

Особенности психоэмоционального состояния старшеклассников с разной профессиональной идентичностью в период подготовки к ЕГЭ

Доронина Наталья Николаевна¹, Кузнецова Людмила Борисовна²,
Донченко Ольга Даниловна³

¹кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры возрастной и социальной психологии, Белгородский государственный национальный исследовательский университет.

Россия, г. Белгород. ORCID: 0000-0001-9052-1034. E-mail: doronina@bsu.edu.ru

²кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры возрастной и социальной психологии, Белгородский государственный национальный исследовательский университет.

Россия, г. Белгород. E-mail: ludkuznetsova@mail.ru

³педагог-психолог, Средняя общеобразовательная школа № 37.

Россия, г. Белгород. E-mail: moor1922@yandex.ru

Аннотация. Перед старшеклассником стоит важная задача – сделать правильный профессиональный выбор. В то же время поступление в вуз и на предпочитаемую специальность будет зависеть от успешной сдачи ЕГЭ. Этот период является тревожным для школьника, и его состояние может негативно повлиять на становление профессиональной идентичности. Цель статьи – выявить особенности психоэмоционального состояния старшеклассников в период подготовки к ЕГЭ как предпосылки оптимизации процесса формирования их профессиональной идентичности. Для достижения поставленной цели были использованы следующие психологические методики: «Методика изучения статусов профессиональной идентичности» (А. А. Азбель, А. Г. Грецов), «Оценка ситуационной и личностной тревожности» (Ч. Д. Спилбергер, Ю. Л. Ханин), опросник «Актуальное состояние» (Л. В. Куликов). В исследовании приняли участие учащиеся 11 классов общеобразовательных школ г. Белгорода. Выявлено, что у старшеклассников преобладает статус неопределенного состояния профессиональной идентичности. Доказано, что существуют различия в выраженности психоэмоционального состояния школьников с разным типом профессиональной идентичности в период подготовки к ЕГЭ. У старшеклассников со статусами профессиональной идентичности «мораторий» и «неопределенный» выше уровень выраженности личностной и ситуативной тревожности, эмоционального возбуждения, но ниже уровень активности по сравнению со сформированной профессиональной идентичностью. Оптимизация психоэмоционального состояния старшеклассников будет способствовать развитию их профессиональной идентичности. Практическая значимость данного исследования заключается в возможности использования полученных результатов в деятельности психологических служб общеобразовательных организаций, а также при разработке психологических программ по оптимизации психоэмоционального состояния школьников в период подготовки к ЕГЭ.

Ключевые слова: профессиональная идентичность, выбор профессии, старший школьный возраст, ситуативная и личностная тревожность, актуальное психическое состояние, психоэмоциональное состояние.

Введение. Старший школьный возраст – это период выбора профессии, этап вхождения в новую жизнь, предполагает, что каждый школьник должен найти свое место в этом мире. Находясь на пороге взрослой жизни, старшеклассник не просто пытается выбрать будущую профессию, но и старается не ошибиться в сделанном выборе. В школьные годы процесс формирования профессиональной идентичности имеет важное значение. У школьников не только расширяется представление о мире профессий, но и формируется отношение к отдельным профессиональным областям, а также они начинают оценивать свои качества, способности и возможности для того, чтобы совершить правильный профессиональный выбор. Следовательно, сложность выбора профессии, с которой сталкивается выпускник общеобразовательного учреждения, очевидна. От того, насколько верно человек выбрал профессию, будет зависеть не только удовлетворенность будущей работой, но и личной жизнью в целом. Как отмечает И. В. Дубровина, «профессиональное самоопределение, являясь частью личностного самоопределения, связано с ценностными представлениями человека, с поисками и утверждением своего пути в мире, с ориентацией на будущее, в котором существеннейшее место

занимает будущая профессия. Проблемы профессионального самоопределения становятся весьма актуальными в контексте современной ситуации информационного прорыва и быстрого устаревания знаний и условий труда во множестве профессий, исчезновения старых и возникновения большого количества новых специальностей» [5, с. 80]. Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк констатируют, что «профессиональное самоопределение в цифровой экономике означает нахождение личностного смысла и реализацию широкого спектра компетенций, адекватных проекту своего будущего» [8, с. 78].

