



Принцип «цикличности» в карьерном самоопределении личности

КАРЛОВСКАЯ Наталья Николаевна

Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского, Омск, Россия

КАМНЕВА Елена Владимировна

Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации, Москва, Россия

МОРГУНОВ Евгений Борисович

Московская высшая школа социальных и экономических наук, Москва, Россия

ПОЛЕВАЯ Марина Владимировна

ПРЯЖНИКОВ Николай Сергеевич

Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации, Москва, Россия

Аннотация. В контексте карьерного (личностного, жизненного и профессионального) самоопределения «циклы» понимаются как повторяющиеся действия, ориентированные на свою завершённость (успешность, эффективность). Сами «циклы» рассматриваются как средство упорядочивания активности субъекта самоопределения, а также — упорядочивания деятельности специалистов (психологов, педагогов, коучей), помогающих человеку в решении задач жизненного, профессионального и личностного самоопределения. В этом смысле можно говорить о «принципе цикличности», задающем определённые правила и границы самоопределения. В статье делается сравнительный анализ «циклов» самоопределения и близких понятий, на основе чего выявляется их специфика по отношению к этим понятиям — более выраженная повторяемость «циклов». Проводится анализ соотношения содержательной и процессуальной сторон «циклов» и показывается их взаимосвязь. Выделяются специфика «циклов» на разных этапах карьерного развития личности. В качестве основных характеристик циклов указываются: повторяемость; стремление человека к успешному завершению цикла; одновременное включение человека в разные циклы; разная направленность циклов; сложная структура циклов; относительная целостность (системность) циклов. Предлагается типология циклов на до-профессиональном этапе развития субъекта труда: 1) обеспечивающие саму организацию подготовки оптанта к решению карьерных задач; 2) обеспечивающие сами карьерные и жизненные выборы; 3) обеспечивающие будущую трудовую деятельность и построение желаемого образа и стиля жизни, с последующей возможной корректировкой своих жизненных и карьерных планов. Подробно описывается специфика «принципа цикличности», применительно к разным задачам профориентации (информационно-справочной, психодиагностической, морально-эмоциональной поддержки клиента, помощи в конкретных выборах и в планировании карьеры). Рассматриваются возможности «циклов» в качестве «единиц анализа» определённых аспектов личностного и профессионального самоопределения. В заключении статьи ставятся вопросы для дальнейшего развития и реализации «принципа цикличности», например: 1) изучить специфику циклов личностного и профессионального самоопределения, применительно к

каждому этапу развития будущего субъекта труда; 2) обозначить альтернативные варианты циклов, применительно к сходным задачам карьерного самоопределения; 3) описать варианты взаимодополнения и взаимокомпенсации циклов; 4) осмыслить ключевые моменты перехода циклического развития в спиралевидное; 5) выделить условия, которые приводят к «заикливлению» в карьерном и личностном развитии; 6) изучить циклы, в которых участвуют в разном качестве многие люди, включая смену участников в рамках одного цикла.

Ключевые слова: принцип цикличности, карьерные и жизненные циклы, профессиональное и личностное самоопределение.

Постановка проблемы

В профессиональной ориентации всё чаще указывают на важность выбора «образа жизни», что значительно расширяет традиционные представления о «выборе профессии» (Блинов и др., 2015; Пряжников, Сергеев, 2015; Hammond, Michael, Luke, 2017; Hutchison, Niles, 2016). Само понимание карьеры, в представлениях Д. Сьюпера, предполагает определённое сочетание и чередование различных социальных ролей, выполняемых человеком в течение жизни и обеспечивающих успех, и входят туда не только профессиональные роли, но и роль «налогоплательщика», «обучающегося», «семьянина», «отдыхающего» и тому подобные (Super, 1980). В этом смысле, продолжая и развивая традицию Д. Сьюпера, мы будем использовать в дальнейшем термин «карьерное самоопределение», куда включаем и личностное, и жизненное, и досуговое, и традиционно понимаемое профессиональное самоопределение.

Сам образ жизни нередко увязывают с уровнем или с «качеством» жизни, что обеспечивается высокими доходами, определённым комфортом, социальными гарантиями на труд и отдых. Но одновременно, отмечается и высокая значимость динамических характеристик жизни, связанных со стилем жизни, с выполнением тех или иных социально-профессиональных ролей, с ориентацией личности на различные стереотипы и сценарии (Либин, 1998; Толочек, 2013). При этом такие стили не только по-своему организуют жизнедеятельность отдельного человека, а также групп и социальных общностей, но нередко буквально «подхватывают человека» и «несут» его в определённом направлении. При этом и стили, и роли, и стереотипы очень часто повторяются, что позволяет говорить о «цикличности» жизни, где сама такая «цикличность» имеет самые разные формы и разную динамику (длительные и короткие циклы, сочетающиеся, взаимосвязанные циклы и циклы, относительно независимые и так далее).

«Циклы» буквально пронизывают всю нашу жизнь, но естественно, кроме «циклов» существуют и иные динамические и содержательные образования, определяющие проблематику личностного и профессионального самоопределения. Например, карьерные цели, планы, перспективы, жизненные сценарии, которые могут и не предполагать «цикличность», и где больше реализуется прямолинейная схема (или «стратегия», или «траектория» развития): от изначального состояния к конечному, желаемому, запланированному (Климов, 1990; Блинов и др., 2015; Пряжников, 2016). Ниже приводятся некоторые варианты «циклов», показывающие значимость их специального изучения. Режим дня для многих людей цикличен, даже если это жизнь «аморфного» бездельника. Например: сон до полудня — похмелье — сидение в социальных сетях до полуночи или встреча с себе подобными, с соответствующими вредными для здоровья развлечениями до глубокой ночи — сон — пробуждение после полудня и так далее. Для активного творческого человека, это может быть: раннее пробуждение — проверка сообщений в электронной почте и ответы на них — запланированные

встречи с такими же активными партнёрами — возможно, для кого-то, и работа над собой (тренинги, самообразование) — вечернее «приобщение к культуре» (театры, творческие вечера, возможно, и собственные выступления) — сон и так далее. Для какого-то офисного работника рабочий день ещё больше регламентирован. Например, даже те, кто занимается «продажами», также часто не могут похвалиться большим разнообразием своего рабочего дня (или каких-то «проектов»), особенно если «клиентская база» таких работников более-менее постоянная. Интересный пример жизненного цикла «вора» был озвучен артистом Е. Леоновым в роли «Доцента» в комедии «Джентльмены удачи», когда он, якобы, успокаивал своих компаньонов, начавших разочаровываться в криминальной жизни: «Украл — выпил — в тюрьму, украл — выпил — в тюрьму... Романтика!».

Как это ни удивительно, но и досуг, и отпуск для большинства людей также достаточно однообразны, и в немалой степени они могут быть описаны с помощью циклов, например: систематическое посещение бассейна, теннисного корта (особенно, если это делается по абонементу) или даже туры в курортные страны, до смешного однообразные, даже при некоторой вариативности тех или иных экскурсий, погодных сюрпризов. Не менее интересны и локальные циклы при выполнении определённых действий, как трудовых, так и досуговых. Например, на работе это может быть строгое выполнение инструкции, где всё чётко регламентировано, и нарушение технологических цепочек (или программ) может привести к сбоям и даже авариям, особенно если таким образом строится совместная работа, требующая обязательного соблюдения временных ритмов, последовательности действий. В досуговой деятельности или в семейной жизни это может быть уборка дома по определённому порядку, уход за ребёнком (отвод-привод из детского сада, посещение поликлиники, организация детских праздников, где для каждого праздника — свой «цикл», и другое), соблюдение определённых семейных традиций (обязательные поздравления с праздниками всех родственников с однообразно-циклическими пожеланиями, совместные семейные вечера, «шашлыки», застолья, распевание песен по заведённой программе и тому подобное), и даже выполнение супружеских обязанностей.

Проблема «отупляющей повторяемости» массовой культуры и досуга, а также однообразие трудовой жизни всё чаще становится предметом особого изучения социологов, психологов, философов, экономистов, политологов (Зеер, Сыманюк, 2005; Маркова, 1996; Московичи, 1996; Пряжников, 2016). Понятно, что волнует эта тема и простых людей, интуитивно понимающих, что такое однообразие не только обедняет их жизнь, но и приводит к постепенной деградации. И всё же для нас интересно, насколько «циклическость» проявляется именно в профессиональном и личностном самоопределении. При этом мы постараемся в дальнейшем выявить не только негативные стороны «циклическости», но и её несомненные позитивные моменты.

Заметим, что обозначенные выше динамические характеристики не только связаны с процессами самоопределения личности, его будущей трудовой, семейной или досуговой деятельности, но во многом определяют и содержательные аспекты его жизни. Например, определённая манера говорить, одеваться, отдыхать требуют и своего обоснования (бытовой или карьерной «идеологии»), как для самого себя, так и для окружающих. Высокое многообразие динамических проявлений жизнедеятельности самоопределяющейся личности создает некоторые сложности как в планировании всей жизни, так и в конкретных выборах (карьерных, личностных, досуговых).

При этом нельзя утверждать, что тема «циклическости» не рассматривается в психологических направлениях, связанных с карьерой и трудовой жизнью. В психологии труда и менеджменте есть немало исследований, где анализируются: «индивидуальный стиль трудовой

деятельности» с повторяющимися действиями (Климов, 1998; Шадриков, 1982), «повторяющиеся циклы» в организации времени труда и отдыха работника (Климов, Носкова, Солнцева, 2015), «временное упорядочивание и синхронизация» трудовых и организационных процессов (Гурков, Моргунов, 2018; Стрелков, 2001), «биоритмы» как фактор эффективности трудовой деятельности (Толочек, 2005), «стадии и циклы» в развитии организации (Базаров, 2014; Gurkov, Morgunov, Saidov, 2017). Редким исключением являются работы, где рассматриваются моно-циклические и поли-циклические процессы в профессиональном становлении личности (Плотницкий, 2001; Поваренков, 2015; 2016).

