

Государственное бюджетное учреждение-центр психолого-педагогической медицинской и социальной помощи муниципального района Кинель-Черкасский Самарской области.

Образовательная психолого-педагогическая программа

«Выбор профессии»

Автор-составитель:

педагог-психолог

Назарова Анастасия

Вячеславовна

Самара 2019

Рецензия

на образовательную психолого-педагогическую программу
«Выбор профессии»
педагога-психолога ГБУ центра психолого-педагогической, медицинской и
социальной помощи муниципального района Кинель-Черкасский
Назаровой Анастасии Вячеславовны

На современном этапе развития общества в нашей стране наблюдаются кризисные явления в системе ценностей молодых людей, несомненно, отражающиеся и на формировании их профессионального самосознания.

Противоречие между большим количеством трудов по вопросам профессионального самоопределения и вместе с тем большим количеством проблем выбора профессии или профиля обучения, испытываемым молодыми людьми, доказывает актуальность и значимость данной разработки. В связи с этим кажется своевременной попытка автора проанализировать характер этого явления и предложить программу формирования профессионального самоопределения старшеклассников.

Программа составлена в соответствии с основными требованиями к работам такого рода. В пояснительной записке в целом грамотно сформулированы, а в последующих частях проработаны все ее компоненты (цель, задачи, ожидаемые результаты, методы диагностики, учебно-тематический план, содержание занятий, методические рекомендации, список литературы). Программа отличается логичностью построения, хотя много повторов в тексте. Некоторое несоответствие видится лишь в формулировании ожидаемых результатов и их соотнесенности с задачами и процедурами оценки (есть содержательные и стилистические неточности).

В целом же программа имеет практическую значимость для педагогов-психологов, может быть рекомендована для организации подобной деятельности в других образовательных учреждениях т.к.

раскрывает сущность формирования ценностных ориентаций и установок по отношению к будущей профессиональной деятельности современных молодых людей.

Таким образом, представленная на рецензию программа отвечает всем формальным и содержательным требованиям к программам работы педагога-психолога. Все это является свидетельством достаточно высокого уровня квалификации педагога-психолога и может быть положительно оценено. Программа может быть рекомендована для реализации в практике.

Доцент кафедры
социально-гуманитарных наук,
кандидат психологических наук, доцент



Н.А.Соловова

Данную подпись заверяю,
начальник отдела кадров



М.Ю. Денисова

Содержание

1. Аннотация
2. Учебный план
3. Учебно-тематический план
4. Пояснительная записка
5. Содержание программы
6. Используемая литература
7. Рекомендации родителям «Поможем детям выбрать профессию»
8. Как выбрать профессию? 7 шагов к взвешенному решению (Рекомендации для старшеклассников)
9. Приложение

Аннотация

В настоящее время деловой и профессиональный мир остро нуждается в профессионально мобильных людях, готовых грамотно принимать самостоятельные решения, способных успешно и эффективно находить и реализовать себя в изменяющихся социально экономических условиях в связи с поиском, планирование, выбором и устройством своей профессиональной карьеры.

Профессиональное самоопределение – « процесс формирования личностью своего отношения к профессиональной трудовой среде и способ ее самореализации, выбор карьеры, сферы приложений сил и личностных возможностей».

Профессиональное самоопределение личности - сложный и длительный процесс, охватывающий значительный период его жизни. Многие учащиеся не могут ответить, какой деятельностью хотели бы заниматься. Какие качества важны для успешности в овладении будущей профессии.

В юношеском возрасте каждый стоит перед выбором, но манят десятки специальностей. Многие из них очень привлекательны. Но надо выбрать одну, ту, которая максимально соответствовала бы склонностям и индивидуальности молодого человека. А этот выбор сделать не так уж легко. На выбор профессии влияет много факторов: ее популярность, престиж в обществе, собственная склонность человека, его интерес к данному виду деятельности, возможность творчества, уровень зарплаты и т.д. Однако на выбор профессии могут оказать влияние и другие обстоятельства – советы окружающих, пример друзей, родителей, мода на специальность, просто желание иметь диплом, безразлично какой.

Много разочарований возникает в результате недостаточной осведомленности о требованиях, предъявляемых к той или иной работе. Ошибка в выборе профессии, профессиональная неудача воспринимается

порой молодым человеком как жизненная катастрофа. Возникает комплекс неполноценности, неудачник теряет уважение к себе, чувствует себя несостоявшейся личностью. Главная задача помочь обучающимся, в сфере профессиональной деятельности.

Данная работа осуществляется мной на основе созданной программы профессиональной ориентации « Выбор профессии».

Цель программы: формирование субъектной позиции в профессиональном самоопределении

Пути реализации программы направлены на решение следующих задач:

- Сформировать положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии.
- Ознакомить со спецификой профессиональной деятельности и новыми формами организации труда в условиях рыночных отношений и конкуренции кадров.
- Обеспечить возможность соотносить свои склонности и способности с требованиями профессиональной деятельности.

Адресат: учащиеся 9-х 10-х 11х классов

Программа реализуется ежегодно в течение учебного года. Реализацию программы рекомендуется начинать с сентября. Занятия проводятся один раз в неделю. Продолжительность: общее количество 14 занятий по 40 минут.

Используются особые формы и методы работы: индивидуальные и групповые беседы, тренинговые упражнения, презентации, мини-лекции, конференция, круглый стол, встреча с представителями отдельных профессий, диспут.

Научно–практическая новизна программы в том, что она помогает актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за

счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда. Новизна предлагаемого подхода состоит в том, что необходимо проделать большую научно-практическую работу: проанализировать ресурсы (интересы, склонности, способности и т.д.), особенности избираемой профессии, осознать потенциальные несоответствия и оценить возможность или невозможность коррекции этих несоответствий. Новизна программы позволяет подростку по новому осмыслить учебную деятельность, значение и возможность применения полученных знаний на практике, определить круг своих будущих профессиональных интересов, сориентироваться в мире профессий и, в итоге составить личный профессиональный план.

Научная обоснованность. Методологической основой разработки программы профессионального самоопределения стали теоретические положения и результаты классических исследований в области профориентации Е. А. Климова, И. С. Кона, А. Е. Голомштока, Н. С. Пряжниковой, Н. Н. Чистяковой, А. Д. Сазонова, а также нормативные документы, обязательные к использованию в образовательной сфере.

Актуальность и перспективность программы определяется значимостью формирования у обучающихся профессионального самосознания и осознанного профессионального намерения, осознанию интереса к будущей профессии.

Практическая направленность. В программе изложены современные взгляды на проблему выбора профессии и планирования карьеры и даны диагностические и профинформационные материалы, которые должны помочь подросткам в выборе профессии.

Ожидаемые итоговые результаты реализации программы:

Сформировать у обучающихся представление:

- о смысле и значении труда в жизни человека и общества
- понятие о профессиях и профессиональной деятельности
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда.
- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии.
- повысится уровень профессиональной зрелости подростков.

Апробация образовательной психолого-педагогической программы

« Выбор профессии» проходила на базе ГБУ СОШ № 2 с Кинель-Черкассы 2015 года, реализуется по настоящее время. За период с 2015 до 2016 год в программе приняло участие 123 человека. В процессе реализации программы у учащихся актуализируется процесс профессионального и личностного самоопределения, повышается самооценка, происходит коррекция эмоционального состояния, совершенствуются навыки, которые помогут в успешной социальной и профессиональной адаптации. Об этом свидетельствуют отзывы учителей и родителей. По их словам, подростки стали чаще задумываться о своем профессиональном будущем и вообще о своем жизненном пути

Учебно-тематический план программы

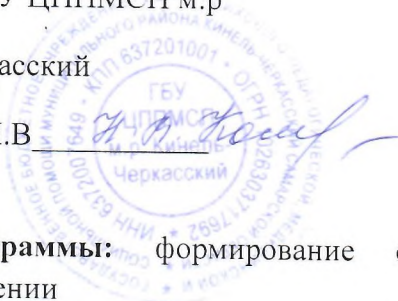
«Выбор профессии»

«Утверждено»

Директор ГБУ ЦППМСП м.р

Кинель-Черкасский

Комардина Н.В.



Цель программы: формирование субъектной позиции в профессиональном самоопределении

Категория обучающихся: учащиеся 9. 10.11 классов

Срок обучения: 14 занятий по 40 минут.

Режим занятий: 1 раз в неделю.

№	Наименование тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретич.	практич.	
1	Профессиональные и жизненные планы	5	1,25	3,75	письменная (тест); наблюдение, рефлексия
2	Выбор профессии	4	1	3	письменная (тест, анкетирование); наблюдение, рефлексия
3	Твоя профессиональная карьера	5	1,25	3,75	письменная (тест, анкетирование); наблюдение, рефлексия
Итого		14	3,5	10,5	

Учебно-тематический план программы

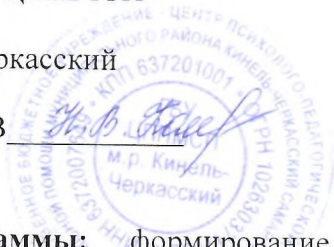
«Выбор Профессии»

«Утверждено»

Директор ГБУ ЦППМСП

м.р Кинель-Черкасский

Комардина Н.В.



Цель программы: формирование субъектной позиции в профессиональном самоопределении

Срок обучения: 14 занятий по 40 минут.

Режим занятий: 1 раз в неделю.

№ занятия	Наименование тем занятий	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретич.	практич.	
1. Профессиональные и жизненные планы		5	1,25	3,75	
1.1	Мои личные и профессиональные планы	1	0,25	0,75	письменная (тест), наблюдение
1.2	Профессия это...	1	0,25	0,75	письменная (тест), рефлексия, наблюдение
1.3	Формула самооценки	1	0,25	0,75	письменная (тест), наблюдение
1.4	Профессиональные интересы, склонности и способности.	1	0,25	0,75	письменная (тест).
1.5	Определение типа темперамента	1	0,25	0,75	письменная (тест).
2. Выбор профессии		4	1	3	
2.1	Мотивы выбора профессии	1	0,25	0,75	письменная (анкета), наблюдение
2.2	Определение	1	0,25	0,75	опросник

	профессиональных предпочтений				
2.3	Знакомство с профессиограммой	1	0,25	0,75	письменная (схема), наблюдение
2.4	Профессия, специальность, должность	1	0,25	0,75	письменная (тест, схема)
3. Твоя профессиональная карьера		5	1,25	3,75	
3.1	Учебные заведения	1	0,25	0,75	В форме семинара
3.2	Проектирование профессионального плана, его коррекция с учетом рынка труда.	1	0,25	0,75	рефлексия
3.3	Построение личного профессионального плана	1	0,25	0,75	письменная (схема), рефлексия
3.4	Утраиваемся на работу по правилам	1	0,25	0,75	письменная (анкетирование), наблюдение, рефлексия
3.5	Итоговое занятие	1	0,25	0,75	письменная (анкетирование).
Итого		14	3,5	10,5	

Пояснительная записка.

