

Управление образованием
администрации муниципального образования Тбилисский район

муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
центр эстетического воспитания детей «ТЮЗ»

Принята на заседании
педагогического совета
от «3»мая 2024 г.
Протокол №3

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО ЦЭВД «ТЮЗ»
Н.А. Жилина
Приказ от «3»мая 2024 г. №110



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ КРАТКОСРОЧНАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Занимательная профориентация «Я выбираю будущее»

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 27 часов

Возрастная категория: 11 - 15 лет

Состав группы: до 12 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе: 17795

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
С.В. Хаустова

ст. Тбилисская, 2024

ПАСПОРТ
дополнительной общеразвивающей общеобразовательной
краткосрочной программы социально-гуманитарной направленности
«Занимательная профориентация. Я выбираю будущее»

Наименование муниципалитета	Тбилисский район
Наименование организации	МАУ ДО ЦЭВД «ТЮЗ»
ID-номер программы в АИС «Навигатор»	17795
Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая краткосрочная программа социально-гуманитарной направленности «Занимательная профориентация. Я выбираю будущее»
Механизм финансирования (Социальный сертификат, бюджет, внебюджет)	Программа реализуется на бюджетной основе
ФИО автора (составителя) программы	Хаустова Светлана Васильевна
Краткое описание программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая краткосрочная программа «Я выбираю будущее» имеет <i>социально-гуманитарную направленность</i> , позволяет развивать ключевые компетентности учащихся, способствует сознательному выбору своей жизненной профессиональной направленности, а так же помогает адаптироваться к жизни в сложных современных условиях.
Форма обучения	Очная
Уровень содержания	Ознакомительный
Продолжительность освоения (объём)	9 недель (27 часов)
Возрастная категория	11 – 15 лет
Цель программы	Актуализация процесса профессионального самоопределения.
Задачи программы	<i>Основные задачи программы:</i>

	образовательные (предметные): - обучить элементам общей психологической культуры; -обучить учащихся выявлению соответствия требований выбранной профессии их способностям и возможностям; -обучить планированию профессиональной карьеры; -обучить познанию своих индивидуальных и личностных особенностей и некоторых аспектов межличностных взаимодействий; личностные: -активизировать у учащихся потребность раскрыть психологические особенности своей личности; -способствовать формированию умения соотносить личностные особенности с требованиями будущей профессии; - раскрытие способностей учащихся; метапредметные: -сформировать представления о рынке труда и требованиях к работнику на современном этапе; - формирование устойчивого интереса к изучению предмета; -расширить знания учащихся о мире профессий, познакомив их с классификацией, типами и подтипами современных профессий; -развитие у учащихся потребности в понимании себя как личности и способствовать сознательному выбору своей жизненной профессиональной траектории.
--	--

Ожидаемые результаты	Освоив программу, учащиеся должны демонстрировать следующие результаты: <u>образовательные:</u> - владеть элементами общей психологической культуры; -определять свои способности и возможности в соответствии с требованиями выбранной профессии; - проектировать свою профессиональную карьеру; <u>личностные:</u> - раскрытие психологические особенности своей личности; -уметь соотносить личностные особенности с требованиями будущей профессии; -уметь соотносить свои индивидуально-психологические особенности и возможности с требованиями выбираемой профессии на рынке труда; -уметь определять свои индивидуальные личностные особенности и некоторые аспекты межличностных взаимодействий; <u>метапредметные:</u> - интерес к изучению предмета; - уметь ориентироваться в типах и подтипах современных профессий; - способствовать сознательному выбору своей жизненной профессиональной траектории.
Особые условия (доступность для детей с ОВЗ)	Программа не предусматривает обучение детей с ограниченными возможностями здоровья
Возможность реализации в сетевой форме	Возможна реализация программы в форме сетевого взаимодействия
Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий	Возможна реализация программы в электронном формате с применением дистанционных технологий
Материально-техническая база	- <i>материально-техническое</i>

	<i>обеспечение</i> (достаточно просторное, светлое, теплое помещение для занятий должно быть оснащено учебной мебелью, соответствующей нормам и требованиям СанПиН, магнитной доской, зеркалом); - <i>перечень оборудования, инструментов и материалов</i> (учебная и методическая литература, материалы для игр, упражнений, заданий, наглядные пособия, журналы, газеты, бумага, краски, клей, фломастеры, цветные карандаши, ножницы, пластилин, цветная бумага, ящик с песком, игрушки из «киндер-сюрприза», корсажная лента, контрольно-измерительные материалы, театральные костюмы, настольные игры: «Будь готов», «Страшный суд», «Что? Где? Когда», «Торг», «Взгляд в будущее», «Проектируем жизнь», «Предвыборная программа».); - <i>информационное обеспечение</i> (ТСО, аудио-видеоматериалы, презентации по темам курса, плакаты, схемы, магнитофон для воспроизведения с дисков или флеш-носителей с информацией по профорientации).
--	---

Содержание

	Введение	7
	Нормативно-правовая база	7
1.	Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования.	9
1.1.	Пояснительная записка	9
1.2.	Цель и задачи программы	13
1.3.	Содержание программы	14
1.4.	Планируемые результаты	19
2.	Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	20
2.1.	Воспитательная деятельность	20
2.2.	Условия реализации программы	21
2.3.	Формы аттестации	21
2.4.	Оценочные материалы	22
2.5.	Методические материалы	69
2.6.	Список литературы	71

Введение

Дополнительная образовательная общеразвивающая краткосрочная программа «Занимательная профориентация «Я выбираю будущее» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами в сфере дополнительного образования и локальными актами образовательной организации:

1. Указ президента Российской Федерации от 21.07.2020г. №474 «О Национальных целях развития Российской Федерации до 2030 года»
2. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
4. Национальный проект «Образование» (2019-2024).
5. Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» (2019-2024).
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года.
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
8. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
10. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ».
11. Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного

развития страны, письмо Минпросвещения России от 29 сентября 2023 г. №АБ-3935/06.

12. Проектирование и экспертирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: требования и возможность вариативности: учебно-методическое пособие / И.А. Рыбалёва. - Краснодар: Просвещение-Юг, 2019г.
13. Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования центр эстетического воспитания детей «ТЮЗ» станицы Тбилисская муниципального образования Тбилисский район.

Раздел №1 «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

1.1. Пояснительная записка

Подростковый возраст – это самый трудный и сложный из всех возрастов, представляющих собой период становления личности. Вместе с тем, это самый ответственный период, поскольку здесь закладываются основы нравственности, формируются социальные установки к себе, к людям, к обществу. Главные мотивационные линии этого возрастного периода, связаны с активным стремлением подростка к личностному самосовершенствованию, самосознанию, самопознанию, самовыражению, самоутверждению.

Формирование личности связано не только с интеллектуальным развитием, но и с появлением у подростков новых вопросов о себе, об окружающих, об особенностях строения своего организма, о способах повышения работоспособности и своего психологического здоровья.

Для учащихся старших классов выбор профессии - самый главный вопрос их образовательного развития. Его разрешение поможет им сориентироваться в перспективности выбора дальнейших путей получения образования, определиться с будущей сферой профессиональной деятельности.

Дополнительная образовательная общеразвивающая краткосрочная программа «Занимательная профориентация «Я выбираю будущее» имеет социально-гуманитарную направленность и реализуется в рамках образовательной программы «Театр – центр эстетического воспитания и формирования психологического здоровья детей в сельской местности».

Актуальность профориентационной помощи школьникам очевидна. Во-первых, формирование полноценных граждан страны во многом зависит от того чем будут заниматься повзрослевшие школьники, какую профессию они выберут, и где будут работать. Во-вторых, в эпоху социально-экономической нестабильности проблема престижа выбираемой деятельности приобретает особый смысл. Большинство молодых людей выбирают профессию не потому, что его привлекает содержание труда, он скорее выбирает определённый образ жизни, где профессия – лишь одно из средств построения счастья. Однако со временем престижность профессии меняется, и тогда у самоопределяющегося подростка есть риск ошибиться, что может привести к разного рода проблемам. В-третьих, профориентационная работа позволяет решать и многие насущные проблемы в период школьного обучения. Давно известно, что оптимистичная перспектива жизни уберегает многих подростков от необдуманных шагов еще в период обучения в школе.

Таким образом, профориентационная работа со школьниками – это не только решение завтрашних проблем, но и важный вклад в решение проблем сегодняшних.

В связи с этим актуальными становятся разработка и реализация программы дополнительного образования детей, программы профессиональной ориентации школьника, которая согласуется с концепцией воспитательной системы «Я взрослею».

Данная программа предполагает побудить учащихся к активному самопознанию, исследованию собственных интересов, способностей и возможностей, а также помочь им сориентироваться в планах на будущую жизнь в летний период.

Новизна данной образовательной общеразвивающей краткосрочной программы заключается в том, что проведение занятий по программе предполагает использование широкого спектра методических средств, таких, как: междисциплинарная интеграция, содействующая становлению целостного мировоззрения, обучение через опыт и сотрудничество, интерактивность (работа в малых группах, профориентационные и ролевые игры, тренинг).

Данные методы и приёмы позволяют наиболее эффективно решать поставленные задачи программы. Для реализации содержания обучения по данной программе основные теоретические положения сопровождаются выполнением практических работ, которые помогают учащимся применять изученные понятия на практике, в конкретных жизненных ситуациях. На каждом занятии предусматривается практическая деятельность, включая в себя работу с диагностическими методиками, участие в профориентационных и ролевых играх, выполнение упражнений.

Материал занятий излагается в форме микро-информирования, на каждом занятии предусматривается практическая деятельность, включающая в себя работу с диагностическими методиками, выполнение различных упражнений. Особенно активно в образовательном процессе используются современные техники по сказкотерапии и арт-терапии, что способствует снятию зажимов у учащихся, развитию их творческого потенциала. Программа включает в себя:

- психологическую диагностику;
- психологические игры и другие техники;
- современные техники по сказкотерапии, арт-терапии;
- элементы психологического тренинга;
- творческую работу.

Новизна программы позволит подростку по-новому осмыслить актуальность учебной деятельности, значения и возможности применения полученных знаний на практике, определить круг своих профессиональных интересов и в конечном итоге, сориентирует на выбор дальнейшего образовательного пути.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что учащиеся познакомятся с различными профессиями, узнают правила выбора профессии, познакомятся с понятиями мотивы и ценности профессионального труда, а так же психологическими ресурсами личности в связи с выбором профессии; научатся анализировать информацию о

профессиях по общим признакам профессиональной деятельности.

Отличительные особенности данной общеобразовательной общеразвивающей краткосрочной программы заключаются в развитии индивидуальных способностей учащихся, в осуществлении реальной педагогической поддержке ребёнка в достижении им поставленных целей, а также в систематическом психологическом сопровождении учебного процесса. Данная программа позволяет развивать ключевые компетентности учащихся, способствует сознательному выбору своей жизненной профессиональной направленности, а так же помогает адаптироваться к жизни в сложных современных условиях. Занятия базируются на многообразии применяемых видов и форм деятельности.

Отличительной особенностью данной программы является систематизация деловых игр, упражнений, бесед, тестирования для конкретного возраста.

Для написания программы был изучен ряд методических пособий и программ по профориентации:

- Л.Н. Бобровская, Е.А. Сапрыкина, О.Ю. Просихина «Человек и профессия». Образовательный курс профориентационной направленности – М.: Планета, 2011.

- программа по профориентации Сергеев Л.В. и Пряжников Н.С. для ОУ., Савченко К.И. «Мой выбор», «Твой выбор» М., 2006.

- Резапкина Г.В. «Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. – М.: Генезис, 2000.

- Рогов Е.И. «Выбор профессии: Становление профессионала». – М.: Издательство Владос-Пресс, 2003.

- Учебное пособие для студентов высших учебных заведений «Основы психологии». Ростов-на-Дону «Феникс» 1997г.

В учебных пособиях доступно и кратко излагаются основные понятия и современные научные сведения по следующим направлениям: «Психолого познавательные процессы», «Психология личности», «Профессия и способности», «Проблемы выбора». Содержатся практические рекомендации по самоопределению, развитию успешности общения и личностного самосовершенствования.

Учебные пособия содержат необходимый материал для проведения практических занятий по профориентации. Но по содержанию данные психологические тесты, упражнения, деловые игры, задания могут быть использованы только для определенной возрастной группы, т.е. для студентов, взрослых, педагогов и психологов.

Кроме этого практический материал представлен для каждой темы в узком направлении.

Данные учебные пособия предназначены для студентов вузов, техникумов, для педагогов и психологов в системе высшего и среднего образования, для руководителей и всех тех, кто по роду своей деятельности

работает с людьми и должен уметь учитывать психологию людей.

Учебные пособия рекомендуется для использования на занятиях по психологии в гуманитарных классах гимназий и средних школ.

Поэтому полностью, без изменений они в нашем учреждении использоваться не могут.

Многие из научно-методических и практических разработок предусматривают изучение профориентации, как факультатива или предмета по выбору, в ряде случаев построены по принципу психологического тренинга, что в условиях обычной школы встречает трудности организационного порядка (необходимость включения занятия обычной продолжительности в учебное расписание), а также повышает требования к педагогу. Кроме того, кружок, факультатив, а тем более тренинг предполагает работу только с теми учащимися, которые выражают желание осваивать психологические знания, интересуются психологией, либо просто являются активными людьми.

Анализируя методическое пособие Е.И. Рогов «Выбор профессии. Становление профессионала» М.: Владос Пресс, 2003, хотелось бы отметить, что данное пособие охватывает все основные разделы профессионального развития, знакомя с его структурой способностей и этапами освоения профессии, видами и адаптации к профессиональной жизни. Используя данные современных психологических, теоретических и эмпирических исследований, научно-популярные источники, автор ставит перед собой цель синтезировать обширный литературный материал в целостную, логически завершенную систему знаний, адаптированную для восприятия подросткового и раннего юношеского возраста.

В программе «Основы психологии», кроме традиционных разделов общей психологии, выделены специальные темы: «Самосознание», «Я - концепция», «Самоотношение», которые имеют прямое отношение к формированию личности старшеклассника, развитию самоотношения, выработки собственной жизненной позиции.

Практическую направленность имеют уроки, позволяющие школьникам овладеть приемами саморегуляции, развить способность к позитивному мышлению, уверенность в себе, чувство собственного достоинства.

