

*На областной конкурс психолого-педагогических программ
«Психология развития и адаптации»*

*Номинация «Развивающие психолого-педагогические
программы»*

**Психолого-педагогическая программа
«Профессиональное ориентирование»**

Автор-составитель:

Торская Елена Александровна,
педагог-психолог

МБУ ДО «ЦДТ «Металлург»

г.о. Самара

zerkalo_tirapol@mail.ru

т. 892770 77932

Оглавление

Краткая аннотация на развивающую психолого-педагогическую программу «Профессиональное ориентирование»	4
Учебный план психолого-педагогической программы «Профессиональное ориентирование»	7
Учебно-тематический план психолого-педагогической программы «Профессиональное ориентирование»	8
Научно-практическая новизна и обоснованность программы	9
Актуальность и перспективность	10
Практическая направленность	10
Научно-методическая обоснованность программы	11
Цели и задачи программы	13
Психологические особенности участников	13
Практическая значимость	15
Сведения о практической апробации	15
Продолжительность и сроки реализации программы	15
Форма проведения занятий	15
Этапы реализации программы	16
Ожидаемые результаты реализации программы	16
Принципы реализации программы	17
Организация образовательного процесса	18
Используемые методики, технологии, инструментарий	19
Структура занятий	20
Критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы	22
Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы	22
Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы	23
Сфера ответственности, основные права и обязанности участников программы	24
Система организации контроля за реализацией программы	26
Критерии оценки достижения планируемых результатов	26

Содержание занятий	28
Список использованной литературы	70
Отзыв администрации о реализации психолого-педагогической программы «Профессиональное ориентирование»	72
Отзывы о реализации психолого- педагогической программы «Профессиональное ориентирование»	74
Рефлексивный отчет на педагога-психолога	76
Материалы, иллюстрирующие реализацию психолого- педагогической программы «Профессиональное ориентирование»	82
Диагностический инструментарий	89
Методический материал (презентации и диск с программой)	

Краткая аннотация на развивающую психолого-педагогическую программу «Профессиональное ориентирование»

Современные условия жизни характеризуются быстрой сменой ценностей и целей, именно они предъявляют принципиально новые требования к процессу социализации молодежи. Сегодняшний деловой мир нуждается в профессионалах, способных реализовывать себя в изменяющихся социально-экономических условиях, готовых принимать грамотные самостоятельные решения и нести за них ответственность. Очень популярен в настоящее время образ «успешного человека», обладающего большим потенциалом знаний, умений и навыков, который представляет собой стартовую площадку для жизненной самореализации.

На основе анализа литературы выделены типичные трудности, мешающие подросткам успешно стартовать как в профессиональном, так и личностном плане: плохое понимание себя, собственных возможностей, ценностей, желаний, характера и так далее; низкое качество принятых и реализованных решений; смутное видение жизненной и профессиональной перспективы, в том числе и плана освоения профессии; незавершенность процесса личностного самоопределения.

Поэтому возникла необходимость в написании программы, которая является не только профориентационной, но и общепсихологической.

Актуальность и перспективность реализуемой программы заключается в следующем:

Во-первых, программа соответствует психологическим потребностям подростков. Актуальная задача для подросткового возраста - профессиональное самоопределение, которое характеризуется сменой социальной ситуации развития, изменением содержания ведущей деятельности, освоением новых социальных ролей и так далее. Все эти изменения вызывают у подростков психическую напряженность. Переход от одной стадии к другой зачастую порождает субъективные и объективные

трудности, межличностные и внутриличностные конфликты, можно утверждать, что смена стадий инициирует нормативные кризисы профессионального становления личности[1].

Во-вторых, программа отвечает на требования современной социально-экономической ситуации. Особенность современного мира профессий заключается в том, что на смену монопрофессионализму приходит полипрофессионализм. Это значит, что человеку надо стремиться овладевать не одной единственной профессией, а несколькими смежными профессиями. Для успешной жизненной и профессиональной самореализации необходимо понимание динамичности происходящего, готовность и потребность в самообразовании и самоизменении в течение всей жизни.

Теоретические концепции профессионального становления личности стали плодом исследований таких выдающихся деятелей науки как К. С. Абульхановой-Славской, Б. Г. Ананьева, А. Г. Асмолова, Б. Ф. Ломова, Н. Н. Нечаева, Г. В. Суходольского, В. Д. Шадрикова. Большое влияние на проектирование концепции профессионального самоопределения оказали работы А. А. Бодалева, Ю. М. Забродина, Е. А. Климова, Т. В. Кудрявцева, А. К. Марковой, Л. М. Митиной, Н. С. Пряжникова, С. Н. Чистяковой. В работах зарубежных ученых А. Маслоу, Дж. Сьюпера, Дж. Холланда также представлен теоретический анализ психологических проблем профессионального развития личности [1].

Цель программы: формирование осознанной позиции в профессиональном и жизненном самоопределении подростков.

Задачи:

1. формирование «образа будущего» и ответственного, осознанного отношения к нему;
2. формирование положительного «образа Я» и самопрограммирование на успех в профессиональной деятельности;
3. актуализация потребности к самопознанию и саморазвитию;

4. активизация внутренних ресурсов на достижение целей и получение результатов.

Программа рассчитана на обучающихся 8-9 классов (подростки 14-16 лет).

Программа «Профессиональное ориентирование» была апробирована в 2016 году на базе:

- МБУ ДО «Центр детского творчества «Металлург» г.о. Самара;
- МБУ Школа 150 г.о. Самара;
- МБУ Школа 168 г.о. Самара.

Количество групп, прошедших курс - 3, всего в реализации программы участвовало 39 учащихся 8-х классов. В настоящее время программа продолжает реализовываться на базе школ 150 и 168.

Программа рассчитана на 8 занятий, рекомендуемая периодичность проведения 1 раз в неделю. Одно занятие рассчитано на 2 академических часа, реализуется программа в течение 2 месяцев. Занятия проводятся согласно графику и договору с образовательным учреждением.

Осуществляется реализация программы с помощью современных методов и технологий, позволяющих разнообразить процесс обучения и облегчить усвоение нового материала и формирование навыков: мини-лекции, беседы и дискуссии, игровые и арт-терапевтические технологии, а также элементы проектной технологии.

Представленные в программе занятия имеют единую структуру и состоят из трех этапов: мотивационного, практического и завершающего.

Развивающая программа «Профессиональное ориентирование» может найти свое применение в образовательных учреждениях города и области для работы с подростками, находящимися на этапе выбора жизненного пути. Также программа будет эффективна в работе с ребятами, испытывающими трудности в личностной и профессиональной социализации, имеющими затруднения в выборе профессионального маршрута или низкую мотивацию.

«СОГЛАСОВАНО»

На методическом совете

« ____ » _____ 2016 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ ДО «ЦДТ «Металлург»

Анохина М.С.

« ____ » _____ 2016 г.

Учебный план
психолого-педагогической программы
«Профессиональное ориентирование»

Цель: формирование осознанной позиции в профессиональном и жизненном самоопределении подростков

Адресат: подростки 14-16 лет

Срок обучения: 2 месяца

Режим занятий: 1 раз в неделю по 2 академических часа

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теорет.	практ.	
1.	Тайны собственного Я	4	1	3	Анкеты обратной связи, рефлексия
2.	На пути к цели	8	2	6	Анкеты обратной связи, рефлексия, защита мини-проекта
3.	Репетиция успеха	4	1	3	Анкеты обратной связи, рефлексия, защита мини-проекта
Итого:		16	4	12	

«СОГЛАСОВАНО»

На методическом совете

« _____ » _____ 2016 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ ДО «ЦДТ «Металлург»

Анохина М.С.

« _____ » _____ 2016 г.

Учебно-тематический план
психолого-педагогической программы
«Профессиональное ориентирование»

Цель: формирование осознанной позиции в профессиональном и жизненном самоопределении подростков

Адресат: подростки 14-16 лет

Срок обучения: 2 месяца

Режим занятий: 1 раз в неделю по 2 академических часа

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теорет	практ.	
1	Тайны собственного Я	4	1	3	
1.1	Что я думаю о себе	2	0,5	1,5	Анкеты обратной связи, рефлексия
1.2	Формула здорового характера	2	0,5	1,5	Анкеты обратной связи, рефлексия
2	На пути к цели	8	2	6	
2.1	Дороги, которые мы выбираем	2	0,5	1,5	Анкеты обратной связи, рефлексия
2.2	Портрет профессионала	2	0,5	1,5	Анкеты обратной связи, рефлексия, защита мини-проекта
2.3	По одежке встречают	2	0,5	1,5	Анкеты обратной связи, рефлексия
2.4	Здесь и сейчас	2	0,5	1,5	Анкеты обратной связи, рефлексия
3	Репетиция успеха	4	1	3	
3.1	Видение будущей карьеры	2	0,5	1,5	Анкеты обратной связи, рефлексия, защита мини-проекта
3.2	Карьерная карта	2	0,5	1,5	Анкеты обратной связи, рефлексия
Итого:		16	4	12	

Пояснительная записка

Научно-практическая новизна и обоснованность программы

Современные условия жизни характеризуются быстрой сменой ценностей и целей, именно они предъявляют принципиально новые требования к процессу социализации молодежи. Сегодняшний деловой мир нуждается в профессионалах, способных реализовывать себя в изменяющихся социально-экономических условиях, готовых принимать грамотные самостоятельные решения и нести за них ответственность. Очень популярен в настоящее время образ «успешного человека», обладающего большим потенциалом знаний, умений и навыков, который представляет собой стартовую площадку для жизненной самореализации.

На основе анализа литературы выделены типичные трудности, мешающие подросткам успешно стартовать как в профессиональном, так и личностном плане: плохое понимание себя, собственных возможностей, ценностей, желаний, характера и так далее; низкое качество принятых и реализованных решений; смутное видение жизненной и профессиональной перспективы, в том числе и плана освоения профессии; незавершенность процесса личностного самоопределения [1]. Это можно объяснить тем, что во многих образовательных учреждениях уделяется мало внимания организации обучения, которое способствует повышению психологической грамотности детей и подростков.

Поэтому возникла необходимость в написании программы, которая является не только профориентационной, но и общепсихологической. В процессе ее реализации перед психологом встает непростая задача – учитывая психологические особенности подростков (процесс личностного и профессионального самоопределения, устремленность в будущее) организовать деятельность, в результате которой ребята смогут увидеть жизненную перспективу, осознать себя как личность, активизировать

собственные внутренние ресурсы на достижение целей и получение результатов.

Актуальность и перспективность

Актуальность и перспективность реализуемой программы заключается в следующем:

Во-первых, программа соответствует психологическим потребностям подростков. Актуальная задача для подросткового возраста - профессиональное самоопределение, которое характеризуется сменой социальной ситуации развития, изменением содержания ведущей деятельности, освоением новых социальных ролей и так далее. Все эти изменения вызывают у подростков психическую напряженность. Переход от одной стадии к другой зачастую порождает субъективные и объективные трудности, межличностные и внутриличностные конфликты, можно утверждать, что смена стадий инициирует нормативные кризисы профессионального становления личности[1].

Во-вторых, программа отвечает на требования современной социально-экономической ситуации. Особенность современного мира профессий заключается в том, что на смену монопрофессионализму приходит полипрофессионализм. Это значит, что человеку надо стремиться овладевать не одной единственной профессией, а несколькими смежными профессиями. Для успешной жизненной и профессиональной самореализации необходимо понимание динамичности происходящего, готовность и потребность в самообразовании и самоизменении в течение всей жизни.

Практическая направленность

На основе анализа литературы и опыта работы с подростками были выведены несколько положений, которые являются основополагающими для реализации программы и позволяют запустить активный процесс самоопределения подростков.

1. Единство профессионального и личностного самоопределения. Многочисленные исследования показывают, что эффективное профессиональное самоопределение старшеклассника возможно лишь при достаточно высоком уровне развития его личности. Реализация этого принципа на практике заключается в особой организации программы, когда основной темой занятий является «личность», а темы, связанные с профессией рассматриваются в контексте личностного самоопределения.

2. Профориентация в данном случае рассматривается в более широком контексте – не только как система знаний, позволяющая определиться с выбором профессии, но так же как система, позволяющая подростку почувствовать свою сопричастность культурно-историческому процессу, увидеть себя будущим социальным субъектом, гражданином своей страны и найти свое место в обществе.

3. Факторами, детерминирующими становление личности, служат: осознание себя как личности, непрерывное саморазвитие, активная позиция и активное осуществление сделанных выборов. Реализовать это положение на практике позволяет заложенная в программу цепочка действий: осознание имеющейся ситуации (кто я, какой я, способности и возможности, цели и так далее) – активный поиск решений – выбор – планирование – осуществление конкретных шагов. Такая последовательность действий приводит к тому, что подросток начинает претворять свой выбор в жизнь, переводя его из ранга мечтаний и рассуждений в плоскость реальности.

Научно-методическая обоснованность программы

Научная проблема профессиональной ориентации в нашей стране имеет глубокие исторические корни. Она привлекала и до сих пор привлекает внимание и вызывает живейший интерес у психологов и педагогов.

Теоретические концепции профессионального становления личности стали плодом исследований таких выдающихся деятелей науки как К. С. Абульхановой-Славской, Б. Г. Ананьева, А. Г. Асмолова, Б. Ф. Ломова, Н. Н.

Нечаева, Г. В. Суходольского, В. Д. Шадрикова. Большое влияние на проектирование концепции профессионального самоопределения оказали работы А. А. Бодалева, Ю. М. Забродина, Е. А. Климова, Т. В. Кудрявцева, А. К. Марковой, Л. М. Митиной, Н. С. Пряжникова, С. Н. Чистяковой. В работах зарубежных ученых А. Маслоу, Дж. Сьюпера, Дж. Холланда также представлен теоретический анализ психологических проблем профессионального развития личности [1].

Е. А. Климов обосновал следующую профессионально ориентированную периодизацию:

1) стадия оптации (12—17 лет) — подготовка к сознательному выбору профессионального пути;

2) стадия профессиональной подготовки (15—23 года) — овладение знаниями, умениями и навыками будущей профессиональной деятельности;

3) стадия развития профессионала (от 16—23 лет до пенсионного возраста) — вхождение в систему межличностных отношений в профессиональных общностях и дальнейшее развитие субъекта деятельности [4].

Значительно обогатили теорию и практику профессионального самоопределения научные работы Н. С. Пряжникова. В своих трудах он подчеркивает неразрывную связь профессионального самоопределения с самореализацией человека в других важных сферах жизни: «Сущностью профессионального самоопределения является самостоятельное и осознанное нахождение смыслов выполняемой работы и всей жизнедеятельности в конкретной культурно-исторической (социально-экономической) ситуации» [8].

Анализируя рассуждения теоретиков и практиков, изучающих проблему профессиональной ориентации личности можно сказать, что профессиональное самоопределение не сводится к одномоментному акту выбора профессии и не заканчивается завершением профессиональной

подготовки по избранной специальности - оно продолжается на протяжении всей профессиональной жизни.

Цели и задачи программы

Цель программы: формирование осознанной позиции в профессиональном и жизненном самоопределении подростков.

Задачи:

5. формирование «образа будущего» и ответственного, осознанного отношения к нему;
6. формирование положительного «образа Я» и самопрограммирование на успех в профессиональной деятельности;
7. актуализация потребности к самопознанию и саморазвитию;
8. активизация внутренних ресурсов на достижение целей и получение результатов.

Условия реализации программы

Психологические особенности участников

Участники программы: программа рассчитана на обучающихся 8-9 классов (подростки 14-16 лет).

В этом возрасте происходит формирование ценностных ориентаций, углубление нравственного сознания, огромное значение придается вопросу о смысле жизни и построении жизненного плана. В этот период жизни формируется «Образ Я», который включает три компонента: познавательный, эмоциональный, поведенческий. К основным (личнообразующим) психологическим новообразованиям относится самоуважение — обобщенная самооценка, степень принятия или непринятия себя как личности. Важный фактор психического развития в подростковом возрасте – общение со сверстниками, которое выделяют в качестве ведущей

деятельности. Стремление подростка занять удовлетворяющее его положение среди сверстников сопровождается повышенной конформностью к ценностям и нормам группы сверстников.

Ведущие потребности данного возраста обусловлены неопределенной, проблемной ситуацией. Это потребности в личном, социальном и профессиональном самоопределении. Старшеклассники решают важные задачи профессионального самоопределения «Кем быть?» и личностного самоопределения «Каким быть?». Находясь на пороге самостоятельной взрослой жизни, девушки и юноши должны стать субъектами своей будущей профессиональной жизни [1].

Профессиональные планы на данном этапе развития в большинстве случаев расплывчаты и имеют романтические очертания - зачастую подростки представляют себя в разнообразных эмоционально привлекательных профессиональных ролях. Но для того, чтобы состояться как личность и профессионал, недостаточно просто представлять будущее в общих чертах, нужно осознавать свои способности, возможности, умение ставить цели, а также способы их достижения.

Особенность социальной ситуации развития на данном этапе жизни заключается в том, что молодые люди находятся на пороге вступления в самостоятельную жизнь. Они устремлены в будущее, поэтому свое пребывание в этом возрасте рассматривают как временное. Новая социальная позиция, высокая степень неопределенности жизни, неясность перспектив приводит к тому, что подростки с опасением смотрят в завтрашний день.

В таких условиях психологическая поддержка заключается в формировании образа будущего, развитии способности видеть перспективы, принимать самостоятельные решения и освоении навыков планирования собственной жизни.