Окончание школы знаменуется сдачей единого государственного экзамена, от его результата будет зависеть поступление школьника в выбранный вуз и на интересующую специальность. Многие авторы отмечают, что данный период характеризуется высоким уровнем психоэмоциональной напряженности [1; 4; 7; 9; 10; 13]. Так, Л. Ю. Еремина отмечает, что «выпускной экзамен выступает не просто дополнительным фактором стресса, он является основной формирования тревожности как таковой. Это обусловлено спецификой подготовки: увеличивается объем учебного материала, усиливается психоэмоциональная нагрузка школьников, которая может быть обусловлена рядом факторов:

- во-первых, чувство тревоги старшеклассников обусловлено страхом упустить шанс самореализоваться;
- во-вторых, некоторое давление со стороны преподавателей и родителей;
- в-третьих, непосредственно стрессогенный характер самого экзамена: строгие правила проведения, наличие наблюдателей, возможность непредвиденных вопросов» [7, с. 5].

Все эти факторы могут вызвать негативные переживания у старшеклассников. В свою очередь О. В. Иерусалимцева, А. В. Филимонова указывают, что учебная нагрузка, возрастающая из класса в класс, является одним из важных факторов, влияющих как на функциональное состояние физиологических систем, так и на состояние здоровья школьника [10]. Таким образом, ранний юношеский возраст является важным и эмоционально-напряженным этапом развития личности, и данное состояние может негативно повлиять на формирование профессиональной идентичности старшеклассника.

Профессиональная идентичность является достаточно сложным образованием. Авторы, исследовавшие различные аспекты данной проблематики, анализируют сущность понятия, его структуру и возможности для развития (С. В. Кучеренко [15], О. В. Морозова [17], Л. Б. Шнейдер [21] и другие). Е. А. Климов [12], Ю. П. Поваренков [19] и другие в своих работах раскрывают этапы становления профессиональной идентичности.

Так, Е. В. Грязнова, А. Г. Гончарук, М. А. Блохина на основании анализа работ российских авторов по проблеме профессиональной идентичности выявили «следующие аспекты:

1. Профессиональная идентичность способна формироваться только на основе достижения определенного уровня профессионализма.
2. Профессиональная идентичность – это элемент профессионального воспитания, то есть относится к аксиологической составляющей профессиональной культуры человека.
3. Профессиональная идентичность является неотъемлемой частью личностной идентичности» [3, с. 324].

Как отмечает О. В. Морозова, профессиональная идентичность – это «сложная система представлений о мире профессий и о себе как о профессионале в конкретной сфере деятельности. Сформированность профессиональной идентичности, ее гибкость и адекватность являются условием успешной реализации субъекта труда в своей профессии, она выступает индикатором и регулятором во взаимоотношениях профессионала с его профессией, обществом и самим собой» [17, с. 62].

По мнению С. В. Кучеренко, «профессиональная идентичность – это не структура личности или качество, обеспечивающее человеку тождественность самому себе, но сам процесс профессионального саморазвития, дающий устойчивость, которую человеку необходимо открыть, освоить и принять. К сущностным чертам профессиональной идентичности относят то, что ее источником выступает определенный культурно-социальный контекст; она складывается в процессе осуществления череды событий профессиональной жизни; проявляется в определенных актах самоосознавания или сфокусированности на профессиональной деятельности и содержит в себе определенное представление о перечне профессионально значимых черт и качеств (профессиональная «Я-концепция»)» [15, с. 128]. Н. А. Перинская считает, что «профессиональная идентичность является результатом профессиональной социализации и контролируемого процесса становления в человеке образа его «Я» как профессионала» [18, с. 209].

Но в связи с изменениями в мире изменяется и профессиональная идентичность личности. Как отмечает Л. Б. Шнейдер, «вместо ранее имевших место четких предписаний человек постоянно сталкивается с необходимостью выбора, в том числе в рабочих ситуациях, в профессиональном взаимодействии. Сами разновидности идентичности, с которыми постоянно приходится самоопределяться, размножаются буквально ежечасно. К тому же реальный мир расширился за счет виртуального пространства» [21, с. 6]. Э. Ф. Зеер, В. С. Третьякова, М. В. Зиннатова в своем исследовании пришли к выводу, что «современный рынок труда нуждается в работниках-транспрофессионалах, способных осуществлять профессиональную деятельность в условиях неопределенности, нарастающего разнообразия и сложности, готовых к самоорганизации и саморазвитию, способных критически и системно мыслить, мотивированных к обучению и самообучению в течение всей жизни, обладающих социальным интеллектом и лидерскими качествами» [9, с. 96].

Развитие профессиональной идентичности в старшем школьном возрасте является важной задачей, так как в дальнейшем позволяет школьникам успешно самореализоваться в профессии [1; 4]. В настоящее время указанная проблема не утратила своей актуальности. Различные аспекты исследования профессиональной идентичности личности представлены в трудах А. А. Азбель [2], И. В. Дубровиной [5; 6], Э. Ф. Зеера [8; 9], М. К. Кабардова [4], Е. А. Климова [12], Ю. П. Поваренкова [19], Н. С. Пряжниковой [20], Л. Б. Шнейдер [21; 22] и других.