Отдавая должное предпочтение указанным выше интересным и полезным разработкам данной программы, хотелось бы отметить, что данный курс очень удачен для работы в школе, а не структуре дополнительного образования.

Принимая все это во внимание, стало необходимым и педагогически целесообразным создание данной программы, основанной на учебном пособии Рогов Е.И. «Выбор профессии: Становление профессионала». – М.: Издательство ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.

Адресат программы. Краткосрочная программа «Занимательная профориентация «Я выбираю будущее»» предназначена для учащихся 11-15 лет. Уровень образования - с седьмого по девятый классы

общеобразовательной школы. Условия набора учащихся в студию: принимаются все желающие физически и психологически здоровые, по заявлению родителей (11-13 лет) и детей (14-15 лет). Уровень образования и степень особенной подготовки не требуется. Учащиеся обязательно должны проявлять положительную мотивацию к занятиям, интерес к данному курсу.

Уровень и сроки программы. Данная программа реализуется на ознакомительном уровне и рассчитана на 9 недель (27ч.) реализации во время летних каникул.

Форма обучения - очная. Возможно осуществление образовательного процесса на основе использования различных образовательных технологий, в том числе дистанционных и электронного обучения. Так же возможно использование программы при комбинированной форме реализации. Формой обучения могут быть теоретические и практические занятия, в основном уклон на практику.

Особенности организации образовательного процесса.

Занятия проводятся по группам, сформированным в соответствии с возрастом и способностями учащихся.

Занятия проводятся с группой учащихся в количестве 6 – 10 человек, пол значения не имеет. Виды занятий по краткосрочной программе «Занимательная профориентация «Я выбираю будущее» определяются содержанием программы и предусматривают теоретические и практические занятия. На теоретических занятиях формируются основы представлений о психологии как научно – практической дисциплине. Практические занятия включают психодиагностику, направленную на изучение учащихся своих индивидуально-личностных особенностей в целях формирования реалистичной самооценки, знакомство с миром профессий, требованиями рынка труда и правилами выбора профессии и планирования карьеры.

Данная программа может быть рекомендована психологам в преподавании элективного курса психологии в средних общеобразовательных школах, лицеях, гимназиях.

Материал пособия может быть использован в целях психологического просвещения, а также для самообразования старшеклассников, студентов, педагогов и педагогов - психологов.

1.2. Цель и задачи программы

Основная цель программы: актуализация процесса профессионального самоопределения.

Для реализации поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

образовательные (предметные):

- обучить элементам общей психологической культуры;
- обучить учащихся выявлению соответствия требований выбранной профессии их способностям и возможностям;

- обучить планированию профессиональной карьеры;
- обучить познанию своих индивидуальных и личностных особенностей и некоторых аспектов межличностных взаимодействий;

личностные:

- активизировать у учащихся потребность раскрыть психологические особенности своей личности;
- способствовать формированию умения соотносить личностные особенности с требованиями будущей профессии;
- раскрытие способностей учащихся;

метапредметные:

- сформировать представления о рынке труда и требованиях к работнику на современном этапе;
- формирование устойчивого интереса к изучению предмета;
- расширить знания учащихся о мире профессий, ознакомив их с классификацией, типами и подтипами современных профессий;
- развитие у учащихся потребности в понимании себя как личности и способствовать сознательному выбору своей жизненной профессиональной траектории.

1.3.Содержание программы

1.3.1 Учебный план

№	Наименование разделов, тем	Всего часов	Количество часов		Формы аттестации/контроля
			Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1		
2.	Мой выбор	2			
2.1.	Право выбора. Выбирая моделируем.			1	
2.2.	Готов ли я к выбору профессии. Методика «Профессиональная готовность»			1	
3.	Кто я? Какой я?	3			
3.1.	Знаю ли я себя? Что я хочу? Мои интересы. Что я могу? Мои способности.			2	
3.2.	Мой темперамент и выбор профессии. Эмоции и воля, их роль в профессиональном выборе			1	
4.	Я изучаю Мир профессий	11			
4.1.	Профессия «Человек - техника»			2	
4.2.	Профессия «Человек- человек»			2	
4.3.	Профессия «Человек- знак»			2	
4.4.	Профессия «Человек-природа», «Человек- художественный образ»			2	
4.5.	Формула профессии. Хочу - Могу - Надо.		1		

	Правила выбора профессии				
4.6.	Мой профессиональный тип личности. Профориентационная игра «Что?» Где? Когда?»			2	
5.	Строим траекторию профессионального пути	10			
5.1.	Общество, в котором мы живем. Что изменилось в мире профессионального труда?		1		
5.2.	Какой товар предлагают на рынке труда и образовательных услуг? Где и как можно приобрести профессию		1		
5.3.	Профориентационная игра «Страшный суд»			2	
5.4.	Профориентационная методика «Будь готов»			2	
5.5.	Как выбрать профиль обучения в старшей школе		1		
5.6.	Мой уровень притязания и профессиональная карьера		1		
5.7.	Пора принимать решение. Проектируем свой профессиональный путь			2	Круглый стол тестирования
	Итого:	27	6	21	

1.3.2 Содержание учебного плана

Тема 1. Вводное занятие

Теория

Предмет и задачи курса. Возможность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана. ТБ

Тема 2. Мой выбор

2.1. Право выбора. Выбирая моделируем

Практика

Упражнение: «Выбор». Обсуждение результатов упражнения.

Беседа: "Профессия - это определённый образ жизни". Необходимость выбора профессии. Зачем познавать мир и формировать собственное «Я – знание». Работа с карточками.

2.2. Готов ли я к выбору профессии. Методика «Профессиональная готовность»

Практика

Опросник: "Выявление готовности школьника к выбору профессии".

Работа по методике «Профессиональная готовность». Обсуждение результатов.

Тема 3. Кто Я? Какой Я?

3.1. Знаю ли я себя? Что Я хочу? Мои интересы. Что Я могу? Мои способности

Практика

Тест: "Самооценка", Опросник «Карта интересов А.Е. Голомштока»

Упражнения: "Я рад общаться с тобой", "Кто я? Какой Я?", "Горячий стул", "Ассоциации", "Кто я?", «Умею, нравится»,

Методика: "Моя вселенная", "как я ориентируюсь в различных ситуациях", "Сильные стороны", "Я и мой мир", «методика оценки профессиональных интересов и способностей, Соломина И.Л.», «Методика определения склонностей Л.А. Йовайши»,

Интересы и склонности в профессиональном выборе. Работа с методикой «Карта интересов». Обсуждение результатов.

Способности как один из факторов выбора профессии. Работа по методике «КОС-1». Обсуждение результатов.

3.2. Мой темперамент и выбор профессии. Эмоции и воля, их роль в профессиональном выборе

Практика

Методики: Айзенка. : «Определение общей эмоциональной направленности личности», «Самооценка развития волевых качеств личности», «Беспокойство-тревожность». Обсуждение результатов.

Тема 4. Я изучаю Мир профессий

4.1. Профессия «Человек - техника»

Практика

Классификация профессии по Климову. Выделить подтипы профессий типа «человек-техника». Сформулировать признаки профессионально важные качества профессий типа «человек-техника». Просмотр и обсуждение видеопрофессиограмм профессий, предметом труда, которых является техника. Определение интересов и склонностей (дифференциально – диагностический опросник (ДДО) Е. А. Климова)

4.2. Профессия «Человек – человек»

Практика

Просмотр и обсуждение видеопрофессиограмм профессий, предметом труда, которых является человек. Выделить подтипы профессий типа «человек-человек». Сформулировать признаки профессионально важные качества профессий типа «человек-человек». Определение типа будущей профессии (по методике Е.А.Климова)

4.3. Профессия «Человек - знак»

Практика

Просмотр и обсуждение видеопрофессиограмм профессий, предметом труда, которых является знак. Выделить подтипы профессий типа «человек - знак». Сформулировать признаки профессионально важные качества профессий

типа «человек-знак». Определение ведущих свойств специальных способностей (по Е.А.Климову)

4.4. Профессия «Человек-природа», «Человек - художественный образ»

Практика

Просмотр и обсуждение видеопрофессиограмм профессий, предметом труда, которых является природа и художественный образ. Выделить подтипы профессий типа «человек - художественный образ». Сформулировать признаки профессионально важные качества профессий типа «человек - художественный образ». Выявление интересов учащихся (методика «Карта интересов»)

4.5. Формула профессии. Хочу – Могу – Надо. Правила выбора профессии

Теория

Тип, класс, отдел, группа профессий. Составление формулы профессий. Правило выбора профессии «хочу» - «могу» - «надо». Типичные ошибки при выборе профессии. Общее понятие о профессии, специальности, должности.

4.6. Мой профессиональный тип личности. Профориентационная игра «Что?» Где? Когда?

Практика

Работа по методике «Мой профессиональный тип личности», тест на выявление типов личности по Холланда, "Выявление профессиональных предпочтений", "Матрица выбора профессии", "Мозговой штурм", "Выбираю, потому что...", "Построение диаграмм выбора", «Человек профессия», «Кто есть кто?», «Путь профессионала», «Один день из жизни». Обсуждение результатов.

Расширение представлений о различных сферах труда, мире профессий. Повышение информированности о формах профессиональной подготовки и различных учебных заведениях региона.

Тема 5. Строим траекторию профессионального пути

5.1. Общество, в котором мы живем. Что изменилось в мире профессионального труда?

Теория

Изменения, происходящие в обществе Постиндустриальное общество, его особенности.

Изменения, происходящие в мире профессий. Исчезновение старых профессий и появление новых. Понятие о профессиональной компетентности и мобильности.

5.2. Какой товар предлагают на рынке труда и образовательных услуг? Где и как можно приобрести профессию

Теория

Особенности рынка труда в России и Краснодаре. Конкурентоспособные профессии. Требования работодателя к современному работнику.

Федеральный закон «О внесении изменений в отдельные акты Российской Федерации в связи с установлением обязательности общего образования». Возможные пути получения профессии. Система образования в РФ: школа, НПО, СУЗ, ВУЗ Условия поступления в различные учебные заведения.

5.3.Профориентационная игра «Страшный суд»

Практика

Формирования у самоопределяющего подростка готовности соотносить свои возможности с различными профессиональными и жизненными целями. Разыгрывание различных жизненных событий, связанных с определенным возрастным этапом. Реализация своих жизненных целей.

5.4. Профориентационная методика «Будь готов»

Практика

Знакомство с перечнем трудовых действий. Меню профессий. Готовность учащихся к выбору профессий, мотивация к какой-либо деятельности, уровень личного осознания того или иного выбора. Активизация самопознания подростка и его размышлений о собственных возможностях. Обсуждение результатов.

5.5. Как выбрать профиль обучения в старшей школе

Теория

Этапы принятия решений. Различные пути выбора профиля обучения. Работа с таблицами.

5.6. Мой уровень притязания и профессиональная карьера

Теория

Понятие о профессиональной карьере. Ценностные ориентации и успешность карьеры. Определение собственных целей построения карьеры. Определение своих карьерных возможностей. Методика «Анкета достижений».

5.7. Пора принимать решение. Проектируем свой профессиональный путь

Практика

Методики: "Определение мотивов выбора профессии", "Определение предпочтений по отношению к тому или иному предмету", "Самооценка способностей и видов деятельности", "Мотивы выбора профиля обучения".

Анкета: «Оптанта».

Составление личного профессионального плана, с учетом личных интересов и способностей.

Методики: "Определение собственных целей построения карьеры", "Определение своих карьерных возможностей", "Линия жизни", "Каллаж на тему "Будущее".

Круглый стол. Подведение итогов. Тестирование.

1.4 Планируемые результаты

В результате освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей краткосрочной программы «Занимательная профориентация «Я выбираю будущее»» учащиеся должны демонстрировать следующие результаты:

образовательные:

- владеть элементами общей психологической культуры;
- определять свои способности и возможности в соответствии с требованиями выбранной профессии;
- проектировать свою профессиональную карьеру;

личностные:

- раскрытие психологические особенности своей личности;
- уметь соотносить личностные особенности с требованиями будущей профессии;
- уметь соотносить свои индивидуально-психологические особенности и возможности с требованиями выбираемой профессии на рынке труда;
- уметь определять свои индивидуальные личностные особенности и некоторые аспекты межличностных взаимодействий;

метапредметные:

- интерес к изучению предмета;
- уметь ориентироваться в типах и подтипах современных профессий;
- способствовать сознательному выбору своей жизненной профессиональной траектории.

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающих формы аттестации

2.1. Воспитательная деятельность

Цель воспитания: развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачи воспитания детей заключаются в:

- усвоении детьми знаний, норм, духовно-нравственных ценностей, традиций;
- приобретение детьми опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной творческой группы, социализации, признания, самореализации, творчества при освоении предметного и метапредметного содержания программы;
- информирование детей, организация общения между ними на содержательной основе целевых ориентиров воспитания.

Целевые ориентиры воспитания

Основные ориентиры воспитания:

- воспитание национального самосознания, ценностного отношения к Отечественной культуре, истории своей страны;
- привитие чувства уважения к старшим, к сверстникам, к педагогам, родителям;
- воспитание воли, настойчивости в достижении своих целей в выборе будущей профессии;
- формирование профессиональных качеств в избранном виде труда;
- установка на солидарность, на взаимопомощь и взаимоподдержку, работая в команде.

Дополнительные целевые ориентиры воспитания:

- уважение к культуре России, к мировому искусству;
- формирование ценностного отношения к труду, понимание его роли в жизни человека и в обществе;
- формирование поведенческих норм в быту, в семье, в общественном пространстве.

