

**Государственное казенное образовательное учреждение для детей-сирот и  
детей, оставшихся без попечения родителей, «Детский дом  
( смешанный) № « Солнышко»**

**ПРОГРАММА ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ САМООПРЕДЕЛЕНИЮ**

## **«ВЫПУСКНИК»**



Утверждена  
на педагогическом совете учреждения  
4 сентября 2015 года протокол № 1

пос. Солнечнодольск

**авторы - составители:**

**Валюженич Татьяна Александровна,**

заместитель директора по учебно-воспитательной работе ГКОУ «Детский дом № 4 «Солнышко»

**Лозовая Татьяна Николаевна,**

заместитель директора по социальной работе ГКОУ «Детский дом № 4 «Солнышко»

Программа адресована воспитателям и педагогам дополнительного образования образовательных учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

## Концептуальная основа

В современных условиях рациональное использование трудовых ресурсов является не столько существенным, сколько необходимым фактором развития производства, торговли, сферы услуг и других видов экономической деятельности.

Причины неэффективной профессиональной деятельности многочисленны, однако большая часть из них прямо связаны с физиологическими, психологическими и социальными особенностями работников.

Труд работников должен быть производительным, однако не все люди в одинаковой мере способны освоить ту или иную профессию.

Некоторые индивиды за короткое время могут овладеть трудовыми навыками, быстро достигают профессионального совершенства, у других «вхождение в профессию» затягивается, человек теряет к профессии интерес и переходит к иному виду деятельности. В настоящее время эта проблема достаточно актуальна, поскольку подростки, в общем, как и взрослое население, в связи с большой конкуренцией на рынке труда буквально «цепляются» за любую возможность трудоустройства.

Поэтому важно с подросткового возраста достаточно точно определиться со своими профессиональными интересами, склонностями, состоянием здоровья, работоспособностью, необходимыми знаниями, умениями, навыками.

Дети, оставшиеся без попечения родителей, вырастают в детских учреждениях на полном государственном обеспечении. Для них этот мир специфичен, полуизолирован, соприкасается с реальностью только некоторыми сторонами. В таких условиях дети, вырастая, обладают особенностями, которые затрудняют самостоятельную жизнь, создают трудности для самореализации и адаптации в жизни. Это и отсутствие достаточного опыта в сфере социальных отношений между людьми, и отсутствие личного опыта нормальной жизни в семье, у детей слабо развита индивидуальность и многое другое.

Корректировать эти явления сложно. Все это создает многовариантные препятствия на пути их интеграции в общество. Именно поэтому самым сложным периодом в жизни воспитанника детского дома является их вхождение в самостоятельную жизнь.

Одним из самых сложных, критических моментов в жизни детей, оставшихся без попечения родителей, является переход к самостоятельной жизни. Жизненный старт выпускников интернатных учреждений приходится на подростковый возраст. Воспитанники часто не готовы к лишению первичной опеки и образа жизни. Вот почему вопросы формирования жизненных планов, личностной и социальной зрелости, профессионального самоопределения выпускника детского дома (интерната) имеют первостепенное значение.

Личностное самоопределение как психологическое явление возникает на границе старшего подросткового и младшего юношеского возраста. Основные характеристики личностного самоопределения заключаются в следующем:

1. потребность в личностном самоопределении представляет собой потребность в формировании смысловой системы, в которой слиты представления о себе и о мире;
2. самоопределение ориентировано в будущее;
3. личностное самоопределение связано с выбором профессии, но не сводится к нему.

Формирование жизненных планов воспитанников рассматривается в педагогике, психологии и социологии как один из важных механизмов самоопределения. Его действие связано с выявлением наиболее значимых и психологически характерных для личности ориентиров жизни, рассчитанных на перспективу и реализующихся одновременно с практическим освоением подростками, утратившими опеку родителей, социального опыта. При этом существенно не только сама по себе мыслимая временная перспектива как некий когнитивный план будущей жизни, но и то, какое место он занимает в системе развивающейся личности подростка - воспитанника детского дома, школы-интерната.

Профессиональное самоопределение рассматривается нами как важная часть воспитательно-образовательного процесса. В связи с этим была разработана программа по

профессиональному самоопределению воспитанников детского дома «Выпускник», которая рассчитана на учащихся выпускных классов.

### **Принципы разработки и реализации программы.**

- принцип научности;
- принцип целостного подхода к личности ребенка- воспитанника детского дома;
- принцип признания уникальности личности, жизни ребенка;
- принцип социальной справедливости и обеспечение равных возможностей по отношению ко всем воспитанникам детского дома;
- принцип опоры на общечеловеческие и общенациональные ценности, гуманитарные основы образовательной деятельности.

### **Цели и задачи программы.**

#### **Цель программы:**

Сформировать устойчивую жизненную перспективу хотя бы на определенный отрезок времени, помочь осуществить жизненный сценарий и сориентировать выпускника в профессиональном самоопределении.

#### **Задачи программы:**

- повышение уровня психологической компетентности воспитанников детского дома за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями о профессиях;
- формирование положительного отношения к себе, чувства уверенности в своих особенностях применительно к реализации себя в будущей профессии;
- расширение представлений о мире профессий. Ознакомление с особенностями разных профессий;
- формирование элементарных трудовых навыков;
- повышение мотивации выпускников к успешному профессиональному самоопределению;
- обеспечение информационной, мотивационной и психологической поддержки выпускников;
- формирование ценностно-ориентационной готовности к выбору сферы своей будущей жизнедеятельности (самоопределение в своем индивидуальном предназначении в мире, готовность выбрать предпочитаемую среду своей будущей жизнедеятельности);
- воспитание потребностей и желаний осуществлять трудовую деятельность;
- формирование у воспитанников адекватных представлений о сути экономических явлений и процессов;
- формирование мотивационно-потребностной сферы личности;
- определение развитых интересов, склонностей и способностей;
- повышение уровня самосознания выпускника детского дома.

#### **Основные направления деятельности по реализации программы:**

- вовлечение воспитанников в деятельность кружков, студий в детском доме, в школе, во дворце детского творчества;
- вовлечение воспитанников в разнообразную коллективную творческую деятельность;
- система воспитательных мероприятий по профессиональному самоопределению;
- трудовая деятельность в каникулярное время;
- профессиональная диагностика, консультирование.