И всё же именно в проблематике самоопределения тема «цикличности» пока ещё не стала предметом специального изучения, о чём свидетельствуют материалы разных конференций, посвящённых проблемам профориентации, самоопределения и карьеры (Баринов и др., 2019; Программа..., 2019; Социальное..., 2019; Шнейдер и др., 2019). Даже в последних работах по коучингу в лучшем случае рассматриваются «события», «этапы жизни» и их «преемственность», лишь косвенно отражающие цикличность жизненного пути и карьеры (Плигин, 2020). Возможно, одно из объяснений этому в том, что труд конкретного работника и даже функционирование организаций, коллективов предполагает относительную стабильность, где «цикличность» является одним из показателей этой стабильности, даже на фоне разговоров об инновациях и развитии современного производства. Хотя, по нашим многочисленным наблюдениям, часто многие «инновации» сводятся лишь к имитациям ответственности, к смене вывесок и названий, но не к качественным, сущностным изменениям самой организации труда (Камнева, Пряжников и др., 2020).

Соответственно, главная проблема нашего теоретического анализа выражается в противоречии, когда, с одной стороны, выбор и планирование образа жизни (карьеры в широком смысле, по Д. Сьюперу) характеризуется большим разнообразием и путаницей условий, обеспечивающих успех жизни и карьеры, а с другой стороны, ещё недостаточно проработан вопрос об интегрирующем принципе, гармонизирующем это многообразие.

Мы считаем, что на роль такого интегрирующего принципа может претендовать «принцип цикличности». Главная особенность «цикличности» — в повторяемости определённых событий, действий и даже поступков (в зависимости от уровня глобальности выполняемой деятельности), ориентированных на успех. При этом «цикличность» может как способствовать развитию определённой деятельности (на этапе её освоения), так и приводить к деградации субъекта деятельности (при определённом истощении новизны данной деятельности, её «зацикливания») (Зеер, Сыманюк, 2005). Поэтому рассмотрение вопроса о том, когда «циклы» способствуют развитию, а когда — препятствуют, имеет важное значение и для практики профориентационной работы. И в этом смысле можно говорить о «циклах» как об одном из принципов организации карьеры и жизни человека как при её проектировании, так и в ходе выполнения соответствующей деятельности (или жизнедеятельности).

Это, естественно, не исключает важности и других принципов, обеспечивающих развитие субъекта профессионального и личностного самоопределения (активности, творчества, преемственности, развития, выделение приоритетов работы, системности и комплексности в работе), и, более того, эти принципы сами по себе образуют определённую систему, предполагающую взаимодействие и взаимодополнение этих принципов (Пряжников, 2014). Но мы также считаем, что «принцип цикличности» имеет относительную самостоятельность, а следовательно, он требует и более детального изучения, что и составляет цель данного анализа. Соответственно, объектом нашего анализа является профессиональное и личностное самоопределение, а предметом — «принцип цикличности» как условие эффективного карьерного самоопределения.

Задачами нашего анализа являются: 1) уточнение сущности принципа цикличности, применительно к личностному и профессиональному самоопределению; 2) рассмотрение «принципа цикличности» в системе близких понятий; 3) определение границ принципа цикличности, как в плане его способствования успешному самоопределению, так и в плане препятствий идеи «цикличности» для развития субъекта самоопределения. Можно также предположить, что принцип цикличности имеет специфику проявления в разных аспектах, связанных с самоопределением: 1) цикличность самоопределения конкретного человека (в повторяющихся действиях оптанта, студента, работника, безработного — в переборе разных вариантов выбора, в карьерных и профессиональных пробах); 2) работа самих профконсультантов, коучей, организационных консультантов (цикличность их занятий и консультаций с клиентами); 3) учёт в карьерных и жизненных выборах цикличности выбираемых профессий, учебной деятельности и самой будущей работы. В данной статье мы больше сконцентрируемся на цикличности в самоопределении конкретной личности, в большей степени соотносимой с задачами профориентации на до-профессиональном этапе развития субъекта труда. На наш взгляд, это особенно важно в контексте возрождения профориентационной работы во многих организациях, когда представители фирм (работодателей) всё чаще налаживают взаимодействие со школами, с психологическими центрами, с колледжами и вузами.

Циклы самоопределения в соотношении с близкими понятиями и подходами в профориентации

Для того чтобы ответить на вопрос, насколько «циклы» (карьерные, жизненные, досуговые и другие) являются оригинальным понятием, важно соотнести их с другими подходами в психологии вообще, и в профориентации в частности. При этом следует определить не только сходное, но и специфичное в рассматриваемых «циклах». Если обратиться к изначальному значению термина «цикл» (от лат. *cyclus*, от древн.-греч. *κύκλος* — окружность), то он предполагает не только завершённые повторяющиеся действия, но и круг явлений, процессов, действий и поступков, объёдиненных каким-то важным общим признаком (цикл лекций, литературный цикл). Поэтому сразу уточним, что в нашем анализе мы будем рассматривать циклы, относящиеся к проблематике самоопределения: циклическую активность субъекта самоопределения, а также — циклические процессы, связанные с профессиональной подготовкой, рынком труда и самой трудовой деятельностью как предмета осмысления и выбора. Более детальное понимание «циклов» предполагает не одноуровневые хронологические отрезки, исходные и завершающие точки которых могут устанавливаться произвольно, а поэтапное движение, граничными точками которого являются возникновение (начало) и окончательное завершение (Францева, 2016).

Интересно, что в энциклопедическом словаре «цикл» определяется как «совокупность явлений, процессов, составляющая кругооборот в течение известного промежутка времени» (Прохоров, 1986, с. 1478). Позволим себе несколько не согласиться с таким определением в той части, где говорится о привязке цикла к определённом промежутку времени. Можно приводить множество случаев, когда повторяющиеся события могут иметь разную временную протяжённость. Например, выполнение какого-то задания, предполагающее повторяющиеся действия, в зависимости от условий, может быть завершено быстро или занимать гораздо больше времени. Можно приводить примеры, связанные и самоопределением личности, когда знакомство с определёнными учебными заведениями (решение информационной задачи по определённой схеме, предполагающей повторяющиеся действия — поиск информации, её

уточнение, проверка достоверности) в каких-то случаях занимает много времени, а в других случаях происходит довольно быстро. Разное время могут занимать и профессиональные консультации, проводимые часто по одной и той же схеме (Пряжников, 2016). Это позволяет нам выделить в «циклах» самое существенное — повторяющееся содержание деятельности, в частности деятельности, связанной с решением карьерных и профориентационных задач. Естественно, «циклы» не могут быть бесконечными, и к определённому времени они всё же привязаны. Но сами эти промежутки времени могут варьироваться, применительно к содержанию «циклов», что, на наш взгляд, является важным уточнением их понимания.

Интересные аспекты карьеры (жизненного пути) и профессионального становления личности, связанные с моно-, и поли-циклическостью отражены в исследованиях Ю. М. Плотницкого и Ю. П. Поварёнок (Плотницкий, 2001; Поваренков, 2015; 2016). Правда, в нашем исследовании мы делаем акцент именно на поли-циклическости, предполагающей повторяемость разных событий, действий, процессов, связанных с профессиональным и личностным самоопределением. При этом мы согласны с тем, что моно-циклическость всё же отражает определённые закономерности становления субъекта труда и субъекта профессионального самоопределения, что отражено даже в различных периодизациях профессионального развития (Климов, 1998; Маркова, 1996; Super, 1980). И когда конкретный человек придерживается в целом этой «моно-циклической» логики развития, он фактически повторяет то, что характерно для многих. Мы можем даже условно назвать это «трансциклическостью», то есть переносом общей логики развития, применительно к карьере конкретной личности.

Ранее уже говорилось о сходстве «циклов» и «стилей» жизни, особенно если рассматривать такую характеристику стиля как «ритмичность» (Стрелков, 2011; Толочек, 2005). Правда, ритмичность чаще относят к конкретной деятельности или каким-то естественным процессам относительно локального характера (например, ритм танца, песни или разговора, ритмы сна и бодрствования), тогда как циклы могут быть и более глобальными (циклические встречи с родственниками, циклические церковные праздники). Хотя, можно говорить и о ритмичном характере определённых циклов, так же, как и о циклическости некоторых ритмов.

На наш взгляд, одним из наиболее близких к «циклу» понятием является «гештальт», особенно когда речь идёт о «незавершённых гештальтах», порождающих особую мотивацию и активность личности по доведению начатых дел до конца. Это во многом соотносится с идеей «циклическости», но всё же гештальты не всегда могут повторяться, и немало случаев, когда «завершённый» разовый гештальт больше уже не тревожит человека.

В качестве близкого понятия можно также рассматривать «роль» (ролевое поведение). Роли, как правило, ещё и повторяются и, более того, выполняются по определённым правилам, соответствующим ожиданиям окружающих. И всё же даже при достаточно высоком сходстве с «циклами», роли не всегда предполагают выполнение определённой последовательности действий, что характерно для «циклов». Например, человек может играть роль «интеллектуала» или «шута» данной группы, но у него сохраняются большие возможности для импровизации, лишь бы эти импровизации соответствовали общим представлениям об «интеллектуале» или о «шуте».

В какой-то степени «циклы» соответствуют «событийному подходу» в профориентации, предполагающему, что жизнь человека строится из определённых событий, и многие предшествующие события становятся причиной последующих (Головаха, Кроник, 1984). Но и в «событийном подходе» не всегда предполагается, что эти значимые «события» жизни и карьеры будут непременно повторяться, а рассматриваемые нами «циклы» — это повторяющиеся события. Аналогично, можно сравнивать «циклы» со «сценарным» подходом

(Берн, 1988; Дружинин, 2010; Пряжников, 2016). Сценарии обычно носят более глобальный характер (относятся к планированию всей жизни), и также обычно не повторяются. Хотя нередко человек, даже пытающийся по-новому организовать свою жизнь, вновь возвращается к прежним вариантам (сценариям) её организации, что некоторые психотерапевты рассматривают как «неудачу».