Таким образом, проблема профессиональной идентичности, а также факторов ее оптимизации все чаще становится объектом научного психологического исследования в последнее время. Важнейшим моментом становления профессиональной идентичности старшеклассника является его самостоятельный и осознанный выбор будущей профессии. В настоящее время все больше и больше выпускников общеобразовательных учреждений имеют неопределенный статус профессиональной идентичности, что делает рассматриваемую нами проблему очень актуальной и значимой. Однако изучение особенностей психоэмоционального состояния старшеклассников с разной профессиональной идентичностью в период подготовки к ЕГЭ представлена в научной литературе недостаточно, что определило выбор проблемы нашего исследования.

Исходя из этого была определена цель данного исследования – изучить особенности психоэмоционального состояния школьников с разной профессиональной идентичностью в период подготовки к ЕГЭ.

Методы. Для достижения поставленной цели были использованы следующие психологические методики: «Методика изучения статусов профессиональной идентичности» (А. А. Азбель, А. Г. Грецов) [2], «Оценка ситуационной и личностной тревожности» (Ч. Д. Спилбергер, Ю. Л. Ханин) [11], опросник «Актуальное состояние» (Л. В. Куликов) [14]. В исследовании приняло участие 110 учеников 11 классов общеобразовательных школ г. Белгорода. Возраст испытуемых – 16–18 лет.

Результаты. Представим результаты исследования профессиональной идентичности старшеклассников (рис. 1).

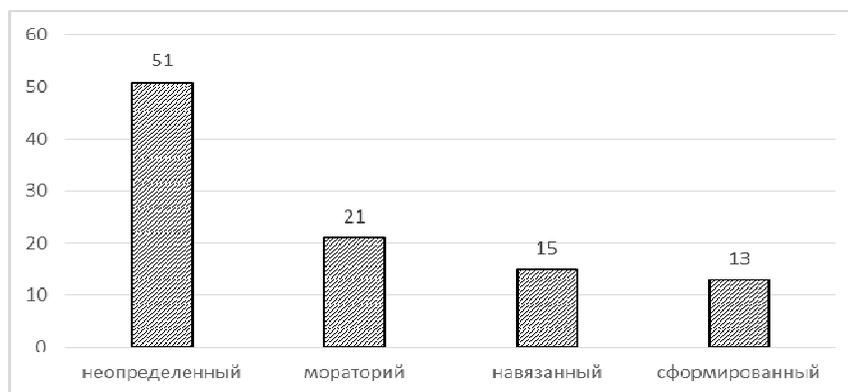


Рис. 1. Распределение школьников по преобладающему статусу профессиональной идентичности (%)

Проведенное исследование статусов профессиональной идентичности показало, что у 51 % (56 чел.) выражено неопределенное состояние, и эту группу составило большинство опрошенных школьников. Как отмечают А. Г. Грецов, А. А. Азбель, «такое состояние характерно для учащихся, которые не имеют прочных профессиональных целей и планов, социаль-

но-профессиональных убеждений, и при этом не пытаются их сформировать» [2]. У 21 % (23 чел.) наблюдается мораторий (кризис выбора). Согласно с позицией В. П. Михайловой и Т. В. Разиной, которые считают, что «возможно, это связано с общей «выжидательной» позицией учащихся, поскольку многое в их дальнейшей профессиональной судьбе будет зависеть не от склонностей и способностей, а от результатов ЕГЭ, по итогам которых они будут впоследствии выбирать вуз или другое учебное заведение и направление обучения» [14, с. 74]. Лишь у 13 % выражена сформированная профессиональная идентичность, именно об этих школьниках можем сказать, что они определились с будущей профессией.

Таким образом, в ходе исследования выявлено, что у большинства опрошенных школьников выражен неопределенный статус профессиональной идентичности, что позволяет сделать вывод о преобладании недостаточной готовности испытуемых к выбору профессии.

Исследование психоэмоционального состояния школьников проводилось с помощью методик «Оценка ситуационной и личностной тревожности» (Ч. Д. Спилбергер, Ю. Л. Ханин) и «Актуальное состояние» (Л. В. Куликов). На рис. 2 представлено распределение учащихся по уровням личностной и ситуативной тревожности.