Приоритетом в реализации данной программы является создание условий для профессионального самоопределения воспитанников. Программа ориентирована на воспитанников от 11 до 17 лет, и включает в себя 3 модуля:

## **1. Диагностический модуль.**

Задачи:

- изучение личностных и индивидуальных особенностей воспитанников;
- изучение интересов и профессиональных склонностей.

Данное направление представлено следующими методиками:

Анкета по профессиональному самоопределению воспитанника детского дома (см. приложение №1).

- ✓ Методика «Карта профессиональных интересов» А.Е.Гломштока, модификация А.А.Азбель, А.Г. Грецова (см. приложение №2).
- ✓ Методика «Профессиональная готовность» (см. приложение №3).
- ✓ Опросник Юнга (методика для выявления интересов и типологических особенностей личности) (см. приложение №4).
- ✓ Дифференциально-диагностический опросник (Методика Е.А.Климова; модификация А.А.Азбель) (см. приложение №5).
- ✓ Методика изучения профессиональной направленности (методика Дж.Голланда, модификация А.А.Азбель).
- ✓ Тест «Определение типа личности» (Тутурбалина Н.В. Твоя будущая профессия: сборник тестов по профессиональной ориентации. – Ростов н/Д: «Феникс», 2006). Стр. 138
- ✓ Психологический тест для оценки уровня интеллекта (Тутурбалина Н.В. Твоя будущая профессия: сборник тестов по профессиональной ориентации. – Ростов н/Д: «Феникс», 2006). Стр. 138

**2. Психолого-педагогический модуль** (реализация этого блока предполагает формирование потребностей и желаний, осуществлять трудовую деятельность в ходе тренинговых занятий, психологических практикумов, игр, упражнений и др.).

Задачи:

- формирование оптимистического отношения к своему профессиональному будущему;
- позитивное влияние на целостное становление личности воспитанников, а именно на формирование таких качеств и умений, как способность к самопознанию и самоизменению, независимость, доверие к себе, умение делать выбор и нести за него ответственность, целенаправленность, самокритичность, компетентность, коммуникабельность, самостоятельность, эмоциональная (поведенческая) гибкость, мобильность, сила воли;
- формирование комплекса мотивов выбора профессии, где оптимально сочетались бы: самореализация и самоутверждение, желание принести пользу семье и близким людям (обществу), заработать на жизнь (удовлетворение материальных потребностей) и др.;

**3. Социально- педагогический модуль:** основывается на социализации воспитанников в условиях изменений рынка труда, включает проведение лекций, экскурсий в образовательные учреждения и на предприятия города с целью ознакомления с профессиями и формами обучения для их приобретения, а так же дальнейшего обустройства воспитанников детского дома.

**Задача:**

- усвоение учащимися глубоких и всесторонних знаний по проблеме выбора профессии: о мире профессий, о самом себе и о потребностях в кадрах в своем регионе, основных перспективах его развития.

**4. Информационный модуль** (данный модуль включает лекции и беседы воспитателя, а также различных специалистов: врачей, психологов, психотерапевтов, экономистов, юристов.

- усвоение учащимися глубоких и всесторонних знаний по проблеме выбора профессии: о мире профессий, о самом себе и о потребностях в кадрах в своем регионе, основных перспективах его развития.

## **Ожидаемые результаты:**

- выпускник расширит свои представления о мире профессий и сможет сделать осознанный выбор будущей профессии;
- повысится уровень самосознания выпускника детского дома;
- выпускник будет сориентирован в поле возможностей профессионального выбора;
- будут выявлены профессиональные интересы воспитанников детского дома, учитывающие индивидуальные способности, интересы и возможности.

## **Методические рекомендации.**

Занятия рекомендуется проводить в групповой форме, встречи рекомендуется проводить 2 раза в месяц. Средняя длительность занятий составляет 40 - 60 минут, за исключением занятия №5 Психологическая игра «Торг», которое может варьироваться от 1,5 до 2,5 часов. Также данное занятие предполагает отсроченный этап в виде 30-минутной встречи через неделю после занятия. Данная программа (14 занятий, сопровождаемых комментариями) реализуется параллельно с воспитательной работой и мероприятиями социальной службы.

Занятия содержат профориентационные игры, беседы, ситуации-пробы, упражнения, упражнения-тесты, большая часть из которых активно используется практическими психологами.

Подобные занятия рекомендуется проводить в период с октября по апрель; май отводится на осуществление индивидуальных консультаций, уточнение дальнейшего образовательного маршрута, экскурсии в учебные заведения на «Дни открытых дверей» и т.д.

Диагностические процедуры проводятся непосредственно на занятиях.

Помещение для проведения занятий должно быть достаточно просторным, но не настолько, чтобы участники занятия в нем «терялись».

На занятиях понадобятся ручки, маркеры, фломастеры, тетради, картон, копировальная бумага, английские булавки.

В программы приведена характеристика уровней развития у детей-сирот способности к самоопределению. Диагностику уровней развития способности к самоопределению рекомендуется проводить два раза в год: в ноябре и апреле.

**Формы** проведения занятий: групповая, индивидуальная, профориентационная деловая игра, диалог, тренинг, психологическая игры с элементами драмматерапии.

**Методы:** беседа, анкетирование, тестирование, использование видеотеки с информационным материалом, профориентационные ролевые игры.

### Тематический план диагностического модуля программы

№	Название	Кол-во часов	Месяц
1.	Анкета по профессиональному самоопределению воспитанника детского дома	1	сентябрь
2.	Методика «Карта профессиональных интересов» А.Е.Гломштока, модификация А.А.Азбель, А.Г. Грецова	1	сентябрь
3.	Методика «Профессиональная готовность»	1	сентябрь
4.	Опросник Юнга (методика для выявления интересов и типологических особенностей личности)	1	сентябрь
5.	Дифференциально-диагностический опросник (Методика Е.А.Климова; модификация А.А.Азбель)	1	октябрь
6.	Методика изучения профессиональной направленности (методика Дж.Голланда, модификация А.А.Азбель)	1	октябрь
7.	Тест «Определение типа личности»	1	октябрь
8.	Психологический тест для оценки уровня интеллекта	1	октябрь