Актуальность. Современная ситуация в России, те проблемы которые испытывают выпускники в профессиональном самоопределении заставляют по-новому взглянуть на организацию профориентационной работы в школе. Старшеклассники должны владеть не только комплексом необходимых знаний, но и обладать такими личностными качествами, позволившие бы им реализовать себя в профессиональном и социальном плане. Формирование у молодежи мотивации к труду и потребности приобретения востребованной на рынке труда профессии становятся приоритетными в системе общего образования, а роль и значение профессиональной ориентации и психолого-педагогической поддержки в личностно-профессиональном становлении молодежи возрастает. Сравнительный анализ результатов диагностики профессионального самоопределения обучающихся, проводимой на этапе начала реализации программы, показал, что 30% подростков не соотносят выбор профессии со своими реальными возможностями, а 25 % – ориентированы при выборе профессии на мнение родителей, родственников; 35 % не имеют представления о сущности выбранной профессии. Результаты проведённых мониторингов диагностики профессиональных предпочтений обучающихся в старших классах в 2015-2016 г. в ГБУ СОШ № 2 « ОЦ» определили, что у 30%, соответственно, нет определенного устойчивого интереса к какой-либо конкретной профессии и они реально не представляют, какими видами деятельности человек занимается внутри какой-либо профессии и какие способности ему для этого необходимы.

В связи с этим прогнозировалось, что многие старшеклассники при осуществлении профессионального выбора будут иметь трудности в проектировании своего будущего, не смогут грамотно построить индивидуальную образовательную траекторию, проанализировать свои действия по совершению выбора.

Таким образом, определилась актуальность создания образовательного пространства, способствующего самоопределению учащихся основной ступени в отношении профилирующего направления собственной деятельности.

Цель программы: формирование субъектной позиции в профессиональном самоопределении

Пути реализации программы направлены на решение следующих задач:

- Сформировать положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии.
- Ознакомить со спецификой профессиональной деятельности и новыми формами организации труда в условиях рыночных отношений и конкуренции кадров.
- Обеспечить возможность соотносить свои склонности и способности с требованиями профессиональной деятельности.

Данная программа является образовательной психолого-педагогической программой. Она направлена на помощь в профессиональном самоопределении обучающихся с недостаточным представлением о профессиях и профессиональной деятельности, интеллектуальных способностях, необходимых для реализации личности в сфере профессиональной деятельности.

Данная программа рассчитана на 14 часов, частота встреч один раз в неделю. Продолжительность каждого занятия 40 минут. Количество участников в группе – 10-15 человек.

Структура и содержание программы

Занятия сгруппированы в три самостоятельных, но логически связанных блока (модуля), для каждого из которых определены своя цель.

В ходе первого этапа происходит включение участников в групповую работу; создаются условия для познания ими себя как субъектов выбора профессии и применение результатов самопознания в принятии решения о выборе профессии. Занятия второго блока знакомят с требованиями различных профессий, предъявляемых к человеку. На занятиях третьего блока результаты самопознания используются при прогнозировании своего профессионального будущего.

1) *Профессиональные и жизненные планы.* Включение в групповую работу; Самопознание как характеристика субъектов выбора профессии; применение результатов самопознания в принятии решения о выборе профессии

2) *Выбор профессии.* Знакомство с требованиями различных профессий

3) *Твоя профессиональная карьера.* Применение результатов самопознания при прогнозировании своего профессионального будущего.

Структура занятий. В ходе занятий всех этапов, объединенных в темы «Профессиональные и жизненные планы», «Выбор профессий» и «Твоя профессиональная карьера», осуществляется теоретическое осмысление проблемы (теоретический блок), отрабатываются техники, направленные на самопознание (практический блок), и оценивается эффективность ведения группы (диагностический блок). В программе использованы различные типы занятий. В них входит профессиональная диагностика с использованием надежных методик, деловых и ролевых игр, групповые дискуссии, проблемно-поисковых задач, элементов исследовательской и проектной деятельности. На занятиях по программе в ходе самодиагностики школьники изучают свои психологические особенности, «примеряют» различные модели поведения и оценивают их эффективность. Психолого-педагогическими средствами мы создаем поле выбора профиля обучения и формируем психологическую готовность учащихся к этому выбору на основе знаний о своем профессиональном и личностном потенциале

Нормативное обеспечение программы

-Конвенция о правах ребенка

-Конституция РФ

Закон РФ от 19.04.1991 № 1032 -1 « О занятости населения в РФ»

Закон РФ от 10.07.1992 № 3266-1 « Об образовании»

-Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ « Об основных гарантиях прав ребенка в РФ»

- постановление Министерства труда и социального развития РФ от 27.09.1996

№1 « Об утверждении Положения о профессиональной ориентации и психологической поддержке населения в РФ

Принципы. Данная программа опирается на принципы:

- принцип сознательности в выборе профессий
- принцип соответствия выбираемой профессии интересам, склонностям, способностям человека и потребности общества;
- принцип развития, профессия должна давать возможность для развития личности
- принцип активности, человек сам выбирает профессию;

Необходимые ресурсы для эффективной реализации программы

Данную программу может реализовывать педагог-психолог имеющий опыт работы с подростками соответствующего возраста.

-наличие опыта использования предлагаемых техник;

-методическую грамотность;

-коммуникативную компетентность;

Требования к материально-технической оснащенности учреждения для реализации программы

Помещение для занятий должно быть достаточно просторным, не загроможденным большим количеством мебели, позволяющим рассаживать

участников в круг. Если предусматривается индивидуальная работа или групповая работа, необходимо, чтобы участники имели возможность расположиться в пространстве свободно и равномерно;

- бумага А4, листы ватмана, ручки, карандаши, наборы фломастеров или цветных карандашей, столы или жесткие подставки для письма, доска, мел, раздаточный материал, аудиоматериалы, небольшой легкий мяч

Проведение программы включает в себя следующие этапы:

1. Диагностика в рамках сопровождения предпрофильного обучения;
2. Анализ полученных результатов и формирование на их основе группы участников программы;
3. Реализация программы;
4. Повторная диагностика по окончании программы;
5. Анализ полученных результатов и составление на их основе рекомендаций для дальнейшего их осуществления.

Принцип активизации собственных внутренних ресурсов, размышления учащихся над проблемными ситуациями их собственного профессионального самоопределения находят применение через осуществление диагностических процедур по методикам:

- «Диагностика профессиональных предпочтений» опросник Дж. Голланда.
- Анкетирование по карте интересов А.Е. Голомштока
- Карта интересов (модифицированная методика А.Е. Голомштока)
- Дифференциально - диагностический опросник «Я предпочту» (ДДО),
- Опросники способностей
- Тест « Вот такой у меня темперамент»
- Тест « Что вы знаете о себе?» или выявление акцентуации характера
- Тест « Мотивы выбора профессии.

Апробация образовательной психолого-педагогической программы « Выбор профессии» проходила на базе ГБУ СОШ № 2 с Кинель-Черкассы 2015 года, реализуется по настоящее время. За период с 2015 до 2016 год в программе приняло участие 123 человека. В процессе реализации программы у учащихся актуализируется процесс профессионального и личностного самоопределения, повышается самооценка, происходит коррекция эмоционального состояния, совершенствуются навыки, которые помогут в успешной социальной и профессиональной адаптации, положительными отзывами педагогов и родителей старшеклассников.

Ожидаемые итоговые результаты реализации программы:

Сформировать у обучающихся представление:

- о смысле и значении труда в жизни человека и общества;
- понятие о профессиях и профессиональной деятельности;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда;
- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- сформированы представления о профессиях, перспективах профессионального роста;
- адекватно оценивают свои личностные возможности в соответствии с требованиями избираемой профессии;
- положительные отзывы о занятиях по психологии от участников образовательного процесса;

Эффективность реализации программы.

Эффективность программы оценивается по сравнительным результатам первичной и итоговой диагностики в рамках сопровождения предпрофильного обучения.

Сравнительный анализ результатов диагностики профессионального самоопределения обучающихся, проводимой на этапе начала реализации

программы, показал: 30% подростков не соотносят выбор профессии со своими реальными возможностями; 25 % ориентированы при выборе профессии на мнение родителей, родственников; 30% нет устойчивого интереса к какой либо конкретной профессии; 35 % не имеют представления о сущности выбранной профессии;

Результаты диагностики на этапе завершения программы показал что:

40% подростков соотносят выбор профессии со своими реальными возможностями;

40 % ориентированы при выборе профессии на собственное мнение;

у 50% обучающихся в старших классах есть определенный устойчивый интерес к какой-либо конкретной профессии и они реально представляют, какими видами деятельности человек занимается внутри какой-либо профессии и какие способности ему для этого необходимы; 45% имеют представление о сущности выбранной профессии;

Сравнительный анализ полученных результатов диагностики профессионального самоопределения, обучающихся старших классов проводимой на этапе начала и завершения реализации программы позволяет судить об эффективности образовательной программы «Выбор профессии»

Основное содержание

БЛОК 1. «Профессиональные и жизненные планы»

ЗАНЯТИЕ 1. «Мои личные и профессиональные планы»

Цели: знакомство участников группы; введение в проблему профессионального и жизненного самоопределения; формирование положительной мотивации.

Задачи:

- информирование о целях, задачах курса, формах работы;
- выявление ожиданий участников;
- формулирование норм группового взаимодействия;

- формирование положительной мотивации;
- самодиагностика.

Разминка.

«Здравствуй ..., я рад тебя видеть»

Основная часть.

1. Упражнение «Круги».

Цель: знакомство участников между собой, приветствие, создание доброжелательной атмосферы в группе.

Инструкция: нарисовать три круга, в которых указать имя, позитивное качество на первую букву имени, увлечения.

Участники выполняют задание, затем представляют свои работы

2. Анкета.

Цель: формирование ответственного отношения к выбору профессионального пути.

Что вы хотите получить от занятий:

- проверить свои способности ;
- получить подробную информацию об учебных заведениях;
- определить свои склонности к определенному виду деятельности;
- подробнее узнать о мире профессий;
- получить информацию о том, как правильно выбрать профессию;

Обсуждение ответов.

3. Упражнение «Ассоциации».

Цель: продолжить знакомство участников, прояснить их цели и ожидания, настроить на работу.

Инструкция: нарисовать ассоциации к понятию «профессиональный выбор».

Упражнение выполняется в мини-группах, затем обсуждается.

4.Игра «Ловушка- капканчики»

Совместно с группой определяется конкретная профессиональная цель (поступление в конкретное учебное заведение, окончание данного заведения, оформление на конкретное место работы или конкретное профессиональное достижение, включая построение карьеры, получение наград, премий.)

В группе выбирается доброволец, который будет «представлять» какого- то вымышленного человека, при этом для вымышленного человека необходимо сразу определить его основные характеристики: *пол, возраст, образование.*

Общая инструкция: Сейчас каждый , уже зная, к каким целям стремится наш главный герой, должен будет определить для него некоторые трудности на пути и профессиональной цели. Трудности могут быть как внешними , так и внутренними. Далее игроки , включая главного героя, выделяют на своих листочках основные трудности на пути к намеченной цели. Каждый по очереди называет свою трудность. Главный герой сразу говорит, как он собирается ее преодолеть. Ведущий с помощью остальных игроков определяет, чей вариант преодоления трудности оказался более оптимальным , интересным. Подводится общий итог(сумел герой преодолеть трудности или нет.

- Почему так важно предвидеть возможные трудности на пути к профессиональной цели и уметь преодолеть эти трудности?

5. Мои личные и профессиональные планы.

Обучающиеся письменно отвечают на вопросы опросника. (Приложение 1)

Рефлексия.

- Что нового ты узнал о себе?
- Что было для тебя неожиданным в этом узнавании себя?
- Что нового ты узнал о других участниках?

ЗАНЯТИЕ 2. Профессия это...

Цель: расширить представления детей о разнообразии профессий в мире.

Материал: бланки с названиями профессий, специальностей и должностей; ручки.

Разминка

«Привет..., благодаря тебе...»