Например, Б. Ливехуд описывает случай, когда преуспевающий 42-летний директор одной фирмы вдруг осознал («впал в депрессию»), что ему «ещё тридцать лет придется сидеть за одним и тем же столом, заниматься одними и теми же проблемами», но при этом он так и не сумел найти новые смыслы и ценности своей жизни (Ливехуд, 1994, с. 34). Заметим, что В. Франкл в таких случаях предостерегает от того, чтобы предлагать клиенту готовые смыслы, так как задача и психотерапевта, и образования в целом, создавать условия, «совершенствовать способность... находить уникальные смыслы» (Франкл, 1990, с. 292–295). Похожие сходства и различия можно обнаружить, если сравнивать «циклы» с жизненными стереотипами, которые в отличие от «циклов» также не всегда могут повторяться. Правда, и сценарии, и стереотипы могут повторяться у разных людей, и тогда это можно было бы назвать «транс-циклическостью» (что нередко и происходит), которая также может породить и депрессию, и ощущение неудавшейся жизни и карьеры.

Интересными могут быть сравнения «циклов» и с рефлексиями, когда человек определённым образом реагирует на те или иные «стимулы». Причём эти реакции могут носить не только локальный характер, отражающий поведение человека в ограниченные отрезки времени и в каких-то конкретных ситуациях, но и носить более глобальный характер. Например, при правильно подобранных «стимулах», у каких-то людей можно сформировать определённые симпатии (или антипатии) к другим людям, к некоторым событиям или явлениям жизни, что проявляется уже и в установках, и в эффектах социальной перцепции, и даже в эффектах антиципации. «Циклы» и здесь характеризуются, прежде всего, своей более частой повторяемостью, тогда, как обычные схемы «стимул-реакция» реализуются циклически гораздо реже. Особенно, если эти схемы усложняются различными «промежуточными переменными», что не всегда позволяет реагировать на те или иные стимулы по строго определённой программе, как это часто бывает в «циклах».

Заметим, что пренебрежительно-упрощённое понимание бихевиоризма и, тем более, необихевиоризма, во многом основанное на схеме «стимул-реакция», в последнее время сменяется более уважительным отношением к данным идеям, даже в отечественной психологии. Достаточно вспомнить и о том, что бихевиоральная модель показала свою эффективность в большой политике, когда массы, получив «нужные», ожидаемые стимулы, голосуют за весьма сомнительных кандидатов, что потом часто и порождает «цветные революции» (Московичи, 1996). Эта модель эффективна и часто реализуется, как в обыденной жизни, так и в организациях, когда в более выгодном положении оказываются те претенденты (на привлекательную работу, на определённые симпатии партнёров), которые научились соответствовать ожиданиям работодателей или партнёров, то есть предлагают «правильное» поведение (реакции) на эти ожидания (стимулы в виде требований к претендентам). Это нередко представлено в некоторых моделях самоопределения, которые даже имеют такие символические названия, как «выгодная продажа себя на рынке личностей», по Э. Фромму, или «выгодная сделка», или «конкурентоспособность», основанная на неременном ущемлении прав своих конкурентов, или на «конъюнктурном чутье» претендента и его готовности «подстраиваться» под те или иные требования, вплоть до специального обучения давать «социально желаемые ответы» при тестировании (Пряжников, 2016).

«Циклы» вполне могут быть соотнесены и с «программами» трудовой деятельности, которые В. Д. Шадриков, анализируя трудовой процесс, даже выделил в отдельный «блок программ», которые, в дальнейшем могут закрепляться и в «индивидуальном стиле деятельности» (Шадриков, 1982). Об «относительной устойчивости» индивидуального стиля деятельности пишет и Е. А. Климов, что предполагает и некоторую повторяемость трудовых действий, часто и обеспечивающих эту «устойчивость» (Климов, 1998). Но при этом, сами программы у квалифицированного мастера, даже при развитом «индивидуальном стиле трудовой деятельности», могут каждый раз составляться по-новому, в соответствии с решаемой им производственной задачей, а «циклы» в большей степени предполагают повторяемость, воспроизводимость при относительно незначительных отклонениях от первоначальной процедуры.

Например, А. К. Маркова, продолжая Климовскую традицию анализа «индивидуального стиля труда», выделяет и такие его разновидности, как «стиль компенсаторный», «стиль корректирующий», «стиль творческий» и другие (Маркова, 1996), что также подтверждает значительную вариативность «индивидуального стиля». Хотя следует признать, что и здесь «циклы» трудовой деятельности имеют много общего с «программами» и с «индивидуальным стилем трудовой деятельности». Но, как уже отмечалось, тематика «циклов самоопределения» шире и включает в себя не только выполнение трудовой деятельности, но и различные карьерные выборы.

Можно также соотнести «циклы» с различными «эвристиками» (Пушкин, 1967) и «когнитивными схемами» (Ж. Пиаже), освоив которые, человек может более успешно решать те или иные задачи. Нередко различные мыслительные схемы предполагают и определённую последовательность действий по решению задач, и в этом смысле, они приближаются к «циклам». Хотя, не все «эвристики» и «когнитивные схемы» представляют из себя чёткие и однозначные «инструкции», оставляя большой простор и для творчества. «Циклы» при таком сравнении предполагают более чёткие и однозначные действия, выстроенные в определённой последовательности. Правда, при освоении определённого цикла, у человека всё больше возрастает стремление как-то обогатить уже освоенную деятельность, а, следовательно, и изменить порядок её выполнения. В этом случае можно говорить об «истощении цикла» и поиске новых способов решения тех или иных задач. И всё же даже в профессиональном консультировании, когда речь идет об обучении клиента умению решать определённые задачи, связанные с самоопределением, требуется сначала освоить предлагаемые консультантом методы и процедуры, поупражняться на отвлечённых примерах, и далее попробовать применить эти методы к своей ситуации. А уже потом искать новые способы решения своих профориентационных задач. Получается, что освоение некоторых методов через многократные повторы и самих технологий их использования, близких к эвристикам, нередко предполагает «цикличность», то есть и в этих случаях можно говорить о частичном совпадении «цикличности» с рассматриваемыми понятиями.

В более сложных случаях, связанных, например, с научной деятельностью, «эвристики» могут стать основой труда учёного. Можно приводить много примеров того, когда даже «изобретения» планируются и планы эти выполняются в чётком соответствии с намеченными сроками, да ещё и по строго определённым правилам, связанным с проектированием, созданием опытных образцов, экспериментальной проверкой и тому подобным (мы сами с удивлением узнали об этом, работая на одном из ведущих оборонных предприятий ещё в 1980-е годы). С одной стороны, эти правила были во многом повторяющимися, и по сути, «циклическим», но, с другой стороны, это всегда оставляло возможность и для творчества конструкторов, правда, в рамках этих повторяющихся экспериментов.

В итоге, следует признать определённое сходство «циклов» со многими выделенными выше понятиями. Но одновременно мы постарались показать и главную специфику «циклов» — их повторяемость, которая не позволяет в полной мере отождествлять их с этими понятиями. Хотя опыт исследования гештальтов, социально-профессиональных ролей, программ деятельности, эвристик и других отмеченных выше понятий, поможет и лучшему пониманию самих «карьерных циклов». Соответственно, «циклы», как уже отмечалось, заслуживают более пристального внимания и изучения как особых характеристик деятельности. А поскольку циклы во многом могут рассматриваться и как средство организации этой деятельности, задающие определённые границы и правила, то мы можем говорить и о «принципе цикличности».

Карьерные и жизненные циклы в общей логике самоопределения.

Соотношение процессуальных и содержательных компонентов циклов

Самоопределение можно рассматривать как высший уровень профориентационной и карьерной-консультативной помощи, когда профконсультант (карьерный консультант или коуч) выводит клиента на уровень субъектности, позволяющей личности самостоятельно и осознанно решать свои карьерные задачи. Это означает, что клиент (подросток, абитуриент, студент, взрослый развивающийся специалист, безработный) занимает активную позицию, действует осознанно и обоснованно. При этом такая обоснованность и осознанность предполагают не только активизацию личности, но и её обучение навыкам самоопределения (Климов, 1996; Пряжников, 2014а; Пряжников, 2016). Правда, формируется такая осознанность и обоснованность постепенно, поэтому можно говорить о субъекте самоопределения, не только тогда, когда он полностью освоит эти навыки, но и тогда, когда он находится на определённом этапе своего становления, то есть может рассматриваться как развивающийся субъект самоопределения (Климов, 1996).

Казалось бы, идея «цикличности» жизни, карьеры, а также элементы «цикличности» в самой подготовке к карьерным и личностным выборам, целиком должна быть связана именно с «процессом» самоопределения. Заметим, что нередко в дискуссиях о соотношении самоопределения как «процесса» и как «результата», предпочтение отдается именно «процессу» (Пряжников, 2016). Но как уже отмечалось, процессуальные (динамические) и содержательные моменты не противоречат, а взаимодополняют друг друга. Например, можно проявлять высокую активность, включая и настойчивые повторяющиеся действия, но если эта активность в должной мере не осмыслена, то либо человек просто не достигает намеченных целей (успеха), либо впоследствии достигнутые результаты могут подвергнуться большим сомнениям («ради чего?», «зачем?», «стоило ли это таких усилий, затрат, жертв, унижений?»). Недаром многие авторы связывают самоопределение с поиском смысла жизни и карьеры (Кон; 1984; Блинов и др., 2015; Пряжников, 2016; Франкл, 1990).

Мы считаем, что нередко именно в «принципе цикличности» результаты и процессы совмещаются в наибольшей степени. Это можно проиллюстрировать на простом примере. Старшеклассник перебирает разные варианты выбора профессии. С какими-то профессиями он знакомится примерно по одинаковой и в чём-то даже «циклической», то есть повторяющейся схеме (ищет описание этих профессий в интернете, спрашивает своих родственников, знакомых, учителей или психологов). При этом он неизбежно сравнивает информацию, то есть содержание этих профессий, и, наконец, выбирает наиболее подходящий вариант. Если бы не было сравнения содержания, то это знакомство с профессиями продолжалось бы

бесконечно. Хотя в каких-то случаях и старшеклассники не знают, чему отдать предпочтение (нередко это объясняется нечёткостью критериев предпочтительности в сознании старшеклассника, или, по-другому, когда школьник «сам не знает чего хочет»). В данном случае речь идёт не столько о выборе «циклов», сколько об учёте разной привлекательности для конкретного человека тех или иных альтернатив «цикличности» в выбираемых вариантах профессиональной подготовки и последующей работы по профессии.