Практическая значимость

Развивающая программа «Профессиональное ориентирование» может найти свое применение в образовательных учреждениях города и области для работы с подростками, находящимися на этапе выбора жизненного пути. Также программа будет эффективна в работе с ребятами, испытывающими трудности в личностной и профессиональной социализации, имеющими затруднения в выборе профессионального маршрута или низкую мотивацию.

Сведения о практической апробации

Программа «Профессиональное ориентирование» была апробирована в 2016-2017 году на базе:

- МБУ ДО «Центр детского творчества «Металлург» г.о. Самара;
- МБУ Школа 150 г.о. Самара;
- МБУ Школа 168 г.о. Самара.

Количество групп, прошедших курс - 3, всего в реализации программы участвовало 39 учащихся 8-х классов. В настоящее время программа продолжает реализовываться на базе школ 150 и 168.

Продолжительность и сроки реализации программы

Программа рассчитана на 8 занятий, рекомендуемая периодичность проведения 1 раз в неделю. Одно занятие рассчитано на 2 академических часа, реализуется программа в течение 2 месяцев. Занятия проводятся согласно графику и договору с образовательным учреждением.

Форма проведения занятий

Рекомендуемая форма проведения - групповые занятия с элементами тренинга. Оптимальное количество участников в группе 12-15 человек, это позволяет включить в активную деятельность всех подростков, что делает работу плодотворной.

Этапы реализации программы

1. Подготовительный этап. Включает в себя встречу с учащимися, на которой ведущий анонсирует программу. На этом же этапе происходит формирование учебных групп, решаются организационные вопросы.

2. Основной этап. Предполагает реализацию программы развивающей программы «Профессиональное ориентирование». Занятия включают в себя теоретическую информацию, заполнение учащимися рабочих листов по заданной теме, практическую отработку навыков в играх и упражнениях, самостоятельную информационно-поисковую деятельность подростков и выполнение мини-проектов.

3. Заключительный этап. На данном этапе проводится оценка эффективности программы на основе разработанных критериев, также оговаривается возможность продолжения работы с участниками - индивидуальные и групповые консультации.

Ожидаемые результаты реализации программы

Промежуточные: заинтересованность учащихся в общении со специалистом; активизация процесса самопознания; повышение познавательной активности к выбору в профессиональной сфере; умение анализировать личные трудности и препятствия на пути к цели; умение презентовать себя.

Итоговые: снижение напряженности, связанной с ситуацией неопределенности; формирование положительного «Образа будущего» и «Образа Я»; умение переносить полученные знания в жизнь, способность самостоятельно и осознанно выстраивать жизненный маршрут с учетом своих способностей и возможностей; умение не только планировать, но и осуществлять конкретные шаги к заданной цели.

Отсроченными результатами, которые в данный момент не подлежат проверке, может стать осознанный выбор профессии, который отвечает способностям и возможностям личности и приносит удовлетворение.

Принципы реализации программы

В основу программы «Профессиональное ориентирование» заложены современные научные представления о процессе выбора профессии, а также методические принципы, способствующие достижению поставленной цели.

1. *«Принцип безоценочности и принятия»* устанавливается в группе на этапе принятия правил и является средством создания безопасной и комфортной образовательной среды, а также позволяет увидеть ситуацию во всей ее сложности и многогранности.

2. «Принцип распределения ответственности» позволяет участнику быть полноправным субъектом отношений, формироваться как личность, моделирующая свое дальнейшее развитие с опорой на межличностное взаимодействие с педагогом-психологом.

3. Принцип «обучения через опыт» дает возможность участникам действовать самостоятельно и получать практический опыт, соотносить получаемую информацию с собственным жизненным опытом, своими ценностями, мечтами и идеалами, переосмыслить, делать собственные выводы и формировать новые модели поведения.

4. «Принцип диалогического общения» исходит из признания и уважения права участника свободно выбирать и присваивать ту ценность, которую он полагает как истинную, способствует выработке собственной системы ценностей.

5. «Принцип адресности» позволяет учесть возрастные и социальные характеристики обучающихся для достижения оптимального результата от освоения программы.

6. «Принцип деятельной позиции» предполагает активное использование участниками полученной информации в практике

собственной жизнедеятельности с последующей рефлексией получаемого опыта.

Организация образовательного процесса

Образовательный процесс проходит в виде групповых занятий и заданий, самостоятельно выполняемых участниками программы. Отличительными особенностями данной программы являются интерактивный характер занятий с отработкой практических навыков на практике; модификация полученной информации с учетом личностных особенностей обучающихся; интеграция полученного участниками опыта и знаний в жизнь путем выполнения самостоятельных заданий.

Ведущий заранее извещает участников о режиме занятий, стараясь обеспечить условия для комфортного пребывания участников и посещения ими всех занятий курса. Реализация программы предусматривает регулярные занятия по учебному плану, что позволяет поддерживать мотивацию участников и интерес на протяжении всего курса, способствует достижению заявленных задач. Ведущему программы желательно придерживаться учебно-тематического плана, так как все предлагаемые темы и упражнения взаимосвязаны и являются продолжением изученного материала. На усмотрение ведущего возможна замена некоторых упражнений на равнозначные, а также проведение дополнительных дискуссий и бесед на темы, особо интересующие участников. Для этого ведущему необходимо хорошо разбираться в механизмах, обеспечивающих результативность программы (владение методами и техниками, заявленными в программе), обладать знаниями возрастных особенностей участников и иметь опыт проведения групповых занятий.

Программа включает в себя три тематических раздела «Тайны собственного Я», «На пути к цели», «Репетиция успеха».

Раздел «Тайны собственного Я» включает игры, упражнения и задания, направленные на осознание особенностей самовосприятия, активизация процесса самопознания, узнавание своих способностей и возможностей.

Раздел «На пути к цели» предназначен для осознания особенностей восприятия себя другими, осознание возможных препятствий на пути к профессиональным достижениям, формирование навыков, способствующих успешной личностной и профессиональной социализации.

Раздел «Репетиция успеха» направлен на приобретение практического опыта пробного проектирования жизненной и профессиональной карьеры на основе соотнесения своих интересов, склонностей и личностных качеств; формирование позитивного образа мира и целостного видения будущего.

Каждое занятие включает в себя три компонента: когнитивный, эмоциональный, деятельностный. Такое сочетание позволяет: создать благоприятную атмосферу на занятиях; обеспечить мотивированность участников; усвоение теоретических знаний и практических навыков и способов конструктивного взаимодействия, получить поддержку и обратную связь от ведущего и других участников группы.

Используемые методики, технологии, инструментарий

Осуществляется реализация программы с помощью современных методов и технологий, позволяющих разнообразить процесс обучения и облегчить усвоение нового материала и формирование навыков:

1. Мини-лекция. Обеспечивает объяснение теоретических принципов и моделей, которые, по мнению ведущего, являются значимыми для текущих потребностей обучающихся.

2. Беседа и дискуссия. Помогают организовать совместную коммуникацию в интересах интенсивного и продуктивного решения групповой задачи. Эти формы работы предоставляют участникам возможность увидеть проблему с разных сторон, уточнить взаимные позиции, что уменьшает сопротивление восприятию новой информации.

Применение этих форм усиливает сплоченность группы и способствует самораскрытию участников, так как они являются способом групповой рефлексии через анализ индивидуальных переживаний.

3. Игровые технологии делают процесс обучения эффективным и увлекательным, мотивируют участников к изучению проблематики занятий, позволяют аккумулировать и передавать социальный опыт в системах «подросток-взрослый» и «подросток-подросток». Коммуникативные игры способствуют формированию навыков общения и сотрудничества в группе. Ролевые игры позволяют примерить на себя роли, различные по содержанию и статусу, утвердить или изменить личные установки и модели поведения. Профориентационные игры позволяют моделировать перспективы профессионального и личностного развития в их целостности.

4. Арт-терапевтические технологии. Использование рисуночной терапии, метафорических ассоциативных карт, коллажирования и сказкотерапии вносят элемент разнообразия, делают занятия интересными и увлекательными. Применение этих методов способствует самораскрытию подростков, проявлению нестандартного мышления, поиску необычных путей решения поставленных задач.

5. Проектные технологии. Использование элементов проектных технологий позволяет активизировать поисковую активность подростков, раскрыть творческие способности обучающихся и сформировать умения, необходимые для успешной социализации в профессиональной среде.

Структура занятий

Представленные в программе занятия имеют единую структуру и состоят из трех этапов: мотивационного, практического и завершающего.

Мотивационный этап занимает примерно 10-15% от общей продолжительности занятия. На этом этапе делается акцент на создание благоприятной атмосферы в группе, подводятся итоги прошедшей недели, и привлекается внимание участников к теме занятия.

Практический этап занимает большую часть времени – около 70%. Часть времени посвящается освоению теоретического материала посредством мини-лекций, бесед или дискуссий. Оставшаяся часть направлена на решение задач и проработку практических навыков по определенной тематике посредством игровых и арт-терапевтических технологий. Разнообразие форм и методов работы позволяет чередовать виды деятельности и делает занятие интересным. Обязательным условием по итогам проведенных упражнений является рефлексия, желательно после каждого упражнения или игры. Анализ сложившейся ситуации и рефлексия способствуют осознанию эмоциональной значимости ситуации и доносят смысловую нагрузку другим участникам группы и ведущему.

Завершающий этап занимает около 10-15% времени, он направлен на закрепление материала и полученного опыта. Каждая встреча завершается рефлексивным анализом, с помощью которого достигается интериоризация полученных знаний и отслеживается степень удовлетворенности участников качеством проведенных мероприятий. Этап включает ритуал прощания и объяснение задания, предусмотренного для самостоятельного изучения и выполнения.

Программа предполагает, что участники выделяют время на организацию самостоятельного изучения некоторых аспектов профориентационной деятельности. Данное время предполагает активные поиски материала по различной тематике, оформление работ и защиту презентации или мини-проекта.

С целью эффективной работы желательно соблюдать последовательность подачи материала по программе, а также соблюдать очередность этапов занятия.

Критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы

Противопоказания к участию в программе:

- ✓ отклонения в психическом развитии, не позволяющие стать полноценными участниками программы;
- ✓ острые психоэмоциональные переживания;
- ✓ отсутствие согласия родителей на работу с педагогом-психологом.

Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы

Кадровое обеспечение

Занятия проводятся педагогом-психологом, обладающим знаниями закономерностей психического развития, владеющим активными формами работы и имеющим опыт групповой работы с подростками. Также желательно наличие навыков организации коммуникативного взаимодействия и знакомство с современными технологиями работы.

Материально-техническое обеспечение

Помещение. Занятия проводятся в просторном помещении (хорошо освещенном и проветриваемом), где достаточно пространства для игрового взаимодействия.

Оборудование. В помещении необходимо наличие стульев на каждого участника и столов для выполнения письменных заданий. Также желательно наличие ученической доски и ноутбука с мультимедийным оборудованием, принтера для распечатки материалов.

Информационно-методическое обеспечение

Желательно наличие библиотеки с фондом литературы по психолого-педагогическому сопровождению подростков на этапе профессиональной ориентации, а также доступа к сети Интернет.

Для реализации программы на каждом занятии ведущему необходимо иметь:

- ✓ план занятия с описанием игр и упражнений;
- ✓ мяч или небольшая мягкая игрушка;
- ✓ раздаточный материал для участников (при необходимости);
- ✓ канцтовары (бумага, карандаши, фломастеры, клей, пластилин, краски, ножницы и т.д.);
- ✓ поручные материалы (журналы, газеты, различные мелкие предметы природного и искусственного происхождения для выполнения творческих заданий и реализации потребности в самовыражении).

Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы

Большинство упражнений, содержащихся в программе, представлены в модифицированном варианте. Предложенные игры и упражнения в первоначальном варианте можно найти в литературе для ведущего:

1. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники. Ростов н/Д : Феникс, 2007. – 349с
2. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). - М.: ВАКО, 2005. - 288 с- (Педагогика. Психология. Управление).
3. Пряжников Н. С. Профориентационные игры: Проблемные ситуации, задачи, карточные методики: Учеб.-метод. Пособие для студентов фак. психол. гос. ун-тов. – М., 1991
4. Резапкина Г.В. Методический кабинет профориентации, Интернет-ресурс <http://metodkabi.net.ru/>
5. Тюшев Ю.В. Выбор профессии: тренинг для подростков. — СПб.: Питер, 2009. — 160 с: ил. — (Серия «Практическая психология»).
6. Фопель К На пороге взрослой жизни: Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами. Книга 1: Ценности, цели и интересы. Школа и учеба. Работа и досуг, М.: Генезис , 2008. - 208 с

7. Фопель К. На пороге взрослой жизни: Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами. Книга 4. Планирование жизни. Решение проблем. Сотрудничество, М.: Генезис , 2008. - 179 с.

Для участников (в качестве рекомендуемой литературы):

1. Резапкина Г.В. Беседы о самоопределении. Книга для чтения учащихся 8 — 9 классов : учеб. пособие / Г.В.Резапкина. — М. : Образовательно-издательский центр «Академия», ОАО «Московские учебники», 2012. — 112 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

2. Романова Е.С. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. 2-е изд. СПб.: Питер, 2003. —464 с: ил

Сфера ответственности, основные права и обязанности участников программы

Нормативно-правовой базой данной программы являются:

1. Конвенция ООН «О правах ребенка» 1989г.
2. Конституция РФ.
3. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.12г.
4. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка» №124-ФЗ от 24.17.98г.
5. Проект Концепции развития психологической службы в системе образования в РФ на период до 2025г.

Отношения между участниками и ведущим программы строятся на основе сотрудничества, взаимного уважения и предоставления свободы развития личности. Гарантия прав участников программы обеспечивается устным соглашением всех участников придерживаться основных правил.

Педагог-психолог обязан:

- ✓ соответствовать требованиям квалификационных характеристик;
- ✓ выполнять требования должностных инструкций;

- ✓ обеспечивать безопасность жизни и здоровья участников во время реализации программы;

- ✓ руководствоваться «Этическим кодексом психолога»;

- ✓ своевременно информировать участников и заинтересованных лиц о сроках проведения программы.

Педагог-психолог вправе:

- ✓ свободно выбирать и использовать методики в соответствии с основной тематикой программы;

- ✓ вносить изменения в организационные и содержательные аспекты обучения;

- ✓ приглашать участников на дополнительные консультации;

- ✓ давать рекомендации родителям и педагогам по оказанию психологической поддержки участникам программы.

Участники программы обязаны:

- ✓ соблюдать принятые правила группового взаимодействия;

- ✓ уважать личность и достоинство других участников;

- ✓ не совершать действий, наносящих вред другим участникам или имуществу образовательного учреждения.

Участники программы имеют право:

- ✓ добровольное участие в программе;

- ✓ право на свободное выражение собственных взглядов и убеждений;

- ✓ отказаться от участия в программе.

Родители или законные представители участников программы вправе:

- ✓ получать полную и достоверную информацию об оценке знаний, умений и навыков ребенка, полученных в результате освоения программы;

- ✓ обращаться к педагогу-психологу по вопросам, касающимся тематики программы.

Система организации контроля за реализацией программы

Для организации контроля используются:

- ✓ текущий контроль - заполнение журнала групповых форм работы; анализ анкет обратной связи и рефлексивных высказываний участников; анализ методов решения проблемных заданий в процессе занятий;
- ✓ итоговый контроль - сравнительный анализ входной и выходной диагностики (Опросник профессиональных установок подростка И. М. Кондакова, Анкета по курсу «Профессиональное ориентирование»); выполнение участниками практико-ориентированных заданий по тематике программы.

Диагностический инструментарий:

- ✓ Опросник Дж. Голланда по определению профессионально-ориентированного типа личности
- ✓ Опросник профессиональных установок подростка И. М. Кондакова

Критерии оценки достижения планируемых результатов

Система контроля разработана на основании работ и статей Резапкиной Г.В. и Пряжникова Н.С., предполагает отслеживание количественных и качественных показателей результативности в течение и по окончании реализации программы.

Количественные:

- ✓ повышение на 20 % доли учащихся, имеющих адекватные профессиональные установки (независимость, рационализм, реализм, решительность и уверенность в профессиональном выборе) по результатам диагностики (Опросник профессиональных установок подростка И.М. Кондакова).

Качественные:

- ✓ положительные отзывы от участников программы (анализ анкет обратной связи и рефлексивных высказываний участников);
- ✓ стремление использовать или уже использование полученных знаний и умений в жизни (выполнение участниками практико-ориентированных заданий по тематике программы);
- ✓ готовность работать в режиме взаимодействия (сотрудничества с педагогом-психологом)
- ✓ наличие в работах участников характеристик, присущих личному профессиональному плану (осознанность, обоснованность, реалистичность, гибкость, согласованность, перспективность).

Содержание занятий программы

«Профессиональное ориентирование»

Занятие 1.

Тема: «Что я думаю о себе»

Цель: актуализация и активизация процесса исследования подростками своего внутреннего мира, создание условий для познания ими себя как субъектов выбора профессии.

Задачи:

- ✓ Познакомиться с участниками и создать доверительные отношения на занятиях;
- ✓ Выявить ожидания участников и сформировать позитивное отношение к предстоящим занятиям;
- ✓ Ввести участников в проблему профессионального и жизненного самоопределения;
- ✓ Мотивировать подростков на обращение к своему внутреннему миру и его анализу;
- ✓ Помочь подросткам осознать особенности самовосприятия и восприятия себя другими.