6. Игра «Моргалки»

Цель: разогрев, позитивное эмоциональное состояние.

Участники игры делятся на пары, один человек из пары садится на стул в кругу («мышка»), другой («кошка») встает у него за спиной. Стульев и «кошек» должно быть на одного больше, чем «мышек». Задача «кошки», оказавшейся без «мышки», - сманить любую «мышку» из тех, кто сидит на стульях, моргая выбранной «мышке». Задача других «кошек» - не отпустить свою «мышку». Причем «кошкам» нельзя постоянно держать руки на плечах своих «мышек». Нужно только удерживать их, соблюдая правила безопасности, в те моменты, когда одинокая «кошка» пытается подать знак именно их «мышке». «Мышка», которую сманивает «кошка» с пустым стулом, сама решает, крепко ли ее удерживают, и если ее «кошка» зазевалась или не успела уверенно удержать свою «мышку» за плечи, она перемещается на свободный стул, и новая «кошка» ловит следующую «мышку».

Игра должна быть динамичной. Через некоторое время «кошки» и «мышки» меняются местами.

7.Беседа по теме «Основные виды профессиональной деятельности»

Цель: знакомство с понятиями «профессия», «специальность», «должность».

Как Вы думаете сколько существует в мире профессий?

В мире существует более 40 тысяч профессий.

Каждое десятилетие школьников привлекает свой перечень профессий. Те профессии которые привлекали ваших родителей, могут показаться Вам неинтересными, не престижными, несовременными. Технический прогресс рождает каждое десятилетие новые виды профессий, другие уходят на второй план или в небытие.

Перечислите те профессии, которые Вам известны. Из них не все оказались непосредственно профессиями. В чём тут дело?

Не всякий вид трудовой деятельности называется профессией.

Профессия это:

- ✓ Деятельность, направленная на пользу обществу;
- ✓ Деятельность, требующая профессионального обучения;
- ✓ Деятельность, выполняемая за определенное вознаграждение.

Примеры профессий: учитель, инженер, слесарь, врач.

Специальность – это ограниченная область профессиональной деятельности.

Это более узко направленная, требующая более глубокой конкретизации. Поэтому можно сказать, что профессия – это группа родственных специальностей.

Примеры специальностей: учитель биологии, технологии, физики и т. д.; врач-педиатр, окулист.

Должность – это служебное положение работника в учреждении, на предприятии, определяющие его обязанности и оплату труда. Так, директором школы может быть учитель любой специальности.

Квалификация – степень мастерства в конкретной специальности.

8. Упражнение «Найди профессию»

Цель: закрепить полученную информацию.

Материал: бланки с названиями профессий, специальностей и должностей; ручки.

Подчеркните слова, обозначающие профессии.

Инженер, конструктор, директор, дворник, юрист, помощник юриста, исполняющий обязанности, кассир, завуч, учитель физкультуры, дрессировщик, начальник отдела, учитель, учитель начальных классов, врач, терапевт, главный конструктор, слесарь, курьер, хирург.

Почему «дворник» и «курьер» — не профессии? (директор, помощник юриста, завуч, начальник отдела, главный конструктор обозначают не профессии, а должности. Учитель начальных классов и учитель физкультуры — это разные специальности одной профессии — учитель. Терапевт и хирург — специальности профессии врача).

9. Упражнение «Профессия на букву»

Цель: расширение знаний о мире профессионального труда или актуализация уже имеющихся знаний о профессиях.

Сейчас будет названа какая-то буква. Наша задача – показать, что мы знаем много профессий, начинающихся на эту букву, т.е. показать, насколько мы знаем мир профессий. Каждый по кругу будет называть по одной профессии на данную букву.

Ведущий называет первую букву, а участники по очереди называют профессии. Если называется незнакомая большинству участников профессия, ведущий просит пояснить, о чем идет речь. Если игрок не может это объяснить, то считается, что профессия не названа, и ход передается следующему по очереди игроку (по более жестким правилам, тот, кто не смог назвать профессию, выбывает из игры и выходит на время из круга). При этом совсем не обязательно требовать от участников официальных (безукоризненно правильных) названий профессий, поскольку на данный момент ни один справочник не является исчерпывающим. Учащимся важно хотя бы приблизительно обозначить ту или иную профессиональную деятельность и суметь ответить на уточняющие вопросы.

У ведущего в данном упражнении имеются возможности для ненавязчивой коррекции представлений учащихся о тех или иных профессиях.

Рефлексия.

Обратная связь.

Цель: анализ своего состояния и обмен мнениями.

По кругу каждый высказывается о том, какие моменты ему понравились, а в какие он чувствовал себя неудобно.

ЗАНЯТИЕ 3. Самооценка и ее роль в профессиональном самоопределении.

Цель: определение самооценки и соотнесение ее со своим профессиональным выбором.

Разминка

Привет..., знаешь, сегодня ты ...»

В ситуации профессионального выбора необходимо не только знать, но и объективно оценивать свои интересы и склонности, способности и возможности, а также уметь соотносить их с избираемой профессией.

Недостаток знаний о себе, обедненность «Я концепции» затрудняют профессиональный выбор, делают его недостаточно обоснованным случайным в силу того, что затормаживают процесс соотнесения себя с будущей профессиональной деятельностью. Особую роль здесь играет самооценка.

11. Формула самооценки.

Инструкция. Напишите на листе бумаги (в таблице):

- а) 10 своих черт характера и особенностей личности, которые вам нравятся
- б) 10 своих особенностей личности и черт характера, которые вам не нравятся
- в) 10 черт характера и особенностей личности, которые вы хотели бы иметь в идеале.

Оценка особенностей личности и черт характера

№	черты характера и особенности личности, которые нравятся	черты характера и особенности личности, которые не нравятся	черты характера и особенности личности, которые хочу иметь

12. «Кто я?» и «Какой я?»

Цели: активизировать процесс самопознания; анализ способностей как одного из факторов выбора профессии.

В нашей культуре человек с раннего детства привыкает характеризовать себя в словах. Даже четырехлетний ребенок сможет что-то ответить на вопросы:

Кто ты? Какой ты?

Попробуйте и вы сделать это в тетради. Напишите как можно больше слов в каждый столбик:

«Кто я?»

«Какой я?»

Обсуждение результатов

- Тест «Как у тебя с самооценкой» (Приложение 6)

Рефлексия.

- Как вы планируете работать над своей самооценкой?
- Какой на ваш взгляд должна быть самооценка?
- Как самооценка соотносится с профессиональным выбором?

Занятие 4. Профессиональные интересы, склонности и способности.

Цель: определение интересов, склонностей и способностей.

При выборе профессии следует учитывать:

- желания, интересы и склонности личности- то, что можно обозначить словом «хочу»;
- возможности личности-знания, способности, психологические особенности, состояния здоровья – могу;
- потребности рынка труда - надо;

Сегодня мы займемся изучением своих интересов, склонностей, способностей.

- Анкетирование по карте интересов А.Е. Голомштока. (Приложение 2)
Карта интересов (модифицированная методика А.Е. Голомштока)
- дифференциально - диагностический опросник «Я предпочту» (ДДО),
- опросники способностей.

Рефлексия.

Обработка и обсуждение результатов.

Занятие 5. Определение типа темперамента.

Разминка

«Здравствуй..., ты представляешь...»

Цель: определение свойств нервной системы и соотнесение их с будущей профессией.

Природные особенности человека, его нервной системы, как правило, замаскированы опытом, сформированным в течение всей жизни.

При любых выраженных особенностях нервной системы, человек может добиться высокого уровня социальных и профессиональных достижений. Темперамент влияет на формирование индивидуального стиля деятельности. Темперамент, мало поддающийся изменениям в течение жизни, необходимо учитывать при определении профессионального будущего.

Темперамент. Проявление типов темперамента (холерический тип, сангвинический тип, флегматический тип, меланхолический тип).

- Тест « Вот такой у меня темперамент» (**Приложение 3**)
- Тест « Что вы знаете о себе?» или выявление акцентуации характера.

БЛОК 2. Выбор профессии

Занятие 6. Мотивы выбора профессии.

Цель: осознание мотивов выбора профессии.

Разминка

«Привет..., мне нравится в тебе...»

13. Дискуссия.

Прочитайте записанное на доске знаменитое высказывание Иммануила Канта: « Годы юности - самые трудные годы. Ибо это годы выбора» Часть учащихся должна подтвердить , а часть –опровергнуть это высказывание.

14. Упражнение «Факторы, влияющие на выбор профессии»

Участники методом «мозгового штурма» находят факторы, влияющие на выбор профессии. После обсуждения ведущий может добавить факторы, которые не были указаны.

- Тест « Мотивы выбора профессии. (**Приложение 4**)

Занятие 7. Определение профессиональных предпочтений.

Цель: определение профессиональных предпочтений.

- Тест «Шесть типов личности « (по Дж Голланду). (**Приложение 5**)

Рефлексия.

Подведение итогов. Обсуждение результатов.

Занятие 8. Знакомство с профессиограммой.

Цель: раскрытие требований, предъявляемых профессий к личности.

Разминка.

«Здравствуй ..., я рад тебя видеть»

Профессиограмма - это описание профессии, включающее в себя основные требования, предъявляемые профессией к личностным качествам человека.

Все профессиограммы построены примерно по такой схеме:

- 1) Название профессии
- 2) вид труда (ручной, механизированный, автоматизированный, интеллектуальный).
- 3) предмет и продукт труда.
- 4) знания и умения, необходимые для выполнения работ.
- 5) условия работы
- 6) медицинские противопоказания
- 7) требования к человеку
- 8) пути получения профессии

14. Упражнение.

Каждому участнику предлагается выбрать наиболее привлекательную для себя профессию и составить для нее профессиограмму.

15. Игра в профессии.

Один участник называет профессию, следующий по кругу должен назвать профессию на следующую букву предыдущего слова.

Рефлексия.

-Что понравилось?

-Что не понравилось?

Занятие 9. Профессия, специальность, должность

Цель: понятие о профессиях специальностях.

Разминка

«Привет..., знаешь, мне всегда лучше всего удавалось...»

Профессия - необходима для общества , ограниченная (вследствие разделения труда) область приложения физических и духовных сил человека, дающая ему, взамен приложенного труда, возможность существования и развития.

Основные характеристики профессии:

- Ограниченный вид трудовой деятельности
- Вид труда должен быть оплачиваемый
- Общественная полезность деятельности
- Дает работнику социальный статус
- Деятельность предполагает специальную подготовку
- Специальность - вид занятий в рамках одной профессии
- Квалификация – уровень мастерства

16.Игра «Профессия и специальность»

Называется профессия, необходимо назвать специальность.

17.Упражнение «Профессия – необходимое качество»

Ведущий называет профессию, участникам предлагается назвать необходимые качества, которыми должен обладать представитель данной профессии.

Обратная связь

- Что такое специальность?
- Что такое профессия?

БЛОК 3. Твоя профессиональная карьера.

Занятие 10. Учебные заведения

Цель: знакомство с учебными заведениями.

Обеспечение: справочники учебных заведений.

Разминка

«Привет..., знаешь, я всегда хотел(а)...»

Знакомство с условиями поступления и обучения в различных учебных заведениях.

Рассмотреть особенности поступления и обучения в ПТУ, техникуме, вузе и других учебных заведениях.

Можно коснуться следующих вопросов: дневное, вечернее, очное и заочное обучение. Государственное и коммерческое, перспективы карьерного роста после получения образования.

Игра « Профессия – учебное заведение».