Другой, ещё более убедительный пример, иллюстрирующий тесную связь содержания и процедуры (включая и повторяющиеся «циклы»), связан с нашими впечатлениями от работы в должности лаборанта в НИИ нормальной физиологии имени П. К. Анохина ещё в 1970-е гг. Сама экспериментальная схема — наиболее передовая по тем временам — была предложена Петром Кузьмичом Анохиным и доработана его ближайшими учениками, но разные вариации этой схемы проходили экспериментальную проверку в многочисленных, повторяющихся пробах в лабораториях института, где мы также работали. При этом «цикличность» таких проб была настолько очевидна, что даже в качестве лаборанта мы могли воспроизводить её не хуже маститых и известных на весь мир учёных — учеников П. К. Анохина, о чём они неоднократно сами нам говорили. Но при этом, понятно, что нашего «лаборантского» уровня нам, конечно же, не хватало для того, чтобы породить новые идеи по вариации «анохинской» экспериментальной схемы.

Приведённый пример интересен ещё и тем, что с какого-то момента мы даже были немного разочарованы таким однообразием научного поиска, хотя сами ещё находились в ситуации самоопределения (присматривались к разным направлениям психологии, включая и деятельность наших коллег — психофизиологов). Правда, во многом наши сомнения были сняты доброжелательными и поучительными беседами, которые с нами проводили сотрудники лаборатории, где нам посчастливилось работать. Заметим, что ещё на этапе знакомства с разными профессиями, самоопределяющийся подросток или молодой человек также может быть сильно разочарован однообразием некоторых «трудовых циклов», если с ним вовремя не проводить доверительных разговоров, позволяющих ему лучше понять суть настоящего творчества. Данный пример позволяет сделать вывод и о том, что не всегда человек способен в своём сознании соотносить процедуру (например, повторяющиеся «циклы») с содержанием. Применительно к профессиональному консультированию, следует быть готовым также к тому, что клиент (например, старшеклассник), даже если он успешно будет выполнять и повторять какие-то действия, связанные с самоопределением, не всегда в должной мере будет понимать их смысл. Поэтому важно позаботиться о том, чтобы он делал это осознанно.

К сожалению, даже тогда, когда человек определился с целями и смыслами, со временем он может их переосмыслить и даже разочароваться в прежних своих намерениях и, даже, в идеалах. В этом случае важнейшей задачей становится выбор и осмысление самих целей. И уже, по-настоящему осознав и перепроверив свои выборы (может, и в «циклически» повторяющихся пробах, размышлениях и «проговариваниях»), человек может более целеустремлённо стремиться к ним, даже тогда, когда это потребует многократных усилий. Например, поступить в желаемый университет не сразу, а с нескольких попыток, или интенсивно занимаясь на подготовительных курсах или с репетиторами, что нередко также предполагает «циклически» повторяющиеся действия.

Типология «циклов» самоопределения

«Циклы», связанные с профессиональным и личностным самоопределением субъекта труда, находящегося на до-профессиональном этапе развития, или «оптанта», по Е. А. Климову

(Климов, 1998), условно можно разбить на три основные группы: 1) обеспечивающие саму организацию подготовки оптанта к решению карьерных задач; 2) обеспечивающие сами карьерные и жизненные выборы; 3) обеспечивающие будущую трудовую деятельность и построение желаемого образа и стиля жизни, с последующей возможной корректировкой своих жизненных и карьерных планов.

К первой группе можно отнести проектирование и реализацию программ повторяющихся («циклических») занятий в школе, особенно по подготовке к ЕГЭ, в различных учреждениях дополнительного образования, а также «профессиональные пробы» в различных кружках или «школах юных профессионалов». К первой группе можно отнести также и последующие, такие же «циклические» занятия в вузе или в колледже, если и их относить к до-профессиональному (подготовительному) периоду жизни. Сюда же можно отнести и многие профессиональные консультации, организованные по определённой, часто повторяющейся схеме: установление доверительного контакта и общее знакомство с клиентом, уточнение его проблемы и выдвижение консультационной гипотезы, совместное с клиентом уточнение цели, совместное решение возникающих задач, совместное подведение итогов (промежуточных и окончательных), протоколирование (Пряжников, 2014а). «Цикличность» обнаруживается и в проектировочной деятельности при разработке и совершенствовании профориентационных методик, что даже отражено в одной из моделей такого проектирования под символическим названием «циферблат творческого процесса проектировщика», где большая стрелка обозначает этап проектирования, а маленькая стрелка — очередную попытку в доработке методики, после неизбежного выявления в ней каких-то недостатков (Пряжников, 2014а).

Ко второй группе можно отнести использование конкретных профориентационных и профконсультационных методик, наиболее сложные из которых предполагают повторное применение, по «циклическому» принципу, постепенно выводящему оптанта на новый, более сложный уровень решения своих проблем, уже по «принципу спиралевидного» развития субъекта самоопределения. Естественно, при условии, что в школе или конкретном центре не ограничиваются «эффектными мероприятиями», столь популярными в последнее время и столь любимыми различными начальниками, а всё же находят время и для нормальной, «будничной» профориентационной работы.

К третьей группе можно отнести саму профессиональную деятельность, для которой также характерна «цикличность» выполняемых трудовых действий, что уже было рассмотрено выше. Эта деятельность может быть рассмотрена на примерах различных профессий, а также — в ходе встреч с представителями профессий, со студентами и преподавателями различных вузов, когда более детально будут обсуждаться самые разные, иногда даже неожиданные аспекты будущей профессии, включая и такую их характеристику, как «цикличность» трудового процесса, а также — и «цикличность», проявляющуюся в стиле и образе жизни соответствующих специалистов.

Для самоопределяющегося школьника знакомство с такой «цикличностью» было бы дополнительным условием для принятия решения о том, насколько эти «циклы» были бы ему интересны или, наоборот, показались бы ему скучными и даже оскорбительными. В какой-то степени приведённые выше примеры «циклов» соотносятся и с разными этапами жизненного и карьерного развития личности. Понятно, что более подробное выделение и изучение «циклов» на каждом этапе жизни является отдельной задачей, и в рамках данной статьи мы такую задачу перед собой не ставили. Мы даже можем предположить, что с учётом индивидуальных особенностей конкретных школьников и их жизненных ситуаций, таких «циклов» могло бы быть очень много. Но для нас важна сама мысль о том, что выбираются

не только профессии и даже не только образы жизни, но для кого-то важным основанием выбора могут стать именно те «циклы», которые придётся реализовывать на разных этапах карьерного развития и последующей жизни.

Можно выделить следующие группы задач самоопределения, типичных для старшеклассников, находящихся на до-профессиональном этапе карьерного развития, где возможно проявление «принципа цикличности» (Пряжников, 2016).

1. Информационно-поисковые задачи

Во-первых, это сами повторяющиеся попытки ознакомления с миром профессий, учебных заведений и мест трудоустройства. Например, в ходе цикла занятий по профориентации (если, конечно, такие занятия проводятся на базе конкретных школ и психологических центров), или через просмотр различных пособий, каталогов, справочников. Заметим, что в этих случаях сам порядок получения необходимой информации часто предполагает определённую последовательность (общий обзор таких источников информации, предварительный просмотр информации, более глубокое ознакомление с наиболее интересными объектами выбора — профессиями, учебными заведениями), хотя у кого-то он может иметь и хаотический характер. Во-вторых, это может быть знакомство с профессиями в виде разнообразных «профессиональных проб», которые часто тоже носят циклический характер. Например, занятия в «Школах Юных... (биологов, психологов, менеджеров)», которые всё чаще открываются при разных университетах. В-третьих, это может быть анализ интересных профессий с точки зрения выделения в них основных «трудовых циклов», обеспечивающих профессиональную деятельность. Правда, такой анализ ещё не стал повсеместным, но мы как раз именно в этом видим серьёзную перспективу знакомства школьников с профессиями. Это позволило бы анализировать профессии с новой стороны, по сравнению с тем, как это делается традиционно, например, с помощью выделения целей, средств, предмета, условий труда — в соответствии с известной «Формулой профессии» Е. А. Климова (Климов, 1990). На наш взгляд, знакомство школьников с типичными для конкретной профессии трудовыми «циклами» было бы хорошим дополнением к традиционным методам знакомства с профессиями.

Хотя у Е. А. Климова, как и многих других авторов, есть немало исследований, где рассматриваются близкие к циклическим трудовые процессы, связанные, например, с «индивидуальным стилем трудовой деятельности», с «программами», включёнными в процесс труда (Климов, 1998; Шадриков, 1982). Нередко эти программы с циклически повторяющимися действиями конкретизируются в «технологических картах», «инструкциях» и даже в ежедневных или еженедельных «рабочих планах». Правда, использовать их на профориентационных занятиях по разным причинам не всегда получается (например, они могут оказаться слишком сложными для школьников, ещё не знакомыми со специфическими особенностями некоторых профессий), хотя в перспективе для особо интересующихся школьников эти «инструкции» и можно было бы перевести на более понятный для них язык.

В качестве другого примера можно привести игровое упражнение «День из жизни профессионала...» (в более сложной версии — «Сон из жизни профессионала...»), где старшеклассники в режиме тренингового занятия совместными усилиями составляют из типичных событий день какого-то профессионала (профессия определяется заранее). При этом сама процедура упражнения — тоже «циклическая»: школьники, сидя в круге, по очереди называют такие события, которые ещё и должны быть логически связаны. В другой модификации этого упражнения участники составляли «цикл» событий, применительно не к конкретному дню, а к решению какой-то задачи (проекта), который может выходить за рамки одного дня, или,

наоборот, реализовываться по несколько раз в день. Опыт проведения подобного упражнения показывает, что часто школьники предлагают довольно банальные события, когда даже по популярным среди молодежи профессиям (системный администратор, ментор стартапов, бизнес-аналитик...) получается довольно унылая работа. Даже сами участники нередко отмечали, что по таким событиям «рекламного ролика об этой профессии лучше не делать» (Пряжников, 2014а, с. 179-180). Этот пример лишний раз доказывает, что «принцип цикличности» не только позволяет моделировать реалии трудовой жизни, но может быть использован и как средство рефлексии самоопределяющимися подростками своей реальной осведомлённости в выбираемых профессиях и даже как средство стимулирования творчества по обогащению рассматриваемых профессий, открытия в них, ранее не известных участникам возможностей для полноценной самореализации.

