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Developmental Psychology and Pedagogical Psychology, Shadrinsk State Pedagogical University, Shadrinsk, Russia, e-mail: elenashrtrshkova@mail.ru.

Y. A. Davydova, 5th year Undergraduate Student, Shadrinsk State Pedagogical University, Shadrinsk, Russia, e-mail: juliadavidova2808@yandex.ru.