

**Проектирование индивидуальной траектории профессионального
самоопределения школьников**

(Дидактические материалы)

Составитель: Фомина О.В.

Оглавление

Введение	3
ЧАСТЬ I	
Общая характеристика возраста	6
Психологический аспект самоопределения личности	11
Психологическое сопровождение выбора профессии	12
Личный профессиональный план как элемент профессионального самоопределения	13
ЧАСТЬ II (ПРАКТИКА)	
Структура программы "Профессиональное самоопределение старшеклассников"	15
Тематический план занятий	16
Занятие 1. "Давайте познакомимся"	16
Занятие 2. "Кто я или что я о себе думаю?"	19
Занятие 3. "Дороги, которые мы выбираем"	21
Занятие 4. "На пути к профессиональной цели"	24
Занятие 5. "Гамма способностей"	26
Занятие 6. "Мир профессий и мое место в нем"	27
Занятие 7. "Типичные ошибки и затруднения при выборе профессии"	33
Занятие 8. "Стратегия выбора профессии"	35
Занятие 9. "Мои личные жизненные и профессиональные планы"	38
Приложения	41
Литература	56

ВВЕДЕНИЕ

ОБОСНОВАНИЕ И ФОРМУЛИРОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

С развитием в стране рыночной экономики подготовка школьников к труду и выбору профессии в основном связывается не с проблемами рационального распределения трудовых ресурсов, как это было в недалеком прошлом, а с воспитанием личной готовности к труду в условиях конкурентной борьбы и безработицы.

Школа обязана учитывать эти перемены и всемерно направлять усилия на воспитание у учащихся ответственности за принимаемые решения по выбору профессии. Жизнь свидетельствует, что наиболее эффективно трудятся те люди, которые выполняют профессиональную деятельность, оптимально соответствующую их природным склонностям, характеру, стилю, способам восприятия и переработки информации, основной направленности мотивов.

Эти люди наилучшим образом адаптированы к стилю трудовой деятельности, испытывают от работы максимум положительных эмоций, что, в конечном счете, отражается на темпе и качестве труда. Напротив, несоответствие индивидуально-психологических особенностей человека требованиям, которые предъявляют те или иные трудовые процессы, вызывает отрицательные эмоции, избыточную эмоциональную напряженность, приводит к нервно-психическим срывам и профессиональным заболеваниям.

Выбор профессии для учащегося – активный, напряженный труд, который связан с самопознанием и саморазвитием качеств личности, изучением содержания избираемой профессии и установлением на этой основе соответствия качеств личности требованиям, предъявляемым профессией к человеку.

Не у всякого учащегося хватит сил самостоятельно преодолеть эти трудности и, возникающую в силу недостаточного жизненного опыта, случайность мотива выбора профессии. Следствие этого – снижение уровня самооценки, неуверенность в собственных способностях, неподготовленность к «взрослой» жизни, возможность остаться безработными после окончания школы.

Учитывая значимость момента профессионального самоопределения, выделим основные компоненты, с которыми подросток должен выйти из школы:

- определенный багаж знаний;
- умение жить в обществе, строить взаимоотношения с людьми;

- определение социального имиджа, то есть "Кем я буду после школы?"

От ответа на этот вопрос зависит шанс подростка найти свое место в мире взрослых.

Проводя многие часы в школе среди сверстников, в окружении одних и тех же взрослых – учителей и воспитателей, готовящих их к взрослой жизни, подростки невольно чувствуют себя отгороженными от обширного социального мира. Они не могут определить, насколько соответствует их подготовка требованиям, которые впоследствии предъявит к ним общество. Многие стрессовые ситуации у подростка связаны с трудным поиском ответов на сложные вопросы типа "Кто я?", "Какой я?", "Куда я иду?" и "Какую профессию мне выбрать?". Если подростки не имеют четкого представления о своих истинных способностях и возможностях, сделать осмысленный выбор им невероятно сложно.

Современный взгляд на профессиональную пригодность заключается в том, что она формируется в трудовой деятельности, в ходе овладения профессией, а не дана изначально, как некое врожденное качество. Следовательно, первое, что необходимо выявить – это готовность к профессиональной деятельности у подростка, наличие положительной профессиональной мотивации.

Психологические исследования показывают, что в выборе профессий учащимися можно выделить 3 периода:

1 период – "фантазий" (до 11 лет);

2 период – пробных выборов (11-17 лет):

а) выбор определяется интересом (11-17 лет);

б) выбор определяется способностями и умениями (13-14 лет);

в) выбор определяется ценностями личности (15-16 лет);

г) переходный период (17 лет), связанный со вступлением в новую ситуацию развития;

3 период – реалистический выбор (после 17 лет).

Разумеется, это упрощенная картина возрастных особенностей. У реальных подростков наблюдаются значительные колебания: одни уже очень рано определяют сферу применения своих сил и целенаправленно готовятся к будущему, у других наблюдаются все вышеперечисленные стадии. Несомненно одно – именно в подростковый период идет процесс поиска. С помощью профориентационной работы мы сможем решить следующие **задачи**: побудить учащихся задуматься о будущем социальном имидже; развить потребность в самостоятельном выборе профессии;

способствовать формированию представления об истинных способностях и возможностях подростка.

Мир профессий чрезвычайно динамичен и изменчив. В нашей стране специалисты насчитывают более 7000 профессий. Каждый год происходит обновление около 500 видов труда. Действительность такова, что за последнее время появилось множество новых профессий, следовательно, процесс обновления видов труда происходит еще быстрее. Складывается противоречивая ситуация, связанная со сравнительно длительным периодом овладения профессиональным мастерством и быстрым обновлением и сменой видов профессионального труда. Особенностью современного мира профессий является полипрофессионализм, т.е. человеку надо стремиться овладеть не одной профессией, а несколькими смежными.

Профессиональное самоопределение - это процесс и результат сознательного и самостоятельного выбора профессии, который включает в себя:

- ◇ Развитие самосознания;
- ◇ Формирование системы ценностей;
- ◇ Моделирование своего будущего;
- ◇ Построение "идеального образа" профессионала.

Человечество вступило в XXI век. Обществу нужен профессионал, знающий свое дело, способный самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность, умеющий рисковать, искать, творить, созидать. А для того, чтобы стать таким профессионалом, многим молодым людям на стадии выбора профессии нужна психологическая помощь. Все выше сказанное позволяет сделать вывод об актуальности специальной психологической работы по программе *профессионального самоопределения*.

Говорят, что японцы, умеющие добиваться своего, 95% времени тратят на планирование и лишь 5% - собственно на реализацию.

ЧАСТЬ I

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ВОЗРАСТА

Особенности работы психолога со старшеклассниками обусловлены теми проблемами, которые являются типичными для данного возраста и, прежде всего, потребностью юноши стать внутренне взрослым человеком, самоопределиться в окружающем мире, понять себя, свои возможности и свое назначение в жизни. Среди основных причин, обуславливающих трудности и противоречия развития психической сферы старшеклассников и требующих вмешательства психолога, необходимо выделить, прежде всего, следующие:

на психофизиологическом уровне подростки могут испытывать дискомфорт от:

- незавершенности полного физического развития;
- ощущения своей физической непривлекательности – синдром дисморфофобии;
- неустойчивости эмоциональной сферы;
- особенностей высшей нервной деятельности;
- высокого уровня ситуативной тревожности.

Среди осознаваемых и неосознаваемых причин, препятствующих формированию подростка на индивидуально-личностном уровне, можно отметить:

- задержку развития теоретического мышления;
- отсутствие навыков и приемов смысловой памяти;
- маленький объем оперативной памяти, неразвитость основных компонентов внимания (объем, переключение и т.д.);
- высокий уровень личной тревожности.

Объективно и субъективно важные проблемы личностного уровня проявляются у старшеклассников в:

- недостаточном уровне самостоятельности;
- неадекватности самооценки и уровня притязания;
- несформированном мировоззрении и нравственных эталонов и идеалов;
- неудовлетворенности собой;

- отсутствию конкретных жизненных целей и устремлений.

Трудности, возникающие в процессе взаимодействия подростка с другими людьми на микрогрупповом уровне, проявляются в трех основных сферах: общение в семье, общение с учителями и сверстниками.

Если попытаться выделить причины, ведущие к трудностям адаптации подростка на социальном уровне, то здесь наиболее часто обращает на себя внимание соотношение таких вопросов, как:

- понимание смысла жизни и имеющиеся жизненные планы;
- отношение к общественной жизни страны и собственная политическая активность;
- отношение к разным видам труда (теоретическому – практическому, умственному – физическому и т. д.) и реальные возможности овладения профессией;
- профессиональные интересы и мотивы выбора профессии;
- совпадение учебных и профессиональных интересов.

Говоря о кризисе подросткового возраста, Эрик Эриксон указывал на то, что проблем возникает очень много. Подросток созревает физиологически и психологически, и в добавление к новым ощущениям и желаниям, которые проявляются в результате этого созревания, у него развиваются и новые взгляды на вещи, новый подход к жизни.

Эриксон считает, что возникающий в этот период параметр связи с окружающим колеблется между положительным полюсом идентификации "Я" и отрицательным полюсом путаницы ролей. Иначе говоря, перед подростком, обретшим способность к обобщениям, встает задача объединить все, что он знает о себе самом. Все эти роли он должен собрать в единое целое, осмыслить его, связать с прошлым и спроецировать в будущее. Если молодой человек успешно справится с этой задачей психосоциальной идентификации, то у него появится ощущение того, кто он есть, где находится и куда идет.

Если благодаря родителям подросток уже выработал доверие, самостоятельность, предприимчивость и умелость, то шансы его на идентификацию, т.е. на опознание собственной индивидуальности, значительно увеличиваются. Обратное справедливо для подростка недоверчивого, стыдливого, неуверенного, исполненного чувства вины и сознания своей неполноценности. Поэтому подготовка к всесторонней психосоциальной идентификации в подростковом возрасте должна начинаться, по сути, с момента рождения.

Если из-за неудачного детства или тяжелого быта подросток не может решить задачу идентификации и определить свое Я, то он начинает проявлять симптомы путаницы ролей и неуверенность в понимании того,

кто он такой и к какой среде принадлежит, т.е. происходит социальная дезадаптация.

Другими словами, кризис идентичности подростка заключается в следующем: столкновение самоощущения подростка (самоидентичности), его желания быть полностью самостоятельным в выборе цели жизни и своей социальной роли, с одной стороны, и необходимостью считаться с интересами социального окружения, общества в целом, с другой стороны.

15 лет – переходный период между подростковым и юношеским возрастом. Это время приходится на 9-10 классы. В 9 классе решается вопрос о дальнейшей жизни: что делать – продолжить обучение в школе, пойти в училище или работать? По существу, от старшего подростка общество требует профессионального самоопределения, хотя бы и первоначального. При этом он должен разобраться в собственных способностях и склонностях, иметь представление о будущей профессии и о конкретных способах достижения профессионального мастерства в избранной области. Это очень сложная задача. Еще больше она усложняется в нынешнее время, когда рушатся выработанные предыдущими поколениями стереотипы, ценности, в частности, представления о значимости образования и престижности той или иной профессии.

Далеко не все старшие подростки к этому возрасту могут выбрать профессию и связать с ней дальнейший путь обучения. Многие из них тревожны, эмоционально напряжены и боятся любого выбора. Поэтому они склонны продолжить обучение в школе. На это решение влияет и усиливающаяся привязанность к своей школе, сложившиеся дружеские отношения с одноклассниками, привычные отношения с учителями. Напротив, часть старшеклассников, неудовлетворенных своей невысокой успеваемостью и положением в классе, стремится скорее окончить школу. Но им не вполне ясно, что их ждет впереди, и это неопределенное будущее вызывает у них опасения.