Участники делятся на две команды. Ведущий называет профессии, а участники должны сказать, где ее можно приобрести, в каких учебных заведениях, на каких курсах.

Рефлексия.

Что для вас предпочтительнее – заочная или очная форма обучения? Ответ обоснуйте.

Какие учебные заведения, на ваш взгляд, являются престижными на сегодняшний день? Чем это объясняется? Как этот факт соотносится с рейтингом профессий, предлагаемых в этих учебных заведениях, на рынке труда? Какова перспектива трудоустройства выпускников этих учебных заведений?

Занятие 11. Проектирование профессионального плана, его коррекция с учетом рынка труда.

1. Знакомство с правилами выбора профессии, ошибками и затруднениями.

- Необходимо изучить как можно больше профессий, определить, какие профессии и специалисты необходимы в регионе, где вы проживаете.
- Важно изучить самого себя (интересы, склонности, способности, темперамент, черты характера, самооценку, уровень притязаний)
- Следует выбрать наиболее привлекательную, подходящую профессию. Подробно изучить выбранную профессию, ознакомиться с профессиограммой, определить формула профессии, уточнить содержание, условия труда и требования, предъявляемые профессией к человеку.
- Попробовать свои силы в выбранной профессии (в кружках по интересам).

Ошибки и затруднения при выборе профессии

- Отношение к выбору профессии как к выбору пожизненного пристанища, ориентация сразу на профессию высокой квалификации.
- Существующие предрассудки, когда некоторые важные для общества профессии и занятия считаются недостойными, не престижными.
- Выбор профессии за компанию, чтобы не отстать от друзей.

- Неумение разбираться в своих личных качествах, склонностях, способностях, подготовленности.
- Незнание или недооценивание своих физических особенностей, недостатков, существенных при выборе профессии.

Игра « Советчик»

Каждый участник выписывает в своем бланке фамилии и имена всех присутствующих в классе (группе) под диктовку ведущего. Важно, чтобы все присутствующие были выписаны в одном и том же порядке. Всем дается задание напротив каждой фамилии, включая собственную, проставить наиболее подходящие профессии и соответствующие учебные заведения, которые можно было бы порекомендовать данному человеку.

Ведущий собирает листочки и начинает подведение итогов. Сразу же зачитывается фамилия, рекомендуемая профессия и учебное заведение, и соответствующие рекомендации.

Ф.И.О	Рекомендуемая профессия	Рекомендуемое учебное заведение после школы.
1		
2		

Построение личного профессионального плана.

На листочках ответить на вопросы:

1. Какие профессии будут нужны в ближайшем будущем?
2. Какой труд для тебя более важен: интересный или высокооплачиваемый?
3. Какие профессии ты знаешь?

4. О какой профессии ты мечтаешь?
5. Что ты будешь делать после школы?
6. Какие трудности тебя ожидают на пути к выбранной цели?
7. Как ты собираешься с ними справляться?
8. Какие индивидуальные особенности могут помешать приобретению желаемой профессии?
9. Как ты будешь работать над собой, чтобы решить внутренние трудности?
10. Какие профессии тебя привлекают, кроме выбранной?
11. Что ты делаешь, чтобы твоя мечта осуществлялась?

Рефлексия.

- К какому выводу вы пришли: стоит ли заранее обдумывать личный план своих профессиональных желаний?
- Что вы посоветовали «неудачникам» профессионального выбора?

Занятие 12. Устраиваемся на работу по правилам.

Цель: умение устраиваться на работу.

Представьте себе, что вы уже определились в выборе профессии и получили образование. Сейчас я расскажу вам о некоторых правилах, которые можно использовать при устройстве на работу. Как известно, первое впечатление во многом определяет ход дальнейших взаимоотношений. Это особенно важно, когда мы устраиваемся на работу. Работодатель прежде всего обращает внимание на анкету и автобиографию потенциального сотрудника. Анкета должна быть заполнена безукоризненно, без ошибок и опечаток.

Не оставляйте незаполненный ни одну графу. Если ответы не имеют к вам отношения, пишите «нет», «не имеется» « не был» и т.д. Это даст понять, что вы не пропустили ни одного вопроса.

Если некоторые вопросы касаются информации, которую вам не хотелось бы разглашать (например, о наличии судимости), рекомендуется писать правду. Подобные данные легко проверить.

Постарайтесь в анкете зафиксировать ценную информацию, касающуюся вашей квалификации, причем не только по специальности, но и в других областях (умение пользоваться компьютером, факсом)

Если нанимающая вас организация, изучив анкету, проявит к вам интерес, последует приглашение на собеседование. Готовясь к нему, необходимо избрать стратегию поведения. В центре ваших вопросов и ответов на собеседовании на первом месте должна быть фирма или организация, в которую вы устраиваетесь, а не зарплата.

Во время собеседования.

Постарайтесь произвести благоприятное первое впечатление.

Сохраняйте выдержку, держитесь непринужденно.

Говорите четко и ясно. Не стискивайте руки, не теребите украшения. Волосы. Отвечайте на вопросы не уклоняясь. Не будьте слишком многословны.

Составление резюме.

Ф.И.О.

Возраст

Образование

Желаемая вакансия

Опыт работы

Ваши навыки и умения

Ваши сильные и слабые стороны.

Сюжетно ролевая игра « Устраиваемся на работу»

Из группы выбираются два добровольца. Один будет устраиваться на работу, другой – проводить собеседование.

Рефлексия.

Какие ошибки были допущены участниками игры?

Как бы поступили вы?

Литература

1. Пряжникова Е.Ю., Пряжников Н.С. «Профориентация» М., 2005.
2. Пряжников Н.С. «Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники» М., «ВАКО» 2005.
3. Климов Е. А. Развивающийся человек в мире профессий –Обнинск Из-во «Принтер» , 1993
4. Климов Е.А. «Психология профессионального самоопределения», Ростов-на-Дону, 1995.
5. Крапивянская, П.С. Лернер, О.Д. Пало и др.; под ред. С.Н. Чистяковой. Выбор профессии: оценка готовности школьников: 9-11 классы / С.О.– М.: ВАКО, 2009. – 160 с. – (Педагогика. Психология. Управление.)
6. Психокоррекционная работа со старшеклассниками: тренинги/ авт.-сост. О.Н Рудякова. – Волгоград Учитель, 2008.- 99 с.
7. Психодиагностика и профориентация в образовательных учреждениях./ Ред.-сост. Л.Д. Столяренко. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. – 416 с. (Сердце отдаю детям)
8. Психологическая профилактика и коррекционно-развивающие занятия (из опыта работы) / авт.-сост. Е. Д. Шваб.- 2-е изд. - Волгоград: Учитель, 2011.- 167 с.
9. «Психодиагностика школьников: тексты, тесты, пояснения/Автор-составитель Г.И. Колесникова. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2009. – 281 с.- (Библиотека школьника).
10. Розанова Н.М. Моя фирма: Учебное пособие по элективному курсу для 8-9 классов общеобразовательных учреждений: Предпрофильная подготовка учащихся/ Н.М. Розанова - М.: Вита-Пресс, 2006. – 96 с.: ил.

Рекомендации родителям

« Поможем детям выбрать профессию»

Выбор профессии – задача не из легких. Наибольшую помощь в этом старшеклассникам могут оказать родители.

Одна из главных задач родителей – помочь ребенку сформировать реальное представление о самом себе: о способностях, сильных сторонах характера, о наиболее успешной деятельности.

Если ребенок и родители уже решили вместе, в какое учебное заведение ему лучше поступать, то самое время подумать, с чего начать.

- Не ограничиваться чтением справочника, а отправиться в приемную комиссию учебного заведения.
- Чрезвычайно важно при выборе профессии учесть состояние здоровья ребенка.

Особое внимание нужно обращать на формирование у старшеклассников:

- - качеств инициативы,
- -самостоятельности,
- -ответственности,
- -коммуникативности,
- - дисциплинированности,
- -эмоциональной устойчивости,
- - заинтересованности и потребности в самоизменении,
- - гибкости, способности к перемене труда,
- - к освоению новых профессий и к переквалификации
- **И самое главное – повышать мотивацию достижения, воспитывая доверие к себе.**

Если ваш ребенок не поступил в этом году, не отчаивайтесь – поступит в следующем. Не спешите обрушивать на его голову поток своих сожалений или, еще хуже, обвинений. Попробуйте вместе с ним разобраться, в чем причина неудачи, где было «слабое звено».

- Помогите ему, если есть в этом необходимость, найти работу.

Чем родители могут быть полезны ребенку в самый ответственный период его жизни – в период вступительных экзаменов?

- В первую очередь – абсолютной верой в его способности. Поощрите попытки рационального распределять время и усилия, управлять своими желаниями, проявлять волю. В некоторых случаях полезно просто не мешать и не стремиться руководить процессом подготовки. Вовремя приготовленный ужин или совместная прогулка могут оказаться полезнее нравоучений и наставлений. Поверьте, ребенок осознает значимость ситуации ничуть не меньше, а то пожалуй, и больше родителей.
- Изучите интересы, возможности, способности своего ребенка. Ориентируйтесь на реальные пути построения профессиональной карьеры, не отбрасывайте возможность получения начального профессионального образования как вполне реального и эффективного этапа в профессиональной подготовке подростков после окончания основной школы.
- При выборе профессии необходимо также иметь информацию о перспективах развития рынка труда, о наиболее востребованных в настоящее время профессиях и специальностях.

Для выбора будущей профессии ребенок должен знать о себе следующее:

- ✓ Свои интересы к профессии
- ✓ Свои способности
- ✓ Свои склонности

- ✓ Степень своей профессиональной пригодности (здоровье)
- Помочь ребенку выбрать профессию, соответствующую не только желаниям, но и возможностям

Как выбрать профессию

7 шагов к взвешенному решению

Рекомендации для старшеклассников

Выбор профессии - не минутное дело, оно может оказаться самым трудным выбором в твоей жизни.

- 1) Чтобы выбрать профессию необходимо, прежде всего, познать себя - свои личностные качества, интеллектуальные способности, стремления, состояние здоровья требованиям профессии.
- 2) Составьте список профессий, которые Вам нравятся, интересны, которые Вам подходят, по которым Вы хотели бы работать
- 3) Осознайте ценность вашего выбора (для себя и для общества) изучайте профессию и все, что с ней связано. Обратите внимание на потребности, престижность, зарплату будущей профессии.
- 4) Активно собирайте информацию о рынке труда, о новых и перспективных специальностях.
- 5) Разузнай больше о той профессии, которую хочешь тебе выбрать. Если это возможно, побывать в том месте, где как ты предполагаешь, тебе придется работать впоследствии, поговори с людьми, которые уже занимаются этим делом.
- 6) Не поддавайся чувству страха - это нормальное состояние, которые испытывают все люди перед выбором.
- 7) Не откладывай на завтра то, что можно узнать сегодня. Пытайся узнать все: как поступают, как учатся, как устраиваются работать после окончания обучения. Это поможет сложиться представление о том, что делать дальше

Опросник

Ф. И. О.

Класс,
школа

Дата

- Стоит ли в наше время честно трудиться?

Почему? _____

- Зачем учиться после школы, ведь можно и так прекрасно устроиться?

- Когда в России жизнь станет лучше?

- Хорошо ли Вы знаете мир профессий? Назовите все известные Вам профессии на букву «М»

- Ради чего Вы собираетесь прожить свою жизнь (в чем Вы видите ее смысл)?