**Тематический план психолого-педагогического модуля программы  
(учащиеся 8 - 9 классов)**

№	Название	Кол-во часов	Месяц
1.	Наступает время выбора (вводное занятие)	1	октябрь
2	Профориентационная игра «5 шагов»	1	октябрь
3	Профориентационная игра «Цепочка профессий»	1	ноябрь
4	Что такое успешный выбор профессии?	1	ноябрь
5	Психологическая игра «Торг»	3	декабрь
6	Ошибки в выборе профессии	1	декабрь
7	Почему нет идеальных профессий или о теневой стороне труда	1	январь
8	«Я поступаю учиться» (Профориентационная ролевая игра)	1	январь
9	На распутье	1	февраль
10	Защита профессий	2	февраль
11	Профориентационная игра "Спящий город"	1	март
12	Игра «Поступаем учиться»	1	март
13	Разговор о наблевшем...	1	апрель
14	В добрый путь (заключительное занятие)	1	апрель
		Всего 17 часов	

**Тематический план психолого-педагогического модуля программы  
(учащиеся 10 - 11 классов)**

№	Название	Кол-во часов	Месяц
1.	Наступает время выбора (вводное занятие)	1	октябрь
2	Воспитание внутреннего контролера	1	октябрь
3	Все, что вы хотели знать об уверенности в себе	1	ноябрь
4	Что такое успешный выбор профессии?	1	ноябрь
5	Психологическая игра «Торг»	3	декабрь
6	Ошибки в выборе профессии	1	декабрь
7	Почему нет идеальных профессий или о теневой стороне труда	1	январь
8	«Я поступаю учиться» (Профориентационная ролевая игра)	1	январь
9	Профессия и специализация	1	февраль
10	Защита профессий	2	февраль
11	Новые профессии и профессии исчезающие	1	март
12	Игра «Поступаем учиться»	1	март
13	Методика поиска профессии	1	апрель
14	В добрый путь (заключительное занятие)	1	апрель
		Всего 17 часов	

**Тематический план социально-педагогического модуля программы  
(11-14 лет)**

№	Название	часов
1	К чему себя готовить, какую выбрать профессию	2
2	Знакомство с профессий	4
3	«Домашний умелец»	4
4	«Кем быть?» - мини сочинение	2
5	Общее понятие об экономике	2
6	Я и мои потребности	2
7	Практические занятия - экскурсии	6
	<b>ИТОГО</b>	<b>22</b>

**Тематический план социально-педагогического модуля программы  
(14-17 лет)**

<b>1</b>	Вводное занятие	1
<b>2</b>	Многообразие мира профессий – экскурсия	3
<b>3</b>	Рынок труда и современные требования к профессионалу	2
<b>4</b>	Профессиогенетический анализ профессии	2
<b>5</b>	Профессиональная пригодность и планирование карьеры	2
<b>6</b>	Здоровье и выбор профессии	2
<b>7</b>	Социальные проблемы труда	2
<b>8</b>	Технология профессионального самоопределения	4
<b>9</b>	Учет особенностей темперамента в профессиональном становлении личности	2
<b>10</b>	С какого возраста можно начинать работу?	2
<b>11</b>	Деньги, обращение с ними	2
<b>12</b>	Бюджет. Источники бюджета.	2
<b>13</b>	Практическое занятие – экскурсии	10
	<b>ИТОГО</b>	<b>36</b>

# Блок занятий для учащихся 8- 9 классов. Психолого- педагогический модуль

## Занятие №1

### Наступает время выбора

В нашей жизни не так уж много ситуаций, когда приходится совершать глобальный выбор, влияющий на всю дальнейшую судьбу. По большому счету, их всего две:

- выбор любимого человека, с которым предстоит жить;
- выбор будущего дела, благодаря которому можно зарабатывать деньги на достойное существование, - профессии.

С первым из этих выборов можно особенно не спешить: время, как говорится, терпит. Более того, оно явно на стороне тех, кто в данном случае не торопится; известно, что из браков, заключенных в возрасте до 20 лет, больше 80% впоследствии распадаются. Люди, спешащие как можно раньше создать собственную семью, редко бывают удовлетворены тем, что в итоге получается.

А вот со вторым из главных жизненных выборов молодым людям приходится сталкиваться еще в школе ли сразу после ее окончания. Ведь нужно где-то продолжать свое обучение или искать работу. Первый вариант предпочтительнее: не имея никакого другого образования, кроме 9 или 11 классов школы, ты сможешь претендовать лишь на весьма скромный диапазон работ, которые к тому же не относятся к числу престижных. Такая карьера мало кого привлекает. Соответственно школой обучение вряд ли закончится, нужно будет определиться, куда пойти учиться дальше, какую профессию получить. Кто-то воспринимает это как пугающую необходимость, а кто-то – как начало нового, интересного и волнующего этапа.

Отнесись к выбору профессии как к началу нового, интересного и волнующего жизненного этапа, а не как к пугающей необходимости.

Работа и все, что с ней связано, занимает в среднем примерно половину жизни человека! **Найти себя в мире профессий означает получить возможность достойно зарабатывать, чувствовать себя нужным людям, максимально полно раскрыть свои способности, получить почет и уважение.** Существует прямая зависимость между тем, насколько люди удовлетворены своей профессией, и тем, насколько счастливой они воспринимают свою жизнь. С одной стороны, выбор профессии – это всегда взгляд в будущее. Чем я хочу заниматься, чего и как достичь, с какими трудностями мне придется встретиться на выбранном пути? С другой стороны, это одновременно взгляд внутрь себя: каковы мои сильные и слабые стороны, что я готов преодолеть, чтобы добиться успеха? И в чем для меня состоит этот самый успех?

Главная сложность в выборе профессии заключается в том, что его обычно приходится совершать вслепую. Как правило, не удается на собственном опыте познать, что представляет та профессия, которую решаешь приобрести.

Горько осознавать, что несколько лет напряженной учебы прошли впустую. Как гласит известная поговорка, это выбор «кота в мешке». Чтобы не оказаться в подобной ситуации, к профессиональному самоопределению нужно подходить осмысленно и начинать думать о перспективах будущей работы еще в школе. Наши занятия призваны помочь осмысленно выбрать профессию, отвечающую твоим способностям и интересам, дающую возможность достойно жить и неплохо зарабатывать.

Наши встречи будут проходить 1 раз в две недели.

Прежде, чем перейти к разговору о том, как выбирать профессию, нужно определиться, что же означает само понятие – *профессия*. Происходит это слово от латинского *profession*, означающего публичное «выступление». Во времена Древнего Рима так называли род занятий, которому человек себя посвящал и о котором заявлял публично.