Календарный план воспитательной работы

№	Название события,	Сроки	Форма	Практический
---	-------------------	-------	-------	--------------

п/п	мероприятия		проведения	результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	«Этикет и мы»	июнь	Беседа	Фотоматериалы
2	«В гармонии с собой»	июль	Игровое занятие	Фотоматериалы
3	«Хочу, могу и надо в моей жизни»	июль	Ролевая игра	Фотоматериалы

2.2 Условия реализации программы

Для успешной реализации данной программы и более качественного усвоения учащимися учебного материала необходимы следующие условия:

- *материально-техническое обеспечение* (достаточно просторное, светлое, теплое помещение для занятий должно быть оснащено учебной мебелью, соответствующей нормам и требованиям СанПиН, магнитной доской, зеркалом);
- *перечень оборудования, инструментов и материалов* (учебная и методическая литература, материалы для игр, упражнений, заданий, наглядные пособия, журналы, газеты, бумага, краски, клей, фломастеры, цветные карандаши, ножницы, пластилин, цветная бумага, ящик с песком, игрушки из «киндер-сюрприза», корсажная лента, контрольно-измерительные материалы, театральные костюмы, настольные игры: «Будь готов», «Страшный суд», «Что? Где? Когда», «Торг», «Взгляд в будущее», «Проектируем жизнь», «Предвыборная программа».);
- *информационное обеспечение* (ТСО, аудио-видеоматериалы, презентации по темам курса, плакаты, схемы, магнитофон для воспроизведения с дисков или флеш-носителей с информацией по профориентации.

2.3 Формы аттестации

С целью отслеживания результативности освоения программного материала предполагает выполнение учащимися по завершению курса тестирование.

В программе используются следующие методы отслеживания

результативности:

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ;
- педагогический мониторинг образовательной деятельности учащихся.

По окончанию реализации программы проводится круглый стол, тестирование, контрольные вопросы для проверки знаний по курсу, подведение итогов реализации данной программы.

2.4. Оценочные материалы

Перечень контрольных вопросов к каждому разделу, позволяющих определить достижение учащихся планируемых результатов.

Определение формулы профессии (по методике Н.С. Пряжникова)

Подчеркни наиболее привлекательные для тебя цели, предмет, средства, условия труда.

1. Цели труда:

- 1.1. Оценивать, проверять
- 1.2. Исследовать что-либо, делать открытия
- 1.3. Перевозить что-либо
- 1.4. Изготавливать какие-то предметы
- 1.5. Учить, воспитывать, консультировать
- 1.6. Творить, создавать новое
- 1.7. Руководить людьми
- 1.8. Обслуживать кого-либо или что-либо
- 1.9. Постоянно работать над собой, «быть в форме»

2. Предмет труда:

- 2.1. Технические объекты
- 2.2. Тексты, графики, числа
- 2.3. Экономика и политика
- 2.4. Искусство
- 2.5. Наука
- 2.6. Растения и микроорганизмы
- 2.7. Животный мир
- 2.8. Люди
- 2.9. Детали и материалы

3. Средства труда:

- 3.1. Ручные
- 3.2. Механические
- 3.3. Автоматические
- 3.4. Компьютеры
- 3.5. Интеллект

- 3.6. Выразительные движения, мимика
- 3.7. Творческое мышление
- 3.8. Возможности организма и органов чувств
- 3.9. Голос, интонация

4. Условия и организация труда:

- 4.1. Бытовой микроклимат
- 4.2. Помещение с большим числом людей
- 4.3. Разъезды
- 4.4. Самостоятельность
- 4.5. Открытый воздух
- 4.6. Экстремальные условия
- 4.7. Особые условия
- 4.8. Изысканные отношения
- 4.9. Работа на дому

Методика Е.А. Климова «Определение типа будущей профессии»

«Предположим, что после соответствующего обучения вы сможете выполнять любую работу. Однако если бы вам пришлось выбрать только из двух возможностей, что бы вы предпочли?»

1 а. Ухаживать за животными	1 б. Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)
2 а. Помогать больным людям, лечить их	2 б. Составлять таблицы, схемы, программы вычислительных машин
3 а. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок	3 б. Следить за состоянием, развитием растений
4 а. Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т. п.)	4 б. Доводить товары до потребителя (рекламировать, продавать)
5 а. Обсуждать научно-популярные книги, статьи	5 б. Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты)
6а. Выращивать молодняк (животных какой-либо породы)	6 б. Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, спортивных)
7 а. Копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты)	7 б. Управлять каким-либо грузовым (подъемным или транспортным) средством (подъемным краном, трактором, тепловозом и др.)
8а. Сообщать, разъяснять людям, нужные им сведения	8 б. Художественно оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов)
9а. Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику), жилище	9 б. Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках

10 а.Лечить животных	10 б. Выполнять вычисления, расчеты
11 а.Выводить новые сорта растений	11 б. Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины или одежду, дома, продукты питания и т. п.)
12 а.Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, уточнять, разъяснять, поощрять, наказывать	12 б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, приводить в порядок)
13а.Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности	13 б. Наблюдать, изучать жизнь микробов
14а.Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты	14 б. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т. п.
15 а. Составлять точные описания — отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.	15 б. Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые или представляемые)
16 а. Делать лабораторные анализы в больнице	16 б. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение
17 а. Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий.	17 б. Осуществлять монтаж здания или сборку машин, приборов.
18 а. Организовывать культпоходы сверстников или младших (в театры, музеи), экскурсии, туристские походы и т. п.	18 б. Играть на сцене, принимать участие в концертах
19 а. Изготавливать по чертежам детали (машины, одежду), строить здания	19 б. Заниматься черчением, копировать чертежи, карты
20 а. Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада	20 б. Работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе, наборной машине и др.)

Инструкция: Прочитай данные утверждения. Если ты согласен с ними, то перед цифрой в таблице поставь «+», если нет, поставь перед цифрой «-». Если ты сомневаешься, зачеркни цифру.

Ключи

Ч - П	Ч - Т	Ч - Ч	Ч - ЗС	Ч - ХО
--------------	--------------	--------------	---------------	---------------

1a	1б		2б	3a
3б	4a	2a	5a	5б
6a		4б		7a
	7б	6б		8б
	9a	8a	9б	
10a			10б	
11a	11б	12a	12б	13a
13б	14a	14б	15a	15б
16a		16б		17a
	17б	18a		18б
	19a		19б	
20a			20б	

Примечание.

(Ч-П) – человек - природа; (Ч-Т) – человек - техника; (Ч – Ч) – человек - человек; (Ч – ЗТ) – человек - знаковая система, знаковый образ; (Ч – ХО) – человек - художественный образ.

Наибольшая полученная сумма или суммы(по столбцам) указывают на наиболее подходящий для тебя тип профессии. Малые суммы указывают на типы профессий, которых тебе следует избегать при выборе.

В соответствии с данной классификацией мир современных профессий можно разделить на 5 основных типов:

1. «Человек-природа». Представителей этих профессий объединяет одно очень важное качество — любовь к природе. Но любовь не созерцательная. Которой обладают практически все люди, считая природу наиболее благоприятной средой для отдыха, а деятельная связанная с познанием ее законов и применением их. Одно дело — любить животных и растения, играть с ними, радоваться им. И совсем другое — регулярно, день за днем ухаживать за ними, наблюдать, лечить, выгуливать, не считаясь с личным

временем и планами. Специалист должен не просто все знать о живых организмах, но и прогнозировать возможные изменения в них и принимать меры. От человека требуется инициатива и самостоятельность в решении конкретных задач, заботливость, терпение и дальновидность. Человек, работающий в сфере «человек-природа», должен быть спокойным и уравновешенным;

2. «Человек-техника». Особенность технических объектов в том, что они, как правило, могут быть точно измерены по многим признакам. При их обработке, преобразовании, перемещении или оценке от работника требуется точность, определенность действий. Техника как предмет руда представляет широкие возможности для новаторства, выдумки, творчества, поэтому важное значение приобретает такое качество, как практическое мышление. Техническая фантазия, способность мысленно соединять и разъединять технические объекты и их части — важные условия для успеха в данной области.

3. «Человек-человек». Даже выбирая профессию, не связанную непосредственно с общением, вы поступите правильно, если обратите внимание на общительность и контактность. Подумайте, куда вы обращены — к людям или к себе? С кем бы вы хотели общаться — с собой или с другими? Главное содержание труда в профессиях типа «человек-человек» сводится к взаимодействию между людьми. Если не наладится это взаимодействие, значит, не наладится и работа. Качества, необходимые для работы с людьми: устойчивое, хорошее настроение в процессе работы с людьми, потребность в общении, способность мысленно ставить себя на место другого человека, быстро понимать намерения, помыслы, настроение людей, умение разбираться в человеческих взаимоотношениях, хорошая память (умение держать в уме имена и особенности многих людей), умение находить общий язык с различными людьми, терпение и т.д.

4. «Человек - знаковая система». Мы встречаемся со знаками значительно чаще, чем обычно представляем себе. Это цифры. Коды, условные знаки, естественные или искусственные языки, чертежи, таблицы формулы. В любом случае человек воспринимает знак как символ реального объекта или явления. Поэтому специалисту, который работает со знаками, важно уметь с одной стороны, абстрагироваться от реальных физических, химических, механических свойств предметов, а с другой — представлять и воспринимать характеристики реальных явлений или объектов, стоящих за знаками. Чтобы успешно работать в какой-нибудь профессии данного типа, необходимо

уметь мысленно погружаться в мир, казалось бы, сухих обозначений, и сосредотачиваться на сведениях, которые они несут в себе. Особые требования профессии этого типа предъявляют к вниманию.

5. «Человек - художественный образ (искусство)». Важнейшие требования, которые предъявляют профессии, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью человека — наличие способности к искусствам, творческое воображение, образное мышление, талант, трудолюбие.

Определение мотивов выбора профессии (Дневник профессионального самоопределения. Сост. Бобровская Л.Н. и др. – М., 2007)

Из перечисленных мотивов необходимо выбрать те, которые больше других отвечают твоей личной точке зрения; в «Листе ответов» напротив номера вопроса поставь «+», если данный мотив значим, и «-», если не имеет значения.

1. Интерес к содержанию профессии, желание узнать, в чем заключаются обязанности специалиста в избираемой профессии.

2. Стремление к самосовершенствованию, развитию навыков и умений в избираемой сфере трудовой деятельности.

3. Убеждение, что данная профессия имеет высокий престиж в обществе.

4. Влияние семейных традиций.

5. Желание приобрести материальную независимость от родителей.

6. Хорошая успеваемость в школе по предметам, соответствующим избираемой сфере профессиональной деятельности.

7. Желание руководить другими людьми.

8. Привлекает индивидуальная работа.

9. Мечта заниматься творческой работой, желание открывать новое и неизведанное.

10. Уверенность, что избранная профессия соответствует вашим способностям.

11. Возможность удовлетворить свои материальные потребности.

12. Стремление сделать свою жизнь насыщенной, интересной, увлекательной.

13. Возможность проявить самостоятельность в работе.

14. Привлекает предпринимательская деятельность.

15. Необходимость материально помогать семье.

16. Желание приобрести экономические знания.

17. Стремление получить диплом о высшем образовании независимо от специальности.

18. Привлекает профессия, которая не требует длительного обучения.

19. Желание работать в престижном месте.

20. Стремление найти удачный способ зарабатывать себе на хлеб.

21. Привлекают модные профессии (менеджер, коммерсант, брокер).

22. Желание приносить пользу людям.

23. Интерес к материальной стороне профессиональной деятельности.

24. Привлекают внешние свойства профессии (быть в центре внимания, иметь возможность путешествовать, носить специальную одежду).

Лист ответов

А		Б		В	
№	Ответ	№	Ответ	№	Ответ
3		5		1	
4		8		2	
7		11		6	
17		14		9	
18		15		10	
19		16		12	
21		20		13	
24		23		22	

Подсчитай количество плюсов в каждом столбце отдельно. Запиши. Наибольшее количество плюсов означает: В столбце А: преобладают мотивы выбора престижной профессии, ярко выражено стремление занять видное место в обществе, реализовать свой высокий уровень притязаний. В столбце Б: больше привлекает материальное благополучие, желание заработать. В столбце В: преобладает стремление к творческой работе, интерес к новым технологиям, приобретению необходимых навыков и умений, которых требует избираемая профессия.

Тест Д. Голланда на определение профессиональной направленности личности.

Инструкция к тесту

Выберите одну из двух предлагаемых профессий, но не с точки зрения престижности, а с точки зрения ее сути: "Могу ли я заниматься данным видом деятельности, хочу ли я этого?".

Тестовый материал

Первый вариант

№	Вариант А	Вариант Б
1	Инженер-технолог	Инженер-конструктор
2	Вязальщик	Санитарный врач
3	Повар	Наборщик
4	Фотограф	Заведующий магазином
5	Чертежник	Дизайнер
6	Философ	Психиатр
7	Ученый-химик	Бухгалтер
8	Редактор научного журнала	Адвокат
9	Лингвист	Переводчик художественной литературы
10	Врач-психиатр	Статистик

11	Завуч	Председатель профкома
12	Спортивный врач	Фельетонист
13	Нотариус	Снабженец
14	Перфоратор	Карикатурист
15	Политический деятель	Писатель
16	Садовник	Метеоролог
17	Водитель троллейбуса	Медсестра
18	Инженер-электронщик	Секретарь-машинистка
19	Маляр	Художник по металлу
20	Биолог	Глазной врач
21	Телеоператор	Режиссер
22	Гидролог	Ревизор

23	Зоолог	Главный зоотехник
24	Математик	Архитектор
25	Работник детской комнаты милиции	Счетовод
26	Учитель	Командир части
27	Воспитатель	Художник по керамике
28	Экономист	Заведующий отделом
29	Корректор	Критик
30	Завхоз	Дирижер
31	Радиооператор	Специалист по ядерной физике
32	Наладчик	Монтажник
33	Агроном-семеновод	Председатель колхоза
34	Закройщик-модельер	Декоратор

35	Археолог	Эксперт
36	Работник музея	Консультант
37	Ученый	Актер
38	Логопед	Стенографист
39	Врач	Дипломат
40	Главный бухгалтер	Директор
41	Поэт	Психолог
42	Архивариус	Скульптор

Второй вариант

№	Вариант А	Вариант Б
1	Автомеханик	Авиаконструктор
2	Егерь	Интервьюер

3	Кондитер	Делопроизводитель
4	Пасечник	Администратор
5	Радиооператор	Актер
6	Астроном	Гид-экскурсовод
7	Бактериолог	Корректор текстов
8	Зоолог	Брокер
9	Минеролог	Актер цирка
10	Гувернантка	Работник архива
11	Священник	Глава администрации
12	Консультант по профориентации	Драматург
13	Финансовый контролер	Директор
14	Шифровальщик	Искусствовед

