СНЕГОВА ЕКАТЕРИНА ВЛАДИМИРОВНА
кандидат психологических наук,
доцент кафедры консультативной психологии и психологии здоровья
Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы,
snegova_e.v.psy@mail.ru

YEKATERINA SNEGOVA
Cand.Sc. (Psychology), Associate Professor, Department of Counseling Psychology and Psychology of Health, St. Petersburg State Institute of Psychology and Social Work

УДК 159.2

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ И ФАКТОРОВ ВОЗНИКНОВЕНИЯ СТАРТОВОГО КРИЗИСА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КАРЬЕРЫ

PSYCHOLOGICAL RESEARCH OF FEATURES AND FACTORS OF EMERGENCE OF STARTING CRISIS OF PROFESSIONAL CAREER

Аннотация. В статье представлены результаты исследования особенностей и факторов возникновения стартового кризиса карьеры. Описаны симптомокомплекс такого кризиса и специфика его проявления. Определены значимые различия особенностей переживания стартового кризиса карьеры в группах школьников, студентов, молодых специалистов. Рассматриваются выявленные в ходе исследования субъективные и объективные факторы стартового кризиса профессиональной карьеры.

Abstract. Article contains results of psychological research of features and factors of emergence of starting crisis of career. The symptom-complex of starting crisis of professional career and specificity of its manifestation found during research are described. Significant differences in features of experiencing starting crisis of career displayed by groups of school students, university students, young specialists are presented. The subjective and objective factors of starting crisis of professional career revealed in the course of research are considered. Stable and unstable subjective and objective factors of emergence of starting crisis of professional career are defined. Based on the results of complex analysis of the obtained data conclusions are drawn.

Ключевые слова: профессиональное самоопределение, стартовый кризис профессиональной карьеры, симптомокомплекс, субъективные факторы, объективные факторы, предкритическая (неосознаваемая) фаза кризиса профессиональной карьеры, критическая (осознаваемая) фаза кризиса профессиональной карьеры.

Keywords: professional career, professional self-determination, crisis of professional career, symptom-complex of starting crisis of professional career, subjective factors of starting crisis of professional career, objective factors of starting crisis of professional career, precritical (unconscious) phase of crisis of professional career, precritical (perceived) phase of crisis of professional career.

Переход к новым социально-экономическим условиям в нашей стране привел к изменению традиционных форм профессиональной самореализации, основанных на стабильности и достаточно жесткой предопределенности жизненного пути.

Современная рыночная экономика, с одной стороны, обеспечивает расширение пространства и многогранность свободного профессионального выбора, а с другой — обусловливает негарантированный характер занятости, наличие динамичности и неопределенности структурной занятости, социальное неравенство в обществе, определяющее возможности и перспективы различных категорий граждан в выборе карьеры, образования, работы. Все это еще более усложняет процесс профессионального самоопределения молодежи, что, в свою очередь, говорит о необходимости осуществления новых (теоретических и практических) изысканий в области оказания психологической помощи молодым людям, имеющим трудности с выбором карьеры.

Для организации подобной психологической поддержки требуется в том числе знание психологических особенностей и факторов возникновения стартового кризиса профессиональной карьеры. В связи с этим мы задались целью изучить главные аспекты такого кризиса.

Профессиональная карьера — это жизненный путь личности как субъекта труда, связанный с профессиональным выбором, обучением, развитием,

достижениями в профессиональной деятельности и обстоятельствами жизни.

Под кризисом профессиональной карьеры мы понимаем «пространственно-временную, когнитивную, эмоциональную и конативную, внутренне или внешне обусловленную дезинтеграцию личности, вызванную противоречиями в ситуации ее профессионального самоопределения и развития» [7, с. 152]. Стартовый кризис карьеры — это кризис, который может возникнуть на начальном этапе профессионального самоопределения.