При хорошо поставленной профориентационной работе со школьниками, можно было бы организовывать для них и общее знакомство с деятельностью организаций. В том числе, и знакомство с общей логикой развития организаций и трудовых коллективов, где «принцип цикличности» часто воплощается в выделении «стадий» и «циклов» их развития. Например, Т. Ю. Базаров выделяет «стадии», связанные с меняющимися целевыми ориентациями организации, и «циклы», связанные с меняющимися внутрифирменными ориентациями внутри каждой стадии развития (Базаров, 2014). Правда, мы считаем, что «цикличность» присуща как «стадиям», так и самим «циклам». Даже у самого Т. Ю. Базарова в «стадиях» и «циклах» отмечается сменяемость ценностных ориентаций, и он сам использует обобщающий для них термин — «жизненный цикл организации» (Базаров, 2014).

2. Психодиагностическая задача, а в идеале — задача самопознания школьника как субъекта самоопределения

Если со школьниками проводится психодиагностическая работа, то желательно, чтобы это были не одноразовые обследования, поскольку более высокую ценность (достоверность) имеют именно повторяющиеся (подтверждающиеся) результаты диагностики мотивации, способностей, ценностных ориентаций. Если у школьников вырабатываются навыки самопознания, то это также лучше делать через многократные повторы технологий, с помощью которых учащиеся сначала обучаются оценивать своих сверстников (путем анализа предлагаемых ситуаций, кейсов, задач, моделирующих вопросы, готовности человека к самоопределению и работе по разным профессиям), а потом — использовать уже освоенные средства оценки применительно к себе самим. Здесь принцип цикличности лишь соответствует известному правилу, «повторение — мать учения». Хотя и здесь «цикличность» не абсолютна, так как на основе самопознания у творческого человека появляется стремление стать лучше, когда «принцип цикличности» должен преобразоваться в «принцип спиралевидного развития».

3. Задачи морально-эмоциональной поддержки самоопределяющейся личности

Если консультант имеет дело со сложными случаями, когда подростки находятся в состоянии отчаяния и неуверенности в том, что могут добиться успеха в подготовке к ЕГЭ, в поступлении в желаемый университет, то с ними необходимо проводить психотерапевтическую работу с включением в неё специальных методик, повышающих такую уверенность. Например, использовать разные игровые или карточные процедуры, где подросток (или группа подростков) не только достигает игровые цели, связанные с карьерой, но и помогают в этом друг другу (Пряжников, 2016). Самое нежелательное в такой работе — это эпизо-

личность и одноразовость, которую, применительно к профориентации, вообще раньше называли «профанацией». Серьезная профориентационная работа предполагает повторяющиеся (по сути, «циклические») занятия, когда субъект самоопределения развивается постепенно, под контролем психолога-консультанта, и этот контроль, при правильной профессионально-консультационной помощи, должен так же постепенно преобразовываться в самоконтроль, уже со стороны школьника.

4. Помощь в конкретных выборах

Как уже отмечалось, важно учитывать не только традиционные характеристики выбираемых профессий (предмет труда, цели, средства, условия труда), но и типичные трудовые действия, а также — цикличность этих действий. Например, кого-то такая цикличность может заинтересовать, и этот человек будет совершенствоваться в этих циклах. Но кого-то данная цикличность насторожит, и ему захочется более высокой вариативности выбираемой профессии (или варианта обучения). Но выбирать можно не только профессии, но и сами варианты самоопределения (Пряжников, 2016). Например, ориентироваться на «реалистические», «романтические» или «конъюнктурные» варианты самоопределения. Или — на «событийный» подход, или — на «сценарный» подход, или же — на творческие варианты («самоопределение как борьба за идею», «выборы — от противоположного», «самоопределение как написание поэмы», «мессианское самоопределение») (Дружинин, 2010; Пряжников, 2016). Во всех этих случаях, требуется, сначала общее знакомство с этими вариантами, затем — проба себя в разных вариантах, и, наконец, освоение и использование наиболее подходящего варианта в своих карьерных и жизненных выборах. Но все это также предполагает некоторую «цикличность», поскольку одноразово такие действия вряд ли будут усвоены и приведут к успеху.

5. Помощь в планировании жизни и карьеры во многом соответствует приведенной до этого логике самоопределения

Сначала школьник осваивает методы, моделирующие такое планирование, например, игровые и карточные профконсультационные методики, где приходится поэтапно строить свою жизнь и карьеру (Пряжников, 2016). А затем использует эти методы, применительно к собственной ситуации. И всё это желательно делать в повторяющихся попытках. В других случаях, также можно многократно упражняться на примерах различных ситуаций самоопределения, где предполагается построение разных «векторов», «цепочек» и «траекторий» карьерного развития (Пряжников, 2016).

Правда, с учётом того, что умения школьника во всех этих процедурах постепенно совершенствуются, то можно говорить о преобразовании «принципа цикличности» в «принцип спиралевидного развития», о котором уже упоминалось ранее, когда повторения не только воспроизводят уже достигнутое, но и обеспечивают качественное изменение требуемых для самоопределения компетенций. Заметим, что во многих упоминаемых методах предусмотрены даже разные уровни сложности. Например, когда школьник осваивает какие-то правила карточной консультационной игры, где поэтапно моделируется вся жизнь человека, то она начинает ему казаться слишком простой и даже скучной, но тогда ему предлагаются более сложные правила (Пряжников, 2014а).

Правда, иногда человек (школьник, студент или взрослый), понимая, что нужно что-то менять в своей жизни и как-то самоопределяться (выбирать профессию, место учёбы, работы или менять прежние выборы на новые), в душе боится ошибиться («прогадать»), и тогда, процесс может доминировать над содержанием. В подобных случаях процесс превращается в самоцель и нередко служит для такого неуверенного человека способом самооправдания, или

«психологической защиты» от ответственности, ведь, он «хоть что-то всё-таки же делает». Хотя такие усилия все больше обнаруживают свою неэффективность. Например, в этих случаях можно оправдывать себя тем, что даже при отсутствии цели или каких-то пожеланий к профессии, месту учёбы или работы, человек просто накапливает ресурсы в надежде, что со временем «подвернётся благоприятный случай» и эти ресурсы «могут пригодиться». И такой «ресурсный подход» тоже имеет право на существование (Леонтьев, 2014). В чём-то это даже перекликается с идеей «само-трансценденции» В. Франкла, когда человек прежде, чем взяться за сложные дела, пытается поработать над собой, расширить свои возможности, «выйти за рамки самого себя» (Франкл, 1990). И здесь идея «цикличности» (в настойчивом саморазвитии) может оказаться вполне оправданной. Хотя В. Н. Дружинин, рассматривая разные варианты планирования жизни, выделяет и такой, как «жизнь как предисловие», как непрерывающаяся подготовка человека к настоящей жизни, но не сама настоящая жизнь (Дружинин, 2010).

Проблема «заикливания» самоопределяющейся личности и варианты своевременного выхода из «цикла»

Условно можно выделить конструктивную и деструктивную составляющую «циклов». В конструктивной составляющей освоение и реализация «цикла», то есть выполнение определённой последовательности действий по решению профориентационных задач, способствует эффективности самоопределения. В деструктивной составляющей, «цикл», даже ранее продуктивный и эффективный, со временем становится тормозом дальнейшего развития субъекта самоопределения, как бы «исчерпывает» сам себя и требует поиска и освоения новой деятельности. В этом случае можно говорить о «заикливании» самоопределения. Либо эта новая деятельность должна быть направлена на решение новых задач самоопределения, либо новая деятельность должна способствовать более успешному выполнению прежних, но пока еще не решённых профориентационных задач.

Поэтому, рассматривая вопросы профилактики и преодоления «заикливания» в профессиональном и личностном самоопределении, важно сначала разобраться со следующими обстоятельствами: насколько данный «цикл» автоматизирован у данного человека, то есть можно ли говорить о «цикле» как о сформировавшемся навыке. Известно, что при развитых навыках уровень осознания выполняемой деятельности снижается, и соответственно, страдает содержательная составляющая деятельности. Правда, здесь часто наблюдается парадокс: когда высокий уровень автоматизма (при низком осознании) даёт более высокую эффективность, чем осознаваемые (да ещё и постоянно рефлекслируемые) навыки, которые могут просто мешать деятельности, а иногда и разрушать её (обычно вспоминают «притчу о сороконожке», которая вдруг задумалась, когда и какой ногой переступить, после чего вообще разучилась ходить). И наоборот, о многих автоматизированных «циклах» мы обычно даже не задумываемся, и именно это обеспечивает нам спокойную жизнь и решение многих задач более высокого уровня, например, навыки здорового образа жизни (режим дня, систематические посещения оздоровительных или профилактических процедур) позволяют человеку осуществлять более сложную и ответственную деятельность. Соответственно, следует ещё разобраться, когда «заикливание» явно вредит жизни и карьере, а когда оно создаёт нормальный фон (даже можно сказать — «тыл») жизни, позволяющий более спокойно решать сложные вопросы самоопределения и дальнейшего личностного развития.

С одной стороны, «заикливание» может обеспечить эффективность деятельности, но с другой стороны, как показывает опыт и различные исследования (Зеер, Сыманюк, 2005), обычно такая однообразная деятельность приводит и к деградации работника и к снижению эффективности его труда. Возможно, при «заикливании» действий, связанных с самоопределением, также можно ожидать некоторой деградации субъекта самоопределения, а, заодно, и сопровождающих его педагогов, психологов или родителей, если они не ищут новых путей помощи развивающемуся субъекту самоопределения и реализуют старые, повторяющиеся схемы.