15	Директор магазина	Композитор
16	Горный инженер	Биофизик
17	Животновод	Репетитор
18	Маляр	Составитель каталогов
19	Охотовед	Директор рынка
20	Электротехник	Карикатурист
21	Биолог	Семейный врач
22	Вирусолог	Контролер-кассир
23	Генетик	Менеджер
24	Гидробиолог	Писатель
25	Воспитатель детского сада	Чертежник
26	Инструктор по плаванию	Начальник отдела сбыта

27	Медицинская сестра	Манекенщица
28	Наборщик типографии	Оптовый торговец
29	Переписчик нот	Музыкальный аранжировщик
30	Начальник стройки	Музыкант-исполнитель
31	Машинист тепловоза	Инженер-исследователь
32	Портной	Консультант службы знакомств
33	Рулевой-моторист	Регистратор
34	Штукатур	Предприниматель
35	Садовник	Танцор
36	Редактор научного журнала	Учитель
37	Физик-теоретик	Копировальщик чертежей
38	Ихтиолог	Президент банка

39	Ученый-теоретик	Художник по интерьеру
40	Преподаватель ин. яз.	Контролер качества продукции
41	Тренер по лечебной физкультуре	Снабженец
42	Социальный работник	Художник-мультипликатор
43	Продюсер телевидения	Режиссер

Ключ к тесту

Первый вариант

1. Реалистический тип: 1, 2, 3, 4, 5, 16, 17, 18, 19, 21, 31, 32, 33, 34 – все А.
2. Интеллектуальный тип: 1Б, 6А, 7А, 8А, 9А, 16Б, 20А, 22А, 23А, 24А, 31Б, 35А, 36А, 37А.
3. Социальный тип: 2Б, 6Б, 10А, 11 А, 12А, 17Б, 20Б, 25А, 26А, 27А, 36Б, 38А, 39А, 41Б
4. Конвенциональный тип: 3Б, 7Б, 10Б, 13А, 14А, 18Б, 22Б, 25Б, 28А, 29А, 32Б, 40А, 42А, 38Б
5. Предприимчивый тип: 4Б, 8Б, 11Б, 13Б, 15А, 23Б, 26Б, 28Б, 30А, 33Б, 35Б, 37Б, 39Б, 40Б.
6. Артистичный тип: 5Б, 9Б, 12Б, 14Б, 15Б, 19Б, 21Б, 24Б, 27Б, 29Б, 30Б, 34Б, 41А, 42Б.

Второй вариант

1. Реалистический тип (15): 1А, 2А, 3А, 4А, 5А, 16А, 17А, 18А, 19А, 20А, 31А, 32А, 33А, 34А, 35А.
2. Интеллектуальный тип (15): 1Б, 6А, 7А, 8А, 9А, 16Б, 21А, 22А, 23А, 24А, 31Б, 36А, 37А, 38А, 39А
3. Социальный тип (15): 2Б, 6Б, 10А, 11А, 12А, 17Б, 21Б, 25А, 26А, 27А, 32Б, 36Б, 40А, 41А, 42А.
4. Конвенциональный тип (14): 3Б, 7Б, 10Б, 13А, 14А, 18Б, 22Б, 25Б, 28А, 29А, 33Б, 37Б, 40Б, 43А.

5. Предприимчивый тип (14): 4Б, 8Б, 11Б, 13Б, 15А, 19Б, 23Б, 26Б, 28Б, 30А, 34Б, 38Б, 41Б, 43Б.
6. Артистичный тип(13): 5Б, 9Б, 12Б, 14Б, 15Б, 20Б, 24Б, 27Б, 29Б, 30Б, 35Б, 39Б, 42Б.

За каждое совпадение с ключом начисляется 1 балл.

Обработка результатов теста

Во втором варианте необходимо нормировать результаты по шкалам. Для этого набранное респондентом количество баллов по каждой шкале разделите на число, которое в ключе стоит в скобках рядом с названием шкалы (например, для реалистического типа – это 15) и умножьте на 100%.

Доминирующим у испытуемого является тот тип по которому он набрал максимальное количество баллов.

Интерпретация результатов теста

Ниже приводятся названия типов с их кратким описанием и перечисляются некоторые профессии в которых представители соответствующего типа смогут наиболее полно раскрыть свои способности, достичь успеха и личного удовлетворения. Важно подчеркнуть, что каждый человек обладает личностными свойствами характерными для всех шести типов, однако доминируют при этом черты всего лишь одного или нескольких типов.

Реалистичному типу личности свойственна эмоциональная стабильность, ориентация на настоящее. Представители данного типа занимаются конкретными объектами и их практическим использованием: вещами, инструментами, машинами. Отдают предпочтение занятиям требующим моторных навыков, ловкости, конкретности.

Профессии – механик, электрик, инженер, моряк, шофер и т. п.

Артистичный тип отстраняется от отчетливо структурированных проблем и видов деятельности, предполагающих большую физическую силу. В общении с окружающими опираются на свои непосредственные ощущения, эмоции, интуицию и воображение. Ему присущ сложный взгляд на жизнь, гибкость, независимость суждений. Свойственна несоциальность, оригинальность.

Профессии – музицирование, занятие живописью, литературное творчество, фотография, театр и пр.

Социальный тип ставит перед собой такие цели и задачи, которые позволяют им установить тесный контакт с окружающей социальной средой. Обладает социальными умениями и нуждается в социальных контактах.

Стремятся поучать, воспитывать. Гуманны. Способны приспособиться практически к любым условиям. Стараются держаться в стороне от интеллектуальных проблем. Они активны и решают проблемы, опираясь главным образом на эмоции, чувства и умение общаться.

Профессии – врач, учитель, психолог, социальный работник и т. п.

Конвенциональный тип отдает предпочтение четко структурированной деятельности. Из окружающей его среды он выбирает цели, задачи и ценности, проистекающие из обычаев и обусловленные состоянием общества. Ему характерны серьезность, настойчивость, консерватизм, исполнительность. В соответствии с этим его подход к проблемам носит стереотипичный, практический и конкретный характер.

Профессии – машинопись, бухгалтерия, программирование и пр.

Предприимчивый тип избирает цели, ценности и задачи, позволяющие ему проявить энергию, энтузиазм, импульсивность, доминантность, реализовать любовь к приключенчеству. Ему не по душе занятия, связанные с ручным трудом, а также требующие усидчивости, большой концентрации внимания и интеллектуальных усилий. Предпочитает руководящие роли в которых может удовлетворять свои потребности в доминантности и признании. Активен, предприимчив.

Профессии – директор, журналист, администратор, предприниматель и др.

Интеллектуальный тип ориентирован на умственный труд. Он аналитичен, рационален, независим, оригинален. Преобладают теоретические и в некоторой степени эстетические ценности. Размышления о проблеме он предпочитает занятиям по реализации связанных с ней решений. Ему нравится решать задачи, требующие абстрактного мышления.

Профессии в первую очередь научные – математик, физик, астроном и т. д.

Матрица выбора профессии

(ист. Личностное портфолио старшеклассника: учеб.- метод. пособие/ З.М. Молчанова, А.А.Тимченко – М.:Глобус, 2007.) Уточнение выбора будущей профессии при помощи «Матрицы выбора профессии». (Данная методика разработана Московским областным центром профориентации молодежи).

Шаг за шагом приближаемся к цели – осознанному выбору профессии. В мире насчитываются десятки тысяч профессий. «Матрица выбора профессии» поможет тебе выбрать профессию или уточнить уже сделанный выбор. Прежде чем приступить к работе с «Матрицей», ознакомься с приведенными объектами и видами деятельности и выбери один - два варианта.

Какой объект деятельности тебя привлекает?

1.1. Человек (дети и взрослые, ученики и студенты, клиенты и пациенты, покупатели и пассажиры, зрители, читатели, сотрудники).

- 1.2. Информация (тексты, формулы, схемы, коды, чертежи, иностранные языки, языки программирования).
- 1.3. Финансы (деньги, акции, фонды, лимиты, кредиты).
- 1.4. Техника (механизмы, станки, здания, конструкции, приборы, машины)
- 1.5. Искусство (литература, музыка, театр, кино, балет, живопись).
- 1.6. Животные (служебные, дикие, домашние, промысловые).
- 1.7. Растения (сельскохозяйственные, дикорастущие, декоративные).
- 1.8. Продукты питания (мясные, рыбные, молочные, кондитерские и хлебобулочные изделия, консервы, плоды, овощи, фрукты).
- 1.9. Изделия (металл, ткани, мех, кожа, дерево, камень, лекарство).
- 1.10. Природные ресурсы (земли, леса, горы, водоемы, месторождения).

2. Какой вид деятельности тебя привлекает?

- 2.1. Управление (руководство чьей-то деятельностью).
- 2.2. Обслуживание (удовлетворение чьих-то потребностей).
- 2.3. Образование (воспитание, обучение, формирование личности).
- 2.4. Оздоровление (избавление от болезней и их предупреждение).
- 2.5. Творчество (создание оригинальных произведений искусства)
- 2.6. Производство (изготовление продукции).
- 2.7. Конструирование (проектирование деталей и объектов).
- 2.8. исследование (научное изучение чего-либо или кого-либо)
- 2.9. Защита (охрана от враждебных действий).
- 2.10. Контроль (проверка и наблюдение).

Анализ производится с помощью таблицы « Матрицы выбора профессии» Профессии, находящиеся на пересечении «сферы труда» и «вида труда», являются (предположительно) наиболее близкими твоим интересам.

Опросник для выявления готовности школьников к выбору профессии .

(подготовлен профессором В.Б.Успенским).

Цель: определение готовности учащихся к выбору профессии.

Ход проведения: учащимся предлагается прочитать перечисленные ниже утверждения и выразить свое мнение или несогласие с ними ответами «да» или «нет».

1. Вы уже твердо выбрали будущую профессию.
2. Основной мотив выбора – материальные интересы.
3. В избранной профессии Вас привлекает, прежде всего, сам процесс труда.
4. Вы выбираете профессиональное учебное заведение потому, что туда пошли учиться Ваши друзья.
5. Вы выбираете место работы (учебы) потому, что оно недалеко от дома.
6. если Вам не удастся получить избираемую профессию, то у Вас есть запасные варианты.
7. Вы читаете периодические издания, связанные с будущей профессией.
8. Вам известны противопоказания, которые существуют для избранной профессии.

9. Не важно, кем работать, важно, как работать.
10. Вы думаете, что с выбором профессии не надо спешить, сначала следует получить аттестат.
11. Вам известно, каких качеств, важных для будущей профессиональной деятельности, Вам не хватает.
12. Вы занимаетесь развитием профессионально значимых качеств.
13. Согласны ли Вы с тем, что здоровье не влияет на выбор профессии?
14. Учителя одобряют Ваш выбор будущей профессии.
15. Вы знаете о неприятных сторонах будущей профессии.
16. Вам удалось осуществить пробу сил в деятельности, близкой к будущей профессии.
17. Вы консультировались о выборе профессии у врача.
18. Главное в выборе профессии – возможность поступить в профессиональное учебное заведение.
19. Вы знаете об условиях поступления в выбранное учебное заведение.
20. Вам известно о возможностях трудоустройства по избираемой профессии.
21. Вы уверены, что родственники помогут Вам устроиться на работу (учебу).
22. Вы знаете о возможных заработках у представителей избираемой Вами профессии.
23. Если не удастся поступить в избранное учебное заведение, то Вы будете пытаться еще раз.
24. Для правильного выбора профессии достаточно Вашего слова «хочу».

Обработка и интерпретация результатов: поставьте полученные варианты ответов в два столбца следующим образом:

1. 1, 3, 6, 7, 8, 11, 12, 14, 16, 17, 19, 20, 22, 23...
2. 2, 4, 5, 9, 10, 13, 15, 18, 21, 24...

Подсчитайте в первой строке сумму ответов «да», во втором – сумму ответов «нет». Сложите полученные суммы и определите уровень готовности школьников к выбору профессии по следующей шкале:

- 0 – 6 баллов – неготовность;
- 7 – 12 баллов – низкая готовность;
- 13 – 18 баллов – средняя готовность;
- 19 – 24 балла – высокая готовность.

Методика «Профессиональная готовность»

Источник

1. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. М.: Владос-Пресс, 2004.

Методика «Профессиональная готовность» рассчитана на подростков и молодёжь в возрасте 14-20 лет. Она определяет уровень готовности совершить адекватный профессиональный выбор. В данной методике профессиональная готовность рассматривается по следующим критериям:

Автономность

Информированность

Принятие решений

Планирование

Эмоциональное отношение

Форма проведения: индивидуальная и групповая. Испытуемым предлагается ряд утверждений об особенностях их представлений о мире профессий. Если они согласны с тем, что написано в утверждении, то в бланк листа ответов ставят знак «+», если не согласны – знак «-». Ответить необходимо на все вопросы. Искренность ответов даёт возможность более чётко определить те проблемы, которые следует решить для более удачного профессионального самоопределения подростка.

Опросник

1. Я отношусь к тем людям, которые выбирают не конкретную профессию, а уровень образования.
2. Я не принимаю серьёзных решений мгновенно.
3. Когда мне нужно решиться на какое-то важное дело, я самым серьёзным образом оцениваю свои способности.
4. Я знаю, в каких условиях я буду работать.
5. Я анализирую своё прошлое.
6. Я тяжело переношу неудачи в жизни.
7. Я знаю обязанности, которые я буду выполнять на работе.
8. Меня обязательно будут уважать за мои знания и опыт.
9. Я ищу в прошлом истоки того, что со мной происходит в настоящем.
10. Мне не нравится, что поиск дела по душе требует больших усилий.
11. Все мои действия подчинены определённым целям.
12. У меня вошло в привычку думать о том, что со мной происходило раньше.
13. По моему мнению, знание будущей работы до мельчайших подробностей не гарантирует от разочарований.
14. Я приложу все усилия, чтобы иметь высокие знания и навыки хотя бы в одной области (практической или теоретической).
15. У меня стало привычкой анализировать важные события моей жизни.
16. Я ничего не делаю без причины.
17. Меня вполне устраивает моя пассивность.
18. Я задумываюсь о том, что меня ждёт в будущем.
19. Я предпочитаю спокойную, малоответственную работу.
20. Я отношусь к тем людям, которые поступают необдуманно.
21. Я буду менять места работы до тех пор, пока не найду то, что мне нужно.
22. Первая же крупная неудача может «выбить меня из седла».
23. Я не задумываюсь о своём будущем.
24. Я не выберу работу, требующую большой отдачи.
25. Я знаю самого себя.
26. Я буду добиваться своего, даже если это вызовет недовольство родных и близких.
27. Чем больше профессий я знаю, тем легче мне будет выбирать.
28. Мне не нравится быть самостоятельным.