Вместе с тем профессиональное самоопределение в нашем исследовании мы рассматриваем как «сложный динамический поэтапный процесс осуществления выбора профессионального пути, поиска смысла, в предполагаемой, осваиваемой или уже выполняемой трудовой деятельности, а также увязывание личностью в единое целое индивидуального стиля жизни и профессиональной карьеры» [6, с. 41]. Необходимо отметить, что начальный этап профессионального самоопределения имеет основную задачу выбора профессии и включает в себя три стадии: стадию предварительных намерений выбора профессии; стадию первичной коррекции профессиональных ожиданий в соответствии с полученными в ходе обучения представлениями о будущей профессии; стадию вторичной коррекции представлений о желаемой и подходящей профессиональной сфере деятельности в соответствии с реальным профессиональным опытом [6].

В нашем исследовании принимали участие молодые люди в возрасте от 16 до 29 лет, 293 человека: 179 женщин и 114 мужчин. Респонденты были разделены на три группы (срезы): школьники (девятые и одиннадцатые классы); студенты (II и IV курсы) и молодые специалисты. При этом вся выборка, начиная с одиннадцатого класса, также имела деление на два направления: гуманитарное (132 человека) и техническое (110 человек).

С целью обнаружения и изучения особенностей возникновения и переживания кризиса карьеры использовались следующие методы: анкета «Причины эмоционального дискомфорта» Л. В. Куликова (для обнаружения аффективной составляющей кризиса карьеры) [2]; тест незаконченных предложений (для выявления предкритической фазы кризиса, характеризующейся нечетким осознанием своих проблем (блок «Отношение к профессиональному будущему»)) [5] и биографическая анкета (для обнаружения критической, осознаваемой фазы карьерного кризиса (блок «Жизненный период»)).

Выделение кризисного состояния осуществлялось на базе структуры, предложенной Л. С. Выготским (адаптированной к кризисам профессионального развития З. Ф. Зеер), согласно которой кризис имеет три фазы: предкритическую с нечетким осознанием своих проблем, критическую, характеризующуюся осознанием своего состояния, и фазу выхода из кризиса [1].

Кроме того, сообразно цели исследования были подобраны методы для выявления субъективных и объективных факторов возникновения стартового кризиса профессиональной карьеры.

Причем к субъективным факторам стартового кризиса, обусловленным индивидуально-психологическими свойствами, мы отнесли особенности личностного адаптационного потенциала; эмоциональной сферы личности, системы ценностей, системы карьерных ориентаций и системы отношений. А к объективным факторам, определяемым внешними, социально-психологическими причинами, были отнесены особенности взаимодействия в семье, наличие референтно значимых групп и лиц в процессе профессионального самоопределения, особенности жизненных обстоятельств, складывающихся на момент профессионального выбора.

Для выявления субъективных и объективных факторов возникновения стартового кризиса профессиональной карьеры использовались: многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО) А. Г. Маклакова, позволяющий определять особенности адаптационных возможностей индивида [4]; методика «Ценностные ориентации» М. Рокича для анализа особенностей системы ценностных ориентаций личности [3]; методика «Карьерные ориентации» Э. Шейна для изучения специфики карьерных ориентаций [4]; референтометрическая (авторская) анкета для оценки влияния ближнего окружения на профессиональное самоопределение личности; биографическая анкета, которая позволяет исследовать жизненные обстоятельства формирования субъекта деятельности; метод незаконченных предложений для рассмотрения системы отношений личности [3].

По результатам теоретического анализа и обработки данных эмпирического исследования с применением корреляционного анализа выявлен устойчивый симптомокомплекс стартового кризиса карьеры, который включает в себя следующие значимо связанные между собой показатели: остро негативная оценка настоящего жизненного периода, причина которой связывается с профессиональной сферой *(Up);* остро отрицательное отношение к профессиональному будущему *(Upb);* наличие серьезных трудностей в выборе жизненного пути *(Uv),* высокая степень беспокойства, связанного: с чувством одиночества *(Uo);* с раскаянием по поводу прошлых решений *(Ur);* с раздумьями о смысле жизни *(Us),* а также обобщенный показатель стартового кризиса карьеры *(Uob).* Установлены следующие уровни значимости связей между перечисленными выше показателями симптомокомплекса:

• остро негативная оценки настоящего жизненного периода, причина которой соотносится с профессиональной сферой: *Up* связан с *Uob* и *Uv* на уровне значимости $p<0{,}001$, с *Ur, Uo, Upb* на уровне $p<0{,}01$;

• остро отрицательное отношение к профессиональному будущему: *Upb* связан с *Uob, Uv, Up, Uo* на уровне значимости $p<0{,}001$, с Us на уровне $p<0{,}01$;

• наличие серьезных трудностей в выборе жизненного пути: *Uv* связан с *Up, Uo, Us* на уровне значимости $p<0{,}001$, с *Ur, Upb Uob* на уровне $p<0{,}01$;

• высокая степень беспокойства, связанного с чувством одиночества: *Uo* связан с *Uob* на уровне $p<0{,}001$, с *Uv, Up, Uo, Ur, Upb Us* на уровне $p<0{,}01$;

высокая степень беспокойства, связанного с раскаянием по поводу прошлых решений: *Ur* связан с *Up, Uo, Us, Uv* на уровне значимости $p<0,01$, с *Uob* на уровне $p<0,05$;

высокая степень беспокойства, связанного с раздумьями о смысле жизни: *Us* связан с *Uv, Ur,* на уровне $p<0,001$, с *Uo, Upb, Uob* на уровне значимости $p<0,01$;

обобщенный показатель стартового кризиса карьеры: *Uob* связан с *Uo, Upb, Up* на уровне значимости $p<0,001$, с *Us, Uv* на уровне значимости $p<0,01$, с *Ur* на уровне значимости $p<0,05$.

Посредством дисперсионного анализа *(ANOVA)* значимых различий по перечисленным выше показателям стартового кризиса профессиональной карьеры между группами школьников, студентов и молодых специалистов не обнаружено.

Установлено, что переживание кризиса карьеры начального этапа профессионального самоопределения критической осознаваемой фазы наличествует у 15, 3% респондентов, у 34,1% обследуемых наблюдается переживание карьерного кризиса предкритической неосознаваемой фазы.

Обнаружено, что проблемы и противоречия, связанные с осуществлением выбора профессии, проявляющиеся в форме кризиса, есть на всех трех стадиях начального этапа профессионального самоопределения. В частности, на стадии предварительных намерений выбора профессии: 8% респондентов — критическая фаза осознанного переживания кризисного состояния, 40% респондентов — предкритическая фаза частично осознанного переживания кризисного состояния; на стадии первичной коррекции профессиональных ожиданий: 14% испытуемых — критическая фаза осознанного переживания кризисного состояния и 33% испытуемых — предкритическая фаза частично осознанного переживания кризисного состояния; на стадии вторичной коррекции представлений о желаемой и подходящей сфере деятельности: 40% респондентов — критическая фаза осознанного переживания кризисного состояния и 22% респондентов — предкритическая фаза частично осознанного переживания кризисного состояния.

Таким образом, уровень представленности критической фазы осознанного переживания стартового кризиса карьеры значимо выше *(ANOVA)* на более поздних стадиях начального этапа профессионального самоопределения. Это объясняется, по нашему мнению, появлением на более поздних стадиях реального представления о выбранной профессии и практического опыта работы.

Кроме того, в ходе дисперсионного анализа *(ANOVA)* установлено, что значимых различий в нашей выборке между группами мужчин и женщин, а также между группами технического и гуманитарного направлений по основным комплексным показателям стартового кризиса карьеры нет.