Рис. 2. Распределение учащихся по уровням личностной и ситуативной тревожности (%)

На данной диаграмме видно, что по уровню ситуативной тревожности школьники разделились примерно на равные группы. Так, высокий уровень представлен у 33 % опрошенных. Ситуативная тревожность отражает состояние старшеклассников в настоящий момент и может быть связана в достаточно большой степени с предстоящими испытаниями – сдачей ЕГЭ. В свою очередь результат исследования личностной тревожности свидетельствует о том, что у большинства опрошенных (45 %) признаки тревожности проявляются систематически и в широком спектре ситуаций. Следовательно, полученные результаты показали достаточно большой процент выборки, имеющий высокий уровень личностной и ситуативной тревожности.

Результаты исследования актуального психического состояния школьников представлены на рис. 3.

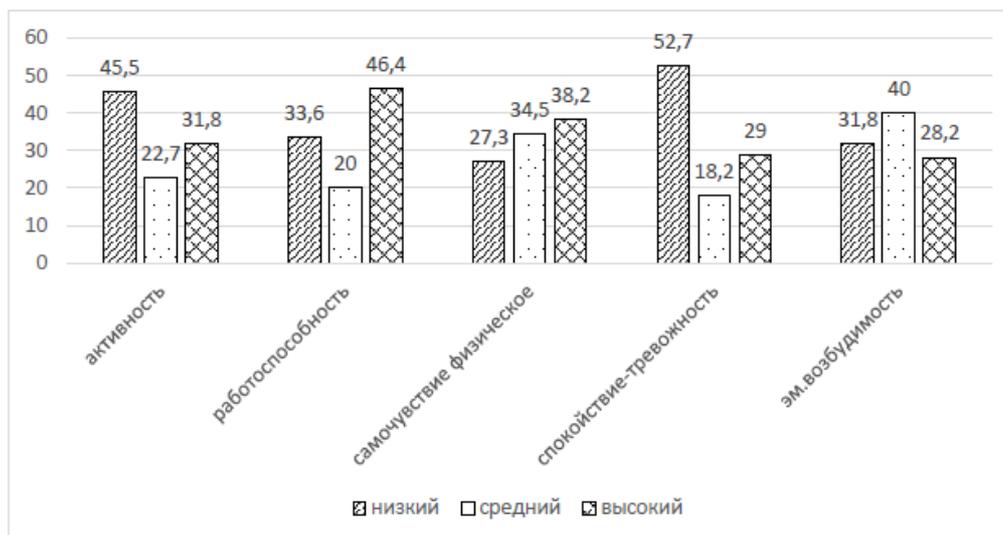


Рис. 3. Распределение школьников по уровню выраженности показателей актуального психического состояния (%)

На представленной диаграмме видно, что активность у большинства школьников (45,5 %) находится на низком уровне, тогда как работоспособность и физическое самочувствие у большинства опрошенных представлены на высоком уровне. Таким образом, физически и функционально испытываемые готовы к реализации различных видов деятельности, но это не в достаточной мере выражается в активности личности, для которой основополагающими характеристиками являются целенаправленность, мотивированность и осознанность.

Также важно отметить, что у 52,7 % старшеклассников на высоком уровне выражена тревожность, тогда как спокойствие испытывает только третья часть опрошенных. Эти данные согласуются с полученными нами результатами диагностики личностной и ситуативной тревожности, а также результатами теоретического анализа психологической литературы по этому вопросу.

Действительно, на психоэмоциональное состояние школьников большое влияние оказывает процедура подготовки и сдачи экзаменов, ведь каждый школьник понимает, что от полученного результата будет зависеть успешность поступления в вуз. Полученные данные подтверждаются и в исследованиях других авторов. Так, Р. В. Калашникова, В. А. Бомин, П. И. Ермакова, Е. С. Зайцева в своем исследовании показали, что «большая часть исследуемых респондентов испытывают стресс, который в основном связан с учебным процессом. Результаты показали, что межличностные отношения складываются сложно в 9 классе. Выводы говорят о том, что при нарушениях нервно-психического здоровья серьезно страдает физическое здоровье и в большинстве случаев возможны возникновение серьезных заболеваний» [13, с. 163].