- 29.Я не собираюсь заранее планировать уровень образования, который я хотел бы получить.
- 30.Меня страшат ситуации, в которых я должен сам принимать решения.
- 31.Я не жалею времени на обдумывание вариантов сложных математических задач.
- 32.Когда меня постигают неудачи, я начинаю думать, что ни на что не способен.
- 33.Я не представляю себя работником, решающим производственные и личные проблемы, связанные с производством.
- 34.Я вряд ли смог бы выполнить производственные задания без помощи руководителя.
- 35.Мне трудно узнать о перспективах, которые даёт та или иная профессия.
- 36.Я считаю, что интуиция основана на знании.
- 37.Чтение справочников о профессиях ничего мне не даёт.
- 38.У меня нет устойчивых взглядов на моё профессиональное будущее.
- 39.В моей жизни мало успехов.
- 40.Я стремлюсь целенаправленно узнавать о профессиях, учебных заведениях и местах работы.
- 41.Я очень беспокоюсь, смогу ли я справиться с трудностями, а может, и неудачами в своей профессиональной жизни.
- 42.Я признаю только обдуманный риск.
- 43.Многие мои планы срываются из-за моей неуверенности в себе.
- 44.Я отношусь к тем людям, которые живут настоящим.
- 45.Я с детства привык доводить начатое дело до конца.
- 46.Я боюсь делать важные шаги в своей жизни.
- 47.Я зная, что мне интересно.
- 48.Было время, когда я строил образ «идеальной профессии» без конкретного названия.
- 49.Когда я иду на компромисс, у меня портится настроение.
- 50.Я готов приложить много усилий, чтобы добиться того, что мне нужно.
- 51.Я знаю, чего я добьюсь в жизни.
- 52.Я могу назвать профессии, которые интересовали меня в детстве.
- 53.Я мало задумываюсь о своей жизни.
- 54.Я не могу определить своего отношения к тому, что мне необходимо принимать решения.
- 55.В оценке профессий эмоции для меня играют большую роль.
- 56.Если я чего-то очень захочу, я преодолею любые препятствия.
- 57.У меня нет определённых требований к будущему.
- 58.При принятии решений я полагаюсь на интуицию.
- 59.Мне не нравится, когда от меня требуют инициативы и активности.
- 60.Я знаю, что у меня есть такие черты характера, которые совершенно необходимы для моей профессии.
- 61.Я – соломинка, влекомая течением жизни.
- 62.Когда я думаю о том, что мне нужно выбирать профессию и место работы (учёбы), у меня портится настроение.

63. При выборе из двух или нескольких возможностей я полагаюсь на ту, которая внешне более привлекательна.
64. Своим поведением в настоящем я строю фундамент для будущего.
65. Если что-то мешает мне получить выбранную профессию, я легко поменяю её на другую.
66. Я никогда не задумываюсь, по каким законам устроен мир профессий.
67. Я считаю, что люди, которые много достигли в жизни, знали, почему они поступали так, а не иначе.
68. Практическая работа (в кружках, на УПК, практике) очень помогла мне в понимании мира профессий.
69. Я с трудом уживаюсь с другими людьми.
70. Я сознательно стремлюсь к достижению намеченных целей.
71. Любой совет, данный мне со стороны, может поколебать мой выбор профессии.
72. Я знаю, что для меня в жизни важно.
73. Я не доверяю тому, что написано в книгах о профессиях.
74. Я планирую свою жизнь хотя бы на неделю вперёд.
75. Я знаю, почему я выбрал именно эту профессию.
76. Лучший способ познакомиться с профессией – поговорить с тем, кто по ней работает.
77. Мне не нравится, когда много думают о будущем.
78. В учебном заведении я получу все необходимые знания и больше никогда учиться не буду.
79. Я знаю область, в которой я добьюсь больших успехов, чем в других.
80. Заранее известных способов изучения мира профессий не существует.
81. Мне не нравится, когда много рассуждают о том, кем быть.
82. Мне трудно спланировать свою жизнь даже на неделю вперёд.
83. Я считаю, что в обществе все равны по своему положению.
84. Большинство сведений о профессиях я воспринимаю как ненужные.
85. Фактически я выбрал (выбираю) учебное заведение, не думая, где я буду работать после его окончания.
86. Мне всё равно, будут ли уважать меня на работе как профессионала.
87. В своих поступках я всегда опираюсь на проверенные сведения.
88. Всё, что со мной происходит, - дело случая.
89. Мне не хочется брать на себя ответственность за выбор профессии.
90. В важных решениях я не иду на компромиссы.
91. Я не доверяю рекламе профессий.
92. Я не понимаю причин многих моих поступков.
93. Мои самооценки совпадают с тем, как оценивают меня друзья.
94. Я не понимаю самого себя.
95. Я начинаю нервничать, когда задумываюсь о том, что меня ожидает.
96. Мой опыт показывает, что от анализа своих мыслей и переживаний пользы мало.
97. Я не знаю, как осуществить свой профессиональный выбор.

98.Я могу отказаться от многого, сейчас ценного для меня, ради перспективных профессиональных целей

99.Я представляю, каким я буду через 10 лет.

Ключ

Автономность (А)

№	8	14	19	24	30	34	45	50	53	57
Знак	+	+	-	-	-	-	+	+	-	-
№	61	65	71	75	78	83	86	92	94	96
Знак	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Информированность (И)

№	1	4	7	13	21	27	35	37	40
Знак	+	+	+	-	+	+	-	-	+
№	48	66	68	73	76	80	84	91	
Знак	+	-	+	-	-	-	-	-	

Принятие решений (Р)

№	2	3	11	16	20	25	31	36	42	47
Знак	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+
№	51	56	58	63	67	72	79	87	90	93
Знак	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+

Планирование (П)

№	5	9	12	15	18	23	29	38	44	52
Знак	+	+	+	+	+	-	-	-	-	+
№	60	64	70	74	82	85	88	97	98	99
Знак	+	+	+	+	-	-	-	-	+	+

Эмоциональное отношение (Э)

№	6	10	17	22	26	28	32	33	39	41	43
Знак	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-
№	46	49	54	55	59	62	69	77	81	89	95
Знак	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Автономность

Термин «автономность», или «автономия», не является собственно психологическим, а относится к философским понятиям. Под автономией понимается «способность личности как морального субъекта к самоопределению на основе собственного законодательства».

Любой человек будет удовлетворен своим профессиональным решением (выбор или смена профессии, места обучения, места работы, специализации, переобучения и т. д.) только в том случае, если он будет воспринимать это решение как свое собственное, а не навязанное извне. Какими же основными характеристиками обладает «автономный» человек?

1. Вычленение себя из мира окружающих людей. Умение отделить свои цели от целей родителей и других значимых лиц. Понимание целостности своей личности, социальной общности, к которой принадлежит человек, какому

типу личности хотел бы соответствовать, образа жизни, который хотел бы вести.

2. Стремление реализовать возможность в практических действиях, иметь глубокие знания и навыки хотя бы в одной области. Уверенность в том, что человек обязательно будет иметь глубокие знания и навыки. Общая ориентация на успех. Знание шагов, которые необходимо сделать для приобретения знаний и навыков. Принятие на себя ответственности за собственные действия.

3. Накопление опыта. Наличие собственного рабочего опыта, опыта решения жизненных проблем. Самостоятельный опыт по планированию своих поступков, общих дел, своего времени и т. д. С накоплением опыта возникает умение соотносить свои действия с требованиями общества.

4. Умение прогнозировать профессиональный рост. Однородность профессиональных предпочтений в течение длительного времени.

5. Инициатива и изобретательность в реализации возможностей. Собственная активность в получении информации и выборе профессионального пути. Наличие собственной инициативы и активности в карьеровом решении.

6. Уровень реализма в принятии карьеровых решений (в том числе собственная оценка уровня реализма). Компромисс между желаниями и возможностями, на который способен пойти человек. Осознание необходимости таких компромиссов.

Для возникновения основных признаков автономности необходим определенный набор новообразований:

- человек должен ощутить свою независимость от родителей (в делах, мыслях, поступках);
- от внешней детерминации своего поведения он должен перейти на самодетерминацию;
- он должен осознавать свой идеальный образ Я-концепции и стремиться к его достижению.

Формирование автономности чаще всего начинается в раннем юношеском возрасте и заканчивается в зрелые годы.

Информированность о мире профессий и умение соотнести информацию со своими особенностями

Для того чтобы выбрать профессию, человек должен обладать значительным объемом информации на двух уровнях.

1. Информация о мире профессий в целом. В круг этой информации входят:

- а) осознание подразделения мира профессий по предмету и целям труда, орудиям производства;
- б) знание общетрудовых и общепроизводственных понятий (культура труда, трудовая дисциплина, принципы планирования производства, структура предприятия, принципы оплаты);
- в) знание отдельных профессий;
- г) знание или практическое умение по приобретению профессии; по поиску и поступлению на работу; о требуемом уровне образования для различных

профессий; о том, как удержаться на работе, как совершенствовать свой профессионализм и продвигаться по профессиональной лестнице.

По данным исследований, большой объем информации о мире профессий в целом должны иметь уже школьники 4-го класса, когда поиск в мире профессий идет вширь. Уже в 4-м классе сформированность профессиональной позиции проявляется:

- в положительном отношении к любому виду труда;
- в определенном уровне осведомленности относительно основных массовых профессий;
- в умении различать связи между профессиями, отраженные в классификации;
- в умении выделять основные требования профессии к человеку;
- в стремлении к самооценке в контексте профессионального самоопределения.

Обычно четвероклассник бывает знаком с 13-16 профессиями.

2. Информация об отдельных профессиях или группах профессий. В практике профконсультирования обычно диагностируется:

- уровень знакомства клиента с различными профессиями по «Схеме описания профессии»;
- его знания о способах овладения предпочитаемой профессией;
- знание социально-экономических потребностей общества, конкретного региона и потребности в кадрах отдельных предприятий.

В «Схему описания профессии» входят следующие разделы:

- 1) условия работы (физические и социально-экономические);
- 2) требования профессии к человеку (особенности психофизиологической сферы, познавательной сферы и личности);
- 3) требования к уровню образования и конкретные места получения образования;
- 4) перспективы профессионального роста.

Кроме того, важным является вопрос об источниках получения профессиональной информации. Именно с незнанием источников получения информации связаны основные трудности и ошибки в выборе профессии.

Но все же основная проблема, встающая при обсуждении влияния информированности на адекватный выбор профессии, заключается в том, как человек усваивает поступающую информацию и соотносит ее со своими особенностями.

Исследователи, занимающиеся вопросами профессиональной информации, сходятся на мысли, что информация не будет иметь эффекта, пока клиент не готов принять ее.

Умение принимать решения

Все крупные и важные шаги человека в профессиональной жизни объединяет одно — всегда есть альтернатива для оценки и принятия на этой основе решения. Именно наличие нескольких возможных путей решения приводит к тому, что человек воспринимает ситуацию как требующую принятия решения.

Мало понять, что в данной ситуации от человека требуется самостоятельное принятие решения. Важным условием умения принимать решение является автономность и самостоятельность человека, когда он принимает на себя ответственность за решение и его последствия, когда он в состоянии самостоятельно выдвигать и оценивать альтернативу. Таким образом, уровень умений по принятию решения неразрывно связан с уровнем зрелости личности.

Кроме того, важно знать алгоритм принятия решения. Существует несколько моделей подобных алгоритмов. Итак, каковы же этапы процесса принятия решения? Дж. Крумбольтц в 1965 г. выделил шесть основных этапов.

1. Сбор возможных вариантов решения. На этом этапе задачей человека становится сбор как можно большего их числа — глобальных и частных, реальных и нереальных, имеющих под собой основу и не имеющих. Все идеи лучше записать и подвергнуть первичному анализу.
2. Сбор информации по каждому варианту решения. Чем полнее собранная информация, тем с большей уверенностью можно будет принять или отвергнуть путь решения проблемы. На этапе сбора информации некоторые идеи уже отвергаются.
3. Исследование шансов успешности в каждой альтернативе. На этом этапе человек ищет ответ на вопрос: «Могу ли я на деле осуществить данный вариант?»
4. Связь каждой альтернативы с целями и ценностями человека. Иногда наиболее успешный путь решения конкретной проблемы не соответствует общим принципам человека, его этическим нормам или жизненным целям. Поэтому на данном этапе идут поиски такого решения, которое бы учитывало все эти факторы.
5. Разработка конкретного плана действий и определение факторов, способствующих или препятствующих данному варианту решения проблемы.
6. Формулировка плана действий для новых возможностей и развития. Это очень важный этап принятия решения. Человек должен всегда иметь перспективные цели. Только в этом случае его развитие не остановится. Поэтому решать частные проблемы необходимо в русле перспективного развития и их решение не должно препятствовать развитию.

Для того чтобы принимать эффективные решения, учитывающие все важные факторы настоящей ситуации и перспективы, человек должен обладать определенными качествами, способностями, знаниями и навыками. Основными среди них являются:

- любознательность, любопытство — желание и умение собирать и накапливать информацию;
- предвидение, предусмотрительность — способность предвосхищать проблемы и заранее готовить альтернативы;
- здравый смысл, проницательность — способность соотнести имеющуюся информацию с рассматриваемой проблемой и оценить ее;

- решительность — способность поручиться за принятое решение и взять на себя ответственность за него;
- делегирование полномочий — умение эффективно разделить авторитет и ответственность с коллегами;
- планирование — умение разработать для коллектива реальный, конкретный и действенный план решения проблемы;
- оценка риска — способность оценить потенциальный риск принятого решения;
- ответственность за риск — способность оценить риск и взять ответственность на себя;
- контроль — способность получить в процессе решения проблемы именно тот результат, который планировался.

Умение планировать свою профессиональную жизнь

Говоря о профессиональном пути, мы говорим о пути, имеющем определенную протяженность во времени. Соответственно человек, находясь в одной из точек этого пути, является результатом своего развития в прошлом и предполагает определенное развитие в будущем.