Материалы и оборудование	Этапы занятия	Содержание занятия
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Мяч или небольшая мягкая игрушка ✓ Бумага, фломастеры ✓ Анкета по курсу «Профессиональное ориентирование» ✓ Карточки ЗНАТЬ, УМЕТЬ, ИСПЫТАТЬ; ✓ Бланки и опросник профессиональных установок Кондакова И.М ✓ Рисуночный тест «Вольеры в зоопарке», бланк и интерпретация 	<p>Мотивационный</p>	<p>Упражнение-приветствие «Меня зовут...» Все участники приветствуют друг друга и по очереди говорят: как их звали в детстве, как зовут сейчас, как будут называть в будущем.</p> <p>Информационная часть <i>Работа занимает примерно третью часть жизни. И конечно это время хотелось бы потратить на дело, приносящее удовольствие и пользу. Правильный выбор профессии позволяет проявить свои способности, избежать разочарования, обеспечить себя и свою семью. Задача взрослых – помочь вам получить достоверную информацию о ваших профессиональных интересах и склонностях, возможностях и трудностях на пути к профессии.</i></p> <p>Упражнение «Линия» Участникам раздаются листочки, где нужно написать цифру от 0 до 100. Ноль означает «Не думаю о своей профессии», Сто – «Много думаю о своей будущей профессии». Затем участникам предлагается занять место</p>

<p>✓ Домашнее задание (раздаточный материал)</p>		<p>на шкале от 0 до 100 в соответствии с выбранной цифрой. Обсуждение: Какие мысли возникли во время выполнения? Что оказалось неожиданным, удивительным и т.д.? Заполнение анкеты по курсу «Профессиональное ориентирование» и Опросника профессиональных установок И.М. Кондакова.</p>
	<p>Практический</p>	<p>Упражнение «Автобусная остановка» Ведущий развешивает в разных концах комнаты листы с надписями: «знать», «уметь», «испытать». Участники делятся на три группы, которые занимают место возле отдельного листа. <i>Представьте, что вы находитесь на автобусной остановке. Когда люди стоят на остановке, они думают, разговаривают, читают объявления, а некоторые даже еще и дописывают кое-что. Пусть сейчас каждая группа напишет на своем объявлении все то, что хочет получить на занятиях. «Знать» - какие новые знания вы хотите получить. «Уметь» - какие навыки хотите освоить. «Испытать» - какой новый опыт, новые чувства хотите пережить. Через некоторое время я подам сигнал, и это значит, что «пришел автобус» и группам нужно ехать на другую остановку. Двигаться будем по часовой стрелке. Таким образом, каждая группа побывает возле каждого листа. Не нужно повторяться – прочитайте, что написано до вас, и создайте что-нибудь новенькое.</i> Записи зачитываются. Обсуждение: Легко ли было выполнять упражнение? Все ли мысли удалось сформулировать и записать? Со всем ли вы согласны? Упражнение «Правила хорошего тона» <i>С древности повелось, что в разных местах нужно вести себя по-разному. В связи с этим существуют правила поведения, которые объясняют, что можно, а что нельзя делать в том или ином месте.</i></p>

	<p>Участникам предлагается пофантазировать и написать свод правил поведения в необычных местах: в избушке Бабы-Яги, на вершине Эльбруса. Затем следует совместная разработка и принятие правил работы в группе.</p> <p>Информационная часть <i>В жизни каждого человека наступает момент, когда он задумывается над вопросами: Кто Я? Какой Я? Ответы на них можно искать всю жизнь, но есть наука, которая может помочь человеку познакомиться с самим собой – психология. Узнавать о себе что-то новое – одно из самых увлекательных занятий.</i></p> <p>Упражнение «Либо-либо» Ведущий зачитывает список альтернатив, между которыми участникам приходится выбирать. Одни встают по правую сторону от ведущего, другие по левую. Вы ложка или нож? Лес или море? «Да» или «нет»? Учитель или ученик? Город или деревня? Настоящее или прошлое? Дельфин или акула? Радость или печаль? Обсуждение: Понравилось ли упражнение? Удивило ли вас что-то? Что еще хотелось бы добавить?</p> <p>Упражнение «Ситуации» Участникам предлагается составить перечень событий, которые уже случились или могут произойти в будущем (учеба в школе, общение с родителями, встреча с друзьями, визит к врачу и т.д.). Затем ребятам предлагается поразмышлять, кем они являются в этих ситуациях – подвести их к мысли о разнообразии социальных ролей и образе «Я». Обсуждение: Каких ролей было больше – настоящих или будущих? Были ли названы роли, относящиеся к профессиональной сфере? Легко ли заглядывать в будущее? Почему?</p>
--	--

	<p><i>Образ «Я» — это представление человека о себе самом. Этот образ включает в себя не только слова, но и картинки, переживания, ощущения – все то, с помощью чего человек может описать самого себя.</i></p> <p>Упражнение «Сколько во мне людей?»</p> <p>Заполнение рисуночного теста «Вольеры в зоопарке» и его интерпретация.</p> <p><i>Далее участникам предлагается послушать и проанализировать цитату из Уильяма Джеймса: «Когда встречаются два человека, на встрече присутствуют шестеро – каждый из двоих, каким он (или она) себя видит, каждый из двоих, каким его (или ее) видят другие, и каждый из двоих, какими они являются на самом деле».</i></p> <p><i>Обсуждение:</i> Как вы поняли эту фразу? Как самосознание человека связано с его отношениями с родителями, друзьями, с окружающими людьми?</p> <p>Упражнение «Кто есть кто?»</p> <p>Ведущий называет профессии из различных сфер деятельности, участники в течение нескольких секунд должны определить, кому она подходит в наибольшей степени. По хлопку в ладоши все одновременно показывают одной или двумя руками на выбранных людей. Участники самостоятельно подсчитывают, сколько рук на них указывают, и отмечают на листочках мнение товарищей. Затем подсчитываются результаты.</p> <p><i>Обсуждение:</i> Легко ли было выбирать? Совпадает ли твое мнение с мнением товарищей? Какие чувства ты испытывал, когда ты выбирал (тебя выбирали)? Было ли что-то удивительным для тебя?</p> <p>Упражнение «Самоценность»</p> <p><i>Каждый из нас уникален и представляет собой ценность, мы отличаемся друг от друга своей внешностью, способностями, личными качествами и</i></p>
--	--

		<p><i>достижениями, целями и многим другим. Как мы узнаем о своей ценности? О своей ценности мы узнаем от других людей.</i></p> <p>Участникам предлагается нарисовать в центре листа круг и написать там «Я». Затем нарисовать вокруг столько кругов, сколько захочется. В каждом из них нужно написать имя человека, который хоть однажды сказал о твоей ценности и уникальности. От каждого кружочка проведите стрелочки, можно разными цветами, в зависимости от отношения к нему. А теперь напишите, что говорили эти люди.</p> <p>Обсуждение: Легко или сложно было выполнять упражнение? Много ли вам удалось написать имен? Почему?</p>
	<p>Завершающий</p>	<p>Задание для самостоятельного выполнения: Упражнение «Паспорт»</p> <p>Каждый участник получает задание к следующему занятию изготовить паспорт (лист бумаги А5, сложенный вдвое), по которому подростки смогут лучше узнать друг с друга. В паспорте содержится небольшая информация о владельце: рисунок (как я себя представляю) и 5–8 фактов (внешность, интересы, детали личной жизни). Каждый факт описывается в одном предложении. Готовые паспорта никому не показываются.</p> <p>Упражнение «Молодец!»</p> <p>Каждый участник занятия называет знание, умение или опыт, приобретенный на этом занятии. Остальные в ответ на сказанное достижение произносят фразу: «А это ты молодец!»</p> <p>Рефлексия занятия.</p> <p>Ритуал прощания.</p>

Занятие 2

Тема: «Формула здорового характера»

Цель: создать условия для самораскрытия подростков и анализа ими особенностей своей личности как одного из факторов выбора профессии.

Задачи:

- ✓ Создать положительный эмоциональный фон на занятии;
- ✓ Ознакомить подростков понятиями «характер», «качества характера»;
- ✓ Стимулировать формирование познавательной активности;
- ✓ Способствовать осознанию подростками своих сильных и слабых сторон;
- ✓ Развивать у подростков навыки самоанализа и самовоспитания;
- ✓ Обеспечить получение каждым подростком обратной связи от ведущего и других участников.

Материалы и оборудование	Этапы занятия	Содержание занятия
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Мяч или небольшая мягкая игрушка ✓ Бумага, фломастеры ✓ Карточки СПАСАТЕЛЬ, УЧИТЕЛЬ, ПРЕЗИДЕНТ, ВРАЧ ✓ Бланки и опросник Дж. Голланда по определению профессионально-ориентированного типа личности ✓ Анкета обратной 	Мотивационный	<p>Упражнение-приветствие «Хорошо» Участники приветствуют друг друга и говорят, что хорошего у них произошло за неделю.</p> <p>Упражнение «Пересядьте те, кто...» Участники садятся по кругу, а ведущий остается в центре. Ведущий предлагает пересесть всем тем, кто обладает каким-то общим признаком: интересом, склонностью к какому-то занятию. Например: «Пересядьте все те, кто любит заниматься спортом», — и все любители спорта должны поменяться местами. Ведущий при этом старается занять одно из освободившихся мест. Тот, кто останется без места, становится ведущим.</p>
	Практический	<p>Упражнение «Паспорт» (обсуждение выполненного домашнего задания) Каждый участник получил задание – изготовить дома паспорт, в котором содержится небольшая информация о владельце: рисунок (как я себя</p>

<p>связи ✓ Домашнее задание (раздаточный материал)</p>		<p>представляю) и 5–8 фактов (внешность, интересы, детали личной жизни). Готовые паспорта складываются в коробку и перемешиваются. Содержание всех паспортов показывается участникам и зачитывается вслух, все стараются догадаться о ком идет речь.</p> <p>Обсуждение: Понравилось ли упражнение? Легко ли было выполнить? Удалось ли угадать владельца? Какие мысли и чувства возникли во время выполнения?</p> <p>Информационная часть</p> <p><i>Ежедневно каждому человеку приходится делать множество выборов: сделать зарядку или поспать лишние десять минут; пойти на работу или учебу или найти уважительную причину, чтобы этого не делать; успеть занять место в транспорте или уступить его другому, помочь или пройти мимо, соврать или сказать правду, заступиться или промолчать. Накапливаясь, эти незначительные поступки определяют жизнь человека, формируют его характер. Хорошие и дурные качества вырастают из мелких проступков, как полезные и вредные растения из семян. Вторая важная тема нашего курса – воспитание «здорового» характера. Характер не дается человеку от рождения – он представляет собой совокупность устойчивых, индивидуальных свойств личности, которые складываются и проявляются в деятельности и общении. Говоря о характере, мы подразумеваем индивидуальные свойства, часто повторяющиеся в поступках и действиях – типичные или привычные для человека формы поведения. Насчитывается более тысячи черт характера, некоторые из них помогают владельцу, а некоторые способны не только помешать, но и сильно усложнить жизнь.</i></p> <p>Упражнение «Качества характера»</p> <p>Участники разбиваются на группы, им предлагается представить, что</p>
--	--	---

	<p>сегодня они принимают посетителей. Ведущий раздает карточки с указанием профессии гостя: «Спасатель, на его счету множество поисково-спасательных операций и спасенных жизней», «Учитель, его уважают и любят все ученики, он удостоен звания «Учитель года», «Президент, народ считает его мудрым руководителем и уважаемым человеком», «Врач, он удостоен Нобелевской премии за выдающиеся достижения в области медицины». Участникам предлагается поразмышлять, какие качества характера позволили их гостю добиться значительных успехов в профессиональной сфере. Результаты упражнения озвучиваются.</p> <p>Обсуждение: Где и в каких условиях проявляются качества? Есть ли качества, которые назывались неоднократно? Какие качества можно отнести к «универсальным», а какие к «специфическим»? Совпадает ли ваше мнение с мнением участников?</p> <p>Информационная часть</p> <p><i>Не только человек выбирает профессию. Любая профессия отбирает людей, обладающих особыми качествами, которые называют профессионально важными.</i></p> <p>Упражнение-дискуссия «Плохие и хорошие качества»</p> <p>Участникам предлагается написать на маленьких листочках ярко проявляющиеся качества своего характера: 2 хороших, помогающих в жизни и 2 плохих, мешающих жить нормально. Листочки скатываются в трубочку и кладутся в коробку. Участники по очереди вытаскивают листок и пытаются отгадать – хорошее это качество или плохое.</p> <p>Задача ведущего – на основе высказываний участников организовать дискуссию, заставить участников засомневаться в однозначной трактовке качества как хорошего или плохого, найти хорошее в плохом. Довести до сведения участников, что потенциально в нас заложены все качества, какое</p>
--	---

		<p>развивать человек выбирает сам.</p> <p>Обсуждение: Удалось ли высказать свою точку зрения? Изменилась ли точка зрения после высказываний участников? Узнал ли я что-то новое о себе, о других?</p> <p>Упражнение «Силуэт моих сильных сторон»</p> <p>Участникам предлагается нарисовать на листе контур своего тела. Затем каждый участник карандашом или фломастером одного цвета подписывает, что он может делать при помощи различных частей тела, какие способности, умения и черты характера заключены в них. Выбрав карандаш другого цвета, участнику предстоит перечислить способности и сильные стороны, которые он хотел бы приобрести в будущем.</p> <p>Обсуждение: Понравилось ли упражнение? Легко ли было отыскать сильные стороны? В какой части тела заключено наибольшее число сильных сторон (желаний)? Какой чертой характера я больше всего горжусь? Что я могу сделать, чтобы реализовать свои желания?</p> <p>Информационная часть</p> <p><i>Профессиональные склонности во многом определяются профессиональным типом личности — предрасположенностью к различным видам деятельности.</i></p> <p><i>Профессиональная успешность во многом зависит от того, насколько человек и работа подходят друг другу. Американский ученый Дж.Голланд установил связь между личностными особенностями человека и профессиональной средой.</i></p> <p>Заполнение Опросника Дж. Голланда по определению профессионально-ориентированного типа личности</p>
	Завершающий	Задание для самостоятельного выполнения: Упражнение «Мои идеалы»

		<p>Ведущий предлагает участникам подумать, кто из ныне живущих или живших в прошлом людей был для них примером, на кого они хотели быть похожими - в чем-то или во всем. Это могут быть родные и близкие, знакомые, друзья, а также герои - персонажи книг, фильмов, исторические личности и ныне живущие знаменитости. Оформить работу нужно в виде плаката.</p> <p>Упражнение «Твоя сильная сторона» Участники бросают по очереди друг другу мяч и говорят о сильных сторонах этого человека. Мяч должен побывать у каждого.</p> <p>Рефлексия занятия. Заполнение анкеты обратной связи. Ритуал прощания.</p>
--	--	---

Занятие 3

Тема: «Дороги, которые мы выбираем»

Цель: осознание участниками своих возможностей и ресурсов в планировании жизненного пути.

Задачи:

- ✓ Формировать активную жизненную позицию у учащихся;
- ✓ Формировать позитивный настрой к процессу выбора профессии;
- ✓ Познакомить учащихся со схемой выбора профессии с точки зрения японского понятия «икигай»;
- ✓ Расширить у участников представления и понятия, связанные с миром профессий;
- ✓ Формировать навык осмысления собственных качеств участников, влияющих на их поведение.

Материалы и оборудование	Этапы занятия	Содержание занятия
<ul style="list-style-type: none">✓ Мяч или небольшая мягкая игрушка✓ Бумага, фломастеры✓ Карточка ИКИГАЙ✓ Готовые результаты диагностики по опроснику Дж. Голланда✓ Домашнее задание (раздаточный материал)	Мотивационный	<p>Упражнение-приветствие «Хорошо» Участники приветствуют друг друга и говорят, что хорошего у них произошло за неделю.</p> <p>Упражнение-разминка «Существительное – прилагательное» Ведущий бросает мяч кому-то из участников и говорит какую-нибудь профессию, например «врач», а игрок должен быстро образовать от этого существительного («врачебный») и бросить мяч обратно, сказав это слово. Время на раздумья ограничено.</p> <p>Информационная часть <i>Перед многими из вас сейчас стоят задачи выбора жизненного пути, места дальнейшего обучения, и профессии. Чем раньше вы начнете задумываться над этими вопросами, тем больше возможностей предоставит вам жизнь. От вас сейчас зависит – оставить все на произвол судьбы – «будь как будет» или взять жизнь в свои руки.</i> <i>Представьте, что перед вами река. Вглядевшись, вы видите – плывут по реке рыба и бревно. Рыба, живущая в реке, способна плыть как по</i></p>

		<p><i>течению, так и против него. Если она перестает двигаться, то ее сносит течением. Но, плывя в противоположную сторону, рыба способна преодолеть силу потока и добраться до верховий. У бревна же нет выбора: оно, в конце концов, окажется там, куда его вынесет река.</i></p> <p>Обсуждение: Создаете ли вы собственное будущее? Или пассивно плывете по течению? Что лучше? Что мешает действовать по-своему?</p>
	<p>Практический</p>	<p>Упражнение «Договор»</p> <p>Участники разбиваются на группы по 3-4 человека. Они должны представить, что им предстоит стать соседями в студенческом общежитии. Нужно договориться, каким образом будет устроена совместная жизнь, и составить список самых важных сфер жизни (быт, деньги, общение с родственниками и друзьями, личное пространство, досуг, общие или противоположные интересы). Договор составляется с точки зрения реальных отношений.</p> <p>Обсуждение: Легко ли было договориться? Что оказалось самым трудным? Все ли остались довольны договором? Проще быть активным или пассивным? Что помешало проявить себя? Что может помешать тебе достичь цели в будущем?</p> <p>Информационная часть</p> <p><i>Исследователь Дэн Бюттнер, при поддержке National Geographic, в течение пяти лет проводил исследование по выявлению и изучению особых мест на земле - областей, в которых наблюдается повышенная концентрация долгожителей. Одно из таких специфических мест находится на маленьком острове Окинава (Япония). Есть совершенно особое явление, которое отличает эту местность от остальной Японии и всего мира. Они называют это икигай (ikigai).</i></p> <p><i>Притча: «Однажды в маленьком японском городке умирала женщина. В</i></p>

	<p>какой-то момент она почувствовала, что ее душа покидает тело, возносится вверх и предстает перед духами предков. Громкий голос спросил ее: «Кто ты?». «Я жена мэра» — ответила она. «Я не спрашиваю, кто твой муж. Ответь мне, кто ты?». «Я мать четверых детей. Я учительница в школе». «Разве я спросил, сколько у тебя детей или где ты работаешь?». И так продолжалось до тех пор, пока она не сказала: «Я та, кто просыпается каждый день для того, чтобы помочь своей семье и учить детей в школе». После этого она вернулась в свое тело и болезнь отступила. Она нашла свой икигай».</p> <p>Японское понятие «икигай» довольно сложно однозначно перевести на русский язык, но примерно можно расшифровать так «дело, которое приносит радость в вашу жизнь»</p> <p>В словах одного очень известного персонажа содержится хорошее определение «икигай» (зачитывается отрывок из произведения «Винни-Пух и все-все-все», А. Милн)</p> <p>— Пух! Когда ты просыпаешься утром, — сказал, наконец, Пятачок, — что ты говоришь сам себе первым делом?</p> <p>— Что у нас на завтрак? — сказал Пух. — А ты, Пятачок, что говоришь?</p> <p>— Я говорю: «Интересно, что сегодня случится интересное?» — сказал Пятачок.</p> <p>Именно интерес к жизни, желание немедленно приступить к своему делу и выполнить его самым лучшим образом дает людям ощущение собственной значимости, чувство удовлетворенности и смысл жизни.</p> <p>Информационная часть</p> <p>Ведущий рассказывает о схеме выбора профессии с точки зрения японского понятия «икигай».</p>
--	--



Обсуждение: Легко ли найти баланс между разными сферами? Чтобы достичь цели нужно быть активным или достаточно пассивного участия?