Если же «заикливание» очевидно провоцирует снижение эффективности в решении задач самоопределения, то следует что-то менять, например: 1) либо это может быть поиск иных действий (куда могут быть включены и новые циклы, ещё требующие своего освоения), например, значительное снижение доли тестирования в профориентационной работе и переключение на диалогичные консультационные процедуры, а, может, и на дискуссионные формы работы, уже со своей, новой «циклическостью»; 2) либо это может быть обогащение прежних циклов, то есть выявление в них неиспользованных возможностей (например, поиск и смена подготовительных курсов или репетиторов, но при сохранении общего порядка подготовки к экзаменам). При обогащении прежней деятельности можно вспомнить и об идее «искусственной деавтоматизации навыка», когда работнику предлагаются задачи, более сложные, чем ранее, и он вновь вынужден активизировать свое сознание, чтобы освоить эту более сложную деятельность, быть может, и при сохранении общего порядка её выполнения, но на качественно новом уровне (Шпильрейн, 1983). Применительно к задачам профориентации, это предполагает усложнение тематики и содержания вопросов самоопределения, обсуждаемых как с аудиториями старшеклассников, так и на индивидуальных профессиональных консультациях.

Основные характеристики циклов

Условно можно выделить следующие основные характеристики (особенности) циклов самоопределения. Часть этих характеристик уже обсуждалась выше, но какие-то характеристики лишь обозначены нами и нуждаются в более детальном изучении в последующих работах.

1. Важнейшей особенностью циклов самоопределения является их повторяемость, что следует из этимологии самого понятия «цикл», которое и переводится с древнегреческого и латинского как «круг». Правда, к не менее важной особенности циклов можно отнести и решение сходных вопросов («круга вопросов»), относящихся к каким-то конкретным задачам самоопределения. Например, задачи, связанные с успешной сдачей ЕГЭ, с уточнением наиболее привлекательной профессии, с трудоустройством и тому подобным.

2. Стремление человека (или группы людей) к успешному завершению цикла. Само такое завершение может быть связано с получением определённого удовлетворения, но также, возможны ситуации, когда такого удовлетворения не происходит. Например, если человек просто имитирует какую-то активность и не может найти для себя более эффективные средства решения карьерных задач, или когда человек утратил цели и смыслы своей карьеры и жизни, реализуя конкретный цикл, скорее «по инерции». Кроме того, возможен и определённый парадокс, связанный с завершением или незавершением цикла. С одной стороны, если цикл успешно завершён, то его повторение утрачивает смысл. Но, с другой стороны, успешно завершённый цикл кого-то может спровоцировать на его повторение, чтобы вновь получить удовольствие от уже достигнутой (освоенной) успешности. Правда,

возможна и обратная ситуация, когда цикл не завершается успешно, и человек просто боится его повторять (чтобы вновь не переживать неудачу). Или же, наоборот, неудача в данном цикле, кого-то побудит повторять его вновь и вновь, чтобы постепенно совершенствоваться (упражняться, тренироваться) и в перспективе всё же добиться успеха. Как видно, завершённость / незавершённость, а также — успешность / неуспешность циклов во многом зависит от особенностей конкретной ситуации, а также от особенностей самоопределяющегося человека (прежде всего, волевых характеристик данной личности).

3. Одновременное включение человека в разные циклы. При этом такие циклы могут различаться по своей глобальности, продолжительности, скорости протекания, по своей направленности, осмысленности. Это ставит интересные вопросы, связанные с готовностью человека совмещать эти циклы, что нередко предполагает и умелое распределение им своих сил, времени, терпения.

4. Разная направленность циклов, а также их некоторое динамическое несоответствие может породить и конфликт циклов. Это предполагает готовность самоопределяющейся личности к выбору наиболее предпочтительного цикла, а это возможно, когда человек способен выделять альтернативы циклов, обосновывать выборы этих альтернатив, а также — готовность к реализации выбранных циклов.

5. Возможность к развитию принципа цикличности и преобразования его в принцип спиралевидного развития (содержательного и процессуального обогащения уже освоенного цикла). Сюда же можно отнести и постепенное освоение близкого цикла, который со временем может обрести свою специфику и новизну.

6. Сложная структура циклов, когда в рамках одного цикла могут функционировать и другие циклы. Также сюда можно отнести и ситуации, когда какие-то элементы одного цикла, одновременно являются и элементами других циклов.

Выделенные выше характеристики циклов самоопределения в перспективе можно было бы представить в виде моделей, когда разные циклы взаимодействуют и пересекаются друг с другом. Например, модель, где сами циклы были бы представлены вращающимися с разной скоростью «шестерёнками», да еще и находящимися в определённых взаимосвязях. А хорошо дополнили бы эту модель линейные нециклические процессы, о которых мы также упоминали ранее (цели, перспективы, «траектории» развития).

7. Ещё одной интересной особенностью циклов самоопределения является их относительная целостность и даже системность, которая во многом определяется ориентацией на конкретные задачи, цели и смыслы (в зависимости от глобальности того или иного цикла). Здесь возникает интересный вопрос: могут ли циклы рассматриваться в качестве «единицы деятельности», хотя бы, применительно к задачам личностного и профессионального самоопределения? Как известно, в психологии уже не раз предпринимались попытки выделения таких «единиц», но, к сожалению, вопрос так и остался открытым. При этом отмечается, что сам факт поиска таких «единиц» свидетельствует об определённой зрелости науки (Гордеева, Зинченко, 1982). Если соотносить «карьерные циклы» с требованиями к единицам анализа психики, выделенным Л. С. Выготским, то пока ещё сложно ответить, например, на такие вопросы, как: 1) насколько «циклы» отражают противоположные свойства целого (если понимать под «целым» хотя бы карьерное самоопределение)? 2) являются ли «циклы» далее неразложимыми, если учесть, что циклы более глобального плана могут включать в себя и более локальные циклы? При этом можно предположить, что сами «циклы» всё же можно рассматривать в качестве «живых частей целого», раз уж они встраиваются в процесс самоопределения. Можно предположить, что «циклы» также могут и развиваться, преобразуясь в «спиралевидные» процессы.

В данной статье мы не претендуем на решение столь сложной задачи, но всё же оставляем вопрос о претензиях «циклов самоопределения» на роль и такой «единицы». Пока же мы вынуждены признать, что «циклы» проявляются лишь в определённых ситуациях, связанных с решением задач самоопределения, и уже поэтому не могут претендовать на то, чтобы считаться универсальными «единицами» анализа по отношению к карьерному самоопределению во всей его сложности и противоречивости. Хотя другие авторы, например, В. В. Столин, применительно к самосознанию, выделял в качестве «единицы анализа самосознания» — «конфликтный личный смысл» (Столин, 1983). Тем не менее, применительно к конкретным задачам самоопределения, претензии «циклов» на роль «единиц анализа» ещё могут быть рассмотрены в последующих исследованиях.

Выделенные выше особенности «циклов самоопределения» (или «карьерных циклов») могут стать основой для их более детального изучения в эмпирических исследованиях и практических обследованиях. В частности, можно было бы взять в качестве параметров измерения циклов следующее: 1) минимальное и максимальное количество действий (элементов), предполагаемых в данном цикле; 2) сложность каждого из этих действий; 3) динамические характеристики этих действий и всего цикла в целом; 4) уровень согласованности процессуальных и содержательных характеристик конкретного цикла и его составляющих (элементов); 5) степень взаимосвязи разных циклов; 6) выделение сходных элементов, одновременно участвующих в реализации разных циклов.

Выводы и перспективы дальнейшей разработки проблематики «циклов» профессионального и личностного самоопределения

Мы не ставили перед собой задачу рассмотрения циклов в контексте биоритмов человека или в контексте глобальных политических, экономических, природных или погодных циклов, которые также могут влиять на человеческую активность и эффективность его жизнедеятельности. Всё это требует специальных исследований. Как уже отмечалось, в данной статье мы пытались связать проблематику «циклов» с вопросами личностного и профессионального самоопределения, больше соотносимых с до-профессиональным периодом развития субъекта труда, или со стадией «оптации», по Е. А. Климову (Климов, 1998). Подводя итоги, можно сформулировать следующие основные выводы (в соответствии с поставленными в начале статьи задачами).

1. Сущность принципа цикличности проявляется в многочисленных повторяющихся действиях. Сами эти действия связаны с подготовкой и развитием субъекта самоопределения, с освоением им средств для самостоятельного и осознанного решения карьерных и жизненных задач, а также — в самой трудовой деятельности (выбираемой, осваиваемой и осуществляемой), во многом построенной на повторяющихся действиях.

2. Специфика циклов самоопределения в сравнении с близкими понятиями во многом определяется основными их характеристиками, среди которых особо важными являются: повторяемость циклов, их стремление к завершённости, не всегда достигаемой, что порождает особую мотивацию по успешному завершению циклов путем их повторения и совершенствования, что в свою очередь, позволяет иногда преобразовывать принцип цикличности в принцип спиралевидного развития.

3. Обозначены условия и границы принципа цикличности, позволяющие субъекту самоопределения переходить от ситуации «заикливания» к поиску новых средств развития (включая и новые циклы) или к совершенствованию уже освоенных циклов, если их

потенциал ещё не исчерпан полностью, применительно к решаемым или к новым задачам личностного и профессионального самоопределения.

4. В статье на примерах показано, что принцип цикличности может быть реализован в уже применяемых на практике профориентационных методиках и консультационных процедурах, а также, может стать основой для разработки новых методик профориентации и карьерного консультирования, где можно было бы моделировать циклические процессы, соотносимые с разными направлениями работы профконсультантов (знакомство с циклическим характером выбираемых профессий, с циклами карьерных шагов и этапов развития, и даже с циклическим взаимодействием с профессиональными консультантами).

5. Приходится признать, что теоретическое обоснование и уточнение понятия «цикличность» в силу его многоаспектности не может пока считаться завершённым и предполагает дальнейшую его разработку в контексте проблематики карьерного самоопределения. Можно отметить и усложняющееся понимание самого понятия «карьерное самоопределение», что связано с меняющимися социо-культурными реалиями, что предполагает постоянное уточнение этого понятия в его соотнесённости с меняющимся рынком труда и самой ценности труда на фоне усиливающихся экономических и моральных кризисов современного мира.