Для оценки умений по планированию проводится диагностическое интервью, которое бывает единственной методикой для исследования некоторых данных, предоставляющих возможность всматривания во внутренний мир человека и понимания его затруднений. Оно включает в себя: а) введение - привлечение к сотрудничеству; б) свободное, неуправляемое высказывание человека; в) общие вопросы («Ты можешь мне рассказать о школе?»); г) подробное исследование; д) попытку ослабить напряжение и заключение с выражением признательности человеку.

Ли и Лейбовиц предлагают следующие этапы планирования профессионального пути, особо подчеркивая, что данные стадии применимы ко всем видам карьеровых решений, вне зависимости от их сложности или возраста, в котором они принимаются.

Этапы планирования профессионального пути

№	Этапы планирования	Вопросы для изучения	Деятельность
1	Сбор информации	Что необходимо сделать?	Сбор и оценка информации
2	Концептуализация	Что возможно?	Моделирование и визуализация
3	Дизайн	Что реально?	Выработка стратегии
4	Претворение в жизнь	Какие шаги необходимо предпринять?	Планирование действий
5	Оценка (формирование нового плана)	Что необходимо дополнить или изменить?	Оценка и выработка нового плана

Как видно из приведенной таблицы, планирование профессиональной жизни — это непрерывный процесс: даже не меняя своего рабочего места, человек всегда развивается — получает дополнительную квалификацию, осваивает новые методы работы, меняет свою роль от ученика до наставника, от подмастерья до мастера и т.д.

Эмоциональное отношение к ситуации выбора профессии

Период принятия решений, как и профессиональный путь, всегда связан с эмоциями. Они проявляются в эмоциональном отношении к разным профессиям и профессиональным группам (частный случай — к конкретным людям, представителям той или иной профессии) и к необходимости принятия решения о выборе профессии.

Роль эмоционального фактора в ситуации карьерового решения практически не исследована, поэтому можно основываться лишь на самых общих положениях.

Эмоциональное отношение, или эмоциональная включенность, оказывает на принятие решения большое влияние. Данный фактор включает в себя не только отношение к различным вариантам при выборе, но и отношение к планированию, к тому, что надо принять какое-то решение, отношение к ответственности за решение и планирование, к тому, что при этом надо проявлять активность, идти на компромисс и т.д. Некоторые исследования говорят о том, что негативное отношение к необходимости принять решение, касающееся будущего, может надолго удлинить этот процесс и в результате может быть принято ошибочное решение. Таким образом, эмоциональный компонент профессиональной зрелости проявляется в общем настрое человека и тесно связан с эмоциональным компонентом зрелости личности в целом, который проявляется в положительном эмоциональном настроении, жизненном оптимизме, эмоциональной уравновешенности и переносимости неудач.

Предположительно, у старших школьников эмоциональная включенность в выбор является одним из важнейших показателей профессиональной зрелости.

Тест для исследования самооценки (Модификация л.П. Пономаренко)

Инструкция испытуемым. Известно, что личностные качества, присущие человеку, расположены на континууме, состоящем из полярных характеристик. На бланке (рис. 25) представлено 15 свойств характера, имеющие два полярных полюса. Последовательно по каждой паре определите, как это свойство проявляется у вас. В середине бланка имеются колонки, имеющие номера от 1 до 7. (При отсутствии бланков можно работать на листочках, предварительно расчертив их подобно табличке, представленной далее.)

На примере первой пары разберем, как работать с методикой. Если вы выбираете столбец под номером 1, это означает, что вы на 100% добрый человек (в вас нет ни 1% злости). Если вы считаете себя на 100% злым человеком, то должны выбрать столбец № 7. Столбец № 4 означает среднюю позицию (т.е. в вас 50% «доброты» и 50% «злости»). Столбец № 3 — вы

скорее добрый человек, чем злой (примерно 65% «доброты» и 35% «злости»). Столбец № 2 — примерно на 80% вам присуща характеристика, указанная справа, и на 20% — та, что слева. Выбор столбца № 5, соответственно, означает, что у вас немного больше выражено качество, представленное слева (в данном случае — примерно 65% «злости» и 35% «доброты»). Столбец № 6 — примерно на 80% вам присуща характеристика, указанная слева, и на 20% — та, что справа. Итак, вы уже догадались, что, чем ближе расположен столбец к правой или левой стороне пары свойств, тем больше выражен этот полюс и, соответственно, меньше — второй.

		1	2	3	4	5	6	7	
1	Добрый						*		Злой
2	Общительный								Замкнутый
3	Уверенный в себе								Неуверенный в себе
4	Раздражительный								Спокойный
5	Неоткровенный								Откровенный
6	Нерешительный								Решительный
7	Понимающий других								Не понимающий других
8	Смелый								Робкий
9	Симпатичный								Несимпатичный
10	Нуждающийся в поддержке других								Самодостаточный
11	Импульсивный								Уравновешенный
12	Подчиняющийся								Доминирующий
13	Умный								Глупый
14	Активный								Пассивный
15	Целеустремленный								Беспорядочный

Рис. 25

На **I этапе** работы по каждой паре вы выбираете номер колонки, соответствующий тому, как каждое из свойств проявляется у вас в настоящий период вашей жизни («Реальное Я»). Выбор обозначьте крестиком («х») в соответствующем квадрате.

После того как все участники выполнят это задание, можно приступить ко **II этапу** работы. Теперь нужно снова вернуться к первой паре полярных характеристик и оценить, как бы вы хотели, чтобы это свойство было развито у вас, т.е. каким бы вы хотели быть. Например, вы оценили себя как человека, доброго на 100% (крестик под столбцом с № 1), но в жизни это часто мешает и вы хотели бы, чтобы в вас поровну были представлены «злость» и «доброта». В таком случае вы на II этапе выбираете позицию столбца № 4 и обозначаете свой выбор кружочком. Может случиться, что вы удовлетворены тем положением, которое есть, — в таком случае

поставленный на I этапе крестик просто обведите кружком. После того как вы еще раз просмотрели все 15 пар и по каждой из них отметили кружком позицию, отвечающую вашему «идеальному Я», приступаем к III этапу работы.

Обработка результатов. По каждой паре полярных свойств посчитайте разницу позиций «реального Я» и «идеального Я». Для этого высчитывается абсолютная разница (без учета знака) между номером столбца, где стоит крестик, и номером, где вы поставили кружок. Например, по первой паре вы оценили себя как человека, доброго на 80 % (крестик в столбце с № 2), а хотели бы, чтобы «доброты» и «злости» было 50х50 (кружок в столбце с № 4). В этом случае разница будет составлять $4-2 = 2$. Эту цифру запишите рядом с первой парой. Если крестик в столбце с № 7, а кружок — под № 6, разница $7-6 = 1$. Если позиция крестика и кружка совпадает, разница будет 0. Эту цифру также следует записать рядом с соответствующей парой.

Заключительный этап работы состоит в суммировании всех 15 цифр, представляющих собой разницу позиций «реального Я» и «идеального Я». Полученная сумма сравнивается с ключом.

Интерпретация

Цифра более 25 свидетельствует о *заниженной самооценке* ее обладателя. Низкая самооценка свойственна людям, склонным сомневаться в себе, принимать на свой счет замечания, недовольство других людей, переживать и тревожиться по малозначительным поводам, причем переживания бывают глубоки и длительны. Такие люди часто не уверены в себе, им трудно дается принятие решений, необходимость настоять на своем. Сравнивая себя с другими, они приходят к неутешительным выводам, не любят принимать комплименты, видят в себе больше недостатков, чем достоинств.

Обычно такие люди тонко чувствуют переживания других, ранимы, впечатлительны, «тонкокожи». Часто (если низкая самооценка не сопряжена с гиперкомпенсаторным стремлением демонстрировать всем собственную значительность) они больше заботятся об удобстве других, чем о собственной пользе, могут пожертвовать своими интересами ради другого человека. Бывает, что этим пользуются окружающие. Надо сказать, что с такими людьми другим хорошо, однако сами они часто страдают.

В некоторых случаях пониженная самооценка приводит к стремлению самоутвердиться за счет других, болезненной склонности видеть за поступками других людей желание уязвить или обидеть. Иногда может проявляться немотивированная агрессивность и вспышки гнева.

Скорее всего, истоки низкой самооценки следует искать в стиле воспитания в семье. Вероятно, родители (или кто-нибудь один из них) были слишком строги или критичны, или часто сравнивали вас с другими, или предъявляли высокие требования к вашим достижениям. Этого уже не изменить, и путь к зрелости лежит через осознание и проработку своих детских «комплексов».

Если вы набрали балл более 25, вам следует пересмотреть свое отношение к себе. «Полюбите себя самого!» — вот главная задача для вас. Избавляйтесь

от негативных мыслей, чаще хвалите самого себя, извлекайте пользу даже из неудач!

+Цифра от 10 до 25 свидетельствует об *адекватной самооценке*. Такие люди трезво оценивают себя, видят в себе как достоинства, так и недостатки, способны реагировать на обстоятельства. Принимая во внимание сигналы извне, они могут изменяться и самосовершенствоваться. Как неудачи, так и победы воспринимают адекватно, делают выводы, учатся на ошибках и готовы воспринимать новое.

Результат менее 10 баллов может интерпретироваться по-разному. Иногда это свидетельствует о скрытом нежелании участвовать в тестировании, формальном выполнении задания. Низкий балл может говорить о защитной реакции, а также демонстрируемой высокой самооценке («У меня все хорошо, отстаньте») или свидетельствовать об отрицательном отношении к тестированию, нежелании быть откровенным. Такой балл набирают также люди, не склонные к самоанализу и рефлексии, не любящие заглядывать внутрь себя.

Если человек отвечал искренне и действительно считает, что его «реальное Я» почти не отличается от «идеального Я», можно говорить о *завышенной самооценке*, т.е. такие люди уверены в собственной непогрешимости, и тогда с ними достаточно сложно взаимодействовать, так как они не готовы «слышать» других, воспринимать сигналы извне, требующие каких-то изменений в своем поведении.

Методика “Карта интересов”

Шкалы: профессии - физика, математика, химия, астрономия, биология, медицина, сельское хозяйство, лесное хозяйство, филология, журналистика, история, искусство, геология, география, общественная работа, право, транспорт, педагогика, рабочие специальности, сфера обслуживания, строительство, легкая промышленность, техника, электротехника

Методика используется в целях профориентации и при приеме на работу. Может применяться для обследования как подростков, так и взрослых. Хорошие результаты получаются при использовании данной методики в целях профориентации лиц, меняющих профессию. Время обследования испытуемого не ограничено, но следует предупреждать о необходимости работать в течение 40–50 мин.

Рекомендуется применять методику для испытуемых в возрасте до 35 лет. Возможно применять опросник как индивидуально, так и в группе. Достоверные результаты получаются и в том случае, когда экспериментатор зачитывает вопросы группе испытуемых, хотя в этом случае искусственно ограничивается время ответа.

Инструкция к тесту

«У вас есть возможность продолжить учебу или поступить на интересную работу. Для того, чтобы помочь вам выбрать профессию, предлагаем перечень вопросов.

Подумайте, перед тем, как ответить на каждый вопрос. Постарайтесь дать как можно более точный ответ.

Если вы не раз убеждались, что очень любите или вам очень нравится то, о чем мы спрашиваем, то в листе ответов в графе под тем же номером, что и номер вопроса, поставьте два плюса, если просто нравится (любите) – один плюс; если не знаете, сомневаетесь – ноль; если не нравится (не любите) – минус; если очень не нравится – два минуса.

Отвечайте на каждый пункт, не пропуская ни одного. Если у вас возникают вопросы, спрашивайте сразу же. Время заполнения листа ответов не ограничивается».

Тестовый материал

Любите ли вы, хотели бы вы, нравится ли вам?

1. Уроки по физике.
2. Уроки по математике.
3. Уроки по химии.
4. Читать книги или статьи по астрономии.
5. Читать об опытах и животных.
6. Читать о жизни и работе врачей.
7. Читать о сельском хозяйстве, о растениях и животных.
8. Читать о лесе.
9. Читать произведения классиков мировой литературы.
10. Читать газеты, журналы, слушать радио, смотреть телевизор.
11. Уроки истории.
12. Посещать театры, музеи, художественные выставки.
13. Читать литературу о геологических экспедициях.
14. Читать о различных странах, их экономике, государственном устройстве.
15. Организовывать товарищей на выполнение общественной работы и руководить ими.
16. Читать о работе милиции.
17. Читать о морях, летчиках.
18. Читать о работе воспитателя.
19. Знакомиться с устройством и работой станков.
20. Готовить обеды.
21. Читать о строителях.

22. Заботиться о красоте помещения, в котором вы учитесь, живете, работаете.
23. Читать о достижениях техники (например, журналы, посвященные технике и т.д.).
24. Знакомиться с устройством бытовых электро-и радиоприборов.
25. Читать научно-популярную литературу об открытиях и физике.
26. Читать научно-популярную литературу о математике.
27. Узнавать о новых достижениях в области химии (из журналов, радио-и телепередач и т. д.).
28. Смотреть телепередачи о космонавтах.
29. Изучать биологию.
30. Интересоваться причинами и способами лечения болезней.
31. Изучать ботанику.
32. Проводить время в лесу.
33. Читать литературно-критические статьи.
34. Активно участвовать в общественной жизни. :
35. Читать книги об исторических событиях.
36. Слушать симфоническую музыку.
37. Узнавать об открытиях новых месторождений полезных ископаемых.
38. Узнавать о географических открытиях.
39. Обсуждать текущие дела и события.
40. Устанавливать дисциплину среди сверстников или младших.
41. Путешествовать по стране.
42. Давать объяснения товарищам, как решить трудную задачу, правильно написать предложение и др.
43. Знакомиться с различными инструментами.
44. Уроки домоводства.
45. Узнавать о новых достижениях в области строительства.
46. Посещать фабрики.
47. Знакомиться с устройством механизмов, машин.
48. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области радиотехники.
49. Разбираться в теории физических явлений.
50. Решать сложные математические задачи.
51. Ставить опыты по химии, следить за ходом химических реакций.
52. Наблюдать за небесными светилами.
53. Вести наблюдения за растениями.
54. Делать перевязки, оказывать первую помощь при ушибах и т.д.