Упражнение «Мои идеалы» (обсуждение выполненного домашнего задания)

Участники представляют свои работы, рассказывают о человеке, который является для них примером. Приветствуются вопросы от других участников.

Обсуждение: Понятно ли было, почему именно этот человек является примером? Какие качества помогли ему достигнуть успеха? Нашел ли этот человек свой «икигай»?

Упражнение «Продолжение сказки»

Участники разбиваются на две группы. Ведущий предлагает театрально обыграть выбор профессии. Ведущий начинает рассказывать сказку, продолжение которой участники должны будут придумать самостоятельно.

		<p>Идет герой (кто будет героем, участники придумывают сами), и видит на распутье камень, а на камне написано: «Налево пойдешь — найдешь то, что умеешь, вперед пойдешь — найдешь то, что любишь, направо пойдешь — найдешь то, что людям нужно, назад пойдешь – богатство найдешь». У каждого направления есть свои преимущества, но стоит ли довольствоваться чем-то одним?</p> <p>Обсуждение: Понравилось ли представление? Чему учит сказка, который вы только что посмотрели? Что лучше смотреть или показывать сказку? Все ли довольны финалом? Удалось ли герою найти «икигай»? Что бы вы сделали на месте героя?</p>
	<p>Завершающий</p>	<p>Задание для самостоятельного выполнения: Упражнение-проект «Самая необычная профессия»</p> <p>Задание основывается на результатах диагностики (Опросника Дж. Голланда по определению профессионально-ориентированного типа личности). Участникам предоставляются сведения об их типе личности, краткое описание и материалы для самостоятельного изучения (подробное описание типов личности, списки рекомендуемых профессий).</p> <p>Для выполнения задания участники делятся на группы по типу личности (2-4 человека в группе). Изучив материалы, участники сообща выбирают из списка (согласно их типу личности) самую необычную на их взгляд профессию, и делают мини-проект (презентация или плакат).</p> <p>Требования к содержанию проекта:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Название профессии 2. История возникновения 3. Предмет труда 4. Цель труда 5. Средства труда

		<p>6. Условия труда 7. Характер труда 8. Требования профессии к человеку 9. Где можно получить образование и подготовку 10. Обоснование своего выбора</p> <p>В соответствии с требованиями участники самостоятельно подбирают материал по интересующей их профессии, используя рекомендуемую литературу, ресурсы Интернет и другие источники информации.</p> <p>Рефлексия занятия. Ритуал прощания.</p>
--	--	---

Занятие 4

Тема: «Портрет профессионала»

Цель: активизировать процесс познания подростками собственных ценностей, влияющих на выбор профессии, с целью учета их при планировании жизни.

Задачи:

- ✓ Формировать у учащихся адекватные представления о своем профессиональном потенциале;
- ✓ Познакомить учащихся с понятием «успех»;
- ✓ Формировать качества личности, ориентированной на успех;
- ✓ Помочь подросткам осмыслить подростками свои жизненные цели и ценности;
- ✓ Способствовать овладению подростками навыком презентации.

Материалы и оборудование	Этапы занятия	Содержание занятия
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Мяч или небольшая мягкая игрушка ✓ Бумага, фломастеры ✓ Раздаточный материал к упражнению «Пирамида жизни» ✓ Раздаточный материал к упражнению «Мои профессиональные желания»; ✓ Анкета обратной связи ✓ Домашнее задание 	<p>Мотивационный</p> <p>Практический</p>	<p>Упражнение-приветствие «Хорошо» Участники приветствуют друг друга и говорят, что хорошего у них произошло за неделю.</p> <p>Упражнение-разминка «Что упало» На примере известной шуточной приметы «упал нож - придет мужчина», ведущий объясняет упражнение. Участники пытаются представить, какой предмет нужно уронить, чтобы пришел представитель определенной профессии. Бросающий мяч называет профессию, тот, кто ловит мяч – предмет. Затем мяч бросается следующему игроку. Чтобы пришел, например, «врач» нужно уронить «стетоскоп или градусник».</p> <p>Упражнение-проект «Самая необычная профессия» (обсуждение выполненного домашнего задания) Участники защищают свои мини-проекты перед участниками группы. Приветствуются уточняющие вопросы от участников и ведущего. Проект оценивается авторами и участниками исходя из требований к его</p>

<p>(раздаточный материал)</p>		<p>содержанию.</p> <p>Обсуждение: Возникли ли трудности при выполнении? Легче работать одному или в группе? Удалось ли достойно презентовать свою работу? Как оцениваете свою работу? Что нового узнали?</p> <p>Упражнение «Кластер успешности»</p> <p>Учащиеся разбиваются на группы. Каждой группе дается задание – нарисовать некую схему, из которой было бы видно, что такое успешность, чем она задается, от чего зависит.</p> <p>Дискуссия на тему «Профессиональный успех»</p> <p>Задача ведущего подвести участников к тому, что есть много разных качеств, помогающих добиться успеха, но они будут малоэффективны, если человек не осознает свои жизненные ценности.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Как узнать, что человек добился успеха в профессиональной сфере? Чем измеряется успех? Что означает слово «успех» для вас?</p> <p>Упражнение «Пирамида жизни»</p> <p><i>Ведущий предлагает участника подумать над тем, что для них является важным в жизни, какие условия необходимы для того, чтобы они, с одной стороны, смогли выжить, а с другой — были счастливы и имели возможность реализоваться. Участникам раздается рабочий листок, где они могут зафиксировать свои мысли. Записать нужно все, что приходит в голову: вещи, люди, качества. Когда задание выполнено участникам предлагается представить, что все, записанное ими - камни, из которых построена пирамида. Самые большие по значимости плиты лежат внизу, они образуют фундамент и несут на себе тяжесть всего остального. Исходя из этого, нужно вписать важнейшие позиции из списка в нижние плиты, следующие по важности — над ними и т.д.</i></p>
-------------------------------	--	--

	<p><i>Обсуждение: Понравилось ли упражнение? Какие ценности наиболее важны на сегодняшний момент? Есть ли у кого-то схожие ценности? Кто обеспечивает удовлетворение моих нужд и потребностей? Какие ценности определяют атмосферу в нашей группе? Какие ценности недостаточно сильно развиты в нашей группе?</i></p> <p>Упражнение «Мои профессиональные желания»</p> <p>В центре круга лежит стопка карточек. Каждый из участников по очереди выходит и берет по одной карточке, на которой написана незаконченная фраза. Учащимся нужно сразу же, не раздумывая, закончить фразу. Если члены группы почувствуют неискренность кого-либо из участников, ему придется взять другую карточку и ответить еще раз.</p> <p>Незаконченные фразы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Я собираюсь... • Я вижу свою профессиональную цель в том, чтобы... • Я стремлюсь... • Я могу достичь успеха в ... • У меня подходящий возраст для... • Я абсолютно убежден (а), что я хочу... • Мой успех связан... • Я знаю, что буду... • Я совершенно уверен... • Мне хорошо иметь... • Мне хорошо быть... • С детства я мечтал... • У меня есть способности для... • Я мечтаю... • Мой профессиональный интерес направлен...
--	--

	Завершающий	<ul style="list-style-type: none"> • У меня достаточно сил и желания... <p>Задание для самостоятельного выполнения:</p> <p>Упражнение «Письмо будущему руководителю»</p> <p>Представьте себе, что вы хотели бы устроиться на работу и вам с этой целью необходимо написать письмо вашему будущему начальнику. В письме должны быть отражены следующие аспекты:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Характер работы, на которую вы претендуете. 2. Основные личные и профессиональные качества и навыки, которыми вы обладаете для успешного выполнения данной работы. 3. Ваши ожидания от нового руководителя, ваши надежды, связанные с новой работой. 4. Вклад, который вы сами готовы внести в общее дело, ответственность, которую вы готовы на себя взять. <p>Желающие зачитывают свои письма.</p> <p>Обсуждение: Понравилось ли упражнение? Какая часть задания далась легко? С чем было сложно справиться? Удалось ли передать в письме свои ожидания? Отражены ли в письме слабости и недостатки? Какое письмо больше всего понравилось? Что следует добавить или убрать?</p> <p>Комментарий. В заключение вы можете провести ролевую игру, предложив кому-то из подростков играть роль соискателя на рабочее место, а кому-то — работодателя. Желательно, чтобы при подготовке к ролевой игре «начальник» получил какое-то представление об отрасли, характере деятельности предприятия и искомой вакансии.</p> <p>Рефлексия занятия.</p> <p>Заполнение анкеты обратной связи.</p> <p>Ритуал прощания.</p>
--	-------------	--

Занятие 5

Тема: «По одежке встречают»

Цель: овладение способами конструктивного разрешения проблемных ситуаций, формирование готовности брать на себя ответственность за свой выбор.

Задачи:

- ✓ Расширить представления учащихся о возможных ошибках и путях преодоления препятствий при выборе профессии;
- ✓ Способствовать осознанию собственных ресурсов для достижения успеха в жизни;
- ✓ Формировать умения и навыки, необходимые для социальной адаптации в профессиональной среде;
- ✓ Развивать у учащихся умение соотносить требования профессий со своими возможностями.

Материалы и оборудование	Этапы занятия	Содержание занятия
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Мяч или небольшая мягкая игрушка ✓ Бумага, фломастеры ✓ Раздаточный материал к упражнению «Жил был у бабушки серенький козлик»; ✓ Домашнее задание (раздаточный материал) 	Мотивационный	<p>Упражнение-приветствие «Хорошо» Участники приветствуют друг друга и говорят, что хорошего у них произошло за неделю.</p> <p>Упражнение-разминка «Цепочка профессий» По кругу выстраивается «цепочка профессий». Ведущий называет первую, например, металлург, следующий называет профессию, в чем-то близкую металлургу, например, повар. Следующий называет профессию, близкую к повару и т.д. Важно, чтобы каждый сумел объяснить, в чем сходство названных профессий, например, и металлург, и повар имеют дело с огнем, с высокими температурами, с печами. Ведущий может задавать уточняющие вопросы, типа: В чем же сходство вашей профессии с только что названной? Окончательное решение о том, удачно названа профессия или нет, принимает группа.</p>
	Практический	Упражнение «Письмо будущему руководителю» (обсуждение выполненного самостоятельного задания)

	<p>Участники зачитывают свои письма.</p> <p>Обсуждение: Понравилось ли упражнение? Какая часть задания далась легко? С чем было сложно справиться? Удалось ли передать в письме свои ожидания? Отражены ли в письме слабости и недостатки? Какое письмо больше всего понравилось? Что следует добавить или убрать?</p> <p>Упражнение-ролевая игра «Собеседование»</p> <p>Ведущий предлагает провести ролевую игру, предложив кому-то из подростков играть роль соискателя на рабочее место, а кому-то — работодателя.</p> <p>Обсуждение: Удалось ли соискателю получить желаемую работу? Уверенно ли отвечал на вопросы соискатель? Как себя чувствовал соискатель, работодатель? Кого играть легче? Чему научила игра?</p> <p>Упражнение «Ловушки-капканчики»</p> <p>Совместно с группой определяется профессиональная цель (поступление в конкретное учебное заведение; окончание данного заведения; оформление на какое-либо место работы или конкретное профессиональное достижение, включая построение карьеры и получение наград, премий и прочего). В группе выбирается доброволец, который будет представлять вымышленного человека или самого себя (для вымышленного персонажа необходимо сразу же определить его основные характеристики: пол, возраст, образование, семейное положение и другие).</p> <p>Каждый участник, уже зная, к каким целям стремится главный герой, должен будет придумать для него некоторые трудности на пути к профессиональной цели. Особое внимание обращаем на то, что трудности могут быть как внешними, исходящими от других людей или обстоятельств, так и внутренними, заключенными в самом человеке. Каждый участник по очереди называет по одной трудности-ловушке, а</p>
--	---

	<p>главный игрок должен сказать, как можно эту трудность преодолеть. Игрок, назвавший данное препятствие, предлагает свой вариант ответа. Ведущий с помощью группы определяет, чей вариант преодоления данной трудности кажется наиболее оптимальным. Подводится общий итог - сумел главный герой преодолеть названные трудности или нет.</p> <p>Обсуждение: Понравилось ли упражнение? Что показалось легким (сложным) при выполнении? Что чувствовал главный герой? Что нового вы узнали? Были ли у вас свои варианты преодоления сложностей?</p> <p>Информационная часть</p> <p>Необходимость учета многих факторов, высокая неопределенность при выборе профессии приводят к ошибкам и затруднениям. Выделяют следующие причины ошибочного выбора профессии:</p> <ul style="list-style-type: none"> • отношение к выбору профессии как к выбору пожизненного пристанища. В условиях динамичного экономического развития общества, технологического прогресса человеку нередко приходится несколько раз менять в течение жизни специальность и профессию; • предрассудки чести — необоснованный взгляд на некоторые важные профессии, считающиеся непрестижными и «неприличными»; • выбор профессии под прямым или косвенным влиянием друзей, родственников, знакомых; • перенос отношения к человеку — представителю той или иной профессии — на саму профессию; • увлечение только внешней или какой-нибудь частной стороной профессии. К таким привлекательным профессиям относятся профессии менеджера, топ-модели, летчика, актера и др.; • отождествление учебного предмета в школе с профессией; • незнание или недооценка своих физических возможностей и
--	--

		<p>способностей;</p> <ul style="list-style-type: none"> • незнание основного содержания трудовых действий и операций выбираемой профессии или слабое представление о нем. <p>Упражнение «Жил-был у бабушки серенький козлик...» Ведущий напоминает участникам известную сказку «Жил-был у бабушки серенький козлик... Всем известно, что потом с ним приключилось».</p> <p>Кто в ответе за то, что остались от козлика рожки да ножки? Виноват ли сам козлик, что отлучился в дремучий лес? А может, виноват злой Серый Волк, задравший с голоду несчастное животное? Некоторые уверены, что за ситуацию полностью отвечает та самая бабушка, которая оставила козлика без присмотра... Вы согласны? Попробуйте выделить доли ответственности за произошедшее с козликом и нарисовать круговую диаграмму, отражающую ваше мнение.</p> <p>Кроме самого человека на его важные жизненные выборы сильное влияние оказывают родители, сверстники, различные специалисты (педагоги, психологи) и т. п. И тогда возникает непростой вопрос: какова же доля участия в жизненном выборе самого человека? Ведущий предлагает сделать еще одну диаграмму.</p> <p>Обсуждение: Как вы назовете свою диаграмму? Понравилось ли упражнение? Какая часть ответственности ложится на вас? В чем вы видите собственную ответственность? За что конкретно несут ответственность другие люди? Отличаются ли ваши представления от мнения других участников? Что у них общего? За что мне сложно взять на себя ответственность?</p> <p>Упражнение-дискуссия «Принимаю ответственность на себя» Давайте поговорим о том, за что каждый из вас отвечает в жизни. Думаю, вы согласитесь с тем, что человек становится личностью только тогда,</p>
--	--	---

		<p>когда добровольно и сознательно принимает на себя ответственность. Если этого нет, то мы так и остаемся малыми детьми, сколько бы лет нам ни исполнилось. Так за что вы отвечаете в этой жизни? Лично вы? За покупку хлеба или уборку своей комнаты? За уроки сестры или за то, чтобы забрать младшего брата из детского сада? Подумайте и запишите все, что придет вам на ум. Затем каждый участник должен убедительно доказать, что именно он принял на себя больше ответственности, чем другие. Ведущий предлагает участникам подискутировать по вопросу: Нужно ли брать на себя ответственность?</p> <p>Обсуждение: Понравилось ли упражнение? Что нового вы узнали о себе или других участниках? Есть ли у вас возможность или желание взять на себя больше ответственности?</p>												
	<p>Завершающий</p>	<p>Задание для самостоятельного выполнения: Упражнение «Лист профессионального старта»</p> <p>Учащимся, на основе полученных в ходе работы знаний и результатов диагностики, предлагается заполнить «Лист профессионального старта». Для этого нужно обобщить, проанализировать полученные сведения о себе, о профессиональном мире.</p> <p>Заполните таблицу, учитывая, что достоинства и недостатки — это внутренние факторы, которые зависят от вас, а возможности и препятствия — внешние, которые от вас не зависят.</p> <table border="1" data-bbox="846 1136 1467 1402"> <tr> <td>Достоинства</td> <td>Недостатки</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Возможности</td> <td>Препятствия</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Достоинства	Недостатки					Возможности	Препятствия				
Достоинства	Недостатки													
Возможности	Препятствия													

		<p>Достоинства — это личностные качества, склонности, способности, знания и умения, которые помогут вам в достижении поставленных целей.</p> <p>Недостатки — это вредные привычки, отсутствие опыта, знаний и навыков, которые могут затруднить достижение поставленных целей.</p> <p>Возможности — это благоприятные внешние условия.</p> <p>Препятствия — неблагоприятные внешние условия.</p> <p>Рефлексия занятия.</p> <p>Ритуал прощания.</p>
--	--	--

Занятие 6

Тема: «Здесь и сейчас»

Цель: формирование у обучающихся готовности к осознанному планированию профессиональной жизни.