Для выявления особенностей психоэмоционального состояния школьников с разным уровнем профессиональной идентичности был применен критерий Краскелла – Уоллиса. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Выраженность показателей психоэмоционального состояния школьников с разной профессиональной идентичностью (среднее значение)

Показатели психо-эмоционального состояния	Тип профессиональной идентичности				N _{эмп} ²
	мораторий	сформированный	навязанный	неопределенный	
личностная тревожность	48,3	41,8	44,2	44,7	63,19**
ситуативная тревожность	42,1	40,2	45,5	46,5	68,72**
активация-деактивация	37,7	42,6	36,5	40,0	59,50**
работоспособность	52,6	49,4	46,1	44,5	60,18**
возбуждение эмоциональное	46,5	42,9	45,1	46,1	60,28**

Обсуждение. Анализ результатов показал, что существуют различия в выраженности показателей психоэмоционального состояния у школьников с разным уровнем профессиональной идентичности на достоверном уровне значимости ($p \leq 0,001$). В таблице 1 видно, что у школьников с преобладающим статусом профессиональной идентичности «мораторий» выше по сравнению с другими статусами личностная тревожность ($N=63,19$) и эмоциональное возбуждение ($N=60,28$). Уровень ситуативной тревожности выше у школьников с неопределенным статусом профессиональной идентичности ($N=68,72$). Это говорит о том, что школьники, переживающие кризис профессионального выбора, демонстрируют более негативное эмоциональное и функциональное состояние.

Но в то же время для школьников с выраженным статусом «мораторий» уровень работоспособности выше по сравнению с другими школьниками. На наш взгляд, старшеклассники с таким статусом профессиональной идентичности все же имеют желание сформировать правильные цели и совершить оптимальный профессиональный выбор.

У школьников со сформированным типом профессиональной идентичности более выражен показатель активности ($N=59,50$), достаточно высоко представлена работоспособность и ниже, по сравнению с другими школьниками, – личностная и ситуативная тревожность. Это говорит о том, что старшеклассники, совершившие профессиональный выбор, имеют более гармоничное эмоциональное и функциональное состояние.

Следовательно, в ходе исследования было доказано, что существуют различия в выраженности психоэмоционального состояния школьников с разным типом профессиональной идентичности в период подготовки к ЕГЭ, а именно: у старшеклассников со статусами профессиональной идентичности «мораторий» и «неопределенный» выше уровень личностной и ситуативной тревожности, эмоционального возбуждения, но ниже уровень активности по сравнению со сформированной профессиональной идентичностью.

Заключение. Подводя итоги проведенного нами исследования, мы можем сделать следующие основные выводы:

1. Характеризуя профессиональную идентичность современных старшеклассников, следует обратить внимание на то, что подавляющее большинство юношей и девушек демонстрируют неопределенный статус профессиональной идентичности. Данный статус проявляется в том, что у потенциальных выпускников школ нет четких планов и целей на будущее, они не понимают важности выбора будущей профессии. Школьники с выраженным неопределенным статусом имеют более высокий уровень ситуативной тревожности и более низкий уровень работоспособности по сравнению со школьниками, имеющими другой статус профессиональной идентичности.

2. Наиболее благоприятное эмоциональное и функциональное состояние демонстрируют старшеклассники с типом профессиональной идентичности «сформированный». Для данного типа характерен более низкий уровень личностной и ситуативной тревожности, эмоционального возбуждения, а также более высокий уровень активации и работоспособности. Таким образом, оптимизация психоэмоционального состояния старшеклассников в период подготовки к ЕГЭ может выступать одним из условий повышения эффективности процесса формирования их профессиональной идентичности.

3. Психоэмоциональное состояние школьников в период подготовки к ЕГЭ является, с одной стороны, предпосылкой формирования профессиональной идентичности старшеклассника, а с другой – выполняет индикаторную функцию, позволяющую судить об успешности данного процесса. Так, в качестве индикаторов продуктивности процесса формирования профессиональной идентичности старшеклассников в период подготовки к ЕГЭ можно рассматривать такие характеристики их психоэмоционального состояния, как: высокий уровень работоспособности и активности в сочетании с низким уровнем ситуативной тревожности и эмоционального напряжения.

Полученные результаты исследования свидетельствуют о необходимости коррекции психоэмоционального состояния школьника, что в свою очередь повлияет на развитие их профессиональной идентичности. Вслед за И. В. Дубровиной необходимо отметить важность психологической службы общеобразовательных учреждений как в вопросах профессионального самоопределения, так и психоэмоционального состояния школьников. «Система образования не использует потенциальной возможности психологической службы – психологи могут не только оказывать помощь учащимся в решении их проблем, но и способны помочь им овладеть психологической грамотностью», – отмечает автор [5, с. 87].

В качестве перспектив дальнейшего исследования можно выделить следующие направления:

- разработка программы по оптимизации психоэмоционального состояния школьников, участие в которой, в свою очередь, позволит развить их профессиональную идентичность;
- выявление характера влияния типа профессиональной идентичности на психоэмоциональное состояние старшеклассников.