В этом возрасте возрастает тревожность, связанная с самооценкой. Дети чаще воспринимают относительно нейтральные ситуации как содержащие угрозу их представлениям о себе и из-за этого переживают страх, сильное волнение. Повышение уровня такого рода тревожности по сравнению с 8 классом вызвано, главным образом, особым положением выпускного класса, предстоящими впереди экзаменами, отбором в 10 класс и, возможно, началом нового жизненного пути.

В переходный период притупляется острота восприятия сверстников. Большой интерес вызывают взрослые, чей опыт, знания помогают ориентироваться в вопросах, связанных с будущей жизнью.

Для ранней юности характерна устремленность в будущее. Если в 15 лет жизнь кардинально не изменилась и старший подросток остался в

школе, то сейчас он оказался перед выбором. В этот относительно короткий срок необходимо создать жизненный план – решить вопросы, кем быть (профессиональное самоопределение) и каким быть (личностное самоопределение). Жизненный план – не тоже самое, что подростковые туманные мечты о будущем. Когда планы сходятся с намерением учиться, заниматься в будущем интересной работой, иметь верных друзей и много путешествовать, это еще нельзя назвать жизненной перспективой. Старшеклассник должен не просто представлять себе свое будущее в общих чертах, а осознавать способы достижения поставленных жизненных целей.

В выпускном классе дети сосредотачиваются на профессиональном самоопределении. Оно предполагает ограничение, отказ от подростковых фантазий, в которых ребенок мог стать представителем любой, самой привлекательной профессии. Старшекласснику приходится ориентироваться в различных профессиях, что совсем не просто, поскольку в основе отношения к профессии лежит не свой собственный, а чужой опыт – сведения, полученные от родителей, друзей, знакомых, из телепередач.

Этот опыт обычно абстрактен, не пережит им самим. Кроме того, нужно верно оценить свои объективные возможности – уровень учебной подготовки, здоровье, материальные возможности семьи и, главное, свои способности и склонности.

На что ориентируются старшеклассники при выборе профессии? Раньше наиболее значимыми были три фактора: престижность профессии (ее социальная ценность), качества личности, присущие представителям этой профессии, и принципы, нормы отношений, характерные для данного профессионального круга. Сейчас, видимо, одним из наиболее важных факторов становится материальный – возможность много зарабатывать в будущем.

То, насколько престижной окажется выбранная профессия или вуз, в который ребенок собирается поступить, зависит от его уровня притязаний. Существует четкая тенденция, проявляющаяся на протяжении старших классов: чем ближе школьный выпуск, тем чаще пересмотры своих жизненных планов, ниже уровень притязаний. Это может быть следствием разумного отказа от беспочвенных мечтаний, но может быть проявлением и малодушия, страха перед решительным шагом.

Самоопределение, как профессиональное, так и личностное становится центральным новообразованием ранней юности. Это новая внутренняя позиция, включающая осознание себя как члена общества, принятия своего места в нем.

Устремленность в будущее только тогда благотворно влияет на формирование личности, когда есть удовлетворенность настоящим. При

благоприятных условиях развития старшеклассник стремится в будущее не потому, что ему плохо в настоящем, а потому, что впереди будет еще лучше.

Еще один момент, связанный с самоопределением – изменение учебной мотивации. Старшеклассники, ведущую деятельность которых обычно называют учебно-профессиональной, начинают рассматривать учебу как необходимую базу, предпосылку будущей профессиональной деятельности. Их интересуют, главным образом, те предметы, которые им будут нужны в дальнейшем, их снова начинает волновать успеваемость (если они решили продолжить образование). Отсюда и недостаточное внимание к "ненужным" учебным дисциплинам, часто гуманитарным, и отказ от того подчеркнуто пренебрежительного отношения к отметкам, которое было принято среди подростков. Как считает А.В.Петровский, именно в старшем школьном возрасте появляется сознательное отношение к учению.

Итак, после вышеизложенного можно сделать следующие выводы: необходимость определить свое место в жизни приводит к формированию новой для старшего подросткового возраста потребности – в своем жизненном и профессиональном самоопределении. При этом следует учитывать, что профессиональные намерения, встречающиеся на предшествующих этапах возрастного развития, включены в систему иных потребностей (см. схему):

СХЕМА ВЫБОРА ПРОФЕССИИ

Старшие дошкольники, младшие школьники	Стремление участвовать в жизни взрослых
Младшие подростки	Центр выбора расположен в области стремлений, не связанных с профессиональной деятельностью. Задача выбора профессии не переживается как актуальная проблема
Старшие подростки	Проблема профессионального самоопределения становится актуальной для личности, определяющей ее помыслы и переживания

Таким образом, в старшем подростковом возрасте (9-11 кл.) потребность в самоопределении становится стержневой. Субъективно эта

потребность нередко переживается как стремление понять свое призвание, разобраться в возникающих колебаниях и сомнениях.

Старшеклассник прощается с детством, со старой, привычной жизнью. Оказавшись на пороге взрослости, он весь устремлен в будущее, которое притягивает и тревожит его. Без достаточной уверенности в себе, принятия себя он не сможет сделать нужный шаг, определить свой дальнейший путь. В этот период очень большое значение для подростка имеет самооценка. Центральным новообразованием становится самоопределение – профессиональное и личностное. Старшеклассник решает, кем быть и каким быть в своей будущей жизни.

2. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ САМООПРЕДЕЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

Какую личность считать самоопределившейся? В нормативном плане это - социально созревшая, устойчивая личность, способная адекватно понимать и осуществлять свои права и обязанности. Психологическое сопровождение выбора профессии должно строиться на нормах и законах психического развития человека. Одной из фундаментальных для психологии развития является категория возраста (Выготский Л.С., Эльконин Д.Б., Божович Л.И. и др.). Период выбора профессии хронологически совпадает с подростковым и юношеским возрастом. Характерные для этого периода жизни становление нового уровня самосознания, разработка собственного мировоззрения, определение позиции в жизни активизируют процессы личностного самоопределения и самопознания, проектирования себя в профессии.

Основные характеристики личностного самоопределения заключаются в следующем:

Потребность в личностном самоопределении представляет собой потребность в формировании смысловой системы, в которой слиты представления о себе и мире;

Личностное самоопределение ориентированно в будущее;

Личностное самоопределение связано с выбором профессии, но не сводится к нему.

С субъективной точки зрения самоопределение характеризуется осознанием себя в качестве члена общества и конкретизируется в новой общественно значимой позиции. Оно возникает тогда, когда человек стоит перед необходимостью решать проблему своего будущего. Самоопределение отличается от простого прогнозирования своей будущей жизни, от мечтаний, связанных с будущим. Оно основывается на уже устойчиво

сложившихся интересах и стремлениях субъекта, предполагает учет своих возможностей и внешних обстоятельств, оно опирается на формирующееся мировоззрение подростка и связано с выбором профессии.

В психологическом плане самоопределившаяся личность - это субъект, осознавший, **чего он хочет** (цели, жизненные планы, идеалы), **что он есть** (свои личностные и физические свойства), **что он может** (свои возможности, склонности, дарования), **чего ждет от него общество**. Это - субъект, готовый функционировать в системе общественных отношений.

По мнению Е.А. Климова, "профессиональное самоопределение, понимаемое как одно из важнейших проявлений субъекта деятельности, может рассматриваться, по крайней мере, на двух взаимосвязанных, но различных уровнях: гностическом (в форме перестройки сознания, включая самосознание) и практическом (в форме реальных изменений социального статуса, места человека в системе межличудских отношений)".

Личностное самоопределение есть более широкое понятие по сравнению с профессиональным. Профессиональное самоопределение, являющееся частью личностного, состоится только тогда, когда произойдет личностный рост. Реально, помощь человеку в профессиональном самоопределении осуществляется более целенаправленно, тогда как помощь в личностном самоопределении стоит на более высоком уровне психологического воздействия, так как "научить быть личностью" намного сложнее.

3. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ

В современном обществе актуально и остро встает проблема конкретной психологической помощи людям в их профессиональном самоопределении. Задача психолога - оказать психологическую помощь при разрешении его личностных проблем, связанных с профессиональным самоопределением. Психологи могут на основе диагностики этих проблем помочь человеку в совершении профессионального выбора или подготовить человека к совершению этого выбора в будущем.

Для решения проблем профессионального выбора недостаточно дать рекомендации о том, какая профессия подходит, а какая не подходит индивиду. Ни в коем случае психолог не советует: как быть, каким быть и кем быть. Задача психолога-консультанта обеспечить условия, стимулирующие личностный рост человека, в результате чего оптант (оптант - "выбирающий профессию") сам мог бы **взять на себя ответственность** за тот или иной профессиональный выбор.

Психологическая помощь, прежде всего, помогает подростку увидеть и осознать свои проблемы, стимулирует развитие личности, очерчивает зону возможных действий для разрешения проблем, высвечивает сильные и слабые стороны индивидуальности, намечает реальные шаги к успеху.

Можно выделить ряд типичных психологических проблем, связанных с профессиональным самоопределением личности:

Рассогласование идеального и реального образа выбираемой профессии.

Представления о своих личных ценностных ориентациях не соответствуют собственным представлениям о ценностях, обеспечивающих успех в профессиональной деятельности.

Рассогласование реальной и идеальной мотивации профессионального выбора.

Неадекватная самооценка.

Решение любых психологических проблем связано, прежде всего, с осознанием и принятием этих проблем, с развитием самосознания человека. Работа по повышению уровня самосознания и самооценки позволяет учащимся выйти на осознание уровня мотивации профессионального выбора реально действующих и желаемых мотивов труда, обострить психологические противоречия, которые могут заставить учащихся решать проблему профессиональных поисков или профессионального выбора, а не ждать готовых предложений и указаний от психолога.

4. ЛИЧНЫЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПЛАН КАК ЭЛЕМЕНТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ

Результатом профессионального самоопределения для подростка в старшем школьном возрасте является относительно определенный, реалистичный и эмоционально-положительно окрашенный план, как минимум, ближайших шагов на профессиональном пути. Например, выбор формы профессионального обучения или учебного заведения.

По итогам развития ребенка в школе результатом его профессионального самоопределения должна быть готовность к выбору профессии, обдумыванию, проектированию вариантов профессиональных жизненных путей. А результатом его самостоятельной деятельности является составление личного профессионального жизненного плана (или, что ближе к реальности, плана профессионального "старта" и ближайших вслед за ним жизненных шагов). Также важным и необходимым

результатом деятельности самоопределения является отчетливое осознание того, что "я сам выбрал профессию".

Построение сколько-нибудь определенного проекта личного профессионального плана - дело сложное, зависящее от ряда объективных и субъективных обстоятельств. Решение задачи выбора профессии может быть не только рациональным (аналитическим), но и эмоциональным. Главный критерий здесь - не чья-либо внешняя оценка, а состояние удовлетворенности оптанта сделанным выбором, при условии, что обстоятельства этого выбора им достаточно хорошо осознаны.

Индивидуальная ситуация выбора профессии имеет некоторую общую структуру. Е.А.Климов выделяет восемь важнейших типов обстоятельств, которые старшекласснику полезно принять во внимание при обдумывании профессионального будущего:

- ◇ Позиция старших членов семьи.
- ◇ Позиция сверстников, "значимых других" из круга внесемейного общения.
- ◇ Позиция учителей, школьных педагогов, воспитателей, классного руководителя, школьного психолога.
- ◇ Способности, умения, достигнутый уровень развития учащегося как субъекта деятельности.
- ◇ Уровень притязания учащегося на общественное признание. Недооценка или переоценка своих возможностей, заниженные или завышенные притязания - важные регуляторы и выбора профессии, и адаптации к профессиональной ошибке, и взаимоотношений со значимыми людьми.
- ◇ Уровень информированности.
- ◇ Склонности к тем или иным видам деятельности.
- ◇ Сложившиеся к данному моменту личные профессиональные планы учащегося (включая и случай их полной неопределенности, и случай отсутствия).

ЧАСТЬ II

ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО

СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ "ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ СТАРШЕКЛАССНИКОВ"

Программа профессионального самоопределения предполагает включение учащегося в процесс прогнозирования и планирования (построения) своего профессионального будущего таким образом, чтобы этот процесс был интересен и лично значим для подростка, чтобы он был обеспечен (с помощью психолога-профконсультанта) определенными средствами для самостоятельных и осмысленных действий при решении своих проблем, связанных с самоопределением.

Предлагаемая программа является комплексной по содержанию, так как ее проведение связано с применением различных методов профориентационной работы: элементов профинформирования и профконсультирования; профдиагностики; разработки рекомендаций по созданию и выполнению программы самовоспитания профессионально важных качеств.

Для ее осуществления используются различные интерактивные методы: проблемно-игровые и учебно-профессиональные ситуации; коллективная дискуссия; метод взаимной групповой оценки.

Учебно-методический материал программы представляет собой сценарии занятий и допускает возможность их вариативного использования. Занятия программы по форме, содержанию и принципам взаимодействия психолога с учащимися отличаются от традиционных уроков. Они основаны на диалогичности общения, рефлексивной позиции ведущего, безоценочном принятии учащихся. Последовательность занятий составлена с учетом их постепенного усложнения. Численность группы следует ограничить 10-15 участниками. Как уменьшение, так и увеличение группы ведет к усложнению проведения занятий. При малочисленной группе исчезает эффект, достигаемый именно групповым общением, при многочисленной - существенно уменьшается возможность максимального включения в групповой процесс каждого участника.

Весь цикл состоит из 9 занятий, каждое длительностью 2 учебных часа. Желательно проводить занятия в помещении, где можно быстро организовать учебное пространство - переставлять столы и стулья, освобождать место для подвижных психологических упражнений.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ

Занятие 1	Давайте познакомимся
Занятие 2	Кто я или что я о себе думаю
Занятие 3	Дороги, которые мы выбираем
Занятие 4	На пути к профессиональной цели
Занятие 5	Гамма способностей
Занятие 6	Мир профессий и твое место в нем
Занятие 7	Типичные ошибки и затруднения при выборе профессии
Занятие 8	Стратегия выбора профессии
Занятие 9	Мои личные жизненные и профессиональные планы

Занятие 1. ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ

Цели:

- ◇ Установление контакта с подростками.
- ◇ Создание положительной мотивации предстоящих занятий.
- ◇ Знакомство со структурой курса.
- ◇ Знакомство со спецификой работы в группе, выработка правил.
- ◇ Знакомство с особенностями психологии как науки.

Задачи:

- ◇ Помочь подросткам установить деловые доверительные отношения друг с другом.
- ◇ Научить понимать разницу между профессией психолога и другими людьми, оказывающими помощь человеку.
- ◇ Помочь молодым людям представить себе картину профессиональной неудовлетворенности человека и ее причины, различать психологические задачи взрослого (профессиональная успешность) и подростка (профессиональное самоопределение).
- ◇ Прояснить для участников занятия целесообразность курса.

Дидактические материалы:

- Приложение 1.1. "Знакомство".
- Приложение 1.2. "Контрактинг" (Соглашение).
- Упражнение "Колпак мой треугольный".

Сценарий занятия:

1. Знакомство.

Ведущий предлагает надеть нагрудную карточку с именем. Далее участникам предлагается представить себя: для этого они делятся на пары и готовятся по примерному плану "Знакомство с участниками группы" (Приложение 1.1.).

Необычное знакомство создает условия для доверительного общения с подростками.

2. Беседа о психологии.

Ведущий говорит о том, что участники пришли на занятие по программе активного профессионального самоопределения, которую ведет психолог-профконсультант и предлагает участникам ответить на вопросы:

Что такое психология?

◇ Кто такой психолог?

◇ Что они ждут от занятий в группе по этой программе?

Для проведения используется упражнение "Контрактинг" (Приложение 1.2.).

Данное упражнение позволяет ведущему составить первое впечатление о группе, о целях участников и вести беседу о психологии более целенаправленно.

Примерное содержание беседы:

Психология (от греческого "псюхе" - душа, "логос" - наука) - это наука о внутреннем мире человека, который проявляется в его мыслях, чувствах и поступках при взаимодействии с внешним миром.

Психология помогает разобраться в наших делах, неудачах, ошибках, изъянах характера, привычках. Учащиеся подводятся к пониманию разницы между профессией психолога и другими людьми, оказывающими помощь человеку:

Психолог:

- Не врач, он не лечит и не прописывает лекарств;
- Не педагог, потому что он не оценивает и не воспитывает;
- Не юрист, так как не защищает права другого человека по его поручению;
- Не священник, так как не прощает и не отпускает грехи.

Психолог помогает человеку самому найти выход из затруднительных ситуаций, преодолеть внутренние барьеры. Психология учит пониманию самого себя, своих чувств, желаний,

своих поступков и поведения других людей. Чем больше человек знает себя, тем больше у него возможностей в решении такого важного вопроса, как выбор профессии.

Многие люди не могут самостоятельно решить, чего они хотят от жизни, и выбирают профессию случайно.

К чему это может привести?

Вспомните кого-нибудь из знакомых, кому его работа в тягость? Приведите примеры, как случайный выбор профессии сказывается на жизни человека (личной, семейной, производственной).

Дайте характеристику человека, неудовлетворенного своей работой:

раздражительный, нервный;

с пониженной сопротивляемостью организма (отсюда - болезни);

с повышенной утомляемостью;

конфликтный.

В ходе беседы необходимо подвести ребят к мысли о том, что случайный выбор профессии приводит к профессиональной неудовлетворенности человека, а это сказывается и на других сторонах жизни. У каждого возраста свои задачи. Для взрослого человека главная психологическая задача - быть профессионально успешным, а для того, чтобы ее решить в подростковом возрасте, следует решить задачу профессионального самоопределения, и чтобы цена приспособления к профессии не была слишком велика, полезно заранее обдумать свой выбор.

3. Рассказ о содержании программы.

"Профессиональное самоопределение - это процесс и результат самостоятельного и сознательного выбора профессии".

Ведущий говорит о том, что выбор профессии будет тогда верным (самостоятельным и сознательным), когда ему предшествует кропотливая работа.

Эта работа включает в себя:

освещение сторон личности: самооценка, интересы, склонности, способности, темперамент;

знакомство с четырехъярусной классификацией профессий, что поможет вам составить формулу профессии-мечты;

знакомство с типами обстоятельств (факторами), которые тоже необходимо учитывать при выборе профессии;

анализ типичных ошибок и затруднений при выборе профессии.

На итоговом занятии мы проанализируем полученные сведения о себе и о мире профессий. Сделаем собственные выводы об осознанности первоначального выбора профессии.

4. Психологический практикум.

Упражнение на снятие напряженности "*Колпак мой треугольный*".

Упражнение-скороговорка направлено на установление доверительных отношений в группе, на установление более тесного контакта между участниками. Оно поможет избавиться от неприятных ощущений, возникших, возможно, у кого-нибудь во время занятия.

"Колпак мой треугольный.

Треугольный мой колпак.

А если не треугольный,

То это не мой колпак".

Учащиеся вместе с ведущим проговаривают скороговорку. Затем ведущий предлагает изменить выполнение упражнения, постепенно заменяя слова в скороговорке жестами.

5. Рефлексия занятия.

Занятие 2. КТО Я ИЛИ ЧТО Я О СЕБЕ ДУМАЮ

Цели:

- ◇ Активизация процесса самопознания.
- ◇ Закрепление благоприятного "климата отношений" с подростками.

Задачи:

Научить подростков выделять важные вопросы, на которые помогает ответить психодиагностика (Кто я? Чего я хочу? Что я могу?).

Научить ориентироваться на правила взаимоотношений между участниками группы.

Прояснить для участников занятия целесообразность курса.

Дидактические материалы:

1. Методика "Кто я?" (20 предложений) Куна и Мак-Портленда.
2. Правила поведения на групповых занятиях.

3. Упражнение-рисунок "Я в лучах солнца".

Сценарий занятия:

Я знаю, как на мед садятся мухи,
Я знаю смерть, что рыщет все губя,
Я знаю книги, истины и слухи,
Я знаю все, но только не себя.

Ф. Вийон

1. Беседа об этике психолога, о принципах психодиагностики.

Ведущий говорит о том, что представления человека о себе, о своих личных качествах, о собственном "Я - образе" очень для него важны. Эти представления не вырастают сами, их надо развивать, а чтобы развивать, их надо знать. Чем больше человек знает себя, тем у него больше возможностей в решении такого важного вопроса, как выбор профессии.

Первые занятия - диагностические, поэтому желательно коротко рассказать о том, что такое психодиагностика и для чего она нужна. Психодиагностика помогает ответить на вопросы:

"Кто я? Чего я хочу? Что я могу?"

Результаты диагностики будут использоваться для выявления пробелов и развития тех или иных качеств, способностей, которые важны для будущей профессии, для принятия решения о характере развивающей работы с целью подготовки к будущей профессии.

Прежде, чем приступить к работе, ведущий предлагает принять правила поведения в группе, подчеркивая, что эти правила в равной степени относятся и к нему.

Добровольность участия при четком определении своей позиции (не хочешь говорить или выполнять какое-нибудь задание - не делай этого, но сообщи о своем желании).

Не существует правильных или неправильных ответов. Правильный ответ - тот, который на самом деле выражает твоё мнение.

Анонимность рассказываемых ситуаций, случаев из жизни... Нельзя превращать занятия в классный час по обсуждению каких-либо проблем.

Лучше промолчать, чем говорить не то, что ты думаешь.

Нельзя давать оценку выступлению другого участника, если он сам тебя об этом не попросит.

Нельзя вне занятий обсуждать поведение ребят и то, что мы узнаем друг о друге на занятиях.

2. Методика "Кто я?" (20 предложений).

Ведущий: Люди различно отвечают на этот вопрос. Для одних "знать себя" - это представить, на что он способен, для других - знать свои положительные и отрицательные стороны, для третьих - это умение общаться и т.д. Что этот вопрос обозначает для вас? Легко ли вам ответить на него? Чтобы лучше разобраться в этом, выполните задание, методику которого разработали американские психологи Кун и Мак-Портленд.

Ведущий предлагает участникам группы за 15 минут 20 раз ответить на вопрос "Кто я?", используя для этой цели 20 слов или предложений.

3. Психологический практикум.

Упражнение *"Я в лучах солнца"*.

В центре отдельного листа надо нарисовать солнце так, как его рисуют дети. В центре круга нарисуй свой автопортрет или напиши свое имя. Около каждого луча напиши что-нибудь хорошее о себе. Задача - написать о себе как можно лучше. Носи этот листок с собой, добавляя лучи. Когда у тебя плохое настроение, достань свой рисунок, посмотри на него и вспомни, почему ты написал о том или другом качестве.

4. Рефлексия занятия.

Занятие 3. ДОРОГИ, КОТОРЫЕ МЫ ВЫБИРАЕМ

Цели:

Осознание учащимися своих профессиональных намерений, интересов, склонностей.

Знакомство с основными понятиями курса.

Задачи:

Научить подростков выделять основные признаки профессии:

- получение образования;
- получение радости, удовлетворения, материального благосостояния;
- совпадение интересов, желаний, возможностей и способностей.

◇ Научить оперировать основными понятиями курса.

Дидактические материалы:

1. Приложение 3.1. Анкета оптанта.
2. Приложение 3.2. Словарь основных понятий курса.
3. Приложение 3.3. "Что такое профессия?"
4. Упражнение "Ласковое слово".

Сценарий занятия.

*Два мира есть у человека,
Один, который нас творил,
Другой - который мы от века
Творим по мере наших сил.*

Н. Заболоцкий

Беседа о необходимости учета склонностей при выборе профессий.

Часто применяется выражение "интересы и склонности". Мы будем иметь в виду, что интерес можно выразить словами - "я хочу знать", склонность - "я хочу делать". Областью склонностей может быть любая возможная область приложения духовных или физических сил человека. Когда есть склонность, предполагается и интерес. Признаки склонностей - не просто желание узнать, а желание вмешаться в дело, от которого тебе трудно оторваться для чего-либо другого. Склонности могут быть и внеучебными, и даже немного мешать учебе, но к ним надо относиться уважительно. Так как склонности проявляются в деятельности, то узнать их можно только действуя. Итак, бессмысленно ждать, сидя у окошка, когда у тебя появятся склонности. Надо включаться в деятельность и не бояться менять увлечения. Лучше сейчас менять увлечения, чем позже менять учебные заведения или трудовые коллективы. На сегодняшнем занятии мы предлагаем вам заполнить анкету оптанта, которая поможет вам составить первое впечатление о ваших интересах и склонностях.

Самостоятельная работа учащихся (Приложение 3.1.)

Изучение базовых понятий.

Психолог: На сегодняшнем занятии вы выступаете в новой для себя роли - роли оптанта. Слово "оптанта" (от лат. Optatio - желание, избирание) означает "выбирающий профессию". Для того, чтобы ее выбрать, необходимо знание о том, что такое профессия, т.к. название профессий это далеко еще не ориентир для выбора.

Учащимся предлагается практическая работа (Приложение 3.3.). В ходе ответов учащимся возможно задавать следующие вопросы:

1. Что такое профессия? (в процессе беседы обсудить основные признаки профессии)

◇ Профессия - это род трудовой деятельности, но и работа на садовом участке - тоже трудовая деятельность. В чем же отличие профессии от других видов трудовой деятельности?

◇ Что необходимо прежде всего, чтобы получить профессию? (Образование).

◇ Дворник, грузчик, уборщица - это профессия? (Нет, это трудовой вид деятельности, потому что этим занятиям нигде не обучают).

◇ На что мы надеемся, получая профессию? (Профессия будет приносить удовлетворение, радость, материально обеспечивать нас).

◇ Что еще необходимо учитывать при выборе профессии? (Чтобы совпадали интересы, склонности, способности, желания и возможности).

2. Что такое специальность? Приведите примеры специальностей профессии врача (кардиолог, педиатр, окулист); инженера (инженер-механик, инженер-конструктор, инженер-связист, инженер-автомобилист); слесаря (слесарь-сборщик, слесарь-сантехник); летчика и т.д.

3. Что такое должность? Найти профессию, должность, специальность:

◇ Учитель - учитель начальных классов - завуч;

◇ Продавец - заведующий отделом - продавец продовольственных товаров;

◇ Слесарь-сборщик - бригадир - слесарь;

◇ Заведующий отделением - врач - окулист;

◇ Инженер - заведующий отделом - инженер-наладчик.

Ответы сравниваются с определением в словаре основных понятий (Приложение 3.2.). В конце беседы дать задание запомнить основные понятия.

4. Психологический практикум.

На заключительном этапе занятия можно предложить учащимся выполнить упражнение "*Ласковое слово*".

Ведущий предлагает учащимся вспомнить и записать, какими ласковыми словами они называют себя, своих близких, знакомых. В зависимости от ситуации, можно спросить, часто ли они делают и почему.

Задание стимулирует эмоциональное раскрытие участников, т.к. обращено к приятным минутам их жизни, его выполнение заставляет многих задуматься о стиле своих отношений с родными, обратить внимание на свою манеру и стиль общения.

5. Рефлексия занятия.

Занятие 4. НА ПУТИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ЦЕЛИ.

Цели:

- ◇ Определение профессиональной направленности учащихся.
- ◇ Осознание учащимися своих профессиональных предпочтений.
- ◇ Расширение знаний о мире профессий.

Задачи:

- ◇ Научить подростков различать шесть профессиональных типов личности (практический, интеллектуальный, социальный, стандартный, предприимчивый, артистический).
- ◇ Научить определять, какая профессиональная сфера привлекает их или не привлекает.

Дидактические материалы:

1. Приложение 4.1. Опросник Дж. Голланда "Определение профессионального типа личности".
2. Приложение 4.2. "Шесть профессиональных типов личности".
3. Игра "Угадай профессию".

Сценарий занятия.

*Каждый должен брать на свои плечи труд,
соразмерный его силам, так как, если
тяжесть его окажется чрезмерной,
то он может поневоле упасть в грязь.
Данте.*

1. Вступление.

А) анализ афоризма к уроку.

Учащимся задают вопросы:

- Как вы понимаете смысл данного высказывания?
- Как вы предполагаете, о чем пойдет речь на занятии?
- Можете ли привести примеры пословиц, поговорок на эту тему? ("Не в свои сани не садись", "Всяк сверчок знай свой шесток" и др.)

Б) Беседа о профессиональной направленности.

Учащихся подводят к пониманию необходимости для каждого человека найти свое назначение в жизни, свое призвание. Можно сказать, что человек рождается дважды, т. к. выбор профессии - его второе рождение. Рождение человека как профессионала - процесс сложный и индивидуальный. Понятие "призвание" имело первоначально религиозный смысл: подразумевалось, что это бог призывает человека к определенной деятельности, дав ему соответствующее положение в обществе. Сегодня призыванием называют наивысшую степень соответствия склонностей и способностей человека к той или иной профессии, в которой он видит главную форму самореализации.

2. Заполнение опросника Дж. Голланда (Приложение 4.1.).

А) Объяснение инструкции.

Б) Самостоятельная работа учащихся.

3. Графическое изображение профессионального типа личности

После выбора предпочитаемых профессий учащиеся подсчитывают сумму баллов по каждому типу. Полученный профиль отображают на графике, для чего, на оси абсцисс (профессиональный тип личности) отмечают 6 делений, соответствующих каждому типу, а по оси ординат - максимально возможное количество набранных баллов по каждому типу (14 делений). Строятся шесть точек, соответствующих количеству набранных баллов по каждому из 6 типов. Точки соединяются друг с другом прямыми линиями, начиная с первой (реалистичекий тип), и заканчиваясь на шестой (артистический тип). Полученный график представляет собой индивидуальный профиль профессионального типа личности учащегося.

4. Интерпретация и совместное обсуждение результата.

Учащимся раздаются описания шести профессиональных типов личности (Приложение 4.2.) и каждый знакомится с тем типом, который подходит ему наиболее всего по результатам тестирования.

5. Психологический практикум.

Игра "*Угадай профессию*".

Участники садятся по кругу. По желанию, один из участников выходит за дверь. Участники называют профессию и делятся на группы, каждая из которых будет показывать вошедшему (с помощью жестов, мимики), что это за профессия. Игрок должен назвать загаданную профессию.

6. Рефлексия занятия.

Занятие 5. ГАММА СПОСОБНОСТЕЙ.

Цели:

Определение уровня развития общих способностей учащихся.

Знакомство с понятиями "способности", их ролью в жизни и трудовой деятельности человека.

Задачи:

- ◇ Добиться, чтобы учащиеся понимали необходимость знаний о своих способностях (в том числе при помощи тестирования способностей) и использовали их при выборе будущей профессии.

Дидактические материалы:

1. 1-й вариант: тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра (альтернативный вариант: ШТУР).
2. Упражнение "Делай, как я!"

Сценарий занятия.

*Свои способности человек может узнать
только попытавшись приложить их.*

Сенека мл.

1. Краткое вступление перед выполнением теста.

Способностями можно считать любые психологические особенности человека, помогающие успеху в какой-либо деятельности (и не сводящиеся к знаниям, навыкам). Разные результаты деятельности зависят от способностей, которых очень много. Мы поговорим об этом после выполнения вами заданий, сделав которые, вы узнаете о своих способностях. Необходимо напомнить учащимся, что выполнение теста нужно прежде всего самим учащимся и информация, полученная в результате тестирования, будет сообщена конфиденциально. (См. занятие 1.)

2. Выполнение теста структуры интеллекта Р. Амтхауэра.

Время выполнения - 90 минут. В ходе проведения тестирования психолог контролирует правильность записи в бланк для ответов и следит за своевременным перелистыванием учащимися страниц тестовой тетради.

3. Интерпретация данных теста.

Учащимся раздаются бланки с таблицей результатов, по которой подростки сами строят график, отражающий структуру интеллекта и выраженность способностей.

4. Беседа о способностях.

Способности есть у каждого человека, и знание своих способностей помогает в решении такого важного вопроса, как выбор профессии. Способности - это то, что помогает быстрому приобретению, закреплению и эффективному использованию на практике знаний, умений и навыков. Нет в душе такого "ящичка", где бы располагались способности. Способности, таланты надо рассматривать не только по отношению к учебе, но и к другим видам активности. Иной раз происходит так, что девочку считают в школе слабой ученицей, а когда она поступит учиться швейному (парикмахерскому) делу, то становится непревзойденным мастером, и наоборот, "сильная" ученица поступает в престижный технический ВУЗ и скоро становится раздражительной, недовольной своим выбором.

Каждый человек имеет потенциальные, скрытые возможности для развития своих способностей. Способности не зависят от возраста. Они могут проявиться как в раннем возрасте (Моцарт, Лермонтов), так и в более позднем (Поль Гоген). Неспособных людей нет. Важно только отыскать в себе эту "изюминку" и развивать ее. Ищите, пробуйте, используйте любую возможность, чтобы раскрыть новые грани своего внутреннего мира, своих способностей.

5. Психологический практикум.

Упражнение *"Делай, как я!"*

Ведущий начинает показывать участникам движения, имитирующие различные виды спорта (плавание, бокс, лыжи). Все участники повторяют за ним. Затем, по сигналу ведущего, следующий участник начинает показывать свое движение, имитирующего другой вид спорта. И так по очереди. В заключении, ведущий говорит о хороших физических способностях каждого участника игры.

6. Рефлексия занятия.

Занятие 6. МИР ПРОФЕССИЙ И МОЕ МЕСТО В НЕМ.

Цели:

- ◇ Знакомство с четырехъярусной обзорной классификацией профессий и построение схемы "Классификация профессий" в процессе беседы.
- ◇ Составление "формулы" своей будущей профессии (или профессии-мечты).

Задачи:

- ◇ Научить ориентироваться в сложном мире профессий, выделяя и условно различая **пять** предметных областей профессиональной деятельности (Ч-Ч, Ч-П, Ч-Т, Ч-З, Ч-Х), **три** основные цели труда, **четыре** основные средства труда и **четыре** основные условия труда.
- ◇ Научить составлять формулу профессии-мечты.

Дидактические материалы:

Схема "Классификация профессий" /Климов Е.А. Как выбирать профессию, М., 1990/ (стр. 110 по Климову Е.А.).

Приложение 6.1. Дифференциально-диагностический опросник "Я предпочту" (ДДО).

Сценарий занятия.

*Я счастлив был: я наслаждался мирно
своим трудом, успехом, славой...*

А.С.Пушкин

Вступительная беседа.

На наших занятиях мы уже многое узнали о себе. Для кого-то эти сведения были неожиданные, кто-то подтвердил свои предположения. Вспомни, какие стороны личности мы пытались осветить?

- ◇ Самооценка ("Кто я?")
- ◇ Интересы (Анкета оптанта)
- ◇ Склонности (Анкета оптанта)
- ◇ Профессиональные намерения (Анкета оптанта)
- ◇ Профессиональные предпочтения (Опросник Дж.Голланда)
- ◇ Уровень умственного развития, общие способности (тест Р.Амтхауэра)

Все эти знания ни к чему, если их не использовать в жизни. А чтобы правильно их применить, необходимо ориентироваться в мире профессий. Для различения, другими словами "примеривания" человеком к себе разных профессий, полезна их четырехярусная обзорная классификация. На занятии мы составим и заполним схему

"Классификация профессий", но сначала ответим на вопросы "Дифференциально-Диагностического опросника".

2. Заполнение опросника ДДО. Определение профессионального типа личности, интерпретация и совместное обсуждение результата. (Приложение 6.1.)

А) Объяснение инструкции.

Б) Самостоятельная работа учащихся.

После выбора предпочитаемых профессий учащиеся подсчитывают сумму баллов по каждому типу.

Учащимся даются описания пяти профессиональных типов личности (см. ниже) и каждый знакомится с тем типом, который подходит ему наиболее всего по результатам тестирования.

3. Построение классификации. (Стр. 110-114 по Климову Е.А. Как выбирать профессию, М., 1990).

Для того, чтобы направить рассуждения учащихся в нужное русло, на доске можно изобразить 5-этажную пирамиду: 4 нижних этажа школьники заполняют совместно с психологом, на 5-м ярусе каждый должен вывести свою собственную "формулу" профессии. Построение схемы сопровождается беседой психолога с детьми, в ходе которой задаются вопросы, приводятся примеры.

МОЯ БУДУЩАЯ ПРОФЕССИЯ

(профессия-мечта)

5 ярус "формула профессии-мечты"		
4 ярус Условия труда (где работать?)	Б О Н М	Группы профессий
3 ярус Средства труда (чем работать?)	Р М А Ф	Отделы профессий
2 ярус Цель труда (что делать?)	Г П И	Классы профессий
1 ярус Предмет труда	П Т Ч З Х	Типы профессий

Заполнение 1 яруса. Типы профессий.

Все профессии можно разделить в зависимости от особенностей предмета труда на 5 типов. Предмет труда отвечает на вопрос "С чем работать?", то есть, на какие объекты направлен труд специалиста (стр. 43-46 по Климову Е.А. Как выбирать профессию, М., 1990).

1. Профессии, труд в которых направлен на объекты живой природы, кроме человека. Если главный, ведущий предмет труда - это растения, животные, микроорганизмы, то перед нами тип **П**, то есть "*Человек-Природа*" (овощевод, семеновод, агроном, почвовед, животновод, ветеринар, лаборант химико-бактериологического анализа и т.д.).

2. Профессии, труд в которых направлен на технические объекты. Если главный, ведущий предмет труда - технические системы, вещественные объекты, материалы, виды энергии, то перед нами тип **Т**, то есть "*Человек-Техника*" (оператор пульта управления, водитель троллейбуса, монтажник, инженер, слесарь и т.д.).

3. Профессии, труд в которых направлен на человека: обучение, воспитание, обслуживание, руководство. Если главный, ведущий предмет труда - люди, группы, коллективы, общности людей, то перед нами тип **Ч**, то есть "*Человек-Человек*" (воспитатель, продавец, врач, учитель, проводник поезда и т.д.).

4. Профессии, труд в которых направлен на обработку информации, представленной в виде условных знаков. Если главный, ведущий предмет труда - буквы, коды, цифры, формулы, тексты, то перед нами тип **З**, то есть "*Человек-Знак*" (секретарь, референт, технический редактор, письменный переводчик, бухгалтер, экономист, программист, нотариус и т.д.).

5. Профессии, труд в которых направлен на художественные объекты или условия их создания. Если главный, ведущий предмет труда - художественные образы, условия их построения, то перед нами тип **Х**, то есть "*Человек-Художественный образ*" (живописец, художник, строительный маляр, гравер, дизайнер, модельер, стилист и т.д.).

Заполнение 2 яруса. Классы профессий.

При выполнении работы человек руководствуется определенными целями, то есть строит в уме образ результатов деятельности. Различают три цели труда: гностическая, преобразующая, изыскательная (стр. 84-94 по Климову Е.А. Как выбирать профессию, М., 1990).

1. *Гностические профессии* (от древнегреческого "гнозис" - знание, познание). Стр. 84-90.

Сюда относится немало профессий, связанных с чисто познавательным трудом и в то же время включенных в самые недра материального производства. Гностические профессии можно встретить в пределах любого из пяти рассмотренных нами типов. Профессии описываемого класса предъявляют определенные требования к работнику. Нужен особый интерес к признакам и свойствам объектов или продукции. Важны достаточно ярко выраженная познавательная активность, наблюдательность, устойчивость внимания, высокая работоспособность, неутомимость соответствующих органов чувств. (Например: приемщик продукции, лаборант химико-бактериологического анализа, контролер за качеством продукции, лаборант-испытатель, санитарный врач, следователь, сортировщик и т.д.).

2. *Преобразующие профессии*. Стр.90-92.

Огромное большинство профессий являются не чисто гностическими, а связаны с активным изменением свойств, состояний предмета труда. Познание не самоцель. Оно обслуживает преобразующую деятельность человека. Чтобы общество существовало, люди пахут, сеют, поливают, удобряют, заготавливают корм для скота, заботятся о его росте, изготавливают стройматериалы, строят, обслуживают машины, станки, плавят и разливают металл и ... нет конца деяниям людским. В любом случае практическое преобразование предмета труда предполагает у работника нагрузку на процессы познания, на ум. Не может быть чисто физического труда, поскольку любая деятельность опирается на ориентировку, на знание. Например, даже такие, казалось бы, чисто физические профессиональные занятия, как хоккей, волейбол, бокс, предполагает целый мир тонкостей ориентировки, тактического и стратегического мышления. Преобразующая деятельность может быть направлена не только на вещи, но и на виды энергии, на информацию, на процессы, устройство общественной жизни. Класс преобразующих профессий широко распространен в любом из пяти типов: П, Т, Ч, З, Х. Эти профессии активно развивают определенные качества, склонность к практическому влиянию на окружающую среду, интерес к процессу и результатам этого влияния, активность и работоспособность при исполнении решений посредством собственных практических действий.

Итак, под преобразованием мы понимаем любые воздействия на предмет труда с целью изменения его свойств или положения в пространстве, а также с целью активного сохранения его свойств, состояний в определенных пределах.

Таким образом, мы выделяем гностические и преобразующие профессии по принципу *преобладания* в труде познавательных или исполнительных функций (а не по признаку их наличия или отсутствия).

3. Изыскательные профессии. Стр. 92-94.

Сюда относятся профессии практического труда. Например, раскройщик верха обуви. Кожа - материал дорогой, а раскроить его без отходов нельзя. Но отходов должно быть как можно меньше. Всякий раз возникает нестандартная задача - как найти наилучший, самый экономичный вариант раскроя вот именно этого куска. Нестандартные задачи иначе называются творческими. Вот и решает их раскройщик в течение всего рабочего дня. А если посмотреть со стороны, работает он быстро, споро, экономно. Впервые мышление рабочего-раскройщика "увидел" и изучил советский психолог С.Н.Архангельский. Итак, специфика работы раскройщика в том, что он должен постоянно искать и находить наилучший вариант решения сложной практической задачи. Главная цель - оперативный практический поиск при ограниченном времени. К этому классу можно отнести профессии раскладчика лекал в швейном производстве, разметчика в судостроении (или металлообработке), закройщика в ателье и др.

Заполнение 3 яруса. Отделы профессий.

Человек выполняет свою работу с помощью определенных средств труда (чем работать?): **Р** - ручные, **М** - механические, **А** - автоматические, **Ф** - функциональные средства труда. Иными словами: **Р** - профессии ручного труда; **М** - машинно-ручного (использование машин с ручным управлением); **А** (автомат) - использование автоматизированных и автоматических систем, аппаратов; **Ф** - профессии с преобладанием функциональных орудий труда.

Заполнение 4 яруса. Группы профессий.

Группы профессий (по признаку предметных и социальных условий труда). Человек выполняет работу в определенных условиях (где работать?). Условия труда бывают разными: бытовые, на открытом воздухе, необычные, с повышенной моральной ответственностью за здоровье, жизнь и психическое развитие людей. **Б** - труд в условиях обычного, бытового микроклимата; **О** - труд с пребыванием на открытом воздухе с резкими перепадами температуры и влажности; **Н** - труд в необычных условиях (под землей, под водой, в горячих цехах, в цехах с неизбежной вредностью, на высоте, в воздухе); **М** - труд с повышенной моральной ответственностью за здоровье, жизнь, психическое (умственное, нравственное) развитие людей, за большие общественные материальные ценности.

4.Определение "формулы" профессии.

В верхнем, 5-м ярусе пирамиды, учащиеся записывают "формулу" своей профессии. Для этого выбирают название профессии и двигаются последовательно с нижнего, 1-ого яруса до 4-ого, выбирая тот сектор, который наиболее их привлекает.

5. Психологический практикум.

Учащиеся, по желанию, пишут на доске формулы профессий, а группа угадывает эти профессии.

6. Рефлексия занятия.

Занятие 7. ТИПИЧНЫЕ ОШИБКИ И ЗАТРУДНЕНИЯ ПРИ ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ

Цели:

- ◇ Анализ типичных ошибок и затруднений при выборе профессии.

Задачи:

- ◇ Научить подростков избегать ошибок, сопутствующих выбору профессии.

Дидактические материалы:

1. Приложение 7.1 "Диалог о профессиях" - "Да, но..."
2. Перечень типичных ошибок и затруднений /Климов Е.А. Как выбрать профессию, М., 1990, стр.128-134/
3. Упражнение "Ассоциации".

Сценарий занятия.

Прямо только вороны летают.

Народная мудрость

1. Вступительная беседа.

Психолог уточняет значение слова "ошибка":

Если отрезаешь от какого-то целого куска часть и отклоняешься на несколько сантиметров от задуманной линии, будет ли это ошибкой? Вопрос не имеет смысла. Если нарезаешь для обеда хлеб, то никто это ошибкой не сочтет, но если вырезается стелька для обуви, то это уже создает неудобство и может считаться ошибкой. Все отклонения в допустимых пределах не должны считаться ошибкой. Выход за эти пределы - ошибка. Правильно говорят, что не ошибается только тот, кто ничего не делает.

Чтобы работа была успешной и приносила удовлетворение, надо избегать причин, приводящих к неправильному выбору профессии.

2. Выполнение психологического упражнения.

Упражнение "Диалог о профессиях" - "Да, но..." (Приложение 7.1.). После представления темы - обсуждение в кругу участников, в ходе которого психолог уточняет ошибки, сопутствующие выбору профессии.

3. Ошибки, сопутствующие выбору профессии.

Увлечение только внешней стороной профессии без учета ее "минусов".

Выбор профессии из соображения ее престижности (популярности) в обществе.

Только на основании высокой оплаты труда.

Под влиянием ближайшего окружения, без особых собственных желаний.

Отождествление учебного предмета с профессией.

Перенос позитивного отношения к человеку, представителю той или иной профессии, на саму профессию.

Выбор профессии "за компанию" с друзьями.

Неумение (без учета индивидуальных способностей) разобраться в своих личных качествах (склонностях, способностях, подготовленности и т.д.).

Незнание или недооценка своих физических особенностей, недостатков, существенных при выборе профессии.

Предвзятости относительно некоторых важных для общества профессий, занятия которыми иногда считаются недостойными, неприличными ("Торгаши", "Фотомодель" ...)

4. Психологический практикум.

Упражнение "*Ассоциации*".

Ведущий (участники группы вызываются на эту роль добровольно) выходит за дверь, остальные участники группы загадывают какую-нибудь профессию. Ведущий входит и пытается угадать загаданную профессию, задавая вопросы на ассоциации. Перед началом игры психолог объясняет, что все вопросы ведущего должны быть однотипны:

- Какого цвета эта профессия?
- Какой вкус у этой профессии?
- Какой запах у этой профессии?

➤ На какую погоду похожа эта профессия?

При этом водящий задает оговоренное заранее количество вопросов по кругу, после чего должен назвать загаданную профессию.

5. Рефлексия занятия.

Занятие 8. СТРАТЕГИЯ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ

Цели:

◇ Обучение стратегии выбора профессии: знакомство с факторами, которые необходимо учитывать при выборе профессии

Задачи:

◇ Научить подростков учитывать факторы правильного выбора профессии.

◇ Научить сопоставлять указанные факторы с той картиной, которая существует у них на сегодняшний день.

Дидактические материалы:

1. Схема-модель выбора профессии /Климов Е.А. Как выбирать профессию, М., 1990, стр.121-128/
2. Упражнение "Надпись на спине".

Сценарий занятия.

Для достижения успеха надо ставить цели несколько выше, чем те, которые в настоящее время могут быть достигнуты.

М. Планк

1. Вступительная беседа.

Для того, чтобы правильно выбрать профессию, необходимо учитывать следующие факторы:

Каждый выбирающий профессию оказывается в сложной конкретной обстановке (ситуации). Приходится принимать во внимание не только сведения об особенностях профессии. Сегодня мы выделим еще восемь обстоятельств, которые необходимо учитывать при выборе профессии.

2. Построение схемы-модели ситуации выбора профессии.

Чертим на доске восьмиугольную схему - модель ситуации выбора профессии и обозначаем каждую из вершин конкретным фактором. Надо сказать о важности согласования между собой всех позиций.

Схема "Восемь углов выбора профессии"

1. *ПС - позиция старших членов семьи (родителей или лиц, их заменяющих).*

Есть старшие, которые несут прямую ответственность за то, как складывается твоя жизнь, проявляют заботу. Эта забота распространяется и на вопрос о твоей будущей профессии: **1.**- Взрослые могут предоставлять своим детям значительную свободу выбора. Такая позиция старших требует от детей большой инициативы, самостоятельности и ответственности в обдумывании своего будущего. **2.** - Взрослые принимают близко к сердцу вопрос о будущем ребенка, но не согласны с его собственным выбором. С этим обстоятельством не считаться нельзя, приходится идти на разумные уступки или проявлять изобретательность в поисках дополнительных доводов в пользу намеченного выбора. **3.** - Если старшие и дети единомышленны в вопросе выбора профессии и если первые содействуют вторым добрыми советами, то об этом можно только мечтать.

2. *ПТ - позиция товарищей или ПМ - позиция микрогруппы.*

Не только у тебя, но и у твоих сверстников возрастает внимание и озабоченность вопросом построения своего профессионального будущего. Это отражается и в содержании твоих с ними разговоров. Дружеские связи в твоём возрасте очень крепки и могут повлиять на выбор профессии. Правильным будет решение, которое соответствует интересам не узкого, а широкого коллектива, большой общности - народа, общества.

3. *ПУ - позиция учителей, школьных педагогов, классного руководителя.*

Учитель - это не только преподаватель, но и специалист-человековед. Каждый учитель изучал в институте общую, детскую, возрастную и педагогическую психологию. Наблюдая за поведением, учебной и внеучебной активностью ребенка, опытный педагог проникает мыслью за фасад внешних проявлений человека и делает прогноз в соответствии с интересами, склонностями, помыслами, способностями, подготовленностью и характером учащегося. Поэтому он знает много такого о тебе, что скрыто от непрофессиональных глаз и даже от тебя самого.

4. *ЛПП - личные профессиональные планы.*

В данном случае под планом понимается образ, мысленное представление будущего. Конструкция твоего личного профессионального плана должна состоять из знаний о следующих обстоятельствах: **1.** - главная цель (что буду делать, каким буду, где буду, с кем буду, чего достигну); **2.** - цепочка ближайших и более отдаленных конкретных целей; **3.** - пути и средства достижения ближайших жизненных целей; **4.** - внешние условия достижения целей (трудности, возможные препятствия);

5. - внутренние условия достижения целей (свои возможности: состояние здоровья, способности к обучению, настойчивость, терпение, склонности к тому или иному виду деятельности); **6.** - запасные варианты целей и путей их достижения на случай возникновения непреодолимых трудностей в реализации основных вариантов.

5. Сп - способности.

Они составляют важное звено будущей профессиональной пригодности. Способности - это любые индивидуально-психологические особенности человека, помогающие ему в какой-либо деятельности. О своеобразии своих способностей надо судить не только по успехам в учебе, но и по достижениям в самых разнообразных видах деятельности и активности вне школы.

6. УП - уровень притязаний на общественное признание.

Уровень притязаний - устойчивое, свойственное данному человеку представление о том, какого места среди людей он заслуживает. Выбирая профессию и планируя трудовой путь, очень важно позаботиться о реалистичности своих притязаний на первую ступень профессиональной подготовки. Самый верный путь самовоспитания реалистического уровня притязаний - включение в жизнь коллектива, постоянное сличение своих успехов и неудач с достижениями товарищей, честное отношение к их успехам.

7. Инф - информированность.

Очень важно позаботиться, чтобы приобретаемые сведения о будущей профессии не оказались искаженными.

8. Скл - склонности.

Склонность - это нечто большее, чем просто познавательное побуждение. Склонности проявляются в любимых занятиях, на которые тратится большая часть свободного времени. Склонность - это "хочу делать". Областью склонностей может быть сфера межлического общения, любая возможная область приложения духовных или физических сил человека. Когда есть склонность, то проявляется и интерес. Склонности не только проявляются, но и формируются в деятельности.

Итак, полученная схема-модель ситуации выбора профессии может послужить в качестве опорного наглядного средства, когда молодой человек неоднократно будет возвращаться к обдумыванию стоящих перед ним вопросов. (Рекомендации по построению схемы см. Климов Е.А. Как выбирать профессию. М., 1990, стр.121-128).

3. Психологический практикум.

Упражнение "*Надпись на спине*".

Ведущий прикрепляет карточку с названием профессии одному из участников. Остальные должны изобразить эту профессию так, чтобы участник с карточкой на спине угадал, что написано на листочке.

4. Рефлексия занятия.

Занятие 9. МОИ ЛИЧНЫЕ ЖИЗНЕННЫЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ПЛАНЫ

Цели:

- ◇ Научить понимать личные профессиональные планы (ЛПП) как образ, мысленное представление будущего.
- ◇ Научить строить схему профессионального образа будущего.
- ◇ Подвести к пониманию того, что ЛПП - составляющая часть личных профессиональных и жизненных целей.
- ◇ Получение позитивной обратной связи для укрепления самооценки.

Задачи:

- ◇ Научить подростков указывать компоненты, входящие в схему профессионального образа будущего.
- ◇ Научить согласовывать ЛПП с другими позициями схемы-модели выбора профессии.
- ◇ Научить аргументированно высказывать свою точку зрения, взгляды и отношение к профессии.

Дидактические материалы:

1. Схема профессионального образа будущего.
2. Схема-модель выбора профессии /Климов Е.А. Как выбирать профессию, М., 1990/
3. Упражнение "Встреча через десять лет".
4. Упражнение "Сбор чемодана в дорогу".

Сценарий занятия.

1. Вступительная беседа. Повторение.

На прошлом занятии мы говорили об обстоятельствах, которые необходимо учитывать при выборе профессии. Сегодня мы подробнее поговорим о таком факторе, как личный профессиональный план. Психолог подчеркивает в беседе, что под планом понимается не обязательно то, что написано на бумаге и озаглавлено "План", а образ, мысленное представление будущего.

2. Схема построения профессионального образа будущего (работа с доской), беседа в ходе построения схемы.

- 1) Дальняя профессиональная цель (мечта).
- 2) Ближние профессиональные цели (как этапы и пути достижения дальней цели).
- 3) Знание себя (знание своих возможностей для достижения дальней и, особенно, ближних целей).
- 4) Знания путей подготовки к достижению целей (особенно ближних) и способов работы над собой.
- 5) Реальная подготовка к профессии (практическая реализация планов).
- 6) Запасные варианты карьеры и их иерархия как способы движения к дальней цели. Возможны случаи, когда резервный вариант не совпадает с дальней целью и рассматривается как самостоятельный путь.
- 7) В случае явного несоответствия своих возможностей избранным целям - другой профессиональный выбор.

Обсуждается каждый из факторов. Надо сопоставить указанные моменты с той картиной, которая существует у них на сегодняшний день.

3. Психологический практикум.

➤ Упражнение: *"Встреча через 10 лет"*.

Все участники делятся на пары. Ведущий говорит: "Давайте переведем часы на 10 лет вперед. Теперь мы в ... году. В вашей жизни многое изменилось. Сейчас вы в отпуске. Лето. Приехали в город, где учились в школе. Идете по улице и встречаете одноклассника. Между вами возникает оживленная беседа о том, что произошло за эти годы, чем занимаетесь. Вам дается 5 минут".

Когда беседа закончена, все садятся в круг и представляют каждого участника всей группе. Обсуждение.

➤ Упражнение *"Сбор чемодана в дорогу"*.

1-й вариант: учащимся предлагается написать на листе бумаги несколько слов на тему "Какой я". Далее работа продолжается по кругу. Участники держат записи так, чтобы это было видно всем, и поочередно начинают их читать, а остальные дополняют список положительными качествами, которые дописываются туда же. Пожелания кладутся в "чемодан" (конверт с результатами диагностики за весь курс обучения) и "чемодан" отдается участнику группы.

2-ой вариант: на листе бумаги учащийся обводит свою руку. Начиная с большого пальца, он пишет свои положительные качества. На ладони будут писать пожелания участники группы.

➤ Упражнение *"Моя будущая профессия"*.

Участникам группы предлагается нарисовать рисунок на тему "Моя будущая профессия" и представить его группе.

4. Рефлексия занятия: "Лимонадик" или сладкий Harry end.

Обмен впечатлениями о сегодняшнем дне и о занятиях в целом.

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.1.

ЗНАКОМСТВО С УЧАСТНИКАМИ ГРУППЫ

Одному из членов группы, лучше тому, кого вы не знаете, задавайте следующие вопросы:

- ◇ Фамилия Имя
- ◇ Место жительства
- ◇ Место учебы
- ◇ Что Вам больше всего нравится делать в свободное время?
- ◇ Какие фильмы Вы предпочитаете смотреть?
- ◇ Какие телепередачи вас больше всего интересуют?
- ◇ Какая музыка Вам больше всего нравится?
- ◇ Что Вы обычно делаете в свободное время (помимо школьной программы)?
- ◇ Считаете ли Вы для себя необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни?
- ◇ Ваши увлечения (хобби)?

Будьте готовы рассказать о своем партнере группе.

Потом поменяйтесь ролями.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.2

КОНТРАКТИНГ (СОГЛАШЕНИЕ)

В своей группе обсудите следующие вопросы:

- ◇ Что такое психология?
- ◇ Кто такой психолог?
- ◇ Что вы ожидаете от психологов-профконсультантов, от других участников группы?

Запишите ваши выводы.

Выберите человека, который выступит от имени группы перед остальными учащимися.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3.1.

АНКЕТА ОПТАНТА

Что вы собираетесь делать после окончания школы:

А) учиться в училище, колледже, институте (записать полное название учебного заведения) _____

Б) работать (записать полное название предприятия, специальности) _____

2. Подчеркните требования к своей будущей профессии (что Вас в ней привлекает?):

отсутствие чрезмерной физической нагрузки; конкретные результаты; возможность творчества; возможность развивать способности; высокая зарплата; возможность заниматься любимым делом; общение с интересными людьми, высокая общественная значимость; разнообразие в содержании работы; свободное время; возможность самому регулировать рабочее время.

3. Что советуют делать родители после окончания школы? Согласны ли Вы с их мнением? _____

4. Какой учебный предмет является твоим любимым? Почему?

Люблю _____ предмет, потому, что: он легко усваивается; он развивает ум и способности; нравится преподаватель этого предмета; знание этого предмета необходимо для поступления в институт; знание этого предмета пригодится для будущей профессии.

5. Есть ли у Вас дело, которым вы любите заниматься в свободное время, и от которого вас трудно оторвать для чего-либо другого _____

6. Есть ли у Вас интересы, склонности, связанные с выбором профессии (чтение спец. литературы, беседы о профессии со специалистами, посещение учебных заведений)?

7. Задатки дарований есть у каждого человека, в соответствии с ними нужно выбирать профессии. Подчеркни те способности, которые проявляются у тебя в наибольшей мере: хорошая память; наблюдательность; сообразительность; тонкость и точность движений, действий; тонкое обоняние; умение различать цвета и оттенки; рассудительность; здравый смысл; устойчивый интерес ко всем наукам; высокая умственная работоспособность; увлеченность техникой; умение конструировать, моделировать; интерес к экспериментам; любовь к детям; страсть к путешествиям; любовь к природе, к животным; интерес к кулинарии; постоянно испытываемое удовольствие от общения.

8.Какие способности человека развивает школа?

9.Развиваете ли Вы способности, связанные с выбором профессии? (тренируете память, внимание, улучшаете физическую подготовку, углубляете знания о профессии и др.) _____

10. Как Вы оцениваете достигнутые успехи в учебной деятельности? _____

11.Считаете ли Вы, что сможете осуществить свои профессиональные намерения? Что этому может помешать? _____

12.В случае неосуществления основных планов есть ли у Вас запасные, резервные варианты? _____

13.Некоторыми профессиями невозможно овладеть при определенных недостатках (противопоказаниях к профессии). Перечисли их: аллергия на пищу, запахи; плохое здоровье; быстрая утомляемость; повышенная нервная чувствительность; раздражительность, нетерпеливость; боязнь крови, человеческих страданий; вспыльчивость, неуравновешенность; быстрая утомляемость от общения с людьми; неаккуратность, неряшливость, небрежное отношение к работе и быту; отсутствие выдержки, конфликтность в отношениях со сверстниками и взрослыми; нежелание переделывать плохо выполненную работу.

14.Подчеркни профессиональные черты человека, который для тебя является образцом: знание своего дела, вдумчивость, пытливость; цепкость в работе; творческий склад ума; нестандартность мышления; умение быть простым, доступным в общении с людьми; требовательность к себе и своей работе; высокая результативность труда, его качество; умение учитывать условия и обстоятельства; умение преодолевать трудности; уверенность в своих силах.

Фамилия _____

Имя _____

Класс _____

Школа _____

ПРИЛОЖЕНИЕ 3.2

СЛОВАРЬ ОСНОВНЫХ ПОНЯТИЙ

◇ **ПРОФОРИЕНТАЦИЯ** - это определение человеком своего места в профессиональном мире.

◇ **ЦЕЛЬ ПРОФОРИЕНТАЦИИ** - подвести учащегося к взвешенному, самостоятельному выбору профессиональной деятельности, сформировать психологическую готовность к профессиональному самоопределению.

◇ **ПРОФЕССИЯ** - это род трудовой деятельности, требующий определенной подготовки и являющийся обычно источником существования.

◇ **ПСИХОЛОГ - ПРОФКОНСУЛЬТАНТ** - специалист, обучающий школьников самостоятельному планированию профессионального пути.

◇ **СПЕЦИАЛЬНОСТЬ** - это вид занятия в рамках одной профессии.

◇ **КВАЛИФИКАЦИЯ** - это:

профессия, специальность;

степень годности к какому-либо виду труда, уровень подготовленности.

◇ **ДОЛЖНОСТЬ** - это служебная обязанность, служебное место. Это круг действий, возложенных на определенного человека и безусловных для выполнения.

◇ **ВАКАНСИЯ** - незанятая, незанятая должность в учреждении, учебном заведении; свободное место в учебном заведении для учащегося.

◇ **КАРЬЕРА** - это:

1) достижение наивысших результатов;

2) род занятий;

3) продвижение по служебной лестнице.

◇ **ПРИЗВАНИЕ** - наивысшая степень соответствия конкретного человека и его работы.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3.3

ЧТО ТАКОЕ ПРОФЕССИЯ?

В своей группе определите, как вы понимаете:

◇ Что такое профессия?

- 1) Что необходимо, прежде всего, для получения профессии?
- 2) Что является основным признаком получения профессии (на что мы надеемся, получая профессию)?
- 3) Что необходимо учитывать при выборе профессии?

◇ Что такое специальность? (приведите примеры)

◇ Что такое должность? (приведите примеры)

◇ Дайте определение слову "квалификация".

◇ Что такое вакансия?

◇ Что означает слово "карьера"?

◇ Что такое призвание?

Запишите ваши выводы.

Выберите человека, который выступит от имени группы перед остальными учащимися.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4.1

МЕТОДИКА ДЖ. ГОЛЛАНДА "ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТИПА ЛИЧНОСТИ"

Инструкция:

Ниже попарно представлены различные профессии. В каждой паре постарайтесь найти ту, которой Вы отдаете предпочтение. Например, из двух профессий: "врач" или "дипломат" - Вы предпочитаете первую. Тогда в листе ответов в графе 39 (а) Вы должны поставить знак "+".

А	№	Б
Инженер-техник	1	Инженер-контролер
Вязальщик	2	Санитарный врач
Повар	3	Наборщик (специалист по типографскому набору)
Фотограф	4	Заведующий магазином

Чертежник	5	Дизайнер (художник-конструктор)
Философ (мыслитель, изучающий общие закономерности природы, общества, мышления человека)	6	Психиатр (врач, лечащий расстройства психики)
Ученый-химик	7	Бухгалтер
Редактор научного журнала	8	Адвокат
Лингвист (языковед, специалист, изучающий языки)	9	Переводчик художественной литературы
Педиатр (детский врач)	10	Статистик (специалист, изучающий количественные показатели развития общества и производства)
Организатор воспитательной работы	11	Председатель профсоюза
Спортивный врач	12	Фельетонист (писатель, журналист, пишущий на злободневные темы с использованием сатирических, юмористических приемов изложения)
Нотариус (должностное лицо, свидетельствующее, оформляющее различные документы, акты)	13	Снабженец
Перфоратор (специалист, обеспечивающий запись информации на перфокартах)	14	Карикатурист
Политический деятель	15	Писатель
Садовник	16	Метеоролог (специалист, изучающий состояние земной атмосферы)
Водитель троллейбуса	17	Медсестра
Инженер-электрик	18	Секретарь-машинистка
Маляр	19	Художник по металлу
биолог	20	Главный врач
Телеоператор	21	Режиссер
Гидролог (специалист, изучающий природные воды)	22	Ревизор (специалист, осуществляющий проверку чего-либо)
Зоолог	23	Зоотехник (специалист, занимающийся разведением, содержанием, использованием с/х животных)
Математик	24	Архитектор
Инспектор по делам несовершеннолетних	25	Счетовод

Учитель	26	Командир дружинников
Воспитатель	27	Художник по керамике
Экономист	28	Заведующий отделом
Корректор (специалист, исправляющий ошибки в тексте)	29	Критик (специалист, оценивающий литературные, музыкальные, художественные и др. произведения)
Завхоз	30	Директор
Радиоинженер	31	Специалист по ядерной физике
Наладчик	32	Механик (специалист, наблюдающий за работой механизмов)
Агроном (специалист по сельскохозяйственным культурам)	33	Председатель колхоза
Закройщик-модельер	34	Декоратор (художник, пишущий декорации, оформляющий сцену, помещения)
Археолог (специалист, изучающий быт и культуру древних народов)	35	Эксперт
Работник музея	36	Консультант
Ученый	37	Актер
Логопед (специалист, исправляющий недостатки речи)	38	Стенографист (специалист, быстро записывающий устную речь особыми знаками)
Врач	39	Дипломат (специалист в области внешней политики)
Главный бухгалтер	40	Директор
Поэт	41	Психолог (специалист, исследующий законы формирования личности)
Архивариус (хранитель архива)	42	Скульптор

КЛЮЧ К ТЕСТУ ДЖ. ГОЛЛАНДА

(Лист ответов учащихся)

Реалистичный тип	Интеллектуальный тип	Социальный тип	Конвенционный тип	Предпринимчивый тип	Артистический тип
1а	1б	2б	3б	4б	5б
2а	6а	6б	7б	8б	9б
3а	7а	10а	10б	11б	12б

4a	8a	11a	13a	13б	14б
5a	9a	12a	14a	15a	15б
16a	16б	17б	18б	23б	19б
17a	20a	20б	22б	26б	21б
18a	22a	25a	25б	28б	24б
19a	23a	26a	28a	30a	27б
21a	24a	27a	29a	33б	29б
31a	31б	36б	32б	35б	30б
32a	35a	38a	38б	37б	37a
33a	36a	39a	40a	39б	41a
34a	37a	41б	42a	40б	42б
Сумма:	Сумма:	Сумма:	Сумма:	Сумма:	Сумма:

ОПРОСНИК ДЖ. ГОЛЛАНДА
(2-й вариант)

Инструкция: Вам предлагается 42 пары профессий. Нужно выбрать профессию, которая Вам больше всего подходит. Если не нравятся обе, то нужно выбирать ту из них, которая менее неприятна, вызывает меньшую неприязнь. В перечне профессий Вам возможно встретятся профессии, которые Вы не знаете. В этом случае обращайтесь за помощью и разъяснениями к консультанту.

Для мальчиков

А	№	Б
1 инженер-строитель	1	2 конструктор
1 электротехник	2	3 санитарный врач
1 токарь	3	4 наборщик
1 фотограф	4	5 зав. магазином
1 чертежник	5	6 дизайнер
2 философ	6	3 психиатр
2 ученый-химик	7	4 бухгалтер
2 редактор научного журнала	8	5 адвокат
2 лингвист	9	6 переводчик художественной литературы
3 педиатр	10	4 статистик

3 завуч по внеклассной работе	11	5 председатель профсоюза
3 спортивный врач	12	6 фельетонист
4 нотариус	13	5 снабженец
4 оператор ЭВМ	14	6 карикатурист
5 политический деятель	15	6 писатель
1 садовник	16	2 метеоролог
1 водитель автобуса	17	3 фельдшер
1 инженер-электронщик	18	4 секретарь-референт
1 маляр	19	6 художник по металлу
2 биолог	20	3 глазной врач
5 телерепортер	21	6 режиссер
2 гидролог	22	4 ревизор
2 зоолог	23	5 главный зоотехник
2 математик	24	6 архитектор
3 работник детской комнаты милиции	25	4 счетовод
3 учитель	26	5 командир экипажа
3 воспитатель	27	6 художник по керамике
4 экономист	28	5 зав. хозяйством
4 корректор	29	6 критик
5 заведующий хозяйством	30	6 дирижер
1 радиооператор	31	2 специалист по ядерной физике
1 наладчик	32	4 монтажник
1 агроном-семеновод	33	5 директор агрофирмы
1 закройщик	34	6 декоратор
2 археолог	35	4 эксперт
2 работник музея	36	3 консультант
2 ученый	37	6 актер
3 логопед	38	4 стенографист
3 врач	39	5 дипломат
4 главный бухгалтер	40	5 директор
6 поэт	41	3 психолог
1 телемеханик	42	5 прораб

Для девочек

А	№	Б
1 инженер-технолог	1	2 конструктор
1 вязальщик	2	3 санитарный врач
1 повар	3	4 наборщик
1 фотограф	4	5 зав. магазином
1 чертежник	5	6 дизайнер
2 философ	6	3 психиатр
2 ученый-химик	7	4 бухгалтер
2 редактор научного журнала	8	5 адвокат
2 лингвист	9	6 переводчик художественной литературы
3 педиатр	10	4 статистик
3 завуч по внеклассной работе	11	5 председатель профсоюза
3 спортивный врач	12	6 фельетонист
4 нотариус	13	5 снабженец
4 оператор ЭВМ	14	6 карикатурист
5 политический деятель	15	6 писатель
1 садовник	16	2 метеоролог
1 водитель троллейбуса	17	3 медсестра
1 инженер-электронщик	18	4 секретарь-машинистка
1 маляр	19	6 художник по металлу
2 биолог	20	3 глазной врач
5 телерепортер	21	6 режиссер
2 гидролог	22	4 ревизор
2 зоолог	23	5 главный зотехник
2 математик	24	6 архитектор
3 работник детской комнаты милиции	25	4 счетовод
3 учитель	26	5 командир экипажа
3 воспитатель	27	6 художник по керамике
4 экономист	28	5 зав. хозяйством
4 корректор	29	6 критик
5 зав. хозяйством	30	6 дирижер
1 радиооператор	31	2 специалист по ядерной физике

1 наладчик	32	4 монтажник
1 агроном-семеновод	33	5 директор агрофирмы
1 закройщик	34	6 декоратор
2 археолог	35	4 эксперт
2 работник музея	36	3 консультант
2 ученый	37	6 актер
3 логопед	38	4 стенографист
3 врач	39	5 дипломат
4 главный бухгалтер	40	5 директор
6 поэт	41	3 психолог
1 телемеханик	42	5 прораб

Обработка

В бланке ответов подсчитывается количество отметок в каждом столбце. Профессиональный тип личности считается сформированным, если количество набранных баллов по одному из типов превышает все остальные на две или более единиц. Если наиболее выражены два значения, допустимо считать профессиональный тип частично сформированным. В случае же, когда график получается "размытым", то есть на нем нет четко выраженных вершин, "пиков", профессиональный тип считается несформированным. Это означает, что у подростка еще нет профессиональных предпочтений. Можно говорить, что человек еще не определил, какая профессиональная сфера его привлекает, что ему больше нравится (как правило, такие ученики недостаточно осознают и свои интересы, желания, профессиональные намерения, что можно дополнительно проверить по другим методикам).

ПРИЛОЖЕНИЕ 4.2.

ШЕСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ТИПОВ ЛИЧНОСТИ.

◇ 1. РЕАЛИСТИЧЕСКИЙ (ПРАКТИЧЕСКИЙ)

Любит заниматься конкретными вещами и их использованием. Ориентирован на практический труд и быстрый результат деятельности. Отдает предпочтение занятиям, требующим ручных умений, ловкости. Хорошо развито практическое мышление. Охотно выбирает профессии связиста, пиротехника, радиомонтажника, водителя, лесника, пчеловода. Коммуникативные навыки требуются минимально.

◇ 2. ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ

Сообразителен, наблюдателен, независим, оригинален, обладает нестандартным мышлением, творческим подходом к делу. Развиты

умственные способности. Предпочитает научные профессии: эколога, философа, математика и т. д. Межличностные отношения играют в деятельности незначительную роль.

◇ **3. СОЦИАЛЬНЫЙ**

Активен, общителен, эмоционален, чувствителен. Обладает развитыми словесными способностями. Умеет устанавливать и поддерживать отношения с людьми. Предпочитаемые занятия: обучение, информирование, обслуживание. Главное содержание труда - взаимодействие с людьми.

4. **КОНВЕНЦИАЛЬНЫЙ (СТАНДАРТНЫЙ)**

Усидчивый, исполнительный, дисциплинированный, аккуратный. Отдает предпочтение ясным, четко сформулированным предписаниям. Любит решать типичные задачи. Предпочитает профессии, имеющие отношение к канцелярским и расчетным работам (бухгалтер, экономист, секретарь, секретарь-референт, делопроизводитель, нотариус).

◇ **5. ПРЕДПРИИМЧИВЫЙ**

Находчивый, подвижный, практичный, инициативный, азартный. Любит риск, стремится к лидерству. Любит быть на виду. Не любит занятий, требующих усидчивости, длительной концентрации внимания. Хорошо справляется с работой, требующей быстрого принятия решения. Преобладают словесные способности. Контакты с людьми - многочисленны (следователь, журналист, политик, предприниматель и т.п.).

◇ **6. АРТИСТИЧЕСКИЙ**

Высокая эмоциональная чувствительность, творческое воображение, образное мышление, богатая фантазия. Пластичен, гибок, проницателен. В отношениях с людьми опирается на свои ощущения, интуицию (понимание без логического обоснования). Развито восприятие, ручные умения, словесные способности. Предпочитает занятия, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью (дизайнер, художник, музыкант, актер, переводчик и т. п.).

ПРИЛОЖЕНИЕ 6.1.

ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНО-ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ОПРОСНИК "Я ПРЕДПОЧТУ" (ДДО)

"Предположим, что после соответствующего обучения Вы сможете выполнять любую работу. Но если бы Вам пришлось выбирать только из двух возможностей, что бы Вы предпочли?"

Перед испытуемым ставится задача - дать, не задумываясь, ответы на 20 пар вопросов ДДО. При этом ответы должны быть дифференцированы. Если названная в вопросе деятельность скорее нравится, чем не нравится, следует поставить в соответствующей клетке "Листа ответов ДДО" знак плюс (+). Если определенно нравится - два плюса (++) . Если очень нравится - три плюса (+++). Если скорее не нравится, чем нравится - один минус (-). Если определенно не нравится - два минуса (- -). Если очень не нравится - три минуса (- - -). Результаты ответов (количество плюсов и минусов) подсчитываются по каждой колонке "Листа ответов ДДО". Итог выражается в виде алгебраической суммы. Эти результаты и будут характеризовать область наиболее целесообразного применения сил испытуемого. Результаты ДДО лишь в какой-то мере характеризуют способности оптанта на данный момент.

1-а Ухаживать за животными	1-б Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)
2-а Помогать больным людям, лечить их	2-б Составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин
3-а Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок	3-б Следить за состоянием, развитием растений
4-а Обрабатывать материалы (дерево, ткань, пластмассу)	4-б Доводить товары до потребителя (рекомендовать, продавать)
5-а Обсуждать научно-популярные книги, статьи	5-б Обсуждать художественные книги (пьесы, концерты)
6-а Выращивать молодняк (животных какой-либо породы)	6-б Тренировать ровесников (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных)
7-а Копировать рисунки, изображения (или	7-б Управлять каким-либо грузовым (подъемным или

настраивать музыкальные инструменты)	транспортным) средством - подъемным краном, трактором, тепловозом
8-а Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии)	8-б Оформлять выставки, витрины или участвовать в подготовке пьес, концертов
9-а Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику) жилище	9-б Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках
10-а Лечить животных	10-б Выполнять вычисления, расчеты
11-а Выводить новые сорта растений	11-б Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома), продукты питания
12-а Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, наказывать, поощрять	12-б Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок)
13-а Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности	13-б Наблюдать, изучать жизнь микроорганизмов
14-а Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты	14-б Оказывать людям медицинскую помощь при рпнениях, ушибах, ожогах
15-а Составлять точные описания или отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах	15-б Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые или представляемые)
16-а Делать лабораторные анализы в больнице	16-б Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение
17-а Красить или расписывать помещение, поверхность изделий	17-б Осуществлять монтаж зданий или сборку машин, приборов
18-а Организовывать культпоходы сверстников или младших (экскурсии, турпоходы)	18-б Играть на сцене, принимать участие а концертах
19-а Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания	19-б Заниматься черчением, копировать чертежи, карты
20-а Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада	20-б Работать на клавишных машинах (пишушей машинке, телетайпе, наборной машине)

Лист ответов ДДО

Фамилия, имя ученика _____

Класс _____ Школа _____ Дата _____

Природа (П)	Техника (Т)	Человек (Ч)	Знаковая система (З)	Художественный образ (Х)
1а	1б	2а	2б	3а
3б	4а	4б	5а	5б
6а	7б	6б	9б	7а
10а	9а	8а	10б	8б
11а	11б	12а	12б	13а
13б	14а	14б	15а	15б
16а	17б	16б	19б	17а
20а	19а	18а	20б	18б
Σ +	Σ +	Σ +	Σ +	Σ +
Σ -	Σ -	Σ -	Σ -	Σ -
П Σ	Т Σ	Ч Σ	З Σ	Х Σ

ПРИЛОЖЕНИЕ 7.1.

"ДИАЛОГ О ПРОФЕССИЯХ" - "ДА, НО..."

Участники делятся на пары. В каждой паре выбирают профессию, которую хотел бы иметь в будущем один из игроков. Задача заключается в том, чтобы обосновать свой выбор.

"Мне нравится профессия _____"

1. Потому что _____ Да, но _____
2. Потому что _____ Да, но _____
3. Потому что _____ Да, но _____
4. Потому что _____ Да, но _____
5. Потому что _____ Да, но _____

Кто сможет более аргументированно доказать, насколько выбранная профессия подошла бы к выбравшему ее участнику ?

Затем обмен ролями.

Литература

1. Битянова Н.Р. Психология личностного роста. Практическое пособие. - М.: Междун. Педагогическая академия, 1995.
2. Бодалев А.А. Личность и общение. Избр. Труды. - М.: Педагогика, 1983.
3. Борисова Е.М., Гуревич К.М. Психологическая диагностика в школьной профориентации. - Вопросы психологии, 1988, № 1.
4. Введение в практическую социальную психологию. Уч. пособие для высших уч. заведений. / Под ред. Ю.М. Жукова, Л.А. Петровской, О.В. Соловьевой. - М.: Смысл, 1996.
5. Выбор профессии: мотивы и реализация. Составители: Кузнецова С.В. - М.: Знание, 1986.
6. Газарян С.С. Ты выбираешь профессию. - М.: Молодая гвардия, 1985.
7. Жариков Е., Крушельницкий Е. Для тебя и о тебе. - М., 1991.
8. Захаров Н.Н. Профессиональная ориентация школьников. - М.: Просвещение, 1988.
9. Йоваша Л.А. Проблемы профессионального самоопределения школьников. - М.: Педагогика, 1983.
10. Калугин Н.Н. Профессиональная ориентация учащихся. - М.: Просвещение, 1983.
11. Климов Е. А. Как выбирать профессию. - М., 1991.
12. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения. - Ростов-на-Дону, 1996.
13. Климов Е. А. Развивающийся человек в мире профессий. - Обнинск, 1993.
14. Кулагина И.Ю. Возрастная психология. - М.: РОУ, 1996.
15. Малис Г.Ю. Изучение социальной среды в целях профконсультации. - Л., 1932.
16. Мелибруда М. Я-Ты-Мы. - М., 1997.
17. Немов Р.С. Психология. Уч. пос. - М.: Владос, 2001.
18. И.П. Павлов. Высшая нервная деятельность. Избранные труды.
19. Поляков В., Яновский Ю. Как получить хорошую работу в новой России. - М., 1995.
20. Практическая психодиагностика. Методики и тесты /Сост. Д.Я. Райгородский. - Самара, 2002.
21. Прихожан А. М. Психология неудачника. - М., 1997.

- 22.Процицкая Е.Н. Выбирайте профессию. - М., 1991.
- 23.Прутченков А. С. Социально-психологический тренинг межличностного общения. - М. , 1991.
- 24.Пряжников Н. С. Профессиональное и личностное самоопределение. - М.: Воронеж, 1996.
- 25.Психология: Словарь /Под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. - 2 изд., испр. и доп. - М. , 1990.
- 26.Ратанова Т. А., Шляхта Н. Ф. Психодиагностические методы изучения личности - М., 1998.
- 27.Ратанова Т.А. Психофизиологические основы индивидуальности. - М., 1999.
- 28.Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Под. Ред. Дубровиной И. В. - Екатеринбург, 1998.
- 29.Рычкова Н.А. Деадаптивное поведение детей: диагностика, коррекция, психопрофилактика. - М.: Гном, 2001.
- 30.Степанов А.Н., Бендюков М.А., Соломин И.Л. Азбука профориентации. - СПб., 1995.
- 31.Шумилин Е.А. Психологические особенности личности старшеклассника. /Под ред. В.В. Давыдова. - М.: Педагогика, 1979.