- Кем Вы мечтаете стать по профессии через 20-30 лет? Как согласуется ваша профессиональная мечта с другими, непрофессиональными, но важными для вас пожеланиями (досуговыми, личными, семейными), нет ли противоречия мечты с этими желаниями?

-
-
- Выделите основные 5-7 этапов на пути к вашей профессиональной мечте (что собираетесь делать после школы и т.д.)
-

-
- Выпишите выбираемую профессию и соответствующее учебное заведение, где вы собираетесь приобрести эту профессию _____

- Запишите 3 самых неприятных момента, связанных с учебой _____
-

-
- Какие ваши собственные недостатки могут помешать вам на пути к профессиональной цели _____
-

-
- Как вы собираетесь работать над собой и готовиться к профессии? _____
-

-
- Кто и что могут помешать вам в реализации ваших профессиональных планов (какие люди и обстоятельства)? _____
-

-
- Есть ли у вас резервные варианты выбора на случай неудачи по основному варианту? _____
-

-
- Что вы уже сейчас делаете для подготовки к избранной профессии и для поступления в соответствующее учебное заведение? _____
-
-

«Карта интересов» А.Е. Голомштока

Опросник разработан А.Е. Голомштоком предназначен для изучения интересов и склонностей школьников старших классов в различных сферах деятельности. Голомшток выделяет 23 таких сферы: физика, математика, химия, астрономия, биология, медицина, сельское хозяйство, филология, журналистика, история, искусство, геология, география, общественная деятельность, право, транспорт, педагогика, рабочие специальности, сфера обслуживания, строительство, легкая промышленность, техника, электротехника.

Инструкция: для определения ведущих интересов Вам предлагается перечень вопросов.

Если Вам очень нравится то, о чем спрашивается в вопросе, в бланке ответов рядом с его номером поставьте два плюса ("++"),
если просто нравится - один плюс ("+"),
если не знаете, сомневаетесь - ноль ("0"),
если не нравится - один минус ("-"),
а если очень не нравится - два минуса ("--").
Отвечайте на вопросы, не пропуская ни одного из них.

Текст опросника

Любите ли Вы? Нравится ли Вам? Хотели бы Вы

1. Знакомиться с жизнью растений и животных.
2. Занятия и чтение книг по географии.
3. Читать художественную или научно-популярную литературу о геологических экспедициях.
4. Уроки и книги по анатомии и физиологии человека.
5. Выполнять ежедневную домашнюю работу.
6. Читать научно-популярную литературу о физических открытиях, жизни и деятельности выдающихся физиков.
7. Читать об открытиях в химии или о жизни и деятельности выдающихся химиков.
8. Читать технические журналы.
9. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области электроники и радиотехники.
10. Знакомиться с разными металлами и их свойствами.

11. Узнавать о разных породах древесины и об их практическом применении.
12. Узнавать о достижениях в области строительства.
13. Читать книги, смотреть фильмы о водителях различных видов транспорта (автомобильного, железнодорожного и т.д.).
14. Читать книги, смотреть фильмы о летчиках.
15. Знакомиться с военной техникой.
16. Читать книги об исторических событиях.
17. Читать произведения классиков русской и зарубежной литературы.
18. Читать и обсуждать публицистические статьи и очерки.
19. Обсуждать текущие дела и события в учебном заведении, городе, стране.
20. Интересоваться педагогической работой.
21. Читать книги, смотреть фильмы о работе милиции
22. Заботиться о порядке в собственных вещах, красивом виде помещения.
23. Читать книги из серии "Занимательная математика".
24. Изучать экономическую географию.
25. Заниматься иностранным языком.
26. Знакомиться с жизнью выдающихся художников, историей искусства.
27. Знакомиться с жизнью выдающихся артистов, встречаться с ними, коллекционировать их фотографии.
28. Знакомиться с жизнью и творчеством выдающихся музыкантов, с вопросами теории музыки.
29. Читать спортивные газеты, журналы, литературу о спорте.
30. Изучать биологию, ботанику, зоологию.
31. Знакомиться с различными странами по книгам и телепередачам.
32. Читать о жизни и деятельности знаменитых геологов.
33. Интересоваться достижениями медицины.
34. Посещать с экскурсиями предприятия легкой промышленности.
35. Читать книги из серии "Занимательная физика".
36. Изучать химические явления в природе.
37. Знакомиться с новейшими достижениями техники.
38. Интересоваться работой радиотехника, электрика.
39. Знакомиться с различными измерительными инструментами, используемыми в процессе металлообработки.
40. Наблюдать за изготовлением изделий из дерева (например, мебели).
41. Наблюдать за работой строителей.
42. Читать литературу о средствах передвижения.
43. Читать книги, смотреть фильмы и телепередачи о морях.
44. Читать книги, смотреть фильмы и телепередачи на военные темы, знакомиться с историей крупных сражений.

45. Обсуждать текущие политические события в стране и за рубежом.
46. Читать литературно-критические статьи.
47. Слушать радио, смотреть теленовости и тематические телепередачи.
48. Узнавать о событиях, происходящих в городе, стране.
49. Объяснять учащимся трудные для понимания вопросы.
50. Справедливо рассудить поступок знакомого или литературного героя.
51. Обеспечивать семью продуктами, организовывать питание членов семьи.
52. Читать научно-популярную литературу об открытиях в математике, о жизни и деятельности выдающихся математиков.
53. Интересоваться экономическими передачами по телевидению.
54. Читать художественную литературу на иностранном языке.
55. Заниматься художественным оформлением праздников.
56. Посещать театр.
57. Слушать оперную или симфоническую музыку.
58. Посещать спортивные соревнования, смотреть спортивные передачи.
59. Посещать дополнительные занятия по биологии.
60. Посещать дополнительные занятия по географии.
61. Коллекционировать минералы.
62. Изучать функции организма человека, причины возникновения и способы лечения болезней человека.
63. Готовить обед дома.
64. Осуществлять демонстрацию физических опытов.
65. Участвовать в организации опытов с химическими веществами.
66. Ремонтировать различные механизмы.
67. Производить замеры в электросетях с помощью приборов (вольтметра, амперметра).
68. Конструировать различные предметы и детали из металла.
69. Художественно обрабатывать дерево (вырезать, выпиливать).
70. Набрасывать эскизы или выполнять чертежи строительных объектов.
71. Проявлять интерес к автомобильному транспорту.
72. Увлекаться парашютным спортом, авиамоделизмом.
73. Заниматься спортивной стрельбой.
74. Изучать историю возникновения различных народов и государств.
75. Писать стихи.
76. Наблюдать за проведением и жизнью других людей.
77. Выполнять организационную общественную работу.
78. Проводить время с маленькими детьми, заниматься и играть с ними.

79. Устанавливать дисциплину среди сверстников.
80. Наблюдать за работой работников сферы обслуживания (повар, официант, продавец).
81. Участвовать в математических олимпиадах.
82. Просматривать экономические обзоры в газетах и журналах.
83. Слушать радиопередачи на иностранном языке.
84. Посещать музеи, художественные выставки.
85. Публично выступать.
86. Играть на музыкальном инструменте.
87. Участвовать в спортивных соревнованиях.
88. Наблюдать за ростом и развитием животных, растений.
89. Сбирать книги по географии.
90. Посещать краеведческий музей.
91. Вникать в работу врача, фармацевта.
92. Шить для себя.
93. Интересоваться физикой.
94. Интересоваться химией.
95. Работать с техникой.
96. Знакомиться с устройством электроаппаратуры.
97. Заниматься слесарным делом.
98. Выполнять столярные работы.
99. Принимать участие в отделочных ремонтных работах.
100. Помогать милиции в работе с пешеходами по правилам уличного движения.
101. Быть членом гребных и яхт-клубов.
102. Участвовать в военизированных играх.
103. Знакомиться с историческими местами.
104. Быть членом литературного клуба.
105. Наблюдать за ведением журналистами телепередач.
106. Публично выступать с сообщениями и докладами.
107. Организовывать работу детей.
108. Устанавливать скрытые причины поступков и поведения людей.
109. Оказывать различные услуги другим людям.
110. Решать сложные математические задачи.
111. Точно вести расчет своих денежных средств.
112. Посещать курсы по изучению иностранного языка.
113. Заниматься в художественной секции.
114. Участвовать в художественной самодеятельности.
115. Посещать музыкальную школу.
116. Заниматься в спортивной секции.
117. Участвовать в биологических олимпиадах и конкурсах.
118. Путешествовать.
119. Принимать участие в геологической экспедиции.
120. Ухаживать за больными.

121. Посещать кулинарные конкурсы и выставки.
122. Участвовать в конкурсных мероприятиях по физике.
123. Решать сложные задачи по химии.
124. Разбираться в технических схемах и чертежах.
125. Разбираться в сложных радиосхемах.
126. Знакомиться с новой техникой, наблюдать за работой промышленного оборудования.
127. Мастерить что-нибудь из дерева своими руками.
128. Помогать в строительных работах.
129. Принимать участие в обслуживании и ремонте автомобиля.
130. Мечтать о самостоятельных полетах на самолете.
131. Строго выполнять распорядок дня.
132. Публично выступать с докладами на исторические темы.
133. Работать с литературными источниками.
134. Принимать участие в дискуссиях, конференциях.
135. Организовывать и проводить коллективные мероприятия.
136. Обсуждать вопросы воспитания детей и подростков.
137. Помогать работникам милиции.
138. Постоянно общаться с различными людьми.
139. Принимать участие в математических олимпиадах, конференциях.
140. Интересоваться вопросами ценообразования, начисления заработной платы.
141. Общаться на иностранном языке.
142. Участвовать в художественных выставках.
143. Принимать участие в театральных постановках.
144. Участвовать в музыкальных конкурсах.
145. Регулярно тренироваться и участвовать в спортивных соревнованиях.
146. Выращивать растения, ухаживать за домашними животными.
147. Проводить топографическую съемку местности.
148. Совершать длительные, трудные походы.
149. Интересоваться деятельностью медицинских работников.
150. Шить, кроить, создавать модели одежды.
151. Решать сложные задачи по физике.
152. Посещать с экскурсиями химические предприятия.
153. Участвовать в выставках технического творчества.
154. Ремонтировать аудиотехнику.
155. Работать на станке.
156. Выполнять по чертежам столярные работы.
157. Принимать сезонное участие в строительстве.
158. Изучать правила дорожного движения для водителей.
159. Изучать морское дело.
160. Читать воспоминания главнокомандующих и полководцев.

161. Знакомиться с историческими местами родного края.
162. Писать рассказы.
163. Писать заметки или очерки в газету.
164. Выполнять общественные поручения.
165. Организовывать детские игровые и праздничные мероприятия.
166. Изучать законодательные документы, гражданское право.
167. Удовлетворять потребности людей в тех или иных услугах.
168. Выполнять математические расчеты по формулам.
169. Интересоваться проблемами региональной экономики.
170. Участвовать в олимпиадах по иностранному языку.
171. Посещать художественные музеи.
172. Играть на сцене в спектаклях.
173. Слушать классическую музыку.
174. Помогать преподавателю физкультуры в проведении занятия.

Обработка и интерпретация результатов

За каждый знак "+" в бланке ответов проставляется +1 балл, за каждый знак "-" проставляется -1 балл, за нулевой ответ - 0 баллов. В каждом из 29 столбцов бланка ответов подсчитывается количество положительных и отрицательных баллов.

Исходя из структуры бланка ответов определяются следующие виды профессиональных интересов (по столбцам).

Чем больше положительных ответов в столбце, тем выше степень выраженности интереса к данному виду профессиональной деятельности.