Список литературы

1. Азлецкая Е. Н., Коклюкова Е. И. Профессиональная идентичность старшеклассников в условиях профильного образования // Современная школа России. Вопросы модернизации. 2021. Т. 8. № 8–2 (37). С. 144–147.
2. Грецов А. Г., Азбель А. А. Психологические тесты для старшеклассников и студентов. СПб. : Питер, 2012. 208 с.
3. Грязнова Е. В., Гончарук А. Г., Блохина М. А. Проблема определения понятия «профессиональная идентичность» в психологии // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2019. Т. 8. № 3 (28). С. 323–325.
4. Гут Ю. Н., Кабардов М. К. Особенности временной перспективы личности на этапе профессионального самоопределения // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2019. Т. 5. № 3. С. 85–97.

5. Дубровина И. В. Проблема психологической готовности современных старшеклассников к профессиональному самоопределению // Мир психологии. 2019. № 4 (100). С. 79–87.
6. Дубровина И. В. Досуг школьника в контексте самоопределения // Психология человека в образовании. 2019. Т. 1. № 2. С. 102–109.
7. Ерёмкина Л. Ю. Психологические особенности личности школьников и их влияние на успешность сдачи итогового школьного экзамена: на материале ЕГЭ и традиционного экзамена : автореф. дисс. ... канд. психол. наук. М., 2007. 28 с.
8. Зеер Э. Ф., Сыманюк Э. Э. Психологические особенности личностного самоопределения в постиндустриальном обществе // Новое в психолого-педагогических исследованиях. 2019. № 1 (53). С. 76–83.
9. Зеер Э. Ф., Третьякова В. С., Зиннатова М. В. Инновационная модель социально-профессионального развития личности обучающегося // Образование и наука. 2020. Т. 22. № 3. С. 83–115. DOI: 10.17853/1994-5639-2020-3-83-115.
10. Иерусалимцева О. В., Филимонова А. В. Влияние учебных нагрузок на психоэмоциональное состояние старших школьников // Педагогический журнал. 2020. Т. 10. № 5 А. С. 133–139. DOI: 10.34670/AR.2020.19.65.014.
11. Карелин А. А. Большая энциклопедия психологических тестов. М. : Эксмо, 2007. 409 с.
12. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения : учебн. пособие. М. : Академия, 2010. 304 с.
13. Калашникова Р. В., Бомин В. А., Ермакова П. И., Зайцева Е. С. Комплексная оценка физического здоровья и психоэмоционального состояния школьников / Калашникова Р. В., Бомин В. А., Ермакова П. И., Зайцева Е. С. // Ученые записки Университета имени П. Ф. Лесгафта. 2022. № 6 (208). С. 163–167.
14. Куликов Л. В. Психология настроения. СПб. : Изд-во С.-Петербургского университета, 1997. 228 с.
15. Кучеренко С. В. Категориальный анализ понятия «профессиональная идентичность» // Гуманитарные науки (Ялта). 2021. № 1 (53). С. 127–132.
16. Михайлова В. П., Разина Т. В. Сравнительный анализ профессиональной идентичности школьников, студентов-бакалавров, аспирантов // Психология обучения. 2016. № 11. С. 70–83.
17. Морозова О. В. Профессиональная идентичность студентов вуза // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. 2014. № 41. С. 60–64.
18. Перинская Н. А. Профессиональная идентичность // Знание. Понимание. Способность. 2018. № 2. С. 209–211.
19. Поваренков Ю. П. Профессиональное самоопределение старшеклассников сельских и городских школ // Педагогика сельских школ. 2021. № 4 (10). С. 5–18. DOI: 10.20323/2686-8652-2021-4-10-5-18.
20. Пряжников Н. С. Профессиональное самоопределение: теория и практика // Профессиональное образование в России и за рубежом. 2019. № 1 (1). С. 35.
21. Шнейдер Л. Б. Профессиональная идентичность в информационном обществе: тиски и объятия цифровизации / Психика и пневма: проблемы формирования профессиональной идентичности у лиц помогающих профессий : мат-лы XV Сретенской международной научно-практической конференции. СПб., 2022. С. 5–9.
22. Шнейдер Л. Б. Психология идентичности. М. : Юрайт, 2019. 328 с.

