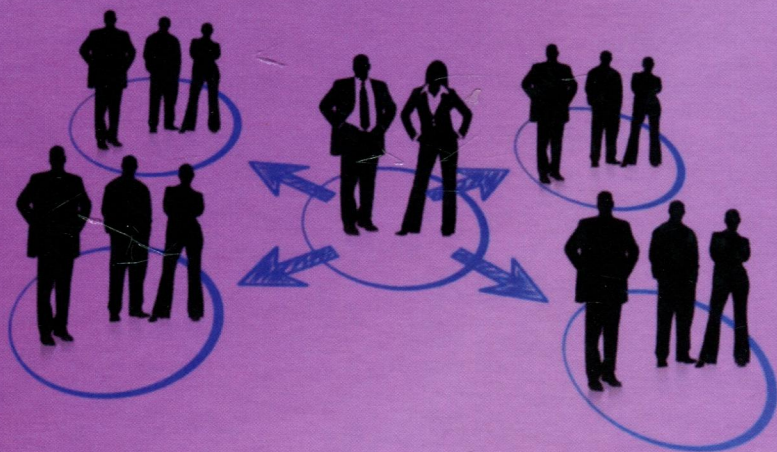


*А. М. Митина*

# ПСИХОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО- КАРЬЕРНОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ



*Л. М. Митина*

ПСИХОЛОГИЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-  
КАРЬЕРНОГО  
РАЗВИТИЯ  
ЛИЧНОСТИ



Нестор-История  
Москва • Санкт-Петербург  
2019

УДК 159.9  
ББК 88.5  
М66



Издание осуществлено при финансовой поддержке  
Российского фонда фундаментальных исследований,  
проект №19-113-00001, не подлежит продаже

Рецензенты: доктор психологических наук, профессор *И. В. Вацков*;  
доктор психологических наук, профессор *В. А. Толочек*

**М66 Митина Л. М.**

Психология профессионально-карьерного развития личности — М.;  
СПб.: Нестор-История, 2019. — 400 с.

ISBN 978-5-4469-1611-5

В монографии представлено всестороннее исследование, включающее актуальные разработки и идеи, направленные на решение важнейшей проблемы современной психологии — интеграцию конструктивных компонентов профессионального развития и карьеры, дающую возможность создания обобщающей концепции, инновационной психологической технологии и коррекционно-развивающих программ эффективного профессионально-карьерного развития личности.

Принципиально новым является системный личностно-развивающий подход к изучению психологических закономерностей профессионально-карьерного развития, который качественно расширяет объектно-предметное поле исследований в разных пространствах профессиональной жизнедеятельности человека и делает возможным содержательное и экспериментальное изучение личностно-профессионального и карьерного развития на разных этапах онтогенеза и разных стадиях профессиональной жизни человека, а также позволяет осуществлять научно-обоснованный прогноз построения профессионального будущего человека.

Системный личностно-развивающий подход способствует целостному изучению профессиональной жизни людей в единстве как личностно-профессионального развития (самоопределение, самовыражение, самореализация), так и профессионального регресса (стагнация, профессиональные деформации, девиаии, выгорание и т.п.), в единстве как «позитивной» карьеры (рост, продвижение), так и «негативной» (утрата перспектив роста, состояние безработного и т.п.), как «явных» (периоды активной профессиональной деятельности), так и «латентных» фаз (предподготовка к профессии, обучение, переподготовка и т.д.), как профессиональное развитие без должностного продвижения, так и значительное карьерное продвижение без высокого уровня профессионализма, как успешное взаимное влияние, усиление, интеграция профессионального развития и карьеры, так и ослабление, разрушение, снижение эффективности обоих процессов.

Монография предназначена для широкого круга читателей: научных работников, докторантов и аспирантов, педагогов и студентов, практических психологов и коуч-тренеров, а также для специалистов, интересующихся проблемами личностного, профессионального и карьерного развития.

ISBN 978-5-4469-1611-5



9 785446 916115

УДК 159.9  
ББК 88.5

© Л. М. Митина, 2019

© Издательство «Нестор-История», 2019

# Оглавление

Введение .....	3
----------------	---

## Часть I

### Теоретико-методологическое обоснование концепции профессионально-карьерного развития личности

ГЛАВА 1. Личностно-профессиональное развитие современного человека как предмет психологического исследования.....	7
1.1. Исследования профессионального развития личности в зарубежной и отечественной науке .....	7
1.2. Психологические закономерности целостной профессиональной эволюции человека.....	24
ГЛАВА 2. Проблемы карьерного роста в исследованиях отечественных и зарубежных ученых.....	51
2.1. Понятие карьеры в психологической науке .....	51
2.2. Основные направления исследований карьеры и карьерного развития .....	55
2.3. Карьера как психологический и социально-психологический феномен .....	60
2.4. Психологические и социальные факторы карьерного развития .....	65
ГЛАВА 3. Эффективное руководство в рамках личностно-профессионального и карьерного развития .....	84
3.1. Психологический анализ эффективности стилей управления .....	84
3.2. Психологические закономерности определения эффективного управления .....	95

## Часть II

### Эмпирическое обоснование концепции профессионально-карьерного развития личности

ГЛАВА 4. Планирование и методическое обеспечение экспериментального исследования .....	100
--	-----

ГЛАВА 5. Экспериментальное исследование психологических особенностей руководителей среднего звена промышленного предприятия.....	107
ГЛАВА 6. Эмпирическое исследование профессионального и карьерного развития специалистов системы образования.....	121

### **Часть III**

#### **Обоснование технологий профессионально-карьерного развития личности**

ГЛАВА 7. Психологическая технология как основа обеспечения процесса профессионального развития личности.....	143
ГЛАВА 8. Коуч-практикум «Навстречу призванию».....	153
ГЛАВА 9. Психологическая готовность учащихся профильной ступени обучения к выбору профессии. Программа «Первые шаги профессиональной карьеры» .....	208
ГЛАВА 10. Тренинг-семинар «Оптимизация состояния готовности к риску у педагогов».....	257
ГЛАВА 11. Непрерывное образование как основа профессионально-карьерного развития личности.....	283
ГЛАВА 12. Программа «Профилактика и коррекция состояния психоэмоционального напряжения» .....	295
ГЛАВА 13. Стресс-синдром: диагностика и ресурсы преодоления .....	317
ГЛАВА 14. Профессионально-карьерный коучинг для молодых специалистов (миллениалов) .....	346
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	360
<b>БИБЛИОГРАФИЯ</b> .....	365