- | | |
|------------------------------------|-------------------------------|
| 1. Биология | 16. История |
| 2. География | 17. Литература |
| 3. Геология | 18. Журналистика |
| 4. Медицина | 19. Общественная деятельность |
| 5. Легкая и пищевая промышленность | 20. Педагогика |
| 6. Физика | 21. Юриспруденция |
| 7. Химия | 22. Сфера обслуживания |
| 8. Техника | 23. Математика |
| 9. Электро- и радиотехника | 24. Экономика |
| 10. Металлообработка | 25. Иностранные языки |
| 11. Деревообработка | |

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 12. Строительство | 26. Изобразительное |
| 13. Транспорт | искусство |
| 14. Авиация, морское | 27. Сценическое |
| дело | искусство |
| 15. Военные | 28. Музыка |
| специальности | 29. Физкультура и |
| | спорт |

уровни выраженности:

- от -12 до -6 - высшая степень отрицания данного интереса;
- от -5 до -1 - интерес отрицается;
- от +1 до +4 - интерес выражен слабо;
- от +5 до +7 - выраженный интерес
- от +8 до +12 - ярко выраженный интерес.

Бланк ответов к опроснику "Карта интересов"

Ф.И.О. _____ возраст _____ дата заполнения _____

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58
59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87
88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116

[illegible]

Дифференциально-диагностический опросник

Инструкция к тесту

Предположим, что после соответствующего обучения вы сможете выполнить любую работу. Но если бы вам пришлось выбирать только из двух вариантов, что бы вы предпочли? Если бы на свете существовали только две профессии, какую работу вы бы предпочли из двух?

- 1а. Ухаживать за животными
- 1б. Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)

- 2а. Помогать больным
- 2б. Составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин

- 3а. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок
- 3б. Следить за состоянием, развитием растений

- 4а. Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т.д.)
- 4б. Доводить Товары до потребителя, рекламировать, продавать

- 5а. Обсуждать научно-популярные книги, статьи
- 5б. Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты)

- 6а. Выращивать молодняк (животных какой-либо породы)
- 6б. Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных)

- 7а. Копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты)
- 7б. Управлять грузовым (подъемным или транспортным) средством – подъемным краном, трактором, тепловозом и т.д.

- 8а. Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т.д.)
- 8б. Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов)

- 9а. Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику), жилище
- 9б. Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках

- 10а. Лечить животных
- 10б. Выполнять вычисления, расчеты

- 11а. Выводить новые сорта растений
 11б. Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания и т.д.)
- 12а. Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разьяснять, наказывать, поощрять
 12б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок)
- 13а. Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности
 13б. Наблюдать, изучать жизнь микробов
- 14а. Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты
 14б. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.д.
- 15а. Составлять точные описания-отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.
 15б. Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые и представляемые)
- 16а. Делать лабораторные анализы в больнице
 16б. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение
- 17а. Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий
 17б. Осуществлять монтаж или сборку машин, приборов
- 18а. Организовать культпоходы сверстников или младших в театры, музеи, экскурсии, туристические походы и т.д.
 18б. Играть на сцене, принимать участие в концертах
- 19а. Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания
 19б. Заниматься черчением, копировать чертежи, карты
- 20а. Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада
 20б. Работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе, наборной машине и др.)

Ключ к тесту

Типы профессий

Номера вопросов

«Человек – природа»
 20а.

1а, 3б, 6а, 10а, 11а, 13б, 16а,

«Человек – техника» 19а.	1б, 4а, 7б, 9а, 11б, 14а, 17б,
«Человек – человек» 18а.	2а, 4б, 6б, 8а, 12а, 14б, 16б,
«Человек – знаковая система» 20б.	2б, 5а, 9б, 10б, 12б, 15а, 19б,
«Человек – художественный образ» 18б.	3а, 5б, 7а, 8б, 13а, 15б, 17а,

За каждое совпадение с ключом начисляется один балл.

Интерпретация результатов теста

Рекомендуется выбрать тот тип профессий, который получил максимальное количество баллов. Название типов профессий:

«Человек – природа»

– все профессии, связанные с растениеводством, животноводством и лесным хозяйством.

«Человек – техника»

– все технические профессии.

«Человек – человек»

– все профессии, связанные с обслуживанием людей, с общением.

«Человек – знак»

– все профессии, связанные с расчетами, цифровыми и буквенными знаками, в том числе и музыкальные специальности.

«Человек – художественный образ»

– все творческие специальности.

Краткое описание типов профессий

«Человек – природа»

Если вы любите работать в саду, огороде, ухаживать за растениями, животными, любите биологию, то ознакомьтесь с профессиями типа «человек — природа».

Предметом труда для представителей большинства профессий типа «человек — природа» являются:

- животные, условия их роста, жизни;
- растения, условия их произрастания.

Специалистам в этой области приходится выполнять следующие **виды деятельности**:

- изучать, исследовать, анализировать состояние, условия жизни растений или животных (агроном, микробиолог, зоотехник, гидробиолог, агрохимик, фитопатолог);
- выращивать растения, ухаживать за животными (лесовод, полевод, цветковод, овощевод, птицевод, животновод, садовод, пчеловод);
- проводить профилактику заболеваний растений и животных (ветеринар, врач карантинной службы).

Психологические требования профессий «человек — природа»:

- развитое воображение, наглядно-образное мышление, хорошая зрительная память, наблюдательность, способность предвидеть и оценивать изменчивые природные факторы;
- поскольку результаты деятельности выявляются по прошествии довольно длительного времени, специалист должен обладать терпением, настойчивостью, должен быть готовым работать вне коллективов, иногда в трудных погодных условиях, в грази и т.д.

«Человек – техника»

Если вам нравятся лабораторные работы по физике, химии, электротехнике, если вы делаете модели, разбираетесь в бытовой технике, если вы хотите создавать, эксплуатировать или ремонтировать машины, механизмы, аппараты, станки, то ознакомьтесь с профессиями «человек — техника».

Предметом труда для представителей большинства профессий типа «человек техника» являются:

- технические объекты (машины, механизмы);
- материалы, виды энергии.

Специалистам в этой области приходится выполнять следующие **виды деятельности**:

- создание, монтаж, сборка технических устройств (специалисты проектируют, конструируют технические системы, устройства, разрабатывают процессы их изготовления. Из отдельных узлов, деталей собирают машины, механизмы, приборы, регулируют и налаживают их);
- эксплуатация технических устройств (специалисты работают на станках, управляют транспортом, автоматическими системами);

— ремонт технических устройств (специалисты выявляют, распознают неисправности технических систем, приборов, механизмов, ремонтируют, регулируют, налаживают их).

Психологические требования профессий «человек — техника»:

- хорошая координация движений;
- точное зрительное, слуховое, вибрационное и кинестетическое восприятие;
- развитое техническое и творческое мышление и воображение;
- умение переключать и концентрировать внимание;
- наблюдательность.

«Человек – знаковая система»

Если вы любите выполнять вычисления, чертежи, схемы, вести картотеки, систематизировать различные сведения, если вы хотите заниматься программированием, экономикой или статистикой и т.д., то знакомьтесь с профессиями типа «человек — знаковая система». Большинство профессий этого типа связано с переработкой информации.

Предметом труда для представителей большинства профессий типа «человек — знаковая система» являются:

- тексты на родном или иностранном языках (редактор, корректор, машинистка, делопроизводитель, телеграфист, наборщик);
- цифры, формулы, таблицы (программист, оператор ЭВМ, экономист, бухгалтер, статистик);
- чертежи, схемы, карты (конструктор, инженер-технолог, чертежник, копировальщик, штурман, геодезист);
- звуковые сигналы (радист, стенографист, телефонист, звукооператор).

Психологические требования профессий «человек — знаковая система»:

- хорошая оперативная и механическая память;
- способность к длительной концентрации внимания на отвлеченном (знаковом) материале;
- хорошее распределение и переключение внимания;
- точность восприятия, умение видеть то, что стоит за условными знаками;
- усидчивость, терпение;
- логическое мышление.

«Человек – художественный образ»

Предметом труда для представителей большинства профессий типа «человек — знаковая система» является:

— художественный образ, способы его построения.

Специалистам в этой области приходится выполнять следующие **виды деятельности**:

- создание, проектирование художественных произведений (писатель, художник, композитор, модельер, архитектор, скульптор, журналист, хореограф);
- воспроизведение, изготовление различных изделий по образцу (ювелир, реставратор, гравер, музыкант, актер, столяр-краснодеревщик);
- размножение художественных произведений в массовом производстве (мастер по росписи фарфора, шлифовщик по камню и хрусталу, маляр, печатник).

Психологические требования профессий «человек — художественный образ»:

- художественные способности; развитое зрительное восприятие;
- наблюдательность, зрительная память; наглядно-образное мышление; творческое воображение;
- знание психологических законов эмоционального воздействия на людей.

«Человек – человек»

Предметом труда для представителей большинства профессий типа «человек — человек» являются:

- люди.

Специалистам в этой области приходится выполнять следующие **виды деятельности**:

- воспитание, обучение людей (воспитатель, учитель, спортивный тренер);
- медицинское обслуживание (врач, фельдшер, медсестра, няня);
- бытовое обслуживание (продавец, парикмахер, официант, вахтер);
- информационное обслуживание (библиотекарь, экскурсовод, лектор);
- защита общества и государства (юрист, милиционер, инспектор, военнослужащий).

Психологические требования профессий «человек-человек»:

- стремление к общению, умение легко вступать в контакт с незнакомыми людьми;
- устойчивое хорошее самочувствие при работе с людьми;
- доброжелательность, отзывчивость;
- способность анализировать поведение окружающих и свое собственное,

понимать намерения и настроение других людей, способность разбираться во взаимоотношениях людей, умение улаживать разногласия между ними, организовывать их взаимодействие;

— способность мысленно ставить себя на место другого человека, умение слушать, учитывать мнение другого человека;

— способность владеть речью, мимикой, жестами;

— развитая речь, способность находить общий язык с разными людьми;

— умение убеждать людей;

— аккуратность, пунктуальность, собранность;

— знание психологии людей.

Тест «Вот такой у меня темперамент!»

Если очередное утверждение совпадает с вашим мнением, то надо ответить «Да» или (+1). Если ваша оценка не совпадает с предложенным утверждением, вы отвечаете «Нет» или (-1).