В процессе факторного и корреляционного анализов установлены индивидуально-психологические показатели (субъективные факторы), значимо связанные со стартовым кризисом профессиональной карьеры. К ним относятся: низкий уровень адаптационных способностей по параметрам: поведенческой регуляции и нервно-психической устойчивости ($p<0,01$), коммуникативного потенциала ($p<0,01$) и личностного адаптационного потенциала ($p<0,01$); наличие в эмоциональной сфере значимых источников дискомфорта, инициируемых: «Экзистенциальными переживаниями» ($p<0,01$), «Переживаниями своей неполноценности» ($p<0,05$) и «Переживаниями проблем, связанных с работой, отраженных на личных отношениях» ($p<0,01$) (в группе молодых специалистов); фактор системы ценностей «Стремление к внешней гармонии в ущерб внутренней гармонии» ($p<0,05$); негативное проявление факторов системы отношений: «Отношение к отцу, обусловливающее отношение к себе и профессиональному будущему» ($p<0,01$), «Отношение к матери и семье» ($p<0,05$) и «Отношение к друзьям и будущему» ($p<0,05$). А также следует упомянуть наличие негативного отношения оптанта к выбранной профессии, а именно существование у него представления о том, что «выбранная профессия не подходит» ($p<0,01$). В группе молодых специалистов был обнаружен показатель, увеличивающий вероятность переживания кризиса карьеры, — «Стабильность места работы» ($p<0,01$).

Наличие перечисленных связей указывает на то, что чем ниже уровни поведенческой регуляции, нервно-психической устойчивости, коммуникативного потенциала и личностного адаптационного потенциала у респондентов, тем выше вероятность возникновения стартового кризиса профессиональной карьеры. При этом чем выше уровень представленности в эмоциональной сфере экзистенциальных переживаний, переживаний своей неполноценности и переживаний проблем, связанных с работой, тем выше вероятность возникновения стартового кризиса карьеры. Вместе с тем чем в большей степени проявляется негативное отношение к отцу, матери, семье, друзьям, будущему у испытуемых, тем также выше вероятность возникновения стартового кризиса карьеры. Кроме того, чем значимее для обследуемых молодых специалистов стабильность места работы, тем выше вероятность возникновения у них стартового кризиса карьеры.

Такой комплекс связей может иметь следующие объяснения. Низкий адаптационный потенциал, являющийся базовым ресурсом для личности, возможно, не позволяет ей конструктивно справиться с трудностями, возникшими в ситуации профессионального самоопределения. Значимость экзистенциальных переживаний в эмоциональной сфере, с одной стороны, характеризует человека как глубоко чувствующего, с другой — делает его в большей степени уязвимым в ситуациях какого-либо жизненно значимого выбора. Переживание собственной неполноценности, вполне вероятно, препятствует активному и уверенному поиску своего места в жизни. Проблемы на работе, при наличии реальных представлений о своей специальности, по-видимому, обусловливают неудовлетворенность профессиональным выбором. Существенная роль внешних атрибутов успеха в противовес значимости внутренней гармонии не позволяет человеку

сосредоточиться в ситуации профессионального самоопределения на своих личностных особенностях, а также не способствует внутреннему развитию и духовному росту. Негативное отношение к близким, как правило, связано с изоляцией, отсутствием доверительного личностного общения со значимыми людьми, что может обусловливать формирование неадекватного представления о себе, своих возможностей. Стабильность места работы как карьерная ориентации личности в условиях непостоянства и неопределенности рынка труда, очевидно, мешает спокойному, уверенному выбору своего профессионального будущего.

Также в ходе сравнительного анализа *(ANOVA)* обнаружено, что степень значимости части перечисленных выше показателей в возникновении кризиса является стабильной на всех трех стадиях начального этапа профессионального самоопределения. К таким «устойчивым» показателям относятся: все описанные выше показатели адаптационного потенциала и факторы: «Экзистенциальные переживания», «Переживание своей неполноценности»; «Стремление к внешней гармонии в ущерб внутренней гармонии»; «Отношение к отцу, обусловливающее отношение к себе и профессиональному будущему», «Отношение к матери и семье», «Отношение к друзьям и будущему».

Неустойчивыми показателями являются фактор эмоциональной сферы личности — «Отражение проблем, связанных с работой на личных отношениях», и показатель негативного отношения к выбранной профессии — «Выбранная профессия не подходит». Их влияние на вероятность возникновения кризиса карьеры выше на более поздних стадиях начального этапа профессионального самоопределения, что обусловлено наличием реального опыта работы.