Features of the psycho-emotional state of high school students with different professional identities during the preparation for the Unified State Exam

**Doronina Natalia Nikolaevna¹, Kuznetsova Lyudmila Borisovna²,
Donchenko Olga Danilovna³**

¹PhD in Psychological Sciences, associate professor, associate professor
of the Department of Age and Social Psychology, Belgorod State National Research University.
Russia, Belgorod. ORCID: 0000-0001-9052-1034. E-mail: doronina@bsu.edu.ru

²PhD in Psychological Sciences, associate professor, associate professor
of the Department of Age and Social Psychology, Belgorod State National Research University.
Russia, Belgorod. E-mail: ludkuznetsova@mail.ru

³pedagogue-psychologist, Secondary school No. 37. Russia, Belgorod. E-mail: moor1922@yandex.ru

Abstract. A high school student faces an important task – to make the right professional choice. At the same time, admission to the university and to the preferred specialty will depend on the successful completion of the Unified State Exam. This period is alarming for the student, and his condition can negatively affect the formation of professional identity. The purpose of the article is to identify the features of the psycho-emotional

state of high school students during the preparation for the Unified State Exam as a prerequisite for optimizing the process of forming their professional identity. To achieve this goal, the following psychological methods were used: "Methodology for studying professional identity statuses" (A. A. Azbel, A. G. Gretsov), "Assessment of situational and personal anxiety" (C. D. Spielberger, Y. L. Khanin), questionnaire "Current state" (L. V. Kulikov). The study involved students of 11 grades of secondary schools in Belgorod. It was revealed that the status of an uncertain state of professional identity prevails among high school students. It is proved that there are differences in the severity of the psycho-emotional state of schoolchildren with different types of professional identity during the preparation for the Unified State Exam. High school students with the status of professional identity "moratorium" and "indefinite" have a higher level of expression of personal and situational anxiety, emotional arousal, but a lower level of activity compared to the formed professional identity. Optimization of the psycho-emotional state of high school students will contribute to the development of their professional identity. The practical significance of this study lies in the possibility of using the results obtained in the activities of psychological services of educational organizations, as well as in the development of psychological programs to optimize the psycho-emotional state of schoolchildren during the preparation for the Unified State Exam.

Keywords: professional identity, choice of profession, high school age, situational and personal anxiety, current mental state, psycho-emotional state.

References

1. Azleckaya E. N., Koklyukova E. I. *Professional'naya identichnost' starsheklassnikov v usloviyah profil'nogo obrazovaniya* [Professional identity of high school students in the conditions of specialized education] // *Sovremennaya shkola Rossii. Voprosy modernizatsii – Modern school of Russia. Modernization issues*. 2021. Vol. 8. No. 8–2 (37). Pp. 144–147.
2. Greco A. G., Azbel' A. A. *Psichologicheskie testy dlya starsheklassnikov i studentov* [Psychological tests for high school students and students]. SPb. Piter. 2012. 208 p.
3. Gryaznova E. V., Goncharuk A. G., Blohina M. A. *Problema opredeleniya ponyatiya "professional'naya identichnost'" v psihologii* [The problem of defining the concept of "professional identity" in psychology] // *Azmut nauchnyh issledovaniy: pedagogika i psihologiya – Azimut of scientific research: pedagogy and psychology*. 2019. Vol. 8. No. 3 (28). Pp. 323–325.
4. Gut Yu. N., Kabardov M. K. *Osobennosti vremennoj perspektivy lichnosti na etape professional'nogo samoopredeleniya* [Features of the time perspective of the individual at the stage of professional self-determination] // *Nauchnyy rezul'tat. Pedagogika i psihologiya obrazovaniya – Scientific result. Pedagogy and psychology of education*. 2019. Vol. 5. No. 3. Pp. 85–97.
5. Dubrovina I. V. *Problema psichologicheskoy gotovnosti sovremennyh starsheklassnikov k professional'nomu samoopredeleniyu* [The problem of psychological readiness of modern high school students for professional self-determination] // *Mir psihologii – The world of psychology*. 2019. No. 4 (100). Pp. 79–87.
6. Dubrovina I. V. *Dosug shkol'nika v kontekste samoopredeleniya* [Leisure of a schoolboy in the context of self-determination] // *Psihologiya cheloveka v obrazovanii – Human psychology in education*. 2019. Vol. 1. No. 2. Pp. 102–109.
7. Eryomina L. Yu. *Psichologicheskie osobennosti lichnosti shkol'nikov i ih vliyanie na uspehnost' sdachi itogovogo shkol'nogo ekzamena: na materiale EGE i tradicionnogo ekzamena : avtoref. diss. ... kand. psihol. nauk* [Psychological characteristics of the personality of schoolchildren and their impact on the success of the final school exam: based on the material of the Unified State Exam and the traditional exam : abstract. diss. ... cand. psychological sciences]. M. 2007. 28 p.
8. Zeer E. F., Symanyuk E. E. *Psichologicheskie osobennosti lichnostnogo samoopredeleniya v postindustrial'nom obshchestve* [Psychological features of personal self-determination in post-industrial society] // *Novoe v psichologo-pedagogicheskikh issledovaniyah – New in psychological and pedagogical research*. 2019. No. 1 (53). Pp. 76–83.
9. Zeer E. F., Tret'yakova V. S., Zinnatova M. V. *Innovacionnaya model' social'no-professional'nogo razvitiya lichnosti obuchayushchegosya* [Innovative model of socio-professional development of a student's personality] // *Obrazovanie i nauka – Education and science*. 2020. Vol. 22. No. 3. Pp. 83–115. DOI: 10.17853/1994-5639-2020-3-83-115.
10. Ierusalimceva O. V., Filimonova A. V. *Vliyanie uchebnyh nagruzok na psichoemotsional'noe sostoyanie starshih shkol'nikov* [The influence of educational loads on the psycho-emotional state of senior schoolchildren] // *Pedagogicheskij zhurnal – Pedagogical Journal*. 2020. Vol. 10. No. 5 A. Pp. 133–139. DOI: 10.34670/AR.2020.19.65.014.
11. Kalashnikova R. V., Bomin V. A., Ermakova P. I., Zajceva E. S. *Kompleksnaya ocenka fizicheskogo zdorov'ya i psichoemotsional'nogo sostoyaniya shkol'nikov* [Comprehensive assessment of physical health and psycho-emotional state of schoolchildren] // *Uchenye zapiski Universiteta imeni P. F. Lesgafta – Scientific notes of the P. F. Lesgaft University*. 2022. No. 6 (208). Pp. 163–167.
12. Karelin A. A. *Bol'shaya enciklopediya psichologicheskikh testov* [Big encyclopedia of psychological tests]. M. Eksmo. 2007. 409 p.
13. Klimov E. A. *Psihologiya professional'nogo samoopredeleniya : uchebn. posobie* [Psychology of professional self-determination : textbook]. M. Academy. 2010. 304 p.