Утверждения:

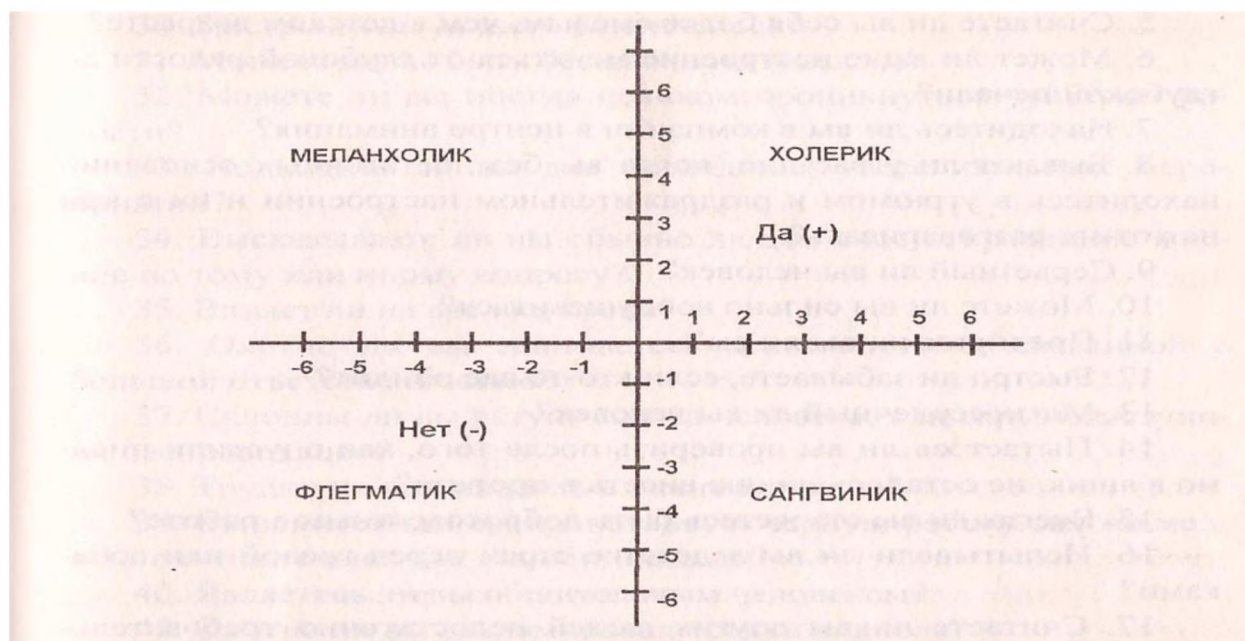
1. Обычно вы осуществляете деятельность (учебу) без предварительного планирования?
2. Случается ли, что вы чувствуете себя то счастливыми, то несчастным без видимых на то причин?
3. Чувствуете ли вы себя счастливым, когда занимаетесь делом, требующим немедленных действий?
4. Подвержены ли вы колебаниям настроения без видимых причин?
5. При завязывании новых знакомств вы первым проявляете инициативу?
6. Часто ли вы бываете в плохом настроении?
7. Склонны ли вы действовать быстро и решительно?
8. Бывает ли, что вы пытаетесь на чем-либо сосредоточиться, но не можете?
9. Вы пылкий человек?
10. Бывает ли так, что в беседе с другими вы присутствуете лишь физически, а мысленно отсутствуете?
11. Чувствуете ли вы себя неуютно, когда не имеете возможности общаться?
12. Бывает ли, что временами вы полны энергии, а порой, наоборот, очень пассивны?

Обработка результатов.

Отложите количество «Да» (+) на все утверждения с нечетными номерами по горизонтали вправо от О, «Нет» (-) – влево; с четными

номерами «Да» (+) по вертикальной оси вверх, а количество «Нет» (-) – вниз.

Через полученные точки надо провести параллельно по осям прямые до пересечения.



Типы темперамента и их психологическая характеристика

Холерик — это человек, нервная система которого определяется преобладанием возбуждения над торможением, вследствие чего он реагирует очень быстро, часто необдуманно, не успевает себя сдержать, проявляет нетерпение, порывистость, резкость движений, вспыльчивость, необузданность. Неуравновешенность его нервной системы предопределяет цикличность в смене его активности и бодрости: увлекшись каким-нибудь делом, он страстно, с полной отдачей работает, но сил ему хватает ненадолго, и, как только они истощаются, он дорабатывается до того, что ему все нелегко.



Рис. 2.6. Холерик

Появляются раздраженное состояние, плохое настроение, упадок сил и вялость («все валится из рук»). Чередование положительных циклов подъема настроения и энергичности с отрицательными циклами спада, депрессии обуславливает неровность поведения и самочувствия, повышенную подверженность появлению невротических срывов и конфликтов с людьми.

Сангвиник — человек с сильной, уравновешенной, подвижной нервной системой; обладает быстрой скоростью реакции; его поступки обдуманны; он жизнерадостен, благодаря чему его характеризует высокая сопротивляемость трудностям

жизни. Подвижность его нервной системы обуславливает изменчивость чувств, привязанностей, интересов, взглядов, высокую приспособляемость к новым условиям. Это общительный человек, легко сходится с новыми людьми, и поэтому у него широкий круг знакомств, хотя он и не отличается постоянством в общении и привязанностях.



Рис. 2.7. Сангвиник

Он продуктивный деятель, но лишь тогда, когда много интересных дел, т. е. при постоянном возбуждении, в противном случае он становится скучным, вялым, отвлекается. В стрессовой ситуации проявляет «реакцию льва», т. е. активно, обдуманно защищает себя, борется за нормализацию обстановки.

Флегматик — человек с сильной, уравновешенной, но инертной нервной системой. Вследствие этого реагирует медленно; неразговорчив; эмоции проявляются замедленно (трудно рассердить, развеселить); обладает высокой работоспособностью, хорошо сопротивляется сильным и продолжительным раздражителям, трудностям, но не способен быстро реагировать в неожиданных новых ситуациях. Прочно запоминает все усвоенное; не способен отказаться от выработанных навыков и стереотипов, не любит менять привычки, распорядок жизни, работу, друзей, трудно и медленно приспосабливается к новым условиям. Настроение стабильное, ровное. При серьезных неприятностях флегматик остается внешне спокойным.



Рис. 2.8. Флегматик

Меланхолик — человек со слабой нервной системой, обладающий повышенной чувствительностью даже к слабым раздражителям. Если же раздражитель сильный, то может случиться «срыв», «стой», появится растерянность, «стресс кролика», поэтому в стрессовых ситуациях (экзамен, соревнования, опасность и т. п.) могут ухудшиться результаты деятельности меланхолика по сравнению со спокойной привычной ситуацией.

Повышенная чувствительность приводит к быстрой утомляемости и падению работоспособности (требуется более длительный отдых).

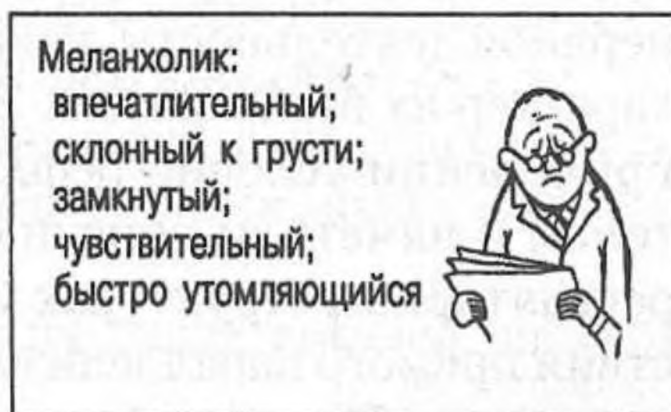


Рис. 2.9. Меланхолик

Незначительный повод способен вызвать обиду, слезы. Настроение очень изменчиво, но обычно меланхолик старается скрыть, не проявлять внешне свои чувства, не рассказывает о своих переживаниях, хотя очень склонен отдаваться переживаниям, часто грустен, подавлен, не уверен в себе, тревожен, у него могут возникнуть невротические расстройства. Однако, обладая высокой чувствительностью нервной системы, такие люди часто имеют выраженные художественные и интеллектуальные способности.

Трудно точно ответить, какой тип темперамента у того или иного взрослого человека. Тип нервной системы хотя и определяется наследственностью, но не является абсолютно неизменным. С возрастом, а также под действием систематических тренировок, воспитания, жизненных обстоятельств нервные процессы могут ослабеть или усилиться, может ускориться или замедлиться их переключаемость. Например, среди детей преобладают холерики и сангвиники (они энергичны, веселы, легко и сильно возбуждаются; заплавав, через минуту могут отвлечься и радостно хохотать, т. е. присутствует высокая подвижность нервных процессов). Среди пожилых людей, наоборот, много флегматиков и меланхоликов.

Темперамент — это внешнее проявление типа высшей нервной деятельности человека, и поэтому в результате воспитания, самовоспитания

оно может искажаться, изменяться, происходит «маскировка» истинного темперамента. Поэтому редко встречаются «чистые» типы темперамента, но тем не менее определенная тенденция всегда проявляется в поведении человека.

«Мотивы выбора профессии»
(Р.В. Овчарова)

Данная методика позволяет определить ведущий тип мотивации при выборе профессии. Текст опросника состоит из двадцати утверждений, характеризующих любую профессию. Необходимо оценить, в какой мере каждое из них повлияло на выбор профессии. С помощью методики можно выявить преобладающий вид мотивации (внутренние индивидуально-значимые мотивы, внутренние социально-значимые мотивы, внешние положительные мотивы и внешние отрицательные мотивы).

Инструкция: ниже приведены утверждения, характеризующие любую профессию. Прочтите и оцените, в какой мере каждое из них повлияло на ваш выбор профессии. Назовите эту профессию, специальность. Ответы могут быть 5 видов:

«очень сильно повлияло» - 5 баллов;

«сильно повлияло» - 4 балла;

«средне повлияло» - 3 балла;

«слабо повлияло» - 2 балла;

«никак не повлияло» - 1 балл.

Поставьте напротив каждого утверждения соответствующий вашему ответу балл.

Бланк для ответов

№	Утверждения	оценка
1	Требует общения с разными людьми	
2	Нравится родителям	
3	Предполагает высокое чувство ответственности	
4	Требует переезда на новое место жительства	
5	Соответствует моим способностям	
6	Позволяет ограничиться имеющимся оборудованием	
7	Дает возможность приносить пользу людям	
8	Способствует умственному и физическому развитию	
9	Является высокооплачиваемой	
10	Позволяет работать близко от дома	
11	Является престижной	
12	Дает возможности для роста профессионального мастерства	

13	Единственно возможная в сложившихся обстоятельствах	
14	Позволяет реализовать способности к руководящей работе	
15	Является привлекательной	
16	Близка к любимому школьному предмету	
17	Позволяет сразу получить хороший результат труда для других	
18	Избрана моими друзьями	
19	Позволяет использовать профессиональные умения вне работы	
20	Дает большие возможности проявить творчество	

Обработка данных

Внутренние индивидуально значимые мотивы: 1, 5, 8, 15, 20.

Внутренние социально значимые мотивы: 3, 7, 12, 14, 17.

Внешние положительные мотивы: 4, 9, 10, 16, 19.

Внешние отрицательные мотивы: 2, 6, 11, 13, 18.

Внутренние мотивы выбора той или иной профессии - ее общественная и личная значимость; удовлетворение, которое приносит работа благодаря ее творческому характеру; возможность общения, руководства другими людьми и т.д. Внутренняя мотивация возникает из потребностей самого человека, поэтому на ее основе человек трудится с удовольствием, без внешнего давления.

Внешняя мотивация - это заработок, стремление к престижу, боязнь осуждения, неудачи и т.д. Внешние мотивы можно разделить на положительные и отрицательные. К положительным мотивам относятся: материальное стимулирование, возможность продвижения по службе, одобрение коллектива, престиж, т.е. стимулы, ради которых человек считает нужным приложить свои усилия. К отрицательным мотивам относятся воздействия на личность путем давления, наказаний, критики, осуждения и других санкций негативного характера.

Исследования показывают, что преобладание внутренних мотивов наиболее эффективно с точки зрения удовлетворенности трудом и его производительности. То же самое можно сказать и относительно положительной внешней мотивации.

**«Диагностика профессиональных предпочтений» опросник Дж.
Голланда.**

ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В бланке ответов поставьте крестик в соответствующем столбце напротив тех видов деятельности, которые Вам хотелось бы выполнять.