Задачи:

- ✓ Формировать у учащихся адекватного отношения к себе как субъекту выбора профессии;
- ✓ Формировать у подростков умения ставить перед собой ближние и дальние цели;
- ✓ Стимулировать осознание учащимися своих профессиональных намерений, интересов, склонностей;
- ✓ Показать участникам последствия случайного выбора профессии и помочь понять особенности осознанного выбора;
- ✓ Показать учащимся необходимость активных действий при выборе профессии.

Материалы и оборудование	Этапы занятия	Содержание занятия
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Мяч или небольшая мягкая игрушка ✓ Бумага, фломастеры ✓ Раздаточный и презентационный материал к упражнению «6 шагов к любимой работе» ✓ Анкета обратной связи; ✓ Домашнее задание (раздаточный материал) 	Мотивационный	<p>Упражнение-приветствие «Хорошо» Участники приветствуют друг друга и говорят, что хорошего у них произошло за неделю.</p> <p>Упражнение-разогрев «Нужные люди» Ведущий предлагает участникам разбиться на группы. Каждая группа должна составить список профессий, которые необходимы в какой-либо сфере деятельности. Варианты: список профессий для производства куска хлеба; для строительства жилого дома; для создания телепередачи; для охраны общественного порядка; для движения городского транспорта; для производства школьного учебника. Затем от каждой группы выходит один представитель и зачитывает список. Другие группы могут дополнить перечень.</p>
	Практический	<p>Упражнение «Лист профессионального старта» (обсуждение выполненного домашнего задания) Участники делятся впечатлением о задании, по желанию некоторые могут зачитать получившиеся работы. Желательно, чтобы ребята сделали</p>

		<p>собственные выводы об осознанности первоначального выбора профессии и составили для себя некоторые рекомендации на будущее.</p> <p>Обсуждение: Что показалось сложным? Что легко было сделать? Какие чувства испытывали? Как это может пригодиться в жизни?</p> <p>Упражнение «Игра в лотерею»</p> <p>Участники записывают на отдельных карточках названия профессий, которыми вы хотите заниматься в течение жизни (1-3 карточки). Далее карточки складываются в коробку и перемешиваются. Каждый участник вытаскивает из коробки случайно одну карточку с названием профессии.</p> <p>Ведущий просит встать тех участников группы, кто вытащил карточку с профессией, которую сам же и выбрал (написал на карточке). Обычно таких участников бывает немного (1-2 человека), а может и вообще никто не поднимется. Подсчитывается процент тех, кому повезло, кому судьба подарила случайно профессию, которую он сам хотел. Далее участникам предлагается представить, что им придётся существовать в данной роли.</p> <p>Обсуждение: Понравилось ли упражнение? Какой вывод можно сделать? Что вы почувствовали, когда вытащили карточку? Что произойдет с жизнью, если судьба подарит эти профессии?</p> <p>Упражнение «6 шагов к любимой работе»</p> <p><i>Сегодня вам предстоит сделать несколько шагов на пути к своей профессии. Когда будете выполнять задание, вам наверняка в голову будут приходить разные мысли: «я этого не умею», «какой из меня ученый, балерина», и так далее. Просто выполняйте задание, так, как если бы все было возможно. Читая списки с описанием и примерами профессий, средств и условий труда - прислушайтесь к себе, своим чувствам, отмечайте, какие из пунктов вызвали негативную реакцию, какие заинтересовали. Прочитав весь список, выберите 1-2, максимум 3</i></p>
--	--	---

		<p><i>наиболее приглянувшихся пункта, ответы зафиксируйте в рабочей тетради.</i></p> <p>Задание 1. Выберите чем вы хотите заниматься. Все возможные занятия на работе собрали в 9 основных групп.</p> <p>Здание 2. Выберите с кем или чем работать? Существует тысячи вариантов того, с чем или кем можно работать, но все их также можно объединить в 9 основных групп.</p> <p>Задание 3. Выберите с помощью чего работать? Различных средств, с помощью которых можно работать, также известно очень и очень много.</p> <p>Задание 4. Выберите условия работы.</p> <p>Задание 5. Соберите «пазлы» в одну «картинку». Настал момент объединить все полученные результаты в единый список, отражающий все пожелания к любимой работе и подобрать к нему «название». Вместо списка нужно составить описание своей работы в виде небольшого рассказа, в котором будут представлены все важные для вас характеристики любимой работы.</p> <p>Задание 6. Подберите варианты профессий. Напишите не менее 3х вариантов профессий, специальностей, должностей или любимых дел в которых бы максимально полно сочетались все пункты. Записывайте все варианты, которые приходят вам в голову, даже если они кажутся вам нелепыми, смешными, совершенно не вашими.</p> <table border="1" data-bbox="846 1134 1944 1396"> <tr> <td data-bbox="846 1134 1400 1396"> <p>Выбрать чем хотите заниматься</p> <p>1. Оценивать, проверять, контролировать.</p> <p>2. Исследовать что-либо, делать открытия.</p> </td> <td data-bbox="1400 1134 1944 1396"> <p>Выбрать с кем или с чем работать</p> <p>1. Неживая природа (камни, реки, моря, воздух и т.д.)</p> <p>2. Живая природа (звери, птицы, рыбы, насекомые,</p> </td> </tr> </table>	<p>Выбрать чем хотите заниматься</p> <p>1. Оценивать, проверять, контролировать.</p> <p>2. Исследовать что-либо, делать открытия.</p>	<p>Выбрать с кем или с чем работать</p> <p>1. Неживая природа (камни, реки, моря, воздух и т.д.)</p> <p>2. Живая природа (звери, птицы, рыбы, насекомые,</p>
<p>Выбрать чем хотите заниматься</p> <p>1. Оценивать, проверять, контролировать.</p> <p>2. Исследовать что-либо, делать открытия.</p>	<p>Выбрать с кем или с чем работать</p> <p>1. Неживая природа (камни, реки, моря, воздух и т.д.)</p> <p>2. Живая природа (звери, птицы, рыбы, насекомые,</p>			

		<p>3. Перемещать, транспортировать что-либо.</p> <p>4. Преобразовывать исходные материалы, осуществлять монтаж, сборку.</p> <p>5. Преобразовывать человеческое сознание (обучать, воспитывать, консультировать)</p> <p>6. Творить, изобретать, создавать новое.</p> <p>7. Организовывать людей, руководить.</p> <p>8. Обслуживать что-либо или кого-либо.</p> <p>9. Постоянные тренировки, работать над собой, «быть в форме» (репетиции, самообразование)</p>	<p>растения, микроорганизмы)</p> <p>3. Взрослые люди (студенты, молодые люди, мамы, пожилые)</p> <p>4. Дети (дошкольники и школьники)</p> <p>5. Система идей, наука</p> <p>6. Знаковые системы (буквы, цифры, символы, ноты, показания приборов, информация).</p> <p>7. Детали, материалы; сырье, подлежащее обработке.</p> <p>8. Художественный образ (мир искусства, чувства, переживания)</p> <p>9. Техника (станки, машины, поезда, самолеты, оргтехника)</p>	
		<p>Выбрать с помощью чего работать</p> <p>1. Ручные средства труда («золотые руки» и простые приспособления)</p> <p>2. Механические (станки, машины, другая техника управляемая человеком)</p>	<p>Выбрать условия труда</p> <p>1. Офис, отдел, кабинет</p> <p>2. Помещения с людьми (торговый зал, театр, учебная аудитория и т.п.)</p> <p>3. Особые условия (цех, лаборатория, транспортное средство и т.п.)</p>	

		<p>3. Автоматические (автоматы, полуавтоматы, компьютеры)</p> <p>4. Приборы и устройства (микроскоп, телескоп, аппарат УЗИ и т.д.)</p> <p>5. Знания, способы мышления, память, внимание.</p> <p>6. Творческое мышление (способность к нестандартным действиям)</p> <p>7. Выразительные движения (мимика, жесты и пр.)</p> <p>8. Речь, голос.</p> <p>9. Возможности организма и органов чувств (зрение, слух и т.д.)</p>	<p>4. Работа дома (удаленная работа, фриланс)</p> <p>5. Открытый воздух</p> <p>6. Экстремальные условия</p> <p>7. Разъезды, командировки</p> <p>8. Изысканные отношения, престижные знакомства</p> <p>9. Относительная самостоятельность (самому за все отвечать)</p>	
	Завершающий	<p>Обсуждение: Какие чувства испытывали, когда делали выбор? Когда писали? Что чувствуете сейчас? Понравилось ли задание? Как эти знания могут пригодиться в жизни?</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения: Упражнение-проект «Формула профессии»</p> <p>Задание 1. Покажите получившийся список или описание любимой работы своим знакомым и спросите, какую работу они бы посоветовали человеку, у которого такие пожелания к любимой работе. Взгляд со стороны бывает очень полезен, так как у других людей нет наших страхов и сомнений. Задача – собрать как можно больше вариантов привлекательных профессий.</p>		

		<p>Задание 2. Построить схему профессионального образа собственного будущего.</p> <p>Изображение схемы должно быть представлено графически (схема в виде дерева или в виде разветвления дорог, или в виде ступенек, все зависит от фантазии участников).</p> <p>При разработке проекта следует соблюдать определенные условия:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Последовательность (начало пути – момент рождения, последующие этапы развития (обучение), окончание – достижение определенной цели (профессиональная самореализация)2. Дальняя цель: кем хочу стать, чего достичь (обязательно продумать несколько запасных вариантов профессиональной карьеры)3. Ближние профессиональные цели (как этапы и пути достижения дальней цели)4. Учет своих возможностей и способностей <p>Работа оформляется на листе А4 или А3 в цветном варианте, можно как коллаж.</p> <p>Рефлексия занятия.</p> <p>Заполнение анкеты обратной связи</p> <p>Ритуал прощания.</p>
--	--	--

Занятие 7

Тема: «Видение будущей карьеры»

Цель: формировать умение самостоятельного планирования профессиональной карьеры, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач.

Задачи:

- ✓ Стимулировать проявление волевых усилий в достижении поставленных целей;
- ✓ Формировать установки на успех и желание самостоятельно предпринимать шаги для осуществления задуманного;
- ✓ Моделировать ситуации, связанные с практическим выполнением запланированных действий;
- ✓ Формировать навыки построения алгоритма действий;
- ✓ Повысить готовность участников выделять приоритеты при планировании профессиональной карьеры;
- ✓ Включить учащихся в процесс прогнозирования своего профессионального будущего.

Материалы и оборудование	Этапы занятия	Содержание занятия
✓ Мяч или небольшая мягкая игрушка ✓ Бумага, фломастеры ✓ Карточки к игре «Эпитафия»; ✓ Анкета обратной связи ✓ Домашнее задание (раздаточный материал)	Мотивационный	Упражнение-приветствие «Хорошо» Участники приветствуют друг друга и говорят, что хорошего у них произошло за неделю. Упражнение-разогрев «Карьера» Сейчас мы проведем своего рода интеллектуальную разминку, называя как можно больше ассоциаций, связанных с понятием «карьера». Я кину мяч любому участнику, назвав свою ассоциацию, он поймает мяч, назовет ту ассоциацию, которая родилась у него, и передаст мяч произвольно другому участнику. Наша цель – создать как можно более обширный «банк» ассоциаций со словом «карьера».
	Практический	Упражнение-проект «Формула профессии» (обсуждение выполненного домашнего задания) Участники представляют свои проекты. Приветствуются уточняющие

		<p>вопросы от ведущего и других участников.</p> <p>Обсуждение: Какие возникли трудности при построении профессионального плана? Какие пункты плана вызвали наибольшее затруднение? Что показалось вам наиболее полезным? Насколько вы приблизились к своему выбору профессии?</p> <p>Упражнение «Новые специальности»</p> <p><i>Каждый год в вузах нашей страны открываются новые факультеты, где готовят специалистов новых, неизвестных ранее профессий. Каждый будущий специалист за несколько лет учебы осваивает десятки особых дисциплин - без знания особых наук он просто не может в дальнейшем успешно работать. Участникам нужно подумать и решить, какие обязательные предметы должен изучить студент, поступивший на новый факультет, который называется:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ факультет ореходробильного оборудования; ✓ барханостроительный факультет; ✓ факультет дегустации кисломолочной продукции; ✓ паутинопрядильный факультет; <p>Участники по очереди называют придуманные предметы.</p> <p>Профориентационная игра «Эпитафия»</p> <p><i>Говорят, где-то на Кавказе есть старое кладбище, где на могильных плитах можно встретить примерно такие надписи: «Сулейман Бабашидзе. Родился в 1820 году, умер в 1858 году. Прожил 3 года», или «Нугзар Гаприндашвили. Родился в 1840 году, умер в 1865 году. Прожил 120 лет». Далее ведущий спрашивает у группы: «Что на Кавказе считать не умеют? Может, со смыслом делались эти приписки на могильных плитах? А с каким смыслом? Смысл приписок в том, что таким образом односельчане оценивали насыщенность и общую ценность жизни данного</i></p>
--	--	--

		<p>человека».</p> <p><i>Сейчас мы совместными усилиями мы составим рассказ о некотором человеке, который в наше время (например, в 1995 году) закончил школу и стал жить дальше, прожив ровно 75 лет. Каждый должен по очереди назвать важное событие в жизни данного человека - из этих-то событий и сложится его жизнь. Обращаю особое внимание на то, что события могут быть внешними (поступил туда-то, поработал там-то, сделал то-то), а могут быть и внутренними, связанными с глубокими размышлениями и переживаниями (например, некоторые люди стали великими, редко выходя из своего дома). Желательно предлагать события, соответствующие реальности.</i></p> <p>Ведущий называет первое событие, далее остальные игроки по очереди называют свои события. Когда высказывается последний игрок, предполагается, что главный герой умирает в 75 лет, согласно условию игры.</p> <p>Обсуждение: Сколько лет можно было бы приписать на могильной плите героя?</p> <p>Совпадает ли ваше мнение с мнением участников? Легко ли построить интересную жизнь, хоты бы в воображении? Какие события могли бы украсить вашу жизнь?</p>
	Завершающий	<p>Задание для самостоятельного выполнения:</p> <p>Упражнение «Шаг вперед»</p> <p>Сегодня вы показали миру свой профессиональный план, увидели новые альтернативные решения проблем, связанных с выбором профессионального образования. Он открывает перед вами большие перспективы. Но для того чтобы план начал реализовываться в жизнь нужно объединить все знания полученные на занятиях. Это даст вам</p>

		<p>возможность ориентироваться на рынке образовательных услуг и профессий, оценить свои притязания и реальные возможности, а также увидеть те пункты, над которыми вам необходимо поработать и предпринять нужные шаги.</p> <p>Задание 1. Составьте список способностей навыков и умений, которые необходимо развить.</p> <p>Задание 2. Наметьте не менее 10 шагов (больших и маленьких), которые помогут вам осуществить задуманное.</p> <p>Задание 3. Опишите подробно первый шаг (он может быть совсем маленьким: найти информацию, поговорить с кем-либо и др.)</p> <p>Задание 4. Сделайте первый шаг.</p> <p>Рефлексия занятия.</p> <p>Заполнение анкеты обратной связи.</p> <p>Ритуал прощания.</p>
--	--	--

Занятие 8

Тема: «Карьерная карта»

Цель: способствовать осознанию участниками представлений о своем будущем, предоставить возможность увидеть и частично реализовать актуальные потребности выбора профессии

Задачи:

- ✓ Формировать активную социальную позицию в отношении профессионального самоопределения;
- ✓ Углубить процессы самораскрытия участников и закрепить представления об уникальности их личности;
- ✓ Актуализировать цели ближайшего будущего;
- ✓ Формировать позитивный образ будущего;
- ✓ Подвести итоги курса.