В современном обществе под профессией понимают такое занятие человека, которое:

- требует специальной подготовки, обучения.
- практикуется человеком регулярно.
- служит источником средств к существованию.

Профессию надо отличать от специальности и должности.

Специальность – это конкретный вид деятельности в рамках какой-либо профессии.

Должность – это конкретный трудовой пост в организации.

Диагностика профессиональной направленности (методика Дж.Голланда, модификация А.А.Азбель).

## **Занятие №2**

### **Игра "5 шагов"**

Цель: повысить готовность участников выделять приоритеты при планировании своих жизненных и профессиональных перспектив, а также готовность соотносить свои профессиональные цели и возможности.

Игра может проводиться как в кругу (для 6—12 участников), так и при работе с классом. Среднее время на игру — 30—40 минут. Процедура включает следующие этапы:

1. Ведущий предлагает группе определить какую-либо интересную профессиональную цель, например, поступить в какое-то учебное заведение, оформиться на интересную работу, а может даже — совершить в перспективе что-то выдающееся на работе. Эта цель, так как ее сформулировала группа, выписывается на доске (или на листочке).

2. Ведущий предлагает группе определить, что за воображаемый человек должен достичь эту цель. Участники должны назвать его основные (воображаемые) характеристики последующим позициям: пол, возраст (желательно, чтобы этот человек был сверстником играющих), успеваемость в школе, материальное положение и социальный статус родителей и близких людей. Это все также кратко выписывается на доске.

3. Каждый участник на отдельном листочке должен выделить основные пять этапов (пять шагов), которые обеспечили бы достижение намеченной цели. На это отводится примерно 5 минут.

4. Далее все делятся на микрогруппы по 3—4 человека.

5. В каждой микрогруппе организуется обсуждение, чей вариант этапов достижения выделенной цели наиболее оптимальный и интересный (с учетом особенностей обозначенного выше человека). В итоге обсуждения каждая группа на новом листочке должна выписать самые оптимальные пять этапов. На все это отводится 5—7 минут.

6. Представитель от каждой группы кратко сообщает о наиболее важных пяти этапах, которые выделены в групповом обсуждении. Остальные участники могут задавать уточняющие вопросы. Возможна небольшая дискуссия (при наличии времени).

7. При общем подведении итогов игры можно посмотреть, насколько совпадают варианты, предложенные разными микрогруппами (нередко совпадение оказывается значительным). Также в итоговой дискуссии можно оценить совместными усилиями, насколько учитывались особенности человека, для которого и выделялись, пять этапов достижения профессиональной цели. Важно также определить, насколько выделенные этапы (шаги) реалистичны и соответствуют конкретной социально-экономической ситуации в стране, т.е. насколько общая ситуация в обществе позволяет (или не позволяет) осуществлять те или иные профессиональные и жизненные мечты.

Вполне возможно проведение данного игрового упражнения и по другим процедурным схемам. К примеру, сначала каждый выделяет пять этапов на своих листочках, затем 2—3 желающих (добровольца) выходят к доске и выписывают свои предложения, после чего в общем, обсуждении рассматриваются по порядку этапы, выписанные этими участниками и выделяется наиболее оптимальный вариант.

В другом случае, можно сразу разбить учащихся на группы и предложить им (без индивидуальной предварительной работы) составить общий вариант программы достижения намеченной цели (выписать пять шагов-этапов) для данного человека.

Заполнение анкеты по профессиональному самоопределению воспитанника детского дома.

## Занятие №3

### Профориентационная игра "Цепочка профессий"

Цель: развитие умения выделять общее в различных видах трудовой деятельности.

Данное умение может оказаться полезным в случаях, когда человек, ориентируясь на конкретные характеристики труда, сильно ограничивает себя в выборе (как бы "заикливаясь" на одной - двух профессиях с этими характеристиками), но ведь такие же характеристики могут встречаться во многих профессиях.

Проводить игру лучше в круге. Число участников от 6—8 до 15—20. Время проведения от 7—10 до 15 минут.

Основные этапы:

1. **Инструкция:** "Сейчас мы по кругу выстроим "цепочку профессий". Я назову первую профессию, например, металлург, следующий назовет профессию, в чем-то близкую металлургу, например, повар. Следующий называет профессию, близкую к повару и т.д. Важно, чтобы каждый сумел объяснить, в чем сходство названных профессий, например, и металлург, и повар имеют дело с огнем, с высокими температурами, с печами. Определяя сходство между разными профессиями, можно вспомнить схему анализа профессии, например, сходство по условиям труда, по средствам и т.д.

2. По ходу игры ведущий иногда задаст уточняющие вопросы, типа: "В чем же сходство вашей профессии с только что названной?". Окончательное решение о том, удачно названа профессия или нет, принимает группа.

3. При обсуждении игры важно обратить внимание участников, что между самыми разными профессиями иногда могут обнаруживаться интереснейшие общие линии сходства. К примеру, если в начале цепочки называются профессии, связанные с металлообработкой (как в нашем примере), в середине — с автотранспортом, а в конце — с балетом (для подтверждения сказанного приводим пример подобной цепочки: металлург—повар - мясник - слесарь (тоже—рубит, но металл) - автослесарь - таксист – сатирик эстрадный (тоже "зубы заговаривает") - артист драмтеатра - артист балета и т.д.). Такие неожиданные связи между самыми разными профессиями свидетельствуют о том, что не следует ограничиваться только одним профессиональным выбором, ведь очень часто то, что Вы ищите в одной (только в одной!?) профессии, может оказаться в других, более доступных профессиях...

Опыт показывает, что обычно больше двух раз проводить игру не следует, т.к. она может наскучить игрокам.

Иногда сходство между профессиями носит почти юмористический характер, например что, может быть общего между профессиями водитель троллейбуса и профессор в вузе? Оказывается и у того, и у другого есть возможность выступать перед аудиториями, да еще у водителя троллейбуса аудитории бывают пообширнее (сколько людей только в часы пик через салон троллейбуса проходит?..). Если подростки указывают на подобные, или даже на еще более веселые линии сходства между профессиями, то ни в коем случае нельзя их осуждать за такое творчество — это один из показателей того, что игра получается.

Диагностика профессиональной готовности (Методика «Профессиональная готовность»).

Диагностика интересов и типологических особенностей личности (Опросник Юнга).

## Занятие №4

### Что такое успешный выбор профессии?

Какой выбор профессий следует считать успешным? Тот, при котором совпадут три В — Возможность, Влечение, Востребованность.