Вместе с тем установлено, что комплекс показателей, связанных с отсутствием кризиса карьеры, так же можно разделить на две группы: стабильные и неустойчивые показатели. К группе стабильных относится фактор системы ценностей — «Широта взглядов в противовес непримиримости» ($p<0,05$), а в группе неустойчивых выделяется показатель отношения к выбранной профессии — «Выбранная профессия понравится» ($p<0,05$), оказывающий в большей степени влияние на уровень снижения вероятности возникновения стартового кризиса карьеры на более ранних стадиях начального этапа профессионального самоопределения. Такое положение дел, по нашему мнению, объясняется тем, что широта взглядов позволяет личности видеть альтернативы своей будущей трудовой деятельности, что, возможно, снижает уровень невротических переживаний в сфере профессионально-карьерных выборов. В свою очередь, отсутствие реального опыта работы у большинства респондентов, находящихся на ранних стадиях профессионального самоопределения, формирует у части представителей этой группы идеалистическое отношение к выбранной профессии, что также может снижать вероятность возникновения стартового карьерного кризиса.

В ходе факторного, корреляционного и дискриминантного анализов установлены объективные факторы, значимо связанные со стартовым кризисом профессиональной карьеры.

Изучение полученных взаимосвязей карьерного кризиса с показателями влияния ближнего окружения на процесс профессионального самоопределения позволило выявить факторы, значимо связанные с возникновением кризиса карьеры, к ним относятся: «Авторитет друзей и товарищей по учебе, работе в противовес авторитету отца в ситуациях профессионального самоопределения» ($p<0,05$) и «Влияние супруга на профессиональное самоопределение» ($p<0,05$). Другими словами, чем больше влияние друзей и товарищей по учебе, а также супруга на профессиональное самоопределение (обычно без учета личностных особенностей респондента), тем выше вероятность возникновения стартового кризиса карьеры.

Вместе с тем обнаружено, что значимость связи с возникновением кризиса карьеры фактора «Авторитет друзей и товарищей по учебе, работе в противовес авторитету отца в ситуациях профессионального самоопределения» стабильна на всех трех стадиях начального этапа профессионального самоопределения, а роль фактора «Влияние супруга на профессиональное самоопределение» существеннее на более поздних стадиях профессионального самоопределения, что обусловлено, возможно, увеличением на поздних стадиях профессионального самоопределения количества испытуемых, имеющих супруга, который становится новым, зачастую более значимым лицом, нежели друзья и товарищи по учебе.

В целях выявления связей между стартовым кризисом профессиональной карьеры и данными, описывающими своеобразие жизненного пути респондента, особенности его социализации и социальной среды развития применялся дискриминантный анализ. По его результатам установлено, что наибольший вклад в группу характеристик респондентов, переживающих стартовый кризис карьеры, внесли показатели: принадлежность к женскому полу, наличие критики со стороны родителей в детстве, брак. Таким образом, в большей степени подвержены стартовому кризису карьеры женщины; респонденты, которые слышали со стороны родителей постоянную критику; испытуемые, находящиеся в браке в настоящий период времени. То, что женщины чаще сталкиваются с проблемой стартового кризиса карьеры, с нашей точки зрения, объясняется их большей эмоциональностью по сравнению с мужчинами. В случае респондентов, которых в детстве постоянно критиковали родители, возможно формирование заниженной и неадекватной оценки себя и своих возможностей и, как следствие, повышение вероятности реализации неадекватных жизненных выборов, возникновение различных внутриличностных конфликтов и кризисных явлений. Респонденты, состоящие в браке, очевидно, формируют разнонаправленные, инициируемые одновременно самой личностью и супругом, несовместимые между собой ориентации, которые также могут привести к внутриличностным конфликтам и кризисным явлениям в сфере профессионально-карьерной самореализации.