55. Выращивать животных и ухаживать за ними.
56. Собирать гербарий.
57. Писать рассказы и стихи.
58. Наблюдать за поведением и жизнью людей.
59. Принимать участие в работе исторического кружка, разыскивать материалы, свидетельствующие о событиях прошлого.
60. Декламировать, петь в хоре, выступать на сцене.
61. Собирать минералы, интересоваться их происхождением.
62. Изучать природу родного края.
63. Организовывать общественные мероприятия в школе.
64. Обращать особое внимание на поведение людей.
65. Посещать кружок автолюбителей, обслуживать автомобиль.
66. Проводить время с маленькими детьми (читать им книги, что-нибудь рассказывать, помогать чем-либо).
67. Изготавливать различные детали и предметы.
68. Организовывать питание во время походов.
69. Бывать на стройках.
70. Шить одежду.
71. Собирать и ремонтировать механизмы велосипедов, швейных машин, часов и т.п.
72. Ремонтировать бытовые электро-и радиоприборы.
73. Заниматься в физическом кружке.
74. Заниматься в математическом кружке.
75. Готовить растворы, взвешивать реактивы.
76. Посещать планетарий.
77. Посещать кружок биологии.
78. Наблюдать за больными, оказывать им помощь.
79. Наблюдать за природой и вести записи наблюдений.
80. Сажать деревья и ухаживать за ними.
81. Работать со словарем и литературными источниками, библиографическими справочниками.
82. Быстро переключаться с одной работы на другую.
83. Выступать с докладами на исторические темы.
84. Играть на музыкальных инструментах, рисовать или резать по дереву.
85. Составлять описания минералов.
86. Участвовать в географических экспедициях.
87. Выступать с сообщениями о международном положении.
88. Помогать работникам милиции.

- 89.Посещать кружок юных моряков.
- 90.Выполнять работу воспитателя.
- 91.Уроки труда.
- 92.Давать советы знакомым при покупке одежды.
- 93.Наблюдать за работой строителя.
- 94.Знакомиться со швейным производством.
- 95.Делать модели самолетов, планеров, кораблей.
- 96.Собирать радиоприемники и электроприборы.
- 97.Участвовать в олимпиадах по физике.
- 98.Участвовать в математических олимпиадах.
- 99.Решать задачи по химии.
100. Участвовать в работе астрономического кружка.
101. Проводить опыты на животных.
102. Изучать функции организма человека и причины возникновения болезней.
103. Проводить опытную работу с целью выращивания новых сельскохозяйственных культур.
104. Быть членом общества охраны природы.
105. Участвовать в диспутах, читательских конференциях.
106. Анализировать явления и события жизни.
107. Интересоваться прошлым нашей страны.
108. Проявлять интерес к теории и истории развития искусства.
109. Совершать длительные и трудные походы, во время которых приходится напряженно работать по заданной программе.
110. Составлять географические карты и собирать другие географические материалы.
111. Изучать политический строй различных стран.
112. Работа юриста.
113. Посещать кружок юных космонавтов.
114. Работа учителя.
115. Бывать на заводах.
116. Оказывать людям различные услуги.
117. Принимать участие в строительных работах,
118. Знакомиться с изготовлением промышленных товаров.
119. Разбираться в технических чертежах и схемах.
120. Пользоваться точными измерительными приборами и производить расчеты по полученным данным.
121. Проводить опыты по физике.

122. Выполнять работы, требующие знания математических правил и формул.
123. Ассистировать преподавателю при проведении опытов по химии.
124. Собирать сведения о других планетах.
125. Читать о деятельности известных биологов.
126. Быть активным членом санитарных дружин.
127. Выполнять работу по уходу за сельскохозяйственными машинами и орудиями труда.
128. Знакомиться с ведением лесного хозяйства.
129. Изучать происхождение слов и отдельных словосочетаний.

Примечание: если вам нравится еще нечто такое, что не предусмотрено опросником, то напишите об этом на полях листов ответов.

Ключ к тесту

Профессии	Номера вопросов					
1. Физика	1	25	49	73	97	121
2. Математика	2	26	50	74	98	122
3. Химия	3	27	51	75	99	123
4. Астрономия	4	28	52	76	100	124
5. Биология	5	29	53	77	101	125
6. Медицина	6	30	54	78	102	126
7. Сельское хозяйство	7	31	55	79	103	127
8. Лесное хозяйство	8	32	56	80	104	128
9. Филология	9	33	57	81	105	129
10. Журналистика	10	34	58	82	106	130
11. История	11	35	59	83	107	131
12. Искусство	12	36	60	84	108	132
13. Геология	13	37	61	85	109	133
14. География	14	38	62	86	110	134
15. Общественная работа	15	39	63	87	111	135
16. Право	16	40	64	88	112	136
17. Транспорт	17	41	65	89	113	137
18. Педагогика	18	42	66	90	114	138

19. Рабочие специальности	19	43	67	91	115	139
20. Сфера обслуживания	20	44	68	92	116	140
21. Строительство	21	45	69	93	117	141
22. Легкая промышленность	22	46	70	94	118	142
23. Техника	23	47	71	95	119	143
24. Электротехника	24	48	72	96	120	144

Обработка результатов теста

Обработка результатов сводится к подсчету положительных и отрицательных ответов респондентов в соответствии с ключом. Далее из первой суммы вычитается вторая. Таким образом, получается 24 цифры со знаками «+» или «-», которые соответствуют 24 видам деятельности. Выбираются 2-3 вида деятельности, которые набрали большее количество знаков «+».

Возможен упрощенный вариант методики, где испытуемые ставят только знак «+», а виды деятельности, которые не нравятся пропускают, оставляя пустую клетку в бланке для ответов. В этом случае подсчитывается только количество знаков «+» по столбцам.

Дифференциально-диагностический опросник (ДДО; Е.А.Климов)

Шкалы: типы профессий - человек-человек, человек-техника, человек-знаковая система, человек-художественный образ, человек-природа

Методика предназначена для отбора на различные типы профессий в соответствии с *классификацией типов профессий Е.А.Климова*. Можно использовать при **профориентации** подростков и взрослых.

Испытуемый должен в каждой из 20 пар предлагаемых видов деятельности выбрать только один вид и в соответствующей клетке листа ответов поставить знак «+».

Время обследования не ограничивается. Хотя, испытуемого следует предупредить о том, что над вопросами не следует долго задумываться и обычно на выполнение задания требуется 20–30 мин.

Возможно использование методики индивидуально и в группе.

Экспериментатор может зачитывать вопросы группе испытуемых, но в этом случае ограничивается время ответа. Такой способ применяется, когда экспериментатор должен работать в ограниченном временном интервале.

Инструкция к тесту

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

Тестовый материал

1а. Ухаживать за животными	1б. Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)
2а. Помогать больным	2б. Составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин
3а. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок	3б. Следить за состоянием, развитием растений
4а. Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т.п.)	4б. Доводить Товары до потребителя, рекламировать, продавать
5а. Обсуждать научно-популярные книги, статьи	5б. Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты)
6а. Выращивать молодняк (животных какой-либо породы)	6б. Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных)
7а. Копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты)	7б. Управлять каким-либо грузовым (подъемным или транспортным) средством – подъемным краном, трактором, тепловозом и др.
8а. Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т.д.)	8б. Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов)
9а. Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику), жилище	9б. Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках
10а. Лечить животных	10б. Выполнять вычисления, расчеты
11а. Выводить новые сорта растений	11б. Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий

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

Ключ к тесту

Типы профессий	Номера вопросов
Человек-природа	1а, 3б, 6а, 10а, 11а, 13б, 16а, 20а
Человек-техника	1б, 4а, 7б, 9а, 11б, 14а, 17б, 19а
Человек-человек	2а, 4б, 6б, 8а, 12а, 14б, 16б, 18а
Человек-знаковая система	2б, 5а, 9б, 10б, 12б, 15а, 19б, 20б
Человек-художественный образ	3а, 5б, 7а, 8б, 13а, 15б, 17а, 18б

За каждое совпадение с ключом начисляется один балл.

Интерпретация результатов теста

Испытуемому рекомендуется выбрать тот тип профессий, который получил максимальное количество знаков баллов. Название типов профессий:

- **«человек–природа»** – все профессии, связанные с растениеводством, животноводством и лесным хозяйством;
- **«человек–техника»** – все технические профессии;
- **«человек–человек»** – все профессии, связанные с обслуживанием людей, с общением;
- **«человек–знак»** – все профессии, связанные с обсчетами, цифровыми и буквенными знаками, в том числе и музыкальные специальности;
- **«человек–художественный образ»** – все творческие специальности.

Подробно, об интерпретации тестов, построенных на классификации профессий Е.А.Климова можно прочитать в интерпретации результатов теста **“Предпочтительные виды профессиональной деятельности”**.

Контрольные вопросы для проверки знаний по программе. (Психологическое сопровождение выбора профессии. Подред. Л.М. Митиной)

Вариант 1

1. Должность – это:

- а) профессия;
- б) специальность;
- в) призвание;

- г) служебная обязанность.
- 2. Учитель начальных классов — это
 - а) профессия;
 - б) специальность;
 - в) должность;
 - г) призвание.
- 3. Учащийся, который любит заниматься конкретными вещами, требующими ручных умений, ловкости, настойчивости, относится к:
 - а) интеллектуальному типу;
 - б) практическому типу;
 - в) социальному типу;
 - г) предприимчивому типу.
- 4. Учащемуся с интеллектуальным типом личности более подходит профессия:
 - а) программиста;
 - б) бухгалтера;
 - в) коммерсанта;
 - г) брокера.
- 5. Для усидчивого, исполнительного, дисциплинированного человека, отдающего предпочтение чётко сформулированным действиям, наиболее подходящей будет профессия:

- 1. Цель профориентации — это:
 - а) знакомство школьников с профессиональными учебными заведениями и предприятиями города для последующего выбора карьеры;
 - б) изучение профконсультантом индивидуально-психологических особенностей учащихся для подбора подходящей профессии каждому из них;
 - в) обучение школьников самостоятельному, осознанному выбору карьеры;
 - г) формирование у учащихся представлений об особенностях различных профессий.
- 2. Должность — это:
 - а) профессия;
 - б) специальность;
 - в) призвание;
 - г) служебная обязанность.
- 3. Учитель начальных классов — это:
 - а) профессия;
 - б) специальность;
 - в) должность;
 - г) призвание.
- 4. Безработными признаются:

- а) лица, не достигшие 16 лет;
- б) инвалиды 1 и 2 группы;
- в) лица, отказавшиеся в Центре занятости населения от 2-х вариантов подходящей работы в течение 10 дней;
- г) трудоспособные граждане, не имеющие работы и заработка, зарегистрированные в Центре занятости населения как ищущие работу.

5. Учащийся, который любит заниматься конкретными вещами, требующими ручных умений, ловкости, настойчивости относится к:

- а) интеллектуальному типу;
- б) практическому типу;
- в) социальному типу;
- г) предприимчивому типу.

6. Учащемуся с интеллектуальным типом личности более подходит профессия:

- а) программиста;
- б) бухгалтера;
- в) коммерсанта;
- г) брокера.

7. Для усидчивого, исполнительного, дисциплинированного человека, отдающего предпочтение четко сформулированным действиям, наиболее подходящей будет профессия:

- а) художника;
- б) журналиста;
- в) парикмахера;
- г) корректора (специалиста, исправляющего ошибки в текстах).

8. Человеку, относящемуся к социальному типу личности, лучше заниматься:

- а) научной деятельностью;
- б) конкретным практическим трудом;
- в) воспитательной работой;
- г) работой, связанной с обработкой знаковой информации.

9. Для успешной деятельности у юриста более всего должны быть выражены:

- а) словесные способности;
- б) организаторские способности;
- в) счетные способности;
- г) способности к пространственному мышлению.

10. Пространственное мышление более необходимо в профессии:

- а) экскурсовода;
- б) музыканта;
- в) врача;
- г) конструктора.

11. Руководить людьми легче человеку, имеющему темперамент:

- а) сангвиника;
- б) холерика;
- в) флегматика;
- г) меланхолика.

12. Работу, требующую высокой чувствительности, легче выполнять:

- а) холерику;
- б) флегматику;
- в) сангвинику;
- г) меланхолику.

13. Работа, требующая подвижности, частой смены обстановки, меньше всего подходит:

- а) холерику;
- б) флегматику;
- в) сангвинику;
- г) меланхолику.

14. Для меланхоликов в профессии врача неудачной будет специализация:

- а) терапевта;
- б) хирурга;
- в) окулиста (лечащего болезни глаз);
- г) фтизиатра (специалиста по туберкулезу).

15. Для учащегося, предпочитающего профессию типа «человек — техника», наиболее пригодна работа:

- а) кассира;
- б) оператора ПК (персональный компьютер);
- в) механика;
- г) секретаря-машинистки.

16. Профессия «бухгалтер» относится к типу:

- а) «человек — человек»;
- б) «человек — художественный образ»;
- в) «человек — техника»;
- г) «человек — знаковая система».

17. К типу «человек — художественный образ» относится профессия:

- а) экскурсовода;
- б) цветовода;
- в) медсестры;
- г) дизайнера.

18. Специального профессионального отбора требует профессия:

- а) геолога;
- б) летчика;
- в) следователя;
- г) журналиста.

19. Для успешного выбора профессии необходимо:

- а) принять решение по совету родственников;
- б) получить ту же профессию, что и лучший друг;
- в) принять решение, зная требования профессии и учитывая свои особенности и возможности;
- г) ориентироваться на популярность профессии в обществе.

20. Для успеха в деятельности наиболее существенной причиной выбора профессии является:

- а) романтичность;
- б) высокая зарплата;
- в) хорошие условия труда;
- г) заинтересованность в деле.

Вариант 2

1. Психолог-профконсультант:

- а) составляет медицинские заключения учащимся в соответствии с выбранной ими профессией;
- б) обучает осознанному, самостоятельному выбору карьеры;
- в) выбирает каждому учащемуся наиболее подходящую для него профессию;
- г) дает конкретные советы учащимся относительно выбранной ими профессии;

2. Профессия — это:

- а) род трудовой деятельности;
- б) вид занятия в рамках трудовой деятельности;
- в) служебная обязанность;
- г) наивысшая степень соответствия конкретного человека и его деятельности.

3. Старший лаборант — это:

- а) профессия;
- б) специальность;
- в) должность;
- г) общественная деятельность.