**Возможность** — наличие способностей именно к данной работе, соответствие особенностей личности специфике выбранной профессии, отсутствие медицинских или психологических противопоказаний к ней.

**Влечение** - желание выполнять конкретную работу, интерес к ней, увлеченность, направленность именно на эту деятельность.

**Востребованность** – потребность общества в работниках этого профиля. Определяется спросом на рынке труда и готовностью работодателей платить им достойную заработную плату.

Когда три **В** совпадают, человек доволен делом, которым занимается, своим местом работы, должностью, достижениями; видит перспективы для профессионального роста, зарабатывает на достойную жизнь. Увлеченность трудом и возможность раскрыть в нем свои способности ведут к тому, что труд оказывается результативным и достигается высокий уровень профессионализма. Как следствие, окружающие тоже довольны таким человеком и его делами, он пользуется заслуженным уважением. Получается заколдованный круг: если человек охотно выполняет востребованную в обществе работу, он достигает хороших результатов, обретает материальный достаток и признание окружающих, и, как следствие, его увлеченность трудом еще более возрастает.

Успешно выбранная профессия — та, которая соответствует возможностям человека, которой он увлечен и которая востребована обществом.

Расскажу о нескольких людях, с которыми мне довелось встретиться в жизни. Все они, похоже, успешно выбрали свои профессии.

*Даша парикмахер. Пять лет назад она была практиканткой в салоне красоты. Старательная способная девушка училась премудростям профессии с какой-то неутолимой жадностью. Она блестяще освоила специальность, приобрела постоянных клиентов и теперь работает в замечательном салоне в прекрасных условиях. При этом все время продолжает учиться самым новым технологиям, да и от работы получает подлинное удовольствие. И клиенты также остаются, довольны ее мастерством. Когда она перешла работать в другой, более престижный салон, расположенный в другом районе, многие ее прежние клиенты оказались готовы тратить время на то, чтобы ездить к ней стричься через весь город. Или вот, например, Евгений. то, что его жизнь будет связана с железной дорогой, он понял еще в 5 классе, когда пошел в кружок юных железнодорожников (причем выбрал сам, никто его к этому не подталкивал). Потом наступил черед железнодорожного института, аспирантуры. К тому же Евгений блестяще освоил компьютер. В результате он получил немало предложений по поводу работы. Ему есть из чего выбирать, и Евгений отдает предпочтение тому, что открывает больше шансов для профессионального (и материального!) роста. Работает много и с интересом, хорошо зарабатывает.*

Обрати внимание во всех этих примерах интерес людей к определенной деятельности и желание заниматься ею совпадают с **потребностями окружающих в результатах их работы**. Если такого совпадения нет - труд остается невостребованным и, как следствие, в конечном счете оказывается бессмысленным.

Хорошие работники умеют соизмерять свои интересы и желания с тем, что необходимо другим. И гораздо чаще именно такие люди достигают вершин карьерного роста. Успех сопутствует тому, чья заинтересованность в том или ином труде совпадает с потребностью окружающих в результатах соответствующей работы.

### **Построение карьеры.**

Карьерой называют путь человека в избранной им сфере деятельности.

Например: строительный рабочий- бригадир прораб - главный инженер строительной фирмы - директор строительной компании.

Или таким: лаборант- ассистент- доцент- профессор- академик.

Карьерный рост предполагает движение по службе, переход вверх по служебной лестнице. Всегда ли успешные люди проходят все возможные ступени? Вовсе нет. Подавляющее большинство из нас достигает вершины такой пирамиды, а остается где- то на промежуточных ступенях, и их такая ситуация многих людей вполне устраивает, ведь они хорошо и добросовестно выполняют свою работу. Карьера - (от франц., слова *carriere* –быстрый бег лошади). Успешная карьера, как правило, строится постепенно, по мере накопления у человека знаний, опыта, заслуг.

Когда психологи проводили исследование, в котором испытуемых просили подобрать ассоциации к слову **КАРЬЕРА**, оказалось, что чаще всего с ней связаны понятия «работа», «успех», «деньги». Но стремление достичь максимального успеха в избранной профессии присуще не всем людям. Многие продиктовано индивидуальными особенностями человека.

Кто-то на всю жизнь остается простым лаборантом или обыкновенной портнихой, не испытывая при этом отрицательных эмоций — нисколько не завидуя более успешным коллегам и не обижаясь на судьбу. А кто-то обладает, таким ненасытным стремлением к общественному признанию, известности и славе, что никакие достижения не приносят ему удовлетворения, потому что всегда находится кто-то, кто достиг большего. Такие люди готовы тратить на служебный рост колоссальные усилия, даже прекрасно сознавая, как сложно не только подняться по карьерной лестнице, но и удержаться на ее вершине. Ведь кто достиг верхних ступенек слишком быстро, не накопив достаточного опыта, — рискует полететь вниз.

Почему не все хотят делать карьеру? Некоторые люди, особенно представители старшего поколения, убеждены, что такое стремление не слишком приличествует человеку и предполагает недостойные формы поведения — кого-то «обойти», «подсидеть», «пройти по головам» и т. п. «Карьерист», в их устах, — слово осуждающее, даже ругательное. В советские времена этот стереотип усиленно пропагандировался; считалось, что «высовываться» нехорошо, негоже демонстрировать свое желание заняться более интересной работой, получить более высокую должность или лучшую зарплату. Теперь отношение к карьере постепенно становится иным, в глазах молодежи возрастает ценность индивидуальных успехов, «высовываться» считается вполне допустимым и даже нужным. Но для некоторых важнее просто заниматься любимым делом, а карьерное продвижение как таковое их не интересует, представляется пустой и бессмысленной тратой времени и сил. Наконец, для значительной части людей, особенно для девушек, на первом месте стоит личная жизнь, семья, а работа и карьера занимают в их системе ценностей второстепенное место.