Кроме того, наибольший вклад в группу характеристик респондентов, у которых отсутствует в настоящий период кризис карьеры, внесли показатели наличия высшего образования у матери респондента и более высокого уровня материального дохода семьи обследуемого. Иными словами, фактор наличия высшего образования у матери респондента и фактор высокого уровня материального дохода связаны со снижением вероятности возникновения стартового кризиса профессиональной карьеры. С нашей точки зрения, наличие высшего образования у матери, одного из самого близких и значимых людей, может положительно сказываться на формировании реалистичных, рациональных, конструктивных представлений о себе, окружающем мире и в том числе на способности к более адекватному профессиональному выбору личности. А высокий материальный доход предоставляет личности больше возможностей в сфере профессионально-карьерной самореализации и позволяет спокойно, без излишней эмоциональности, с большей уверенностью в завтрашнем дне осуществлять процесс профессионального самоопределения.

Таким образом, результаты произведенного в ходе исследования комплексного анализа данных сводятся к следующему:

1. В процессе исследования выявлен устойчивый симптомокомплекс стартового кризиса карьеры, который включает в себя следующие основные показатели: остро негативная оценка настоящего жизненного периода, причина которой связывается с профессиональной сферой; остро отрицательное отношение к профессиональному будущему; наличие серьезных трудностей в выборе жизненного пути, высокая степень беспокойства, связанного с чувством одиночества; с раскаянием по поводу прошлых решений; с раздумьями о смысле жизни. При этом значимых различий по обсуждаемым показателям между группами школьников, студентов и молодых специалистов не обнаружено.

2. В ходе изучения полученных результатов на предмет выявления особенностей существования и проявления стартового карьерного кризиса на различных стадиях профессионального самоопределения установлено, что проблемы и противоречия, связанные с осуществлением выбора профессии, обнаруживающиеся в форме карьерного кризиса, наличествуют на всех трех стадиях начального этапа профессионального самоопределения — предварительных намерений выбора профессии, первичной коррекции профессиональных ожиданий, вторичной коррекции представлений о желаемой и подходящей сфере деятельности.

Одновременно с этим выявлены различия между исследуемыми группами школьников, студентов и молодых специалистов в степени осознания проблем, связанных с переживанием стартового кризиса профессиональной карьеры. Так, уровень представленности осознанной фазы переживания стартового кризиса карьеры выше на более поздних стадиях начального этапа профессионального самоопределения. А представленность неосознаваемой фазы стартового кризиса профессиональной карьеры выше на более ранних стадиях начального этапа профессионального самоопределения.

3. В процессе проведенного исследования выделены субъективные факторы, связанные с возникновением стартового кризиса профессиональной карьеры. К ним относятся:

• особенности адаптационного потенциала личности, а именно: низкий уровень поведенческой регуляции и нервно-психической устойчивости, низкий уровень коммуникативного потенциала и личностного адаптационного потенциала;

• особенности эмоциональной сферы: наличие значимых для личности источников эмоциональных переживаний, проявляющихся в экзистенциальных переживаниях, в переживании своей неполноценности и переживании проблем, связанных с работой, отражающихся на личных отношениях;

• особенности системы ценностей, в частности значимость внешней гармонии в ущерб внутренней гармонии;

• особенности системы отношений, прежде всего негативное отношение к отцу, негативное отношения к матери и семье, негативное отношение к друзьям и будущему, а также наличие негативного отношения к выбранной профессии;

• значимость карьерной ориентации — стабильность места работы (в группе молодых специалистов).

4. В ходе исследования установлены объективные факторы, сопутствующие выбору профессии и тесно связанные с возникновением стартового кризиса профессиональной карьеры. К ним относятся:

• особенности влияния ближнего окружения на осуществление профессионального самоопределения, а именно влияние друзей в противовес авторитету отца и влияние супруга;

• особенности биографических данных и условий развития субъекта деятельности, в том числе женский пол, постоянная критика и придирчивость со стороны родителей в детстве, брак.

1. Зеер Э. Ф. Психология профессий: Учеб. пособие. М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003. 336 с.

2. Куликов Л. В. Руководство к методикам диагностики психических состояний, чувств и психологической устойчивости личности. Описание методик, инструкции по применению. СПб.: СПбГУ, 2003. 80 с.