В перспективе можно было бы более детально изучить следующие вопросы развития и реализации «принципа цикличности»: 1) специфику циклов личностного и профессионального самоопределения, применительно к каждому этапу развития будущего субъекта труда, начиная от дошкольного возраста и кончая выходом человека на пенсию, когда также приходится решать вопросы карьерного самоопределения, например, что делать после достижения пенсионного возраста, стоит ли быть «работающим пенсионером» и другие; 2) альтернативные варианты циклов, применительно к сходным задачам карьерного самоопределения; 3) варианты взаимодополнения и взаимокompенсации циклов; 4) ключевые моменты перехода циклического развития в спиралевидное (при этом, можно даже предположить, что такие переходы возможны и тогда, когда конкретный цикл ещё и не завершён); 5) выделение условий, которые приводят к «заикливанию» в карьерном и личностном развитии; 6) изучение циклов, в которых участвуют в разном качестве многие люди, включая смену участников в рамках одного цикла (например, применительно к вопросам самоопределения опанта, это могут быть на разных этапах реализации конкретного цикла — сам школьник, его родители, психологи-консультанты, приятели, а на последующих этапах карьеры — будущие работодатели, коллеги, руководители).

Возможно, что при более пристальном внимании к проблематике циклов самоопределения, в большей степени можно будет говорить о циклах не только как о сопутствующих аспектах карьерных и личностных выборов, но и как о самостоятельных объектах выбора.

Литература

- Александрова, Ю. Ю., Камнева, Е. В., Полевая, М. В., Пряжников, Н. С., Пряжникова, Е. Ю. (2020). Парадоксы профессиональной идентичности у психологов. *Организационная психология*, 10(3), 225–245.
- Базаров, Т. Ю. (2014). *Психология управления персоналом. Теория и практика*. М.: Юрайт.
- Баринов, В. К., Жильцова, О. А., Самоненко, Ю. А., Самоненко, И. Ю. (2019). *Профессиональное самоопределение учащейся молодежи в системе непрерывного образования*. М.: Перо.
- Берн, Э. (1988). *Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы*. М.: Прогресс.

- Блинов, В. И., Сергеев, И. С., Зачесова, Е. В., Новиков, П. Н., Пряжников, Н. С., Резапкина, Г. В., Родичев, Н. Ф. (2015). Проект Концепции сопровождения профессионального самоопределения обучающихся в условиях непрерывности образования. В сб.: *Научные исследования в образовании. Приложение к журналу «Профессиональное образование. Столица», 8.*
- Головаха, Е. И., Кроник, А. А. (1982). *Психологическое время личности.* Киев: Наукова думка.
- Гордеева, Н. Д., Зинченко, В. П. (1982). *Функциональная структура действия.* М.: Изд. Моск. ун-та.
- Гурков, И. Б., Моргунов, Е. Б. (2018). Ритуалы торжественного открытия новых российских заводов зарубежных корпораций: смысл, содержание и приёмы церемоний. *Организационная психология, 8(2), 86–118.*
- Дружинин, В. Н. (2010). *Варианты жизни.* СПб.: Питер.
- Зеер, Э. Ф., Сыманюк, Э. Э. (2005). *Психология профессиональных деструкций.* М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга.
- Камнева, Е. В., Пряжников, Н. С., Бабанова, Е. В., Буянова, С. М. (2020). Имитации личной и профессиональной ответственности в условиях директивных предписаний. *Вестник Омского университета, серия «Психология», 4, 27–41.*
- Климов, Е. А., Носкова, О. Г., Солнцева, Г. Н. (2015). *Психология труда, инженерная психология и эргономика: учебник для академического бакалавриата.* М.: Юрайт.
- Климов, Е. А. (1998). *Введение в психологию труда.* М.: Культура и спорт, ЮНИТИ.
- Климов, Е. А. (1990). *Как выбирать профессию.* М.: Просвещение.
- Кон, И. С. (1984). *В поисках себя: личность и ее самосознание.* М.: Политиздат.
- Корнилова, Т. В., Смирнов, С. Д. (2011). *Методологические основы психологии.* М.: Юрайт.
- Леонтьев, Д. А. (2014). Психология выбора. Ч. 2. За пределами рациональности. *Психологический журнал, 35(5), 5–18.*
- Либин, А. В. (ред.) (1998). *Стиль человека: психологический анализ.* М.: Смысл.
- Ливехуд, Б. (1994). *Кризисы жизни — шансы жизни. Развитие человека между детством и старостью.* Калуга: Духовное познание.
- Маркова, А. К. (1996). *Психология профессионализма.* М.
- Московичи, С. (1996). *Век толп. Исторический трактат по психологии масс.* М.: Центр психологии и психотерапии.
- Плигин, А. А. (2020). *Коучинг жизненного пути.* М.: РИПОЛ классик.
- Плотницкий, Ю. М. (2001). *Модели социальных процессов.* М.: Логос.
- Поваренков, Ю. П. (2016). Соотношение полицикличности и моноцикличности профессионального становления личности. *Ярославский педагогический вестник, 5, 205–210.*
- Поваренков, Ю. П. (2016). Периодизация профессионального становления личности: полициклический подход. *Вестник Ярославского государственного университета им. П. Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки, 1, 75–80.*
- Программа Международной научно-практической конференции «Профессиональная ориентация и профессиональное образование: в будущее — с уверенностью». ФИРО РАНХиГС, Посольство Федеративной Республики Германия в Москве, Российско-германская Внешнеторговая палата (2019).* М.
- Пряжников, Н. С. (2014а). *Активизирующая профконсультация.* М.: Академия.
- Пряжников, Н. С. (2014б). *Профорентация в системе управления человеческими ресурсами.* М.: Академия.
- Пряжников, Н. С., Сергеев, И. С. (2015). Досуговое самоопределение в системе профорентационной работы. *Современные проблемы науки и образования, 4.* URL: <http://www.science-education.ru/127-20959>

- Пряжников, Н. С. (2016). *Профориентология*. М.: Юрайт.
- Пушкин, В. Н. (1967). *Эвристика — наука о творческом мышлении*. М.: Политиздат.
- Прохоров, А. М. (1986). *Советский энциклопедический словарь. 4-е изд.* М.: Сов. энциклопедия.
- Социальное и профессиональное самоопределение личности в гуманитарном и экономическом образовании: перспективы развития. Программа 3-й международной научно-практической конференции. РЭУ имени Г. В. Плеханова, Финансовый университет при Правительстве РФ, ВГИК имени С. А. Герасимова (2019)*. М.
- Столин, В. В. (1983). *Самосознание личности*. М.: Изд-во Моск. ун-та.
- Стрелков, Ю. К. (2001). *Инженерная и профессиональная психология*. М.: Академия.
- Стрелков, Ю. К. (2011). Темпоральность трудовой деятельности. *Национальный психологический журнал, 1*, 62–65.
- Толочек, В. А. (2013). *Проблема стилей в психологии*. М.: Институт психологии РАН.
- Толочек, В. А. (2005). *Современная психология труда*. СПб.: Питер.
- Франкл, В. (1990). *Человек в поисках смысла*. М.: Прогресс.
- Францева, Н. А. (2016). *Категория традиции в философском познании: логико-гносеологический аспект*: Автореф. на соиск... канд. философских наук. Челябинск.
- Шадриков, В. Д. (1982). *Проблемы системогенеза профессиональной деятельности*. М.: Наука.
- Шнейдер, Л. Б., Акбиева, З. С., Цариценцева, О. П. (2019). *Психология карьеры*. М.: Юрайт.
- Шпильрейн, И. Н. (1983). Искусственная деавтоматизация как метод психологического исследования. В сб.: В. П. Зинченко (ред.). *История советской психологии труда. Тексты (20-30-е годы XX века)* (139–141). М.: Изд-во Моск. ун-та.
- Gurkov, I., Morgunov, E., Saidov, Z. (2017). Robustness and flexibility of human resource management practices: The results of a repeated survey of Russian subsidiaries of multinational corporations. *Employee Relations, 39*(5), 594–625.
- Hammond, M. S., Michael, T., Luke, C. (2017). Validating a Measure of Stages of Change in Career Development. *International Journal for Educational and Vocational Guidance, 17*(1), 39–59.
- Hutchison, B., Niles, S. G. (2016). Career development theories. In I. Marini, M. A. Stebnicki (Eds.). *The professional counselor's desk reference* (285–289). New York, NY, US: Springer Publishing Co.
- Super, D. E. (1980). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior, 16*, 282–298.

Поступила 10.02.2021



ORGANIZATIONAL PSYCHOLOGY

The principle of “cyclicity” in career and personal self-determination

Natalia KARLOVSKAYA

Dostoevsky Omsk State University, Omsk, Russian Federation

Elena KAMNEVA

Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russian Federation

Evgeny MORGUNOV

Moscow Higher School of Social and Economic Sciences, Moscow, Russian Federation

Marina POLEVAYA

Nikolay PRJAZHNIKOV

Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russian Federation

Annotation. In the context of career (personal, life and professional) self-determination “cycles” understood as repetitive actions oriented towards their completeness (success, efficiency). and — the ordering of the activities of specialists (psychologists, teachers, coaches), helping a person in solving the problems of life, professional and personal self-determination. The relationship between the content and procedural aspects of the cycles is analysed and their relationship is shown. The specifics of cycles at different stages of personal career development are highlighted, as well as — the specifics of the principle of cyclicity, in relation to different tasks of professional orientation (information-reference, psychodiagnostic, moral-emotional support of the client, assistance in specific elections and career planning). The possibilities of «cycles» are considered as «units of analysis» of certain aspects of personal and professional self-determination.

Keywords: the principle of cyclicity, career and life cycles, professional and personal self-determination.