Как правило, каждый из нас может без особого труда сказать об окружающих — кто сделал карьеру, кто нет. По каким признакам мы это опознаем? В ряде случаев карьерный рост проявляется в том, что тот или иной человек достигает должности, высокой по статусу; подразумевающей управление другими людьми: например, становится директором крупного предприятия, деканом или ректором в университете. Кто-то другой совершенствуется как профессионал, будучи высококомпетентным специалистом, но при этом занимаемая им должность не относится к числу высших по рангу и не связана с необходимостью управлять другими (например, профессор в университете или ведущий инженер-технолог на производстве). Поэтому говорят о двух разновидностях карьеры? административной (достижение высоких управленческих должностей) и профессиональной (обладание высоким профессиональным, мастерством и статусом). Попытки совмещать эти пути карьерного роста не всегда бывают, успешны: ведь когда человек с головой погружается в административную работу, у него уже не остается ни времени, ни сил для совершенствования в своей базовой профессии, все отдало управлению. А кто страстно и увлеченно служит своему делу, у того обычно нет ни сил, ни желания при этом еще и кем-то руководить, решать административные вопросы. Так» многие талантливые ученые, погруженные в свои исследования, воспринимают необходимость совмещать научную работу с заведованием лабораторией или кафедрой как досадную обузу.

Бывают и другие варианты карьеры. Например, для журналиста, телеведущего или артиста основной показатель профессиональной успешности — это не формальный статус (скажем, звание заслуженного артиста) а популярность у зрителей. "Сказать о таком человеке, что он сделал хорошую карьеру, можно в том случае, если, зрители начинают узнавать его на улицах. Главный критерий здесь — популярность, социальный успех.

При оценке карьеры учитывается и такой показатель, как материальный статус человека. Подчас именно это служит главным показателем: скажем, индивидуальный предприниматель или брокер на бирже повышают свой статус тогда и только тогда, когда растут приносимые им делом доходы. Хотя чаще все-таки повышение материального статуса бывает не самоцелью, а следствием профессионального роста и должностного продвижения.

Карьера не обязательно подразумевает работу на управленческих должностях. Есть и другие варианты ее построения.

Скорость карьерного роста. Как ты думаешь, до какого возраста человека можно считать молодым? Оказывается, ответ на этот вопрос часто зависит от специфики профессии. Взять, скажем, возраст 33 года, если такой человек будет претендовать на должность, например, менеджера по продажам, то ему почти наверняка откажут, сочтут безнадежным стариком. Ведь

на подобные должности обычно берут людей в возрасте не старше 30. А если он занимается научной работой и претендует на должность профессора? Скорее всего, ему тоже откажут. Почему? По противоположной причине: сочтут, что он слишком молод. «Молодой ученый» - это не только разговорное словосочетание, но едва ли не термин. В частности, исследователь до 35, а иногда даже до 40 лет может официально участвовать в программах поддержки научного Творчества для молодежи. Вряд ли молодой человек, выбравший научное поприще и желающий при этом побыстрее обрести самостоятельность в работе и заработках, сможет удовлетворить такие потребности раньше, чем в 30-35 лет.

Как правило, в тех профессиях, которым свойствен быстрый карьерный рост, столь же быстро наступает и «увядание». Например, это касается сферы бизнеса. Пожилых людей там почти не увидишь, а для некоторых видов бизнес - работы даже возраст 30 лет уже считается едва ли не «старческим». Самые же уникальные примеры — отдельные виды спорт»: так, в гимнастике максимальные достижения обычно приходятся на возраст 15-19 лет, а к возрасту 22-24 года карьера действующего спортсмена подходит к завершению. В то же время для профессий с медленным карьерным ростом характерно, что «у руля» находятся представители старшего поколения. Кстати, значительная часть современной молодежи отказывается от работы в сфере образования или науки не только по экономическим соображениям, но еще и потому, что здесь почти невозможно сделать быструю карьеру. Приобретение весомого профессионального статуса порой растягивается на десятилетия.

Выбираешь профессию, предполагающую медленный карьерный рост, — в молодости «звезды хватать с небес» тебе вряд ли удастся, зато в старости безработица не грозит. С быстрым продвижением — все наоборот.

Все ли профессии позволяют делать карьеру? Если говорить именно о профессиях, то перспективы! для карьерного роста есть практически во всех из них {хотя, конечно, неодинаковые). Если же говорить о должностях (конкретных трудовых постах), то среди них много таких, которые не предполагают карьерный рост при сохранении занимаемой должности, — он подразумевает переход на другую должность или вообще в иную сферу деятельности. Хотя помимо так называемого вертикального карьерного роста (повышение статуса), иногда говорят еще о горизонтальном (освоение новых видов работы без изменения своего статуса) и центростремительном (вхождение в более тесный контакт с начальством, но опять же без повышения в должности).

Пословица «Плох тот солдат, который не мечтает стать генералом» верна далеко не всегда, по крайней мере, с позиции работодателей. С одной стороны, тот молодой человек, который мечтает сделать хорошую административную карьеру и стать «генералом» (или крупным начальником, директором, академиком, главным режиссером театра и т. п.), постарается работать добросовестно, чтобы его повышали в должности. Скорее всего, он будет заинтересован в получении кого профессионального опыта, повышении своей квалификации, плане такой «солдат» действительно хорош. Но, с другой стороны может оказаться слишком амбициозным, нетерпимым к критике, воспринимать любую черновую работу как не соответствующую, его достоинству, проявлять склонность к конфликтам с сослуживцами и с начальством (поскольку будет явно или неявно бороться с ними за власть). Подобные недостатки во многих случаях «перевешивают» его достоинства.

Рассмотрим для примера ситуацию, владелец небольшого магазина ищет кандидата на должность продавца. Он проводит собеседование с претендентами, в ходе которого интересуется, и тем, каким они видят свое профессиональное будущее, кем хотят стать через несколько лет, каковы их амбиции. Так вот, умный работодатель вряд ли примет на работу того Продавца, который на вопрос «Кем бы вы хотели стать через год?» ответит: «Директором этого магазина!» И это вполне естественно — ведь если бы требовался директор, работодатель его бы и искал. А ему нужен всего-навсего продавец, который станет спокойно, качественно и без лишних амбиций выполнять свою работу, а не бороться за власть с существующим директором магазина. А если решение о приеме на работу новых сотрудников принимает сам директор? Он тоже вряд ли возьмет такого кандидата — зачем ему нужен конкурент?

Демонстрация своих карьерных амбиций не всегда приносит пользу при трудоустройстве. Пословица «Плох тот солдат, который не мечтает стать генералом» верна лишь отчасти.

## Направленность выбора

На ход профессионального самоопределения человека влияет множество факторов, наиболее важные из которых таковы:

- ◆ знания о профессиях и о том, насколько они востребованы;
- ◆ склонности (интересы, мотивы труда);
- ◆ способности, здоровье (внутренние возможности и ограничения);
- ◆ уровень притязаний и самооценка;
- ◆ мнение родителей, семьи;
- ◆ мнение сверстников;

Диагностика (Дифференциально-диагностический опросник - методика Е.А. Климова, модификация А.А. Азбель).