4. Безработными не признаются:

- а) инвалиды 3-й группы;
- б) лица, не достигшие 18-летнего возраста;
- в) граждане, отказавшиеся в течение 10 дней со дня обращения в Центр занятости населения от одного варианта подходящей работы;

г) лица, не зарегистрированные в Центре занятости населения как ищущие работу.

5. Учащийся, любящий риск, находчивый, инициативный, стремящийся к лидерству, относится к:

- а) артистическому типу;
- б) практическому типу;
- в) социальному типу;
- г) предприимчивому типу.

6. Учащемуся со стандартным профессиональным типом личности более подходит профессия:

- а) военного;
- б) учителя;
- в) геолога;
- г) фотографа.

7. Для учащегося с развитым творческим воображением, словесными способностями, чувствительного, наиболее подходящей будет:

- а) артистическая деятельность;
- б) административная;
- в) организаторская;
- г) коммерческая деятельность.

8. Предпочитаемым занятием для учащегося с социальным типом личности будет:

- а) создание конкретных изделий;
- б) обслуживание людей;
- в) научные разработки;
- г) обработка буквенной и цифровой информации.

9. Для успешной деятельности у инженера более всего должны быть выражены:

- а) словесные способности;
- б) способности к общению;
- в) счетные способности;
- г) административные способности.

10. Счетные способности меньше необходимы в профессии:

- а) экономиста;
- б) модельера;
- в) столяра;
- г) критика.

11. Для холерика наиболее подходящей будет работа:

- а) монотонного характера;
- б) малоподвижная;
- в) в изоляции от людей;
- г) цикличная (чередующая нагрузки и спокойную деятельность).

12. С работой, требующей тонких ручных умений, высокой точности, легче справиться:

- а) холерику;
- б) флегматику;
- в) сангвинику;
- г) меланхолику.

13. Для сангвиника наименее подходящей будет профессия:

- а) коммерсанта;
- б) профессионального футболиста;
- в) оператора ПК (персональный компьютер);
- г) официанта.

14. Руководить людьми труднее человеку, имеющему темперамент:

- а) сангвиника;
- б) холерика;
- в) флегматика;
- г) меланхолика.

15. Для учащегося, предпочитающего профессию типа «человек — природа», наиболее пригодна работа:

- а) машиниста;
- б) биолога;
- в) кондитера;
- г) адвоката.

16. Профессия «парикмахер» относится к типу:

- а) «человек — человек»;
- б) «человек — художественный образ»;
- в) «человек — техника»;
- г) «человек — знаковая система».

17. К типу «человек — художественный образ» относится профессия:

- а) садовода;
- б) связиста;
- в) цветовода;
- г) настройщика пианино.

18. Без профессионального отбора можно получить профессию:

- а) гонщика;

- б) летчика;
- в) коммерсанта;
- г) дегустатора.

19. Для успешного выбора профессии более всего необходимо:

- а) учесть потребность общества в данной профессии;
- б) принять решение по совету родственников;
- в) ориентироваться на содержание будущей деятельности, соотнеся ее со своими возможностями;
- г) связать будущую деятельность с самым любимым школьным предметом.

20. Для успешной карьеры, кроме знания своего дела, наиболее существенным является:

- а) умение устанавливать и поддерживать отношения с людьми;
- б) наличие соответствующего темперамента;
- в) хорошие бытовые условия;
- г) внешние данные.

Правильные ответы на контрольные вопросы для проверки знаний.

Вариант 1. 1в, 2г, 3б, 4г, 5б, 6а, 7г, 8в, 9а, 10г, 11а, 12г, 13б, 14б, 15в, 16г, 17г, 18б, 19в, 20г.

Вариант 2. 1б, 2а, 3в, 4г, 5г, 6а, 7а, 8б, 9в, 10г, 11г, 12г, 13в, 14г, 15б, 16б, 17г, 18в, 19в, 20а.

2.5. Методические материалы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая краткосрочная программа «Занимательная профориентация «Я выбираю будущее»» дает многостороннее освещение профессиональной деятельности человека. При реализации программы целесообразно сделать смещение акцентов с передачи знаний на обеспечение условий, необходимых для овладения самостоятельными навыками определения будущей профессиональной карьеры, поиск источников получения информации о мире профессий, а так же путей получения профессии. Поиск необходимых знаний должен идти через самопознание личности и определение ее места в соответствующей профессиональной сфере.

Программа курса составлена таким образом, что учащиеся могут изучить проблему многосторонне: часть учебного материала учащиеся получают в форме теоретических знаний, другая часть материала направлена на практические работы в форме игровых дискуссий, диагностических процедур, развивающих процедур, ролевых и деловых игр. Учебно-игровые занятия повышают познавательную активность подростков, способствуют эффективному усвоению будущих профессиональных и социальных ролей; получению обратной связи от сверстников, имеющих схожие проблемы и переживания. Приобретенный в имитационных ситуациях опыт может помочь подросткам легче приспособиться к сложностям реального профессионального мира.

Существенное уплотнение информационной насыщенности учебного материала достигается путем самостоятельного изучения: составление карты интересов, анализ личного плана, анализ газет, объявлений, справочников, получение информации из компьютерных сетей, составление собственного резюме. Для развития мотивации к изучению курса в содержании делается акцент на самоопределение. Здесь особое внимание и большое количество часов рекомендуется уделять практическим занятиям, которые включают в себя работу с дидактическим материалом: плакаты, схемы, слайды, «Дневник профессионального самоопределения», с диагностическими методиками, участие в профориентационных и ролевых играх. Педагог может провести на этих занятиях разнообразные игры («Будь готов», «Страшный суд», «Что? Где? Когда», «Торг», «Взгляд в будущее», «Проектируем жизнь», «Властелин чудес»), так как в игровой, непринужденной форме подросток может повысить уровень осознания своей готовности к различным видам профессионального труда (или увидеть свои возможности, осознать свою неповторимость и в соответствии с ними выбирать профессиональные и жизненные цели. В результате этих занятий у учащихся актуализируется процесс профессионального и личностного самоопределения, повышается самооценка, происходит коррекция эмоционального состояния, совершенствуются навыки самопрезентации и уверенного поведения, которые помогут в успешной социальной и профессиональной адаптации.

Так же в процессе игры формируются коммуникативные навыки, сознательная система ценностей, позитивный символический образ будущего, целеполагание, опосредованно развиваются творческие возможности и способности.

Данные виды игр можно использовать при работе с группой, а можно в индивидуальной профконсультации, в последнем случае ее возможности существенно расширяются.

Проводя работу с группой, удастся рассмотреть только ориентировочную готовность учащихся к выбору профессии, а в индивидуальном варианте можно увидеть и способность к профессии, и мотивацию к какой-либо деятельности, и уровень личного осознания того или иного выбора.

К педагогу предъявляются особые требования. Он должен не только любить детей, но и видеть в каждом учащемся личность, заслуживающую внимание и уважение, защищать его интересы, руководствуясь в работе принципом «не навреди». Кроме этого необходимо быть прекрасным специалистом, профессиональным психологом, который увлекательно, живо и оригинально подает учебный материал, имеет артистические данные, владеет активными формами работы, умеет организовать дискуссии, обсуждение, работу в малых группах, применяет и использует на занятиях новейшие разработки.

2.6. Список литературы

2.6.1 Список литературы, рекомендуемый для педагогов

Обязательная:

1. Балин Л.К. "Психология человека". М.: Издательство "Мир", 2005.
2. Вачков И.В. «Групповые методы в работе школьного психолога»: Учебно-методическое пособие. – М: «Ось – 89», 2002
3. Гарбузов В.И. «практическая психотерапия, или как вернуть ребенку и подростку уверенность в себе, истинное достоинство и здоровье».- СПб.: АО «Сфера», 1994.
4. Журнал «Школьный психолог» № 2,4,5,6,7(2005, 7 стр., 8 стр., 33 стр., 38 стр., 40 стр.)
5. Коломейцев С.Г. "Основы психологии". М.: 2006
6. Кэррел С. «Групповая психотерапия подростков» -СПб.: «Питер», 2002
7. Немов Р.С. «Психология» кн. 1 М: «ВЛАДОС» ИМПЭ имени А.С. Грибоедова, 2002
8. Немов Р.С. «Психология» кн. 2 М: «Просвещение» «ВЛАДОС», 1995
9. Петровский А.В. «Психология о каждом из нас» М. 1992
10. Пономаренко Л.П., Белоусов Р.В. «Основы психологии для старшеклассников»: Пособие для педагога: В 2 ч. -М: Гуманистический издательский центр ВЛАДОС, 2001
11. «Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте». (Под ред. Дубровиной И.В.- 6-е издание М. :«Академический Проект» 2002)
12. Рогов Е.И. «Выбор профессии: Становление профессионала».- М.: Изд.-во «ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003
13. Рогов Е.И. «Психология общения» М.: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2001
14. Рогов Е.И. «Психология познания»- М.: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 1998
15. Рогов Е.И. «Психология человека»- М. : Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 1999
16. Рогов Е.И. «Эмоции и воля» М. Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС» 2001
17. «Учителям и родителям о психологии подростка». (Под редакцией проф. Г.Г. Аракелова, М. «Высшая школа» 1990)
18. Хухлаева О., Кирилина Т., Федорова О. «Счастливый подросток»- М.:«Апрель-Пресс», Издательство «ЭКСМО-ПРЕСС», 2000

Дополнительная:

1. Волкова Т.Р., Мишин А.В. Секреты поиска работы. М.: Вако, 2003г.
2. Газарян С. Ты выбираешь профессию.- М., 1985г.
3. Грановская Р.М. Конфликты и творчество в зеркале психологии. М.: «Феникс», 2002г.
4. Жариков Е.С., Крушкльницкий Е.Л. Для тебя и о тебе. М.: 1991г.
5. Климов Е.А. как выбрать профессию. М.: просвещение, 1990 г.
6. Коломенский Я.Л. Человек: психология. М., 1986г.
7. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. 2-е изд. М.: Просвещение, 1996г.
8. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии, или путеводитель выпускника. М., 2005г.
9. Савченко М.Ю. Профориентация. Практическое руководство для школьных психологов. М.: Вако, 2005г.
10. Снайдер Д. Практическая психология для подростков, или Как найти свое место в жизни. М., 2000г.
11. Твоя профессиональная карьера: учебник для 8-9 кл. общеобразовательных учреждений/ М.С. Гуткин/, под ред. С.Н.Чистяковой, 3-е изд. – М.: Прсвещение, 2006 г.
12. Фромм Э. Иметь или быть. М., 1990г.
13. Чистякова С.Н. Технология профессионального успеха. М., 2003г.
14. Энциклопедический справочник 2000 профессий. Минск, 1989г.

2.6.2 Список литературы, рекомендуемый для детей

1. «Практическая психология в тестах, или как научиться понимать себя и других». (Под ред. Р Римская, С. Римский. М.: «АСТ-Пресс», 1998).
2. «Психологические тесты». (Под ред. А.А. Карелина: В 2 т– М.: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 1999)
3. «Дневник профессионального самоопределения старшеклассника (авт. состав.: Бобровская Л. Н., Сапрыкина Е. А., Просихина – 2-е изд., - М.: «Глобус», 2009)
4. «Психологические тесты» (Под ред. Карелина А. А.: В 2 т – М.: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 1999)
5. «Твоя профессиональная карьера: Учебн. Для 8-11 кл. общеобразоват. учреждений». (Под ред. Гуткин М. С., Михальченко Г. Ф. – М.: Просвещение, 2000)
6. Абульханова – Славская К. А. «Стратегия жизни». - М., 1991
7. Анастаси А. «Психологическое тестирование». – М., 1982
8. Андерсен Р., Шихирев П. Н. «Акулы» и «Дельфины» (психология и этика российско - американского делового партнерства). – М., 1994
- Ахмеджанов Э. Р. «Психологические тесты». – М., 1996
9. Вацлавик П. «Как стать несчастным без посторонней помощи». – М., 1993

10. Вудкок М., Френсис Д. «Раскрепощенный менеджер». – М., 1991
11. Газарян С. «Ты выбираешь профессии». – М., 1985
12. Жариков Е., Крушельницкий Е. «Для тебя и о тебе». – М., 1991
13. Кон И. С. «В поисках себя: личность и ее самосознание». – М., 1984
14. Левитов Н. Д. «Психология характера». – М., 1969
15. Молчанова З. М., Тимченко А. А., Черникова Т. В. «Личностное портфолио старшеклассника». – М.: «Глобус» 2008
16. Пиз А. «Язык телодвижений» «Издательский дом Гутенберг» 1997
17. Прихожан А. «Психологический справочник для неудачника или как обрести уверенность в себе» М.: «Просвещение» 1994
18. Психологическое сопровождение выбора профессии». (Под ред. Митиной Л. М. – М., 1998)
19. Симонов П. В., Ершов П. М. «Темперамент. Характер. Личность». – М., 1984
19. Филимонова О. «Как научиться выбирать профессию?» - М.: «Чистые пруды», 2009
20. Шепель В. М. «Имиджелогия: секреты личного обаяния». – М., 1994

2.6.3 Список литературы, рекомендуемый для родителей

1. Абрамова Г.С. Введение в практическую психологию. М., 1994
2. Скотт Г. Джини. Способы разрешения конфликтов. Киев, 1991
3. Смирнова Е.О. «Психология ребенка» М: Школа-пресс 1997
4. Чарльз Ликсон. Конфликт. Семь шагов к миру. СПб, 1997
5. Алберти Р.Е., Эммонс М.Л. Умей постоять за себя! Ключ к самоутверждающему поведению. М., 1992
6. Бородкин Ф.М., Каряк Н.М. Внимание: конфликт! Новосибирск, 1989
7. Карнеги Дейл. Как завоевать друзей и оказывать влияние на людей. Минск, 1995
8. Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. – М., 1998
9. Лупьян Я.А. Барьеры общения, конфликты, стресс... Ростов н/Д, 1991
10. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. М., 1994
11. Мелибруда Е.Я. – ты - мы: психологические возможности улучшения общения. М., 1986
12. Матвеева Л. И. Выбойщик, Мякушкин Д. «Практическая психология для родителей, или Что я могу узнать о своем ребенке» М.: «АСТ-Пресс», Южно-Уральское книжное издательство, 1997