References

- Hammond, M. S., Michael, T., Luke, C. (2017). Validating a Measure of Stages of Change in Career Development. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 17(1), 39–59.
- Hutchison, B., Niles, S. G. (2016). Career development theories. In I. Marini, M. A. Stebnicki (Eds.). *The professional counselor's desk reference* (285–289). New York, NY, US: Springer Publishing Co.
- Super, D. E. (1980). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior*, 16, 282–298.

- Aleksandrova, Yu. Yu., Kamneva, Ye. V., Polevaya, M. V., Pryazhnikov, N. S., Pryazhnikova, Ye. Yu. (2020). Paradoksy professional'noy identichnosti u psikhologov [Paradox of professional identity in psychologists]. *Organizational Psychology*, 10(3), 225–245.
- Bazarov, T. Yu. (2014). *Psikhologiya upravleniya personalom. Teoriya i praktika* [Personnel management psychology. Theory and practice]. M.: Yurayt.
- Barinov, V. K., Zhil'tsova, O. A., Samonenko, Yu. A., Samonenko, I. Yu. (2019). *Professional'noye samoopredeleniye uchaschchysya molodezhi v sisteme nepreryvnogo obrazovaniya* [Professional self-determination of student youth in the system of lifelong education]. M.: Pero.
- Berne, E. (1988). *Igry, v kotoryye igrayut lyudi. Lyudi, kotoryye igrayut v igry. Psikhologiya chelovecheskoy sud'by* [Games People Play. People who play games. Psychology of human destiny]. M.: Progress.
- Blinov, V. I., Sergeev, I. S., Zachesova, Ye. V., Novikov, P. N., Pryazhnikov, N. S., Rezapkina, G. V., Rodichev, N. F. (2015). Proyekt Kontseptsii soprovozhdeniya professional'nogo samoopredeleniya obuchayushchikhsya v usloviyakh nepreryvnosti obrazovaniya [The draft of the Concept of support for the professional self-determination of students in the context of continuous education]. In *Nauchnyye issledovaniya v obrazovanii. Prilozheniye k zhurnalu «Professional'noye obrazovaniye. Stolitsa»*, 8.
- Golovakha, Ye. I., Kronik, A. A. (1982). *Psikhologicheskoye vremya lichnosti* [Personality psychological time]. Kiyev: Naukova dumka.
- Gordeyeva, N. D., Zinchenko, V. P. (1982). *Funktsional'naya struktura deystviya* [Functional structure of the action]. M.: Izd. Mosk. un-ta.
- Gurkov, I. B., Morgunov, Ye. B. (2018). Ritualy torzhestvennogo otkrytiya novykh rossiyskikh zavodov zarubezhnykh korporatsiy: smysl, sodержaniye i priyomy tseremoniy [Rituals of the ceremonial opening of new Russian factories of foreign corporations: the meaning, content and methods of ceremonies]. *Organizational Psychology*, 8(2), 86–118.
- Gurkov, I., Morgunov, E., Saidov, Z. (2017). Robustness and flexibility of human resource management practices: The results of a repeated survey of Russian subsidiaries of multinational corporations. *Employee Relations*, 39(5), 594–625.
- Druzhinin, V. N. (2010). *Varianty zhizni* [Life options]. SPb.: Piter.
- Zeer, E. F., Symanyuk, E. E. (2005). *Psikhologiya professional'nykh destruktivnykh deystviy* [Psychology of professional destruction]. M.: Akademicheskii proyekt; Yekaterinburg: Delovaya kniga.
- Kamneva, Ye. V., Pryazhnikov, N. S., Babanova, Ye. V., Buyanova, S. M. (2020). Imitatsii lichnoy i professional'noy otvetstvennosti v usloviyakh direktivnykh predpisaniy [Imitation of personal and professional responsibility in the context of directives]. *Vestnik Omskogo universiteta, seriya «Psikhologiya»*, 4, 27–41.
- Klimov, Ye. A., Noskova, O. G., Solntseva, G. N. (2015). *Psikhologiya truda, inzhenernaya psikhologiya i ergonomika: uchebnik dlya akademicheskogo bakalavriata* [Labor Psychology, Engineering Psychology and Ergonomics: A Textbook for Academic Bachelor's Degree]. M.: Yurayt.
- Klimov, Ye. A. (1998). *Vvedeniye v psikhologiyu truda* [Introduction to the psychology of labor]. M.: Kul'tura i sport, YuNITI.
- Klimov, Ye. A. (1990). *Kak vybirat' professiyu* [How to choose a profession]. M.: Prosveshcheniye.
- Kon, I. S. (1984). *V poiskakh sebya: lichnost' i yeye samosoznaniye* [In Search of Oneself: Personality and Its Self-Consciousness]. M.: Politizdat.
- Kornilova, T. V., Smirnov, S. D. (2011). *Metodologicheskiye osnovy psikhologii* [Methodological foundations of psychology]. M.: Yurayt.
- Leont'yev, D. A. (2014). Psikhologiya vybora. Ch. 2. Za predelami ratsional'nosti [Psychology of choice. Part 2. Beyond rationality]. *Psikhologicheskii zhurnal*, 35(5), 5–18.

- Libin, A. V. (red.) (1998). *Stil' cheloveka: psikhologicheskii analiz* [Man's style: psychological analysis]. M.: Smysl.
- Livehood, B. (1994). *Krizisy zhizni — shansy zhizni. Razvitiye cheloveka mezhdur detstvom i starost'yu* [The crises of life are the chances of life. Human development between childhood and old age]. Kaluga: Dukhovnoye poznanie.
- Markova, A. K. (1996). *Psikhologiya professionalizma* [Psychology of professionalism]. M.
- Moscovici, S. (1996). *Vek tolpy. Istoricheskiy traktat po psikhologii mass* [Age of crowds. Historical treatise on mass psychology]. M.: Tsentr psikhologii i psikhoterapii.
- Pligin, A. A. (2020). *Kouching zhiznennogo puti* [Life Path Coaching]. M.: RIPOL klassik.
- Plotnitskiy, Yu. M. (2001). *Modeli sotsial'nykh protsessov* [Models of social processes]. M.: Logos.
- Povarenkov, Yu. P. (2016). Sootnosheniye politsiklichnosti i monotsiklichnosti professional'nogo stanovleniya lichnosti [The ratio of polycyclic and monocyclic personality professional development]. *Yaroslavskiy pedagogicheskiy vestnik*, 5, 205–210.
- Povarenkov, Yu. P. (2016). Periodizatsiya professional'nogo stanovleniya lichnosti: politsiklicheskiy podkhod [Periodization of the professional development of the individual: a polycyclic approach]. *Vestnik Yaroslavskogo gosudarstvennogo universiteta im. P. G. Demidova. Seriya Gumanitarnyye nauki*, 1, 75–80.
- Programma Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii «Professional'naya oriyentatsiya i professional'noye obrazovaniye: v budushcheye — s uverenost'yu». FIRO RANKhiGS, Posol'stvo Federativnoy Respubliki Germaniya v Moskve, Rossiysko-germanskaya Vneshnetorgovaya palata* [Program of the International Scientific and Practical Conference “Professional orientation and professional education: into the future — with confidence”. FIRO RANEPa, Embassy of the Federal Republic of Germany in Moscow, Russian-German Chamber of Commerce]. (2019). M.
- Pryazhnikov, N. S. (2014a). *Aktiviziruyushchaya profkonsul'tatsiya* [Activating professional advice]. M.: Akademiya.
- Pryazhnikov, N. S. (2014b). *Proforiyentatsiya v sisteme upravleniya chelovecheskimi resursami* [Career guidance in the human resource management system]. M.: Akademiya.
- Pryazhnikov, N. S., Sergeev, I. S. (2015). Dosugovoye samoopredeleniye v sisteme proforiyentatsionnoy raboty [Leisure self-determination in the system of vocational guidance work]. *Sovremennyye problemy nauki i obrazovaniya*, 4. URL: <http://www.science-education.ru/127-20959>
- Pryazhnikov, N. S. (2016). *Proforiyentologiya* [Vocational guidance]. M.: Yurayt.
- Pushkin, V. N. (1967). *Evrastika — nauka o tvorcheskoy myshlenii* [Heuristics is the science of creative thinking]. M.: Politizdat.
- Prokhorov, A. M. (1986). *Sovetskiy entsiklopedicheskiy slovar'. 4-ye izd* [Soviet encyclopedic dictionary. 4th ed]. M.: Sov. entsiklopediya.
- Sotsial'noye i professional'noye samoopredeleniye lichnosti v gumanitarnom i ekonomicheskom obrazovanii: perspektivy razvitiya. Programma 3-y mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii. REU imeni G. V. Plekhanova, Finansovyy universitet pri Pravitel'stve RF, VGIK imeni S. A. Gerasimova* [Social and professional self-determination of the individual in humanitarian and economic education: development prospects. Program of the 3rd International Scientific and Practical Conference. Plekhanov Russian University of Economics, Financial University under the Government of the Russian Federation, VGIK named after S. A. Gerasimov] (2019). M.
- Stolin, V. V. (1983). *Samosoznaniye lichnosti* [Self-awareness of the individual]. M.: Izd-vo Mosk. un-ta.
- Strelkov, Yu. K. (2001). *Inzhenernaya i professional'naya psikhologiya* [Engineering and professional psychology]. M.: Akademiya.
- Strelkov, Yu. K. (2011). Temporal'nost' trudovoy deyatelnosti [Temporality of labor activity]. *Natsional'nyy psikhologicheskiy zhurnal*, 1, 62–65.

- Tolochek, V. A. (2013). *Problema stiley v psikhologii* [The problem of styles in psychology]. M.: Institut psikhologii RAN.
- Tolochek, V. A. (2005). *Sovremennaya psikhologiya truda* [Modern labor psychology]. SPb.: Piter.
- Frankl, V. (1990). *Chelovek v poiskakh smysla* [A man in search of meaning]. M.: Progress.
- Frantseva, N. A. (2016). *Kategoriya traditsii v filosofskom poznanii: logiko-gnoseologicheskiy aspekt: Avtoref. na soisk... kand. filosofskikh nauk* [Category of tradition in philosophical knowledge: logical and epistemological aspect: Author's abstract]. Chelyabinsk.

Received 10.02.2021