## Занятие №5

### Психологическая игра «ТОРГ»

**Цель.** Способствовать личностному самоопределению подростков; облегчить процесс самопознания и работы над собой.

**Задачи.** Важно, чтобы подросток: в игровой, непринужденной форме поработал над осознанием самого себя: задумался о своих «плохих» и «хороших» сторонах, разобрался в себе более глубоко; соотнес себя с другими людьми (сверстниками — партнерами по игре, взрослыми, литературными героями), осознав, каких качеств, имеющихся у других людей, ему не хватает; выстроил собственную индивидуальную программу выработки тех качеств, которых ему не хватает для успешности в жизни, в той или иной сфере деятельности, и получил «экспертную оценку» этой программы.

**Условия проведения.** Желательно проводить занятие с подростками 13–15 лет, которые уже достаточно хорошо знают друг друга. Количество участников 15–40 человек. Необходимо просторное помещение (желательно актовый или спортивный зал, холл).

**Оборудование.** Таблички из плотной бумаги размером примерно 7 x 15см (по 10 штук на каждого игрока); английские булавки; бумага формата А4; ручки, маркеры — для каждого участника; копировальная бумага — один лист для каждого участника игры.

**Время.** Может варьироваться от 1,5 до 2,5 часов.

#### **ХОД ИГРЫ**

##### **I этап.**

##### **Подготовительный (10 минут)**

Участники садятся в круг.

**Ведущий.** Ребята, сегодня мы с вами собрались поиграть в психологическую игру, которая называется «Торг». Это интересная игра, и, конечно, вы можете просто развлечься с ее помощью... Но если вы отнесетесь серьезно к тому, что здесь будет происходить, то сможете узнать про самого себя много нового, увидеть себя со стороны и даже попытаться измениться или, по крайней мере, начать работать над собой... Расскажите сейчас, пожалуйста, кто с каким настроением пришел сюда сегодня.

Каждый из ребят по кругу высказывается.

**Ведущий.** А сейчас каждый возьмите по листу бумаги и ручке. У вас будет 10 минут на следующее задание: написать 10 качеств, характеризующих вас как человека, как личность. Это могут быть любые качества, но обратите внимание — это должны быть качества внутренние, они не должны описывать внешность (например, «симпатичный»), не должны отражать социальное положение или какие-то успехи (например, «богатый», «отличник»). Постарайтесь написать такие 10 качеств, среди которых были бы и положительные, и отрицательные с вашей точки зрения, чтобы, глядя на свой список, вы могли сказать: «Да, это я, я — такой». Всем понятно? Приступайте и постарайтесь работать самостоятельно, серьезно, не бойтесь честно взглянуть на себя.

Ребята приступают к работе. Ведущий в это время подходит и смотрит на то, что получается. Его роль на этом этапе — отследить, не написал ли подросток внешнее качество, все ли ему понятно, и помочь подростку дать более четкое название.

**Ведущий.** Теперь взгляните еще раз на те 10 качеств, которые написали, еще раз удостоверьтесь, что это ваши качества, что вы достаточно объективно подошли к описанию себя. И когда будете в этом уверены, перепишите, пожалуйста, каждое из 10 ваших качеств на отдельную табличку. После этого прикрепите все ваши таблички булавками себе на одежду. После этого мы приступим ко второму этапу игры.

## **II этап. Основной (40–60 минут)**

**Ведущий.** Итак, каждый из вас описал себя, 10 качеств каждого из вас могут видеть другие ребята. Наверняка что-то вам нравится в себе, а от чего-то вам хотелось бы избавиться. Представьте, что сегодня у вас появилась уникальная возможность — поменяться качествами.

Посмотрите на своих знакомых ребят, у каждого из них есть 10 качеств, написанные на табличках. Каких из этих качеств у вас нет, но вам бы очень хотелось их иметь? Возможно, этому человеку по каким-то причинам «надоело» это его качество. А вы хотите избавиться от чего-то из своего «набора».

Тогда попробуйте заключить сделку! Поменяйтесь! Итак, у вас есть сейчас 15 минут на совершение обмена. Качества можно менять только одно на одно — просто поменяйтесь табличками! Думайте, что вам нужно, ищите эти качества у других людей, «сбывайте» свои!

Ребята начинают хаотично ходить по комнате, рассматривая таблички друг друга и совершая обмены. На этом этапе задача ведущего — стимулировать сделки, чтоб их было совершено как можно больше.

**Примечание для ведущего.** Скорее всего, на этом этапе довольно много ребят отнесутся к заданию несерьезно и будут менять «все на все» просто из интереса и азарта. Не препятствуйте этому, главная цель этого этапа игры — чтоб ребята вошли во вкус, научились совершать сделки, изучили «рынок качеств».

Примерно через 10–15 минут, когда ребята осуществили уже достаточно много сделок, ведущий останавливает игру и просит всех сесть на свои места.

**Ведущий.** Ребята, вы сейчас совершили много разных сделок. Остановитесь и обратите внимание, что за человек получился из вас! Вам нравится эта картина? Точно ли вам хочется быть именно таким?

Представьте сейчас этого человека в ваших повседневных делах — вот он такой общается с мамой, делает доклад на уроке, гуляет с друзьями... Нравится ли вам то, что получилось? Или вы бездумно разбазарили все, что у вас было? Отдали все, что просили другие?

Подумайте об этом. Может, что-то вам захочется вернуть из своих качеств? Может, получившаяся картина не совсем вас удовлетворяет?

У вас есть еще какое-то время на обмены — сделайте себя таким, каким хотите быть! А может, вы сами не понимаете, чего хотите? Тогда не торопитесь меняться — задумайтесь об этом еще раз.

Ребята продолжают совершать обмены. Ведущий на этом этапе наблюдает за ребятами, отслеживая, кто из них серьезно подошел к делу, а кто продолжает просто веселиться.

**Примечание для ведущего.** Вы можете попытаться повлиять на кого-то из ребят, кто не смог начать серьезную игру, поговорив с ним в таком ключе: ты можешь продолжать так же играть, но это твой шанс понять себя, понять, чего ты хочешь добиться, каким хочешь стать. Неужели в твоей реальной жизни все так нравится тебе?