R

1. Ремонтировать электрические приборы
2. Ремонтировать автомобили
3. Заниматься в стрелковой, парашютной секции
4. Изготавливать изделия из дерева
5. Ухаживать за животными и растениями
6. Работать на станках
7. Заниматься охотой и рыболовством
8. Заниматься спортом
9. Заниматься конструированием изделий
10. Пройти курс швейного дела
11. Пройти курс вождения автомобиля

I

1. Участвовать в олимпиадах и научных конференциях
2. Работать в лаборатории
3. Работать над научным проектом
4. Изучать научную теорию
5. Работать с химическими реактивами
6. Самостоятельно читать специальную литературу
7. Использовать математические знания на практике
8. Изучать физику
9. Изучать химию
10. Изучать биологию

11. Изучать газетно-журнальные статьи

A

1. Делать наброски, рисовать, писать красками
2. Играть в спектаклях
3. Заниматься дизайном мебели, одежды, витрин
4. Играть в рок-группе, симфоническом оркестре
5. Играть на музыкальных инструментах
6. Писать для газет и журналов
7. Писать портреты, фотографировать
8. Писать пьесы, рассказы, стихи
9. Читать и переводить литературу на иностранном языке
10. Брать уроки по искусству
11. Заниматься аранжировкой музыки

S

1. Встречаться с видными деятелями науки
2. Читать книги и статьи по социологии
3. Оказывать людям медицинскую помощь
4. Помогать людям решать их личные проблемы
5. Ухаживать за детьми
6. Заниматься с несовершеннолетними правонарушителями
7. Преподавать в колледже, техникуме, училище
8. Читать книги по психологии
9. Помогать людям с физическими и умственными отклонениями
10. Ознакомиться с курсом психологии общения
11. Преподавать в ВУЗе

E

1. Оказывать влияние на других людей

2. Продавать что-либо
3. Изучать стратегию делового успеха
4. Управлять собственным делом, предприятием
5. Посещать аукционы, выставки
6. Изучать краткий курс управления предприятием
7. Быть официальным представителем предприятия
8. Контролировать работу других
9. Встречаться с руководителями различного ранга
10. Руководить группой для достижения определенной цели
11. Участвовать в политической кампании

С

1. Начислять налоги
2. Печатать деловые бумаги
3. Проводить арифметические вычисления
4. Работать на ксероксе, печатной машинке
5. Вести точный учет расходов
6. Работать с записывающими устройствами
7. Пройти курс бизнеса
8. Пройти курс бухгалтерского дела
9. Изучить курс прикладной математики
10. Работать с компьютерами
11. Читать и изучать новую литературу

СПОСОБНОСТИ (УМЕНИЯ)

В бланке ответов поставьте крестик в соответствующем столбце напротив тех видов деятельности, которые Вы можете выполнить хорошо или компетентно.

R

1. Я могу шить, вязать, плести макраме
2. Я могу работать с измерительными приборами(амперметр,вольтметр)
3. Я могу управлять автомобилем
4. Я занимаюсь в спортивной секции
5. Я могу обновить мебель и деревянные изделия
6. Я могу ухаживать за животными и растениями
7. Я могу делать несложный ремонт электроприборов (пылесос,утюг, светильник)
8. Я могу ремонтировать мебель
9. Я могу делать чертежи
- 10.Я могу делать несложный ремонт телевизоров, радиоприемников
- 11.Я могу делать несложный ремонт водопровода

I

- 1 .Я умею решать задачи
2. Я могу провести научное исследование
3. Я могу выполнить практическую работу по физике
4. Я умею пользоваться тригонометрическими таблицами
5. Я умею пользоваться калькулятором
6. Я умею пользоваться микроскопом
7. Я умею программировать на компьютере
8. Я могу исследовать микроорганизмы и растения
9. Я понимаю простейшие химические формулы
- 10.Я понимаю простейшие физические формулы
- 11.Я могу выполнить практическую работу по химии

A

- 1 . Я умею играть на музыкальном инструменте
2. Я могу участвовать в хоровом пении на два или четыре голоса
3. Я могу быть солистом
4. Я могу играть в пьесе
5. Я могу читать и пересказывать прочитанное
6. Я могу писать научно-популярные или технические статьи
7. Я занимаюсь изучением иностранного языка
8. Я могу рисовать картины, акварели, лепить скульптуру

9. Я могу сочинять и аранжировать музыку
10. Я могу конструировать одежду, мебель, рисовать плакаты
11. Я хорошо пишу рассказы или стихи

S

1. Для меня не сложно общаться с любыми людьми
2. Я могу вести дискуссию
3. Я хорошо объясняю что-либо
4. Я принимал участие в благотворительной деятельности
5. Я могу оказать первую медицинскую помощь
6. Я с лёгкостью обучаю детей
7. Я легко могу обучать взрослых
8. Я легко могу помочь людям, которые расстроены или в беде
9. Я могу придумать развлекательную программу
10. Я могу развлечь людей более старших по возрасту
11. Люди доверяют мне свои беды и неприятности

E

1. Меня выбирали на разные должности в школе и колледже
2. Я знаю, как стать преуспевающим руководителем
3. Я - хороший оратор
4. Я могу организовать малое предприятие
5. Я могу заставить группу хорошо работать
6. У меня репутация человека, умеющего общаться со «сложными» людьми
7. Я могу организовать распродажу товаров
8. Я могу организовать работу других людей
9. Я - настойчивый и честлюбивый человек
10. Я могу убеждать людей делать так, как я предлагаю
11. Я знаю, как заработать деньги

C

1. Я владею машинописью

2. Я могу работать на копировальной и множительной технике
3. Я могу стенографировать
4. Я знаю делопроизводство
5. Я могу систематизировать литературу
6. Я умею пользоваться каталогами, справочниками
7. Я могу за короткое время выполнить много бумажной работы
8. Я могу пользоваться вычислительной техникой
9. Я умею пользоваться компьютером
10. Я могу заполнить в бухгалтерской книге дебет и кредит
11. Я умею вести точный учет платежей и проданных товаров

ПРОФЕССИИ

Это проверка вашего восприятия и отношения к профессиям. Выберите (крестиком) профессии, которые Вас интересуют или нравятся Вам.

<u>R</u> 1. Повар 2. Фермер 3. Механик 4. Пожарный 5. Лесничий 6. Официант-бармен 7. Инженер-строитель 8. Телеграфист 9. Водитель 10. Военнослужащий 11. Инженер-механик 12. Парикмахер 13. Электрик 14. Портной 5.	<u>I</u> 1. Метеоролог 2. Биолог 3. Археолог 4. Лингвист 5. Агроном 6. Ученый-исследователь 7. Генетик 8. Редактор научного журнала 9. Геолог 10. Философ 11. Физик 12. Фармацевт 13. Техник пищевой промышленности 14. Эколог 6.
<u>A</u> 1. Поэт 2. Музыкант 3. Писатель	<u>S</u> 1. Социолог 2. Преподаватель высшей школы 3. Работник милиции

4. Актер 5. Режиссер 6. Журналист 7. Эстрадный певец 8. Композитор 9. Визажист 10. Ювелир 11. Хореограф 12. Архитектор 13. Дизайнер 14. Экскурсовод, гид 7.	4. Логопед-дефектолог 5. Врач 6. Психолог 7. Учитель 8. Юрист 9. Социальный работник 8. Священник 9. Медсестра 10. Воспитатель-гувернантка 11. Тренер 12. Таможенник 13.
<u>Е</u> 1. Брокер 2. Маркетолог 3. Заведующий рекламой 4. Страховой агент 5. Редактор газеты 6. Коммерческий агент 7. Директор ресторана 8. Капитан судна 9. Товаровед 10. Продавец 11. Адвокат 12. Дипломат 13. Менеджер 14. Экономист	<u>С</u> 1. Бухгалтер 2. Переплетчик 3. Контролер-кассир 4. Корректор 5. Стенографист, машинистка 6. Переводчик 7. Работник узла связи 8. Оператор ЭВМ 9. Финансист 10. Секретарь-референт 11. Аудитор 12. Программист 13. Библиотекарь 14. Эксперт-криминалист

САМООЦЕНКА

Оцените себя по каждой из следующих характеристик, сравнивая себя с другими людьми Вашего возраста. Дайте как можно более точную оценку Ваших способностей. Обведите в *бланке ответов* кружком нужное число. Старайтесь не оценивать себя по всем характеристикам одинаково.

СПОСОБНОСТИ

	Технич.	Научные	Худож.	Преподават.	Торговые	Бухгалт.
высокие	7	7	7	7	7	7
	6	6	6	6	6	6

	5	5	5	5	5	5
средние	4	4	4	4	4	4
	3	3	3	3	3	3
низкие	2	2	2	2	2	2
	1	1	1	1	1	1

СПОСОБНОСТИ

	Ручные умения	Матем.	Музыкальн.	Понимание других	Управление	Маши нописи
высокие	7	7	7	7	7	7
	6	6	6	6	6	6
	5	5	5	5	5	5
средние	4	4	4	4	4	4
	3	3	3	3	3	3
низкие	2	2	2	2	2	2
	1	1	1	1	1	1

Определение самооценки по Ю.И. Киселеву.

№	Качества	№	d	d2
	Уступчивость Смелость Вспыльчивость Настойчивость Нервозность Терпеливость Увлекаемость Пассивность Холодность Энтузиазм Осторожность Капризность Медлительность Нерешительность Энергичность Жизнерадостность Мнительность Упрямство Беспечность Застенчивость			

Обработка результатов

Рассмотрите данные качества с точки зрения полезности, социальной значимости и желательности. Оцените каждое качество в пределах от 20 до 1 очков (20 -самое желательное, значимое, полезное) (1- менее всего желаемое) Ни одна оценка не должна повторяться. Все оценки занести в графу № СЛЕВА

Закройте графу ЛЕВУЮ, чтобы оценки не были видны. В графе № - справа оцените качества, которые, как вы считаете, присущи вам (по тем же критериям от 20 до 1)

Вычитите ваши оценки из оценок № - слева. Полученные результаты занесите в графу d. Возведите их в квадрат и занесите их в графу d2. Сложите все значения d2. Сумму умножьте на 0,00075. Вычитите из 1 полученный результат. Коэффициент корреляции может иметь значение от +1 до -1.

Чем ближе к +1, тем выше самооценка. Практика показывает, что чаще всего оценка бывает в диапазоне 0,62-0,85.

Мини-тест «Мои ценности»

Сейчас я продиктую вам 12 пунктов, которые вы запишете на листочках. Затем вы должны проставить рядом с каждым обсуждением цифру, которая будет обозначать, что для вас наиболее важно, стоит на первом месте, втором, третьем и т.д. Итак, перечень возможных ценностей:

- материально обеспеченная жизнь;
- счастливая семейная жизнь;
- здоровье;
- творчество;
- наличие хороших и верных друзей;
- свобода как независимость в действиях и поступках;
- любовь;
- уверенность в себе;
- интересная работа;
- красота природы и искусства;
- познание, стремление к новому;
- активная, деятельная жизнь.

Преподаватель предлагает желающим зачитать полученный список в порядке убывания значимости ценностей. Преподаватель задает вопрос: «Как вы думаете, отличаются ваши ценности от ценностей ваших друзей, ваших родителей?»

Преподаватель предлагает учащимся выполнить следующее домашнее задание: провести мини исследовательскую работу: «Ценности детей и родителей» (всем учащимся необходимо протестировать своих родителей по методике «Мои ценности». Одному из учащихся предлагается собрать все результаты тестирования родителей и своих одноклассников и проанализировать, какие ценности чаще встречаются на первых/последних местах в ответах родителей, детей, какие совпадают, какие нет и т. д. Результаты анализа осветить на практическом занятии).