14. Kulikov L. V. *Psihologiya nastroeniya* [Psychology of mood]. SPb. Publishing House of St. Petersburg University. 1997. 228 p.
15. Kucherenko S. V. *Kategorial'nyj analiz ponyatiya "professional'naya identichnost'"* [Categorical analysis of the concept of "professional identity"] // *Gumanitarnye nauki – Humanities* (Yalta). 2021. No. 1 (53). Pp. 127–132.
16. Mihajlova V. P., Razina T. V. *Sravnitel'nyj analiz professional'noj identichnosti shkol'nikov, studentov-bakalavrov, aspirantov* [Comparative analysis of professional identity of schoolchildren, undergraduate students, graduate students] // *Psihologiya obucheniya – Psychology of learning*. 2016. No. 11. Pp. 70–83.
17. Morozova O. V. *Professional'naya identichnost' studentov vuza* [Professional identity of university students] // *Psihologiya i pedagogika: metodika i problemy prakticheskogo primeneniya – Psychology and pedagogy: methodology and problems of practical application*. 2014. No. 41. Pp. 60–64.
18. Perinskaya N. A. *Professional'naya identichnost'* [Professional identity] // *Znanie. Ponimanie. Sposobnost'* – Knowledge. Understanding. Ability. 2018. No. 2. Pp. 209–211.
19. Povarenkov Yu. P. *Professional'noe samoopredelenie starsheklassnikov sel'skih i gorodskih shkol* [Professional self-determination of high school students of rural and urban schools] // *Pedagogika sel'skih shkol – Pedagogy of rural schools*. 2021. No. 4 (10). Pp. 5–18. DOI: 10.20323/2686-8652-2021-4-10-5-18.
20. Pryazhnikov N. S. *Professional'noe samoopredelenie: teoriya i praktika* [Professional self-determination: theory and practice] // *Professional'noe obrazovanie v Rossii i za rubezhom – Vocational education in Russia and abroad*. 2019. No. 1 (1). P. 35.
21. Shnejder L. B. *Professional'naya identichnost' v informacionnom obshchestve: tiski i ob'yatiya cifrovizacii* [Professional identity in the information society: the wise and embrace of digitalization] / *Psihika i pnevma: problemy formirovaniya professional'noj identichnosti u lic pomogayushchih professij : mat-ly XV Sretenskoj mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii – Psyche and pneuma: problems of formation of professional identity among people of helping professions : materials of the XV Sretensky International Scientific and Practical Conference*. SPb. 2022. Pp. 5–9.
22. Schneider L. B. *Psihologiya identichnosti* [Psychology of identity]. M. Yurayt. 2019. 328 p.