Видя, что игра потеряла активность, ведущий останавливает игру.

**Ведущий.** Сейчас каждый из вас совершил определенное количество сделок. Что-то было легко, кого-то пришлось убеждать.

Обращаю ваше внимание, что далеко не все из вас эффективно использовали возможности рекламы как двигателя торговли! Сейчас посмотрите на качества, которые у вас есть, найдите среди них то, которое ну никак не удастся никому «продать», и подумайте над его рекламной кампанией.

Что такого хорошего есть в этом, казалось бы, отрицательном качестве? Кому оно может пригодиться?

Например, вы можете сказать, что лень помогает человеку не заниматься всякой ерундой, тратя свои силы попусту, и предложить ее человеку, про которого знаете, что он очень активный, постоянно во всем участвует и устает от этого.

Подумайте, как вы будете рекламировать свои «плохие» качества. Да и чтобы выменять у человека его «хорошее» качество, не мешает подумать, чем оно может мешать ему в его жизни... Устраивайте публичные аукционы, шумные рекламные кампании!

Проявите творчество, выдумку, посмотрите на каждое качество с разных углов зрения. Будьте активны — только тогда вы сможете получить все, что захотите!

**Примечание для ведущего.** На этом этапе игры предполагается, что ребята смогут по-новому взглянуть на стереотипные качества, увидеть их в новом свете. По большому счету, задача здесь — помочь ребятам увидеть себя по-другому. Этот этап помогает сделать самооценку подростков более адекватной, увидеть хорошие стороны «плохих» качеств и плохие — «хороших». Осознать, что во многом их позитивность и негативность зависит от того, как мы умеем их использовать в своих интересах.

Хорошо, если эта мысль так или иначе прозвучит у ребят, если нет — можно специально обсудить это во время или после игры — в зависимости от ситуации.

### **III этап Рефлексивный (30–40 минут)**

Когда ведущий видит, что сделки закончены, он предупреждает, что времени осталось 5 минут и у каждого есть последний шанс «построить себя идеального». После этого все рассказываются на свои места.

**Ведущий.** *Основной этап нашей игры закончился. За 20 минут вам надо ответить на следующие вопросы:*

1. Сложно ли было играть? Что самое приятное и самое неприятное было в игре?
2. Представляли ли вы четко перед началом обмена, какие качества хотите получить и от каких избавиться? Если нет, то когда это представление появилось?
3. Сильно ли изменился набор качеств по сравнению с первоначальным? Не жалеете ли вы о каких-то из своих качеств, которые обменяли?
4. Что изменилось в вашем представлении о себе? Что нового о себе вы узнали? Какие свои качества смогли увидеть по-другому?
5. Что нового вы узнали, поняли о других людях?
6. Как вы думаете — есть ли способ, не избавляясь от некоторого качества, сделать так, чтобы оно не так вам мешало? Нашли ли вы для себя в игре такой способ?
7. Смогли ли вы получить все качества, которые хотели? Что в окончательном портрете вас не устраивает?
8. Назовите как минимум одно качество, которое вы точно хотите иметь, но его по тем или иным причинам не удалось заполучить в ваш «портрет»? Почему вы не смогли его получить?
9. Как вы думаете, сможете ли вы реально стать таким человеком, каким вы стали в игре по своему желанию? Что для этого вам нужно сделать?

**Примечание для ведущего.** Проще будет, если вопросы будут напечатаны на листке и розданы каждому участнику игры.

После того как все ребята ответят на вопросы, проводится обсуждение по очереди с 1-го по

7-й вопрос. Обсуждение может быть организовано в зависимости от ситуации — каждый по кругу высказывает свое мнение или только желающие.

С ответов на 8-й и 9-й вопрос начинается заключительный этап игры.

### **IV этап. Заключительный (20 минут)**

**Ведущий.** *Каждый из вас написал качество, которое он не смог получить в торгах. Что это за качество?*

Ребята называют несколько качеств.

*Почему не удалось получить их, как вы думаете?*

Ребята высказывают версии.

**Примечание для ведущего.** Чаще всего среди таких качеств оказываются уверенность в себе, целеустремленность и другие качества, которых либо ни у кого нет, либо человек не захотел их отдавать.

Тогда ведущий говорит о том, что эти качества, пожалуй, одни из самых важных для достижения успеха в жизни и достать их таким легким путем невозможно.

**Ведущий.** *Что мы делаем, когда сумма денег так велика, что мы не можем взять ее у кого-то или быстро заработать? Мы идем в банк за кредитом! Вот и вы сейчас должны пойти в банк и написать заявление на кредит. Что должно быть в этом заявлении?*

*Во-первых, вы должны доказать банку, что этот кредит вам действительно крайне необходим, иначе вы его не получите. То есть вы объясняете как можно убедительнее и конкретнее, зачем вам нужно это качество (например, уверенность), что и каким образом она позволит вам достичь. Желательно, чтобы вы очень конкретно описали нужное вам качество, возможно приведя в пример того или иного литературного или исторического персонажа, у которого оно было/есть.*

*Во-вторых, вы должны доказать банку свою платежеспособность. В нашем случае — вы объясняете, что будете делать, чтобы заработать это качество (в чем участвовать, какие дела и т.д.), и описываете шаги, которые уже сделали на этом пути. То есть рисуете идеал, который себе построили, и рассказываете, что планируете сделать для его достижения.*

*Итак, приступайте к написанию заявления в банк. От того, как убедительно и конкретно вы опишете эти два пункта, будет зависеть ваша последняя удача или неудача в игре — получение кредита или отказ.*

Итак, ребята садятся и пишут заявление в банк в форме стандартного заявления с подписью в конце (причем пишут под копирку, чтобы было 2 экземпляра).

**Примечание для ведущего.** По сути, этот этап позволяет подростку простроить примерный план работы над собой. Он должен осознать, что для получения такого качества, как, например, ответственность, он должен браться за дело и доводить его до конца. А для получения такого качества, как уверенность, ему, возможно, придется бороться со своей застенчивостью и усилием воли заставляя себя играть лидерские роли.

А может, он осознает необходимость работы с психологом для решения своих личностных проблем, которые мешают ему стать уверенным. Кто-то, вероятно, решит пойти на тренинг общения и т.д.

Суть этого этапа в том, чтобы каждый наметил себе определенный *свой* план и в этом смысле запустил процесс самоопределения и работы над собой. Форма заявления в банк позволяет сделать написание этого плана просто