3. Практикум по возрастной психологии / под ред. Л. А. Головей, Е. Ф. Рыбалко. СПб.: Речь, 2001. 688 с.

4. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / под ред. Г. С. Никифорова, М. А. Дмитриевой, В. М. Снеткова. СПб.: Речь, 2001. 448 с.

5. Снегова Е. В. Диагностика карьерных профессионально-организационных отношений // Психология менеджмента: Практикум / под ред. Г. С. Никифорова. СПб.: Речь, 2010. 535 с.
6. Снегова Е. В. Особенности профессионального самоопределения молодежи // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2007. Вып. 2, т. 8. С. 41–44.
7. Снегова Е. В. Стартовый кризис профессиональной карьеры как проблема психологического консультирования // Материалы научно-практической конференции с международным участием «Психологическая помощь в кризисных ситуациях» 31 октября — 1 ноября 2008 года. Астрахань: ИД «Астраханский университет», 2008. С. 151–155.
8. Снегова Е. В. Стартовый кризис карьеры как проблема психологического консультирования // Материалы научно-практической конференции «Ананьевские чтения — 2010» 19–21 октября 2010 года. Ч. 1. СПб.: Изд-во СПбГУ, 2010. С. 399–401.

References

1. Zeyer E. F. *Psikhologiya proffesiy:* uchebnoye posobiye [Psychology of professions: study guide]. Moscow: Akademicheskiy proyekt Publ., 2003. 336 p. (In Russian).
2. Kulikov L. V. *Rukovodstvo k metodikam diagnostiki psikhicheskikh sostoyniy, chuvstv i psikhologicheskoy ustoychivosti lichnosti* [Guide on methods of diagnostics of mental states, feelings, and psychological stability of a personality]. St. Petersburg: St. Petersburg State University Publ., 2003. 80 p. (In Russian).
3. *Praktikum po vozrastnoy psikhologii* [Practicum in developmental psychology]. Golovey L. A., Rybalko Ye. F. (eds.). St. Petersburg: Rech Publ., 2001. 688 p. (In Russian).
4. *Praktikum po psikhologii menedzhmenta i professionalnoy deyatelnosti* [Practicum in psychology of management and professional activity]. Nikiforov G. S., Dmitriyeva M. A., Snetkov V. M. (eds.). St. Petersburg: Rech Publ., 2001. 448 p. (In Russian).
5. Snegova Ye. V. Diagnostika karyernykh professionalno-opganizatsionnykh otnosheniy [Diagnostics of career professional and organizational relationships]. In: *Psikhologiya menedzhmenta: praktikum* [Psychology of management: practicum]. Nikiforov G. S. (ed.). St. Petersburg: Rech Publ., 2010. 535 p. (In Russian).
6. Snegova Ye. V. Osobennosti professionalnogo samoopredeleniya molodezhi [Features of professional self-determination of youth]. *Uchenye zapiski Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo instituta psikhologii i sotsialnoy raboty — Scientific Notes Journal of St. Petersburg State Institute of Psychology and Social Work,* 2007, 2 (8), pp. 41–44 (in Russian).
7. Snegova Ye. V. Startovyy krizis professionalnoy karyery kak problema psikhologicheskogo konsultirovaniya [Starting crisis of professional career as a problem of psychological counseling]. *Materialy nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiyem «Psikhologicheskaya pomoshch v krizisnykh situatsiyakh»* [Proc. of the Scientific and Practical Conference with International Participation «Psychological Assistance in Crisis Situations»] Astrakhan: Astrakhan University Publ., 2008, pp. 151–155 (in Russian).
8. Snegova Ye. V. Startovyy krizis karyery kak problema psikhologicheskogo konsultirovaniya [Starting crisis of career as a problem of psychological counseling]. *Materialy nauchno-prakticheskoy konferentsii «Ananyevskiye chteniya-2010»* [Proc. of the Scientific and Practical Conference «Ananyev Readings-2010»]. Part 1. St. Petersburg: St. Petersburg State University Publ., 2010, pp. 482–484 (in Russian).