Материалы и оборудование	Этапы занятия	Содержание занятия
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Мяч или небольшая мягкая игрушка ✓ Бумага, фломастеры ✓ Раздаточный материал к упражнению «Письмо другу» ✓ Анкета по курсу «Профессиональное ориентирование» ✓ Бланки и опросник профессиональных установок Кондакова И.М 	<p>Мотивационный</p>	<p>Упражнение-приветствие «Хорошо» Участники приветствуют друг друга и говорят, что хорошего у них произошло за неделю.</p> <p>Упражнение-разогрев «Необычные вопросы» Мы живем в эпоху массовых опросов. Газеты и специальные службы, ученые и работники кино опрашивают людей, чтобы выяснить какие-то интересующие их вопросы. Придумайте веселые вопросы для собеседования о приеме на работу. Вопросы должны быть неожиданными и озорными. Например: В каком веке ты хотел(а) бы родиться и почему? Вы хотели бы получать зарплату деньгами или молоком?</p>
	<p>Практический</p>	<p>Упражнение «Письмо другу» Ведущий предлагает ребятам представить, что прошло много лет и самые смелые их мечты сбылись. Участники пишут письмо своему другу детства, с которым не виделись много лет. Здравствуй,(укажи имя друга детства)!</p>

	<p>Сколько же лет мы не виделись? По-моему, целых.....(укажи, сколько лет прошло)! Сегодня мне уже.....(укажи, сколько тебе будет лет, когда ты будешь писать это письмо). Я живу.....(где) и работаю.....(где и кем). Моя семья состоит из.....(перечисли членов своей будущей семьи). В свободное время я обычно(опиши свои увлечения). И вот еще что.....(допиши все, что считаешь нужным).</p> <p>Кажется, я вполне счастлив, сбылись мои самые сокровенные мечты.....(укажи какие). Думаю, это произошло, потому что в детстве, когда я еще учился в школе, я.....(напиши, что ты делаешь сейчас для того, чтобы в будущем сбылись твои мечты).</p> <p>Вот, пожалуй, и все.(подпишись).....(напиши дату окончания письма, не забудь, что произойдет через много лет).</p> <p>Желающие зачитают свои «письма».</p> <p>Обсуждение: Что можно сделать уже сегодня для осуществления своих надежд?</p> <p>Упражнение «Шаг вперед» (обсуждение выполненного домашнего задания)</p> <p>Участники по желанию зачитывают получившиеся списки и отчитываются о проделанной работе.</p> <p>Обсуждение: Легко или сложно было выполнить задание? На каком этапе возникли сложности? Что получилось, что не получилось? Удалось ли сделать первый шаг? Планируешь ли ты продолжать работу?</p> <p>Заполнение анкеты по курсу «Профессиональное ориентирование» и Опросника профессиональных установок И.М. Кондакова.</p> <p>Упражнение-дискуссия «Сказочный профессионал»</p> <p>Участники разбиваются на группы по 3-4 человека и выбирают сказочного персонажа, которого будут представлять. Задача участников –</p>
--	--

	<p>пофантазировать на тему, какую профессию смог бы приобрести персонаж в наше время. Необходимо подробно описать способности и умения героя, которые позволят ему стать настоящим профессионалом. Смогли участники доказать свою точку зрения или нет решает группа и ведущий. Для этого задаются уточняющие и провокационные вопросы.</p> <p>Обсуждение: Удалось вам представить сказочного персонажа как успешного профессионала? Какие качества и способности героев способствовали их успеху? Много ли вопросов задавали вашей группе? Как вам удалось справиться с трудностями? Удалось ли вам отстаивать свою точку зрения? Что нового и интересного удалось узнать друг о друге при выполнении этого упражнения? Какие презентации лучше всего запомнились, чем именно?</p> <p>Упражнение «Мой профессиональный ландшафт»</p> <p>Географические карты выполняют разнообразные функции. Они помогают нам определить, как можно добраться до определенного места и какие препятствия предстоит преодолеть. Они показывают, где находятся плодородные и неплодородные земли, достопримечательности и неинтересные участки пути. Но прежде всего они дают нам общую картину, это задание поможет вам с высоты птичьего полета взглянуть на то, что является для вас важным в рабочей среде. Нарисуйте побережье и границы, обозначьте горы и долины, озера и реки, пустыни и леса, города и деревни. Дайте им названия (связанные с получением и выбором профессии: город мастеров, горы достижений, равнины способностей, лес познания и др.). Вы можете населить ваш ландшафт людьми, животными, засадить растениями. Далее обозначьте свое место на этом ландшафте в настоящий момент. Отметьте те места, в которые вы хотели бы попасть и начертите маршрут.</p>
--	---

		<p>Обсуждение: Какое впечатление производит на вас ландшафт? Какое слово, предложение или символ может передать главную тему рисунка? Что вас больше всего радует в этом рисунке? Что вызывает у вас, скорее, неприятные ощущения? Понравилось ли мне это упражнение? Какая часть задания далась мне легко? С чем мне было сложно справиться? Довольны ли вы своим рисунком? Хотели бы что-то изменить?</p> <p>Если требуется дать участникам время для исправления рисунка.</p> <p>Упражнение «Линия»</p> <p>Участникам раздаются листочки, где нужно написать цифру от 0 до 100. Ноль означает «Не думаю о своей профессии», Сто – «Много думаю о своей будущей профессии». Затем участникам предлагается занять место на шкале от 0 до 100 в соответствии с выбранной цифрой.</p> <p>Обсуждение: Какие мысли возникли во время выполнения? Что оказалось неожиданным, удивительным и т.д.? Изменилось ли что-то?</p>
	Завершающий	<p>Упражнение-рефлексия «Признание»</p> <p>В завершение нашей совместной работы я бы хотел предложить упражнение, которое позволит нам еще раз сосредоточиться на том, что было для нас важным, что содействовало нашему учебному процессу. По кругу каждому из вас предоставляется возможность сказать о том, что вам понравилось в курсе в целом, выразить благодарность кому-либо из сокурсников за помощь. Вы можете рассказать нам, что из того, чему вы научились, было для вас особенно важным, чего вы здесь достигли, и, конечно же, поделиться с нами тем, чем вы больше всего гордитесь.</p> <p>Притча</p> <p><i>Завершить наш курс мне хотелось бы одной притчей.</i></p> <p><i>Бог слепил из глины человека, и у него остался неиспользованный кусок. – Что ещё тебе слепить? – спросил Бог.</i></p>

		<p>- Слепи мне счастье,- попросил человек. Ничего не ответил Бог, и только положил человеку в ладонь оставшийся кусок глины...</p> <p>Ритуал прощания.</p>
--	--	---

Список использованной литературы:

1. Зеер Э. Ф. Психология профессионального самоопределения в ранней юности: Учеб. пособие / Э. Ф. Зеер, О.А. Рудей. — М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2008. — 256 с. - (Серия «Библиотека психолога»).
2. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники. Ростов н/Д : Феникс, 2007. – 349с
3. Интернет-ресурс <https://lifehacker.ru/2014/05/23/a-vy-nashli-svoj-ikigaj/>
4. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения. - М., 1996.
5. Климов, Е. А. Путь в профессию. — Л., 1974.
6. Психологическое сопровождение выбора профессии. Научно-методическое пособие. Авт. коллектив: Л.М. Митина, Л.В. Брендакова, И. В. Вачков, И.Н. Грызлова, И.Н. Исакова, В. Г. Колесников, И.М.Кандаков, Ю.А. Кореляков, А.К. Осницкий, И.А. Переверзева, Н. Н. Трушина, Г.В. Шавырина (Под редакцией докт. психол. наук Л.М.Митиной). — М.: Московский психолого-социальный институт, Флинта, 1998.- 184 с.
7. Пряжников Н. С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения: Учебно-методическое пособие. — М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2002.— 400 с. (Серия «Библиотека школьного психолога»)
8. Пряжников, Н. С. Профессиональное и личностное самоопределение. — М.; Воронеж, 1996.
9. Пряжников Н. С. Профориентационные игры: Проблемные ситуации, задачи, карточные методики: Учеб.-метод. Пособие для студентов фак. психол. гос. ун-тов. – М., 1991

- 10.Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). - М.: ВАКО, 2005. - 288 с- (Педагогика. Психология. Управление)
- 11.Резапкина Г.В. Беседы о самоопределении. Книга для чтения учащихся 8 — 9 классов : учеб. пособие. — М. : Образовательно-издательский центр «Академия», ОАО «Московские учебники», 2012. — 112 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»)
- 12.Резапкина Г.В. Методический кабинет профориентации, Интернет-ресурс <http://metodkabi.net.ru/>
- 13.Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки, М.: Генезис , 2005. - 208 с.
- 14.Романова Е.С. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. 2-е изд. СПб.: Питер, 2003. —464 с: ил
- 15.Сазонов А.Д. Профессиональная ориентация учащейся молодежи. М.: Просвещение. 1988. 223 с.
- 16.Тюшев Ю.В. Выбор профессии: тренинг для подростков. — СПб.: Питер, 2009. — 160 с: ил. — (Серия «Практическая психология»)
- 17.Фопель К. На пороге взрослой жизни: Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами. Книга 4. Планирование жизни. Решение проблем. Сотрудничество, М.: Генезис , 2008. - 179 с.
- 18.Фопель К. На пороге взрослой жизни: Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами. Книга 1: Ценности, цели и интересы. Школа и учеба. Работа и досуг, М.: Генезис , 2008. - 208 с

Отзыв администрации о реализации психолого-педагогической программы
«Профессиональное ориентирование»
педагога-психолога Торской Е.А.
МБУ ДО «ЦДТ «Металлург» г.о. Самара

Психолого-педагогическая программа «Профессиональное ориентирование» разработанная педагогом-психологом Торской Е.А., имеет развивающую направленность и способствует формированию у подростков осознанной позиции в профессиональном и личностном самоопределении. Данная программа представляет несомненный интерес для системы дополнительного образования детей, так как нацелена на организацию работы с подростками для успешной социализации личности в жизни и профессии.

Программа рассчитана на 8 занятий (1 раз в неделю) и реализована в группах подростков. Общее количество ребят, прошедших обучение по программе - 39 учащихся 8-х классов.

Содержание программы раскрывается в конкретном учебно-тематическом плане с учетом возрастных особенностей детей. В программе четко расписаны цели и задачи программы, а также методы и технологии работы, которые помогают педагогу-психологу достичь желаемого результата.

Содержание психолого-педагогической работы строится на основе понимания психофизиологических потребностей и актуальных задач развития подростков. Это способствует личностному развитию учащихся, формированию потребности к самопознанию и саморазвитию, активизации внутренних ресурсов для достижения поставленных целей.

Для реализации программы используются разнообразные формы организации занятий: ролевые, коммуникативные и профориентационные игры, мини-лекции, беседы и групповые дискуссии.

Особую ценность представляет использование современных развивающих методик. Применение методов сказкотерапии, арт-терапии и работы с метафорическими картами позволяют создать на занятиях оптимальную социальную ситуацию, способствующую самораскрытию участников, проявлению нестандартного мышления и поиску необычных решений поставленных задач.

В программе подробно разработаны критерии и ограничения для участников программы (по возрасту, здоровью и т.д.), прописаны сферы ответственности участников, их права и обязанности.

Теоретическая информация, заложенная в программе, доступна для восприятия и усвоения учащимися данной возрастной категории, а практические занятия позволяют моделировать перспективы профессионального и личностного развития. Подобранные упражнения содействуют поиску ресурсных состояний, закреплению полученной информации, и позволяют интегрировать полученный опыт в жизнь. Практически каждое упражнение предусматривает получение обратной связи от участников.

При реализации программы широко используется методический и дидактический материал.

Данная программа может быть рекомендована к использованию в работе в системе дополнительного образования детей, отвечает требованиям, предъявляемым к психолого-педагогическим программам.

Директор МБУ ДО «ЦДТ «Металлург»
М.С.

Анохина

Отзыв

классного руководителя о реализации психолого- педагогической программы «Профессиональное ориентирование» педагогом – психологом Торской Е.А.

Педагог- психолог Торская Елена Александровна провела с учениками моего класса работу по профориентации по программе «Профессиональное ориентирование». В ходе занятий подростки получили полезный опыт межличностного взаимодействия, стали более компетентными в сфере общения.

На занятиях психолога, каждому ученику давалась возможность высказаться, принять свое решение, активно применялись разнообразные виды заданий, постоянно поддерживалась обратная связь. Каждое занятие включило в себя активные игровые упражнения, информацию для обсуждения, самостоятельные и групповые задания. Таким образом, учащиеся сами, делали выводы, подходили к главной мысли занятия.

Учащиеся с удовольствием посещали занятия, о чем неоднократно сообщали мне, так как эти темы для них интересны и актуальны. Все ребята отметили высокую степень удовлетворенности от полученной информации и формы проведения занятий, а также готовность к дальнейшему сотрудничеству с педагогом –психологом Торской Е.А.

Классный руководитель

Утянкина Г.Н.

Отзыв на психолого-педагогическую программу

«Профессиональное ориентирование»

На базе МБУ Школы №168 г.о. Самара проходила апробацию развивающая психолого-педагогическая программа «Профессиональное ориентирование», разработанная педагогом-психологом Торской Еленой Александровной. Данная программа направлена на формирование у подростков осознанной позиции в профессиональном самоопределении актуализацию потребности в саморазвитии.

Психолого-педагогическая работа включала в себя тренинговые занятия, беседы и различные игры. Задания, предлагаемые учащимся, позволили повысить уровень осведомленности о собственных возможностях и личностных качествах. На занятиях были созданы условия для развития навыков необходимых для жизни: способность действовать в ситуации выбора, самостоятельно искать ответы на жизненные вопросы, решать практические проблемы в моделируемой ситуации, презентовать себя. Также Торской Е.А. были разработаны рекомендации для учащихся и проведены индивидуальные консультации по тематике программы.

Считаю данную программу очень актуальной и нужной для учащихся школы, которые находятся в данный момент на пороге жизненного выбора.

Поставленные цели и задачи программы были достигнуты, что подтверждают положительные отзывы учащихся.

Благодарим Елену Александровну Торскую за профессионализм и чуткое отношение ко всем участникам образовательного процесса.

Зам. директора по ВР

Сухова И.Г.

Рефлексивный отчет

педагога-психолога Торской Е.А. на развивающую психолого-педагогическую программу «Профессиональное ориентирование»

В связи с внедрением в учебных заведениях профильного обучения возникла необходимость в организации занятий, которые способствовали бы осознанному выбору профилирующего направления, оптимальному личностному и профессиональному самоопределению старшеклассников. С целью формирования у подростков осознанной позиции в профессиональном и жизненном самоопределении мной была написана развивающая психолого-педагогическая программа «Профессиональное ориентирование».

Программа прошла апробацию в сентябре – декабре 2016 года на базе учреждений: МБУ ДО «ЦДТ «Металлург» г.о. Самара; МБУ Школа 150 г.о. Самара; МБУ Школа 168 г.о. Самара. Программа реализована в трех группах, участниками стали учащиеся 8-х классов (общее количество участников – 39 человек). В каждой группе проведено 8 занятий согласно учебно-тематическому плану, занятия проводились 1 раз в неделю.

В настоящее время программа продолжает реализовываться на базе этих учреждений в новых группах.

Программа предназначена для поэтапного формирования у подростков готовности к выбору образовательного и профессионального маршрута. Программа имеет не только профориентационную направленность, но еще и общепсихологическую. Учет психологических особенностей, работа с актуальными трудностями и задачами, стоящими перед участниками, способствует повышению психологической грамотности подростков.

Данная программа ориентирована на разнообразную по форме и содержанию деятельность и способствует лучшей социализации участников образовательного процесса, позволяет снизить напряженность от ситуации выбора.

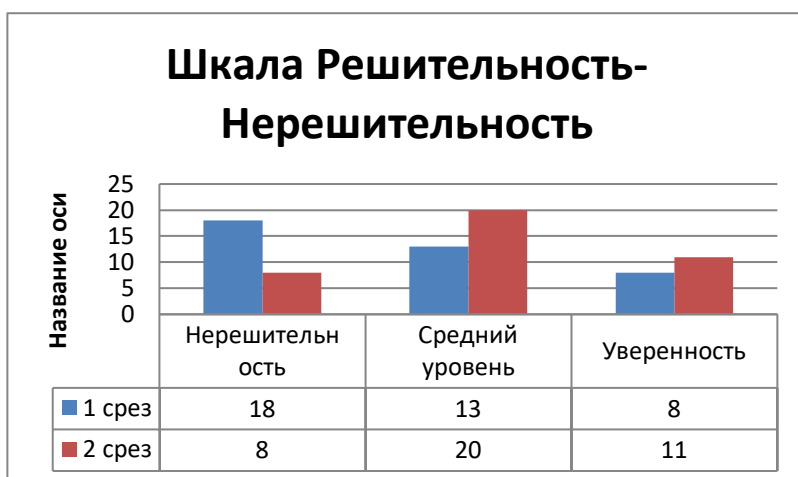
Работа по программе способствует овладению подростками представлениями о мире профессий, качествах характера, собственных способностях и возможностях. На занятиях подростки научились соотносить требования различных профессий со своим способностями, планировать собственное будущее, приобрели коммуникативные навыки и знания, благодаря которым в них формируются и развиваются способности к самоанализу и саморазвитию.

В целях диагностики психического состояния и готовности к выбору профессионального пути было проведено исследование по следующим методикам:

- ✓ Опросник Дж. Голланда по определению профессионально-ориентированного типа личности
- ✓ Опросник профессиональных установок подростка И. М. Кондакова
- ✓ Анкета по курсу «Профессиональное ориентирование»

Сравнительный анализ результатов позволил отметить положительную динамику изменений и сделать выводы о результативности программы.

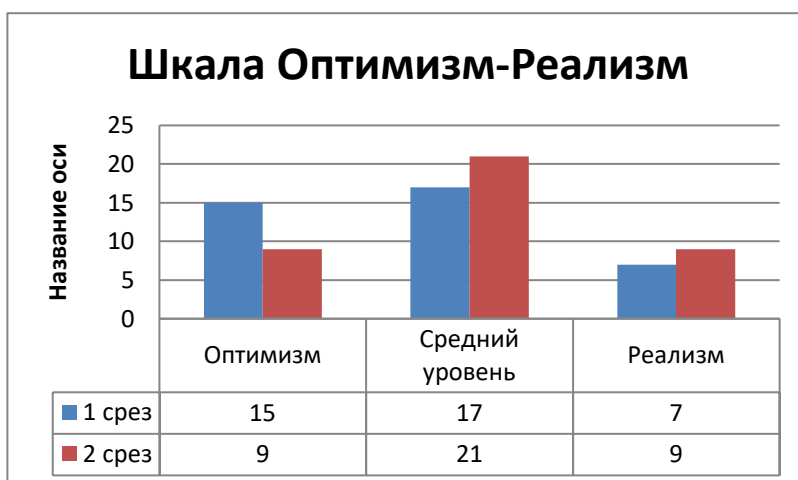
Сравнение результатов входной и выходной диагностики по «Опроснику профессиональных установок подростка И. М. Кондакова» позволило выявить очевидные изменения в представлениях подростков.



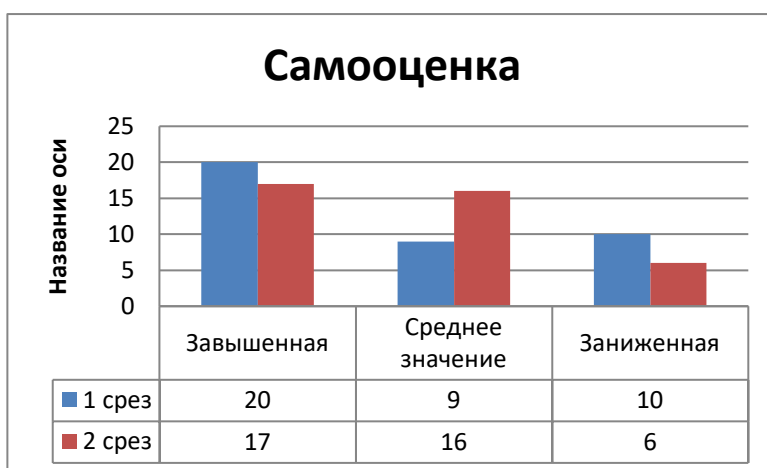
Данные по шкале «Решительность-Нерешительность» показывают, что количество ребят, проявляющих нерешительность в профессиональном выборе снизилось с 18 человек до 8, это 25% от общего количества. Большая часть учащихся в конце курса имеет представления о критериях выбора профессиональной деятельности и информирована о мире профессий.



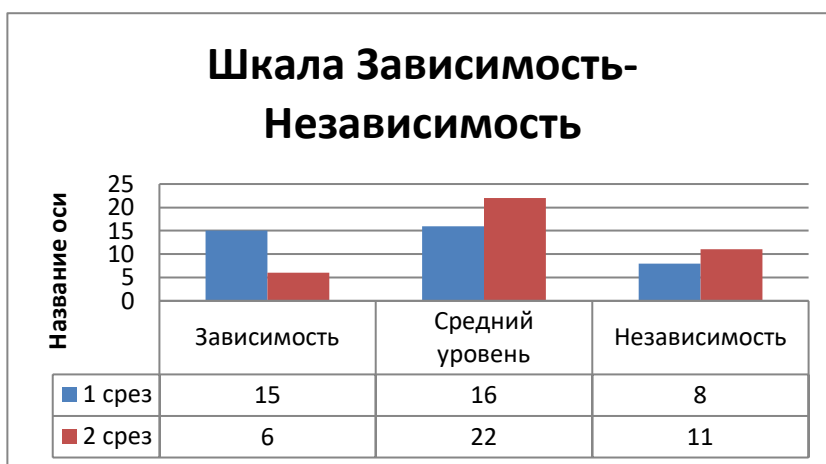
Также показательны результаты по шкале «Рационализм и импульсивность». Можно сказать, что большинство учащихся имеют тенденцию к рациональному выбору профессионального пути, готовность планировать жизненный маршрут и действовать после обстоятельных размышлений. Импульсивность при выборе профессии снизилась на 15%.



Показатели по шкале «Оптимизм-Реализм» показали, что большинство учащихся имеют средний уровень, что означает понимание ими трудностей и проблем, которые могут возникнуть на пути, но наряду с этим они сохраняют позитивное отношение к собственному профессиональному будущему.



Данные по шкале «Самооценка» показывают, что после реализации программы снизилась доля учащихся с заниженной и завышенной самооценкой на 11% и 7% соответственно. Адекватная самооценка способствует реальной оценке своих способностей и возможностей, и соответственно оптимальному выбору профессии.



Показатели по шкале «Зависимость-Независимость» показывают, что увеличилась доля учащихся, проявляющих независимость в профессиональном выборе до высокого и среднего уровня на 7% и 16% соответственно.

Данные анкетирования по курсу, также показывают положительную динамику у обучающихся. Анкета составлена на основе анализа работ Г.Н. Резапкиной и содержит вопросы, отражающие готовность учащихся к выбору профессии. Анализ анкет показал, что к концу обучения многие подростки приобрели знания и представления о подходящих им профессиях; начали изучать информацию, касающуюся мира профессий; задумались над тем, как можно подготовиться в будущей профессиональной деятельности.

Также положительная динамика была отмечена на занятиях во время выполнения учащимися практических и самостоятельных заданий. Работы, выполненные участниками, свидетельствуют о конкретизации представлений о профессиональном выборе. В начале занятий работы носили незавершенный характер из-за нехватки участниками информации о профессиональной среде и несформированных навыков планирования, самопрезентации, самоанализа и т.д. К окончанию занятий работы приобрели реалистичность, согласованность требований и способностей

учащихся. Ребята научились видеть перспективы, обоснованно доказывать свою точку зрения, презентовать себя.

Особым вниманием подростков пользовались игровые упражнения, которые зачастую переходили в дискуссии на волнующие ребят темы. Многие поначалу не желали выполнять самостоятельные задания, но видя, как остальные рассказывают о себе, презентуют свои работы, включились в работу.

Занятия проходили в комфортной, дружественной обстановке, что позволило подросткам высказывать свое мнение на различные темы, в том числе не по тематике занятия, способствовало их самораскрытию и приобретению навыков самоанализа.

На мой взгляд, ожидания от реализации программы оправдались. На занятиях созданы предпосылки для успешной социализации подростков в профессиональной среде.

Также об эффективности обучения могут свидетельствовать: стабильный состав тренинговых групп, положительные отзывы педагогов и самих учащихся, а также готовность участников программы и дальше сотрудничать с психологом.

Педагог-психолог

Торская Е.А.

Материалы, иллюстрирующие реализацию психолого-педагогической программы «Профессиональное ориентирование»

Анкетирование



Материалы, иллюстрирующие реализацию психолого-педагогической программы «Профессиональное ориентирование»

Фотографии с занятий



Материалы, иллюстрирующие реализацию психолого-педагогической программы «Профессиональное ориентирование»

<p>Анкета по курсу «Профессиональное ориентирование»</p> <p>ФИО <u>Анна К. В.</u> Класс <u>8.б</u></p>	<p>Анкета по курсу «Профессиональное ориентирование»</p> <p>ФИО <u>Взробица ДА</u> Класс <u>8А</u></p>
<p>1. Чем Вы думаете заниматься после обучения в школе? <u>Пойти в ВУЗ или институт</u></p>	<p>1. Чем Вы думаете заниматься после обучения в школе? <u>Пойти учиться в техникум</u></p>
<p>2. Вы уже выбрали профессию? Если да, то какую? <u>Ветеринар-лаборант ветеринарной хирург</u></p>	<p>2. Вы уже выбрали профессию? Если да, то какую? <u>Да на повара.</u></p>
<p>3. Что ты знаешь о своей будущей профессии? <u>Видеи изучил, какие предметы к ней относятся и мне себя своей мамой на старшую маму может уйти мамой</u></p>	<p>3. Что ты знаешь о своей будущей профессии? <u>Там учат готовить еду.</u></p>
<p>4. Откуда вы получили информацию о будущей профессии? <u>Самостоятельно или мать, от бабушки, от друзей - и мамой</u></p>	<p>4. Откуда вы получили информацию о будущей профессии? <u>У мамы бабушки мамы поварами</u></p>
<p>5. Каким образом Вы готовитесь к будущей профессиональной деятельности? <u>Решаю задачи, смотрю книги, жалею математику, смотрю фильмы</u></p>	<p>5. Каким образом Вы готовитесь к будущей профессиональной деятельности? <u>Каждо хорошо экончить математику, и час я там буду учу так.</u></p>
<p>6. Как вы считаете, что может вам помешать? <u>Моя мать, мой дедушка, тучные ноги, и</u></p>	<p>6. Как вы считаете, что может вам помешать? <u>Вредные люди.</u></p>

Материалы, иллюстрирующие реализацию психолого-педагогической программы «Профессиональное ориентирование»

Анкета по курсу
«Профессиональное ориентирование»

ФИО Светлана Александровна Класс 8, Б

1. Чем Вы думаете заниматься после обучения в школе?
Работа в ВУЗ, индустриальность, переезд
2. Вы уже выбрали профессию? Если да, то какую?
2 варианта - экономика / юрист
3. Что ты знаешь о своей будущей профессии? Мужчины
высшее образование, мне знакомы программы
каждого вуза, задания, материалы
для меня
4. Откуда вы получили информацию о будущей профессии?
Средства массовой информации, общение
с людьми, родственниками, от мамы
при просмотре фильмов
5. Каким образом Вы готовитесь к будущей профессиональной деятельности?
Вузы на сайте вузов
каждого вуза, программы вузов, программы вузов
или (формальные занятия)
6. Как вы считаете, что может вам помешать?
Меньше
информации, сложности

Анкета по курсу
«Профессиональное ориентирование»

ФИО Евгений Александрович Класс 8, Г

1. Чем Вы думаете заниматься после обучения в школе?
Работа в компании
2. Вы уже выбрали профессию? Если да, то какую?
Адвокатом
3. Что ты знаешь о своей будущей профессии? Защититель
по суду, адвокат, выигрывает суд
4. Откуда вы получили информацию о будущей профессии?
Видео, рассказы, слышал от родителей
про эту, там много людей и адвокатов
5. Каким образом Вы готовитесь к будущей профессиональной деятельности?
Посмотрел видео на сайте вузов
6. Как вы считаете, что может вам помешать?
Сложность
в обучении

Материалы, иллюстрирующие реализацию психолого-педагогической программы «Профессиональное ориентирование»

Анкета по оценке занятия

Ваши ответы на вопросы помогут выявить положительные моменты и узнать, что можно было бы улучшить или добавить в занятие.

1. Если бы этот тренинг был книгой или фильмом, то он бы назывался терапия
2. Больше всего мне понравилось игры
3. Мне кажется бесполезным интерв.
4. Это может оказаться полезным в будущем все
5. По поводу занятия я испытываю чувства радости
6. Еще я хочу узнать много всего
7. Я бы порекомендовал это занятие моим друзьям Да Нет Затрудняюсь ответить

Анкета по оценке занятия

Ваши ответы на вопросы помогут выявить положительные моменты и узнать, что можно было бы улучшить или добавить в занятие.

1. Если бы этот тренинг был книгой или фильмом, то он бы назывался помощь
2. Больше всего мне понравилось групповая работа, рисовать
3. Мне кажется бесполезным всё полезно
4. Это может оказаться полезным в будущем прокосел
5. По поводу занятия я испытываю чувства радости
6. Еще я хочу узнать
7. Я бы порекомендовал это занятие моим друзьям Да Нет Затрудняюсь ответить

Анкета по оценке занятия

Ваши ответы на вопросы помогут выявить положительные моменты и узнать, что можно было бы улучшить или добавить в занятие.

1. Если бы этот тренинг был книгой или фильмом, то он бы назывался
2. Больше всего мне понравилось общение, творческие задания
3. Мне кажется бесполезным всё полезно
4. Это может оказаться полезным в будущем всем что касается этих заданий
5. По поводу занятия я испытываю чувства интереса
6. Еще я хочу узнать много чего
7. Я бы порекомендовал это занятие моим друзьям Да Нет Затрудняюсь ответить

Анкета по оценке занятия

Ваши ответы на вопросы помогут выявить положительные моменты и узнать, что можно было бы улучшить или добавить в занятие.

1. Если бы этот тренинг был книгой или фильмом, то он бы назывался дружба
2. Больше всего мне понравилось общение
3. Мне кажется бесполезным всё полезно
4. Это может оказаться полезным в будущем для детей проводящего время о работе
5. По поводу занятия я испытываю чувства
6. Еще я хочу узнать о своей профессии больше
7. Я бы порекомендовал это занятие моим друзьям Да Нет Затрудняюсь ответить

Анкета по оценке занятия

Ваши ответы на вопросы помогут выявить положительные моменты и узнать, что можно было бы улучшить или добавить в занятие.

1. Если бы этот тренинг был книгой или фильмом, то он бы назывался Заводить знакомств
2. Больше всего мне понравилось общаться с психологом
3. Мне кажется бесполезным ничего нет
4. Это может оказаться полезным в будущем занятия по проф. ориентации
5. По поводу занятия я испытываю чувства положительные
6. Еще я хочу узнать кто чья еще будет заниматься с психологом
7. Я бы порекомендовал это занятие моим друзьям Да Нет Затрудняюсь ответить

Диагностический инструментарий

Рисуночный тест «Вольеры в зоопарке»

Инструкция

Место действия — зоопарк. Перед вами два пустых вольера, в которые нужно посадить зверей (или птиц, если вам так хочется!). Что это будут за животные, решать вам. Единственное условие: на вольерах вам надо написать, как называются сидящие в них существа, а также дать каждому три подходящих эпитета.

Два ваших «я»

Тест очень прост, расшифровывать его — сплошное удовольствие, так как он очень интересный и смешной.

Дело в том, что **ЖИВОТНОЕ**, которое вы нарисовали **ПЕРВЫМ**, — это то, каким вы хотите казаться окружающим вас людям.

А **ЖИВОТНОЕ**, нарисованное вами **ВТОРЫМ**, — это вы настоящий. Как правило, эти два существа разительно отличаются друг от друга, к тому же к каждому из них прилагаются эпитеты, что тоже о многом может поведать!

Особое внимание следует обратить на **КОНТРАСТЫ**, то есть на явную разницу между двумя животными.

Скажем, если в первом вольере вы нарисовали **ЛЬВА**, а во втором — **ЗАЙЦА** и льва назвали **СМЕЛЫМ**, а зайца — **РОБКИМ**, то сразу видно, в

чем тут суть. Всему миру вы хотите казаться сильным и решительным человеком, тогда как на деле не являетесь таковым.

Случается и так: в первом вольере нарисована ЧЕРЕПАХА, в качестве основных ее характеристик идет МЕДЛИТЕЛЬНОСТЬ И СПОКОЙСТВИЕ, а во втором вольере изображен ВОЛК, который назван АГРЕССИВНЫМ И ЗЛОБНЫМ. Это явно говорит о том, что рисовавший этих зверей человек хотел бы казаться окружающим спокойным и уравновешенным, уверенным в себе и хладнокровным, но ему далеко до этого идеала, он обладает взрывным темпераментом, раздражителен и резок. Как видите, все просто.

Интересно смотреть на ВНЕШНЕЕ РАЗЛИЧИЕ двух животных. В этом тесте человек часто открыто демонстрирует, каким бы он хотел быть. Скажем, женщины нередко рисуют изящных кошек, стройных антилоп или сильных пантер и пишут на вольерах говорящие эпитеты: «мягкая», «быстрая», «опасная», «загадочная» и т. д. Такими они хотели бы быть. В противовес этому в соседний вольер они сажают существо не столь прекрасное.

Мужчины же, как правило, упор делают на силу животного, его представительность и солидность.

Если ЖИВОТНЫЕ МАЛО ДРУГ ОТ ДРУГА ОТЛИЧАЮТСЯ ИЛИ ДОПОЛНЯЮТ ДРУГ ДРУГА, то это говорит о том, что вы гармонично развитый человек.

Важный момент: если вы ПОСАДИЛИ СВОИХ ЖИВОТНЫХ В КЛЕТКИ, то есть заштриховали свои рисунки, то это говорит о вашей неуверенности, вы чувствуете себя в этой жизни не на своем месте. Возможно, вы играете не свою роль и вам тяжело все время что-то из себя изображать.

Источник: Королева З. Говорящий рисунок: 100 графических тестов. – Екатеринбург: У-Фактория, 2005. – 304с. (Серия «Практика самопознания»)

Опросника Дж. Голланда по определению профессионально-ориентированного типа личности

Автор методики: Голланд Дж.

Цель: Выявление подходящей сферы деятельности

В 1966 г. Дж. Холланд разработал психологическую концепцию, которая объединила теорию личности с теорией выбора профессии. Эта концепция и созданная на ее основе классификация профессий получили широкое распространение за рубежом.

Дж. Холланд исходил из признания направленности наиболее значимой подструктурой личности. Успешность деятельности определяется такими компонентами направленности, как ценностные ориентации, интересы, установки, отношения, мотивы.

На основе установления основных компонентов направленности: интересов и ценностных ориентации — Дж.Холланд выделил шесть профессионально ориентированных типов личности: реалистический, интеллектуальный, социальный, конвенциональный (ориентированный на общепринятые нормы и традиции), предпринимательский и художественный. Каждый тип личности ориентирован на определенную профессиональную среду: реалистический — на создание материальных вещей, обслуживание технологических процессов и технических устройств; интеллектуальный — на умственный труд; социальный — на взаимодействие с социальной средой; конвенциональный — на четко структурированную деятельность; предпринимательский — на руководство людьми и бизнес; художественный — на творчество. Модель любого типа личности конструируется по следующей схеме: цели, ценности, интересы, способности, предпочитаемые профессиональные роли, возможные достижения и карьера.

Дж. Холланд предложил шкалу приспособленности различных типов личности к разным профессиональным средам, изобразив ее схематично в виде шестиугольника, каждый из углов которого обозначает один из шести типов личности и среды (рис.1). Эта модель позволяет оценить совместимость личности с определенной профессиональной средой. Степень совместимости типа личности с профессиональной средой обратно пропорциональна расстоянию между соответствующими вершинами. Согласно этой модели, например, наиболее совместимы с художественным типом личности такие типы среды, как интеллектуальный и социальный, а наименее — конвенциональный.

Согласно теории Дж.Холланда успех в профессиональной деятельности, удовлетворенность трудом зависят в первую очередь от соответствия типа личности типу профессиональной среды, которая создается людьми,

обладающими схожими позициями, профессионально значимыми качествами и поведением.

Для установления типов личности Дж.Холланд разработал методику диагностики «Тип личности», которая позволяет определить профессиональные предпочтения и интересы.

По результатам диагностики выделяют три рекомендуемые профессиональные среды. На первом месте стоит среда, наиболее отчетливо отражающая тип личности, на втором и третьем местах — менее значимые профессиональные среды, позволяющие личности подобрать себе резервные профессии, и, следовательно, составить альтернативные пути профессионального развития.

Оснащение: опросник с инструкцией; бланк ответов, в котором испытуемые отмечают выбранные ими варианты профессий (специальностей).

Инструкция: «Предположим, что после соответствующего обучения Вы сможете выполнять любую работу. Из предложенных попарно вариантов профессий (специальностей) выберите ту, которой Вы отдаете предпочтение. В бланке ответов найдите выбранный вариант ответа и отметьте его. Если Вы плохо представляете себе, чем занимаются специалисты названных профессий, обратитесь за помощью к психологу (профконсультанту, учителю). Ответы необходимо дать на все высказывания. Время диагностики не ограничено.

Текст опросника Дж. Голланда:

1 а) инженер б) социолог	2 а) кондитер б) священнослужитель	3 а) повар б) статистик	4 а) фотограф б) администратор торгового зала	5 а) механик б) дизайнер	6 а) философ б) врач
7 а) эколог б) бухгалтер	8 а) программист б) адвокат	9 а) кинолог б) переводчик художественной литературы	10 а) страховой агент б) архивист	11 а) тренер б) телерепортер	12 а) следователь б) искусствовед
13 а) нотариус б) брокер	14 а) оператор ЭВМ б) манекенщица	15 а) фотокорреспондент б) реставратор	16 а) озеленитель б) биолог-исследователь	17 а) водитель автотранспорта б) бортпроводник	18 а) метеоролог б) картограф

19 а) радиомонтажник б) художник росписи по дереву	20 а) геолог б) гид-переводчик	21 а) журналист б) режиссер	22 а) библиограф б) аудитор	23 а) фармацевт б) юрисконсульт	24 а) генетик б) архитектор
25 а) продавец б) оператор почтовой связи	26 а) социальный работник б) предприниматель	27 а) преподаватель вуза б) музыкант-исполнитель	28 а) экономист б) менеджер	29 а) корректор б) дирижер	30 а) инспектор таможи б) художник-модельер
31 а) телефонист б) орнитолог	32 а) агроном б) топограф	33 а) лесник б) директор	34 а) мастер по ремонту и пошиву одежды б) хореограф	35 а) историк б) инспектор ГАИ	36 а) антрополог б) экскурсовод
37 а) вирусолог б) актер	38 а) официант б) товаровед	39 а) главный бухгалтер б) инспектор уг. розыска	40 а) парикмахер-модельер б) психолог	41 а) пчеловод б) коммерсант	42 а) судья б) стенографист

Бланк ответов

Ф.И.О _____

Возраст _____ Школа _____

№ _____ Класс _____

Дата заполнения _____

	Р	И	С	К	П	Х
	1а	1б	2б	3б	4б	5б
	2а	6а	6б	7б	8б	9б
	3а	7а	10а	10б	11б	12б
	4а	8а	11а	13а	13б	14б
	5а	9а	12а	14а	15а	15б
	16а	16б	17б	18б	21а	19б
	17а	20а	20б	22б	26б	21б
	18а	22а	23б	25б	30а	24б
	19а	23а	25а	28а	33б	27б
	20а	24а	26а	29а	38б	28б
	31а	31б	27а	31б	39б	29б
	32а	35а	36б	35б	41б	30б
	33а	36а	38а	39а		34б
	34а	37а	40б	42б		37б

	41a		42a			40a
Сумма						

Тип	Предпочитаемый вид деятельности	Личностные характеристики	Предпочитаемое окружение	Хобби, профессии	Примечание
Реалистический (Р-тип)	<ul style="list-style-type: none"> • Механические виды деятельности, управление большегрузными машинами, тяжелым оборудованием, управление механизмами и использование инструментов, требующих точности, ловкости, тонкой моторной координации. • Строительство, ремонт, военные виды деятельности, конструкторские работы 	<ul style="list-style-type: none"> • Физическая сила, психомоторные навыки, ручная ловкость, механические и математические способности • Эмоциональная стабильность, практичность, уверенность в себе, целеустремленность, ответственность, консервативность, ригидность, конформность. • Работает тщательно, аккуратно, систематично, предпочитает регламентацию работы 	<ul style="list-style-type: none"> • Природа, сельская местность • Наименьшее взаимодействие с другими людьми • Организации, основанные на жесткой иерархической подчиненности и авторитарности (вооруженные силы, УВД и т. п.) • Организации, производящие конкретные осязаемые продукты. • Транспорт, инженерные, технические, энергетические предприятия 	<p>Хобби:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Реставрация старых механизмов (автомобили, часы, фотоаппараты и т. п.), ремонт, конструирование, сборка различных устройств • Строительство и восстановительные работы • Фермерство, обустройство дачи, охота, рыболовство, туризм. <p>Профессии:</p> <ul style="list-style-type: none"> картограф, фермер, инженер, лесничий, пилот, милиционер, ветеринар, водитель, сварщик 	<p>Более всего не схож с социальным типом. Взаимодействие с ним может вызвать недружелюбие, резкость, непонимание. Наиболее близок к интеллектуальному и конвенциональному типам личности</p>
Интеллектуальный (И-тип)	<ul style="list-style-type: none"> • Сбор информации и ее систематизация 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитые математические, аналитические 	<ul style="list-style-type: none"> • Слабоструктурные организации 	<p>Хобби:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Работа, сложные виды 	<p>Более всего не схож с предпринимательским</p>

	<p>ция; выполнение сложных или абстрактных заданий</p> <ul style="list-style-type: none"> • Независима я, самостоятел ьная научная или лабораторна я работа 	<p>ие способности, склонности к научной работе, склонности к рационально му логическому анализу • Рационально сть, эрудированн ость</p> <ul style="list-style-type: none"> • Независимос ть, самотивац ия, ориентация на задачу, сдержанност ь • Интроспекти вность, оригинально сть, ориентация на нетрадицион ные методы 	<ul style="list-style-type: none"> • Организации , ориентирова нные на достижение (исследовате льские и проектные лаборатории, университет ы, институты) • Ограниченно сть общения с другими людьми 	<p>деятельност и, которые требуют освоения многих факторов, деталей, принципов (яхтенный спорт, альпинизм, астрономия и т. п.)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Компьютер ы, чтение научной литературы. Профессии: - биохимик, ботаник, энтомолог, генетик, геофизик, антрополог, астроном, геолог, программис т, криминалис т, инженер- конструкто р, искусствове д, психиатр 	<p>типом. Это вызывает много проблем в процессе взаимодейст вия. Близок к реалистичес кому и артистическ ому типам</p>
<p>Социальный (С-тип)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Обучение, объяснение, разъяснение • Оказание помощи организация групповых мероприяти й, ведение дискуссий 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитые вербальные, коммуникати вные способности • Преподавате льские, ораторские способности, навыки слушания 	<ul style="list-style-type: none"> • Социальные организации, школы, религиозные организации • Медицински е учреждения, психологиче ские и консультати вные службы 	<p>Хобби:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Организац ия развлечени й • Выполни е благотворит ельной и социальной работы Профессии - учитель, воспитатель , работник 	<p>Более всего несхож с реалистичес ким типом, близок к артистическ им и предприимч ивым типами</p>

				здравоохранения, психолог	
Конвенциональный (К-тип)	<ul style="list-style-type: none"> • Работа, требующая внимания к деталям и аккуратности. • Ведение карточек, хранение и систематизация записей, фактов, данных финансовых книг • Подготовка отчетов, схем, таблиц, диаграмм 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитые арифметические и канцелярские способности, ручная тонкая моторика • Высокий самоконтроль, консервативность, практичность, упорство • Потребность в четком планировании и работы 	<ul style="list-style-type: none"> • Большие организации, финансовые организации (банки, бухгалтерские конторы) • Отделы контроля качества, архивы, картотеки, инспекции • Структурированные организации с четкой иерархией 	<p>Хобби</p> <ul style="list-style-type: none"> • Коллекционирование • Постройка моделей • Игры с четкими и ясными правилами <p>Профессии</p> <ul style="list-style-type: none"> - бухгалтер, кассир, счетовод, банкир, секретарь 	Несхож с артистическим типом, ближе всего к реалистическому и предприимчивому типам
Предпринимательский (П-тип)	<ul style="list-style-type: none"> • Руководство организацией, управление людьми • Финансовый и межличностный риск • Продажа, покупка, коммерция, предпринимательство 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитые организаторские способности, вербальные способности • Лидерские способности • Доминантность, агрессивность, экстравертированность • Ориентация на деньги, власть 	<ul style="list-style-type: none"> • Посты в государственных и политических организациях • Промышленные компании, агентства по продаже недвижимости 	<p>Хобби:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортивные состязания • Организация вечеринок, увеселения <p>Профессии:</p> <ul style="list-style-type: none"> предприниматель, биржевой брокер, адвокат, страховой агент, менеджер 	Затруднено взаимодействие с интеллектуальным типом, хорошее взаимодействие с социальным и конвенциональными типами
Художественный (Х-тип)	<ul style="list-style-type: none"> • Художественное творчество (живопись, скульптура, фотография, создание украшений, 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитые воображение, творческое мышление • Музыкальные и артистические 	<ul style="list-style-type: none"> • Неструктурированные, гибкие организации, дающие возможность для самовыражения 	<p>Хобби</p> <ul style="list-style-type: none"> • Фотография, рисование, живопись, игра на музыкальных инструментах 	Более всего несхож с конвенциональным типом, эффективное взаимодействие с

	дизайн, композиция, литературное творчество) • Игра на музыкальных инструментах • Исполнительская актерская деятельность	способности • Нонконформизм, экспрессивность, интуитивность, демонстративность, стремление к самовыражению	ния (артистические студии, театры, концертные залы и т. д.) • Музеи, библиотеки, галереи, рекламные и дизайнерские фирмы	ах • Посещение концертов, театров, музеев Профессии артист, архитектор, скульптор, дирижер, фотограф, учитель музыки, музейный работник	социальным и интеллектуальными типами
--	---	---	---	---	---------------------------------------

Источник: Воробьев А.Н., Сенин И.Г., Чирков В.И. Опросник профессиональных предпочтений: Адаптация теста Дж. Холланда «Самонаправленный поиск»: Руководство. Ярославль, 1993.

«Опросник профессиональных установок подростка» И. М. Кондакова

Основная проблема формирования адекватных профессиональных установок решается в условиях системно организованного трудового обучения и воспитания, когда происходит подготовка к реальной трудовой деятельности, в том числе коллективной, даются знания о структуре мира труда и основах организации производства, вырабатываются уважение к труду, желание работать ради общественных интересов и т. д. От характера выраженности профессиональных установок зависит такой важный фактор профессионального развития, как согласование профессиональных намерений и профессиональных интересов.

Оснащение: бланк ответов, опросник,

Инструкция. Прочитайте предложенные ниже высказывания. Если вы с ними согласны, то в бланке ответов обведите тот номер вопроса, с которым вы согласны. Если вы не согласны с высказыванием, то в бланке ответов ничего отмечать не надо. Время диагностики не ограничено.

Опросник

1. Я слишком плохо знаю мир профессий.
2. Выбор профессии не должен делаться под влиянием эмоций.
3. От многого сейчас ценного я могу отказаться ради перспективных профессиональных целей.
4. Если на моем профессиональном пути возникнут проблемы, то никак не из-за недостатка у меня ума.
5. Я с большим вниманием прислушиваюсь к каждому совету о моем профессиональном выборе.
6. В профессиональном выборе я чувствую беспомощность, и мне нужна чья-либо поддержка и помощь.
7. Уже сейчас мне стоит предпринимать конкретные шаги к выбору будущей профессии, а не ограничиваться лишь обдумыванием положения.
8. Я отличаюсь от других, поэтому и моя профессия будет особенной.
9. Нет сомнений, когда я выберу профессию, приложу все силы, чтобы стать первоклассным специалистом.
10. Мои требования к профессии такие же обычные, как и у моих сверстников.
11. В выборе профессии мне крайне не хватает собственной решительности.
12. Считаю, что мне необходим такой план, который позволит мне выбрать профессию абсолютно верно.
13. Я в состоянии многое в себе менять, чтобы соответствовать будущей профессии.
14. В будущей профессии я обязательно найду применение всем своим качествам.

15. Я чувствую себя значительно уверенней, когда знаю, что мой профессиональный выбор волнует и других.
16. Совершенно не знаю, какими критериями мне руководствоваться в выборе профессии.
17. Описания различных профессий имеют чаще всего не очень объективный характер.
18. Полагаю, что мне обязательно должна достаться не просто хорошая профессия, а такая, которая позволит проявиться моей индивидуальности.
19. У меня достаточно способностей, чтобы стать очень хорошим специалистом.
20. Мне кажется, что обычно не создается условий, чтобы человек работал с полной отдачей.
21. Совершенно не знаю, с чего начать свой профессиональный путь.
22. Даже если профессия уже выбрана, стоит еще и еще раз подумать на эту тему.
23. Для меня очень желательно как можно скорее приобрести социальную независимость.
24. Нет сомнений, что в моем профессиональном становлении мне будут сопутствовать счастье и удача.
25. В выборе профессии я слишком поддаюсь внешним влияниям, советам, примерам.
26. Временами я ругаю себя за излишнюю нерешительность в выборе профессии.
27. Для меня очень важно найти человека, который передал бы мне секреты профессионального мастерства.
28. Я чувствую эмоциональный подъем при мысли о возможностях, которые откроет передо мной моя будущая профессия.
29. Препятствия на моем профессиональном пути я обязательно преодолею, даже отказываясь при этом от чего-то личного.
30. Я совсем не тороплюсь любой ценой приобрести позицию взрослого.
31. Из-за моего невезения мне может не повезти и с выбором профессии.
32. Я не доверяю внешней привлекательности профессий.
33. В выборе профессии я полагаюсь в первую очередь на интуицию.
34. Мой профессиональный выбор будет окончательным и навсегда.
35. Я, вероятно, уступлю, если меня слишком настойчиво будут убеждать выбрать ту или иную профессию.
36. У меня нет устойчивых взглядов на мое профессиональное будущее.
37. Я не очень доверяю чувствам в выборе профессии.
38. Главное в моей будущей профессии — добиться личных достижений.
39. В будущей профессии мне хотелось бы делать что-нибудь исключительное.
40. В любом случае, если есть возможность учиться дальше, не следует торопиться идти работать.

Бланк ответов

	F1	F2	F3	F4	F5
	1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30
	31	32	33	34	35
	36	37	38	39	40
Σ					

Анализ и обработка результатов

Обработка результатов осуществляется по пяти шкалам: F1, F2, F3, F4, F5. За каждый выбранный ответ засчитывается 1 балл, сумма баллов записывается в соответствующем столбце.

Максимальное количество баллов, которое можно набрать — 8.

Интерпретация результатов осуществляется по каждой шкале отдельно.

F1 — нерешительность в профессиональном выборе. Проявляется в неуверенности, отсутствии четких представлений и критериев, касающихся профессионального развития, плохой информированности о мире профессий. Низкие значения по этой шкале свидетельствуют о решительности и уверенности в профессиональном выборе.

F2 — рационализм профессионального выбора. Основательность, рационализм, рассудочность, готовность действовать по плану после обстоятельных рассуждений, неимпульсивность. Противоположный полюс этого фактора можно рассматривать как показатель импульсивности и неосновательности.

- F3 — оптимизм в отношении профессионального будущего. Связан с идеализацией, юношеским максимализмом, чувством избранности, с ощущением, что абсолютно все проблемы могут быть разрешены. Противоположный полюс — реализм профессионального полюса.
- F4 — самооценка. Высокие результаты по этой шкале свидетельствуют о завышенной самооценке, вере в свои силы и способности, чрезмерном доверии своему субъективному впечатлению, упорстве и готовности к преодолению трудностей. Низкие значения этого фактора могут свидетельствовать о заниженной самооценке и наличии неудачного опыта решения жизненных задач.
- F5 — зависимость в профессиональном выборе. Высокие показатели по этой шкале свидетельствуют о несамостоятельности, податливости, зависимости от других, социальной незрелости. Низкие показатели отражают независимость в профессиональном выборе.

Интерпретация заключается в соотнесении результатов по отдельным факторам друг с другом, а также с другими доступными данными и получении на этой основе целостного представления о структуре профессиональных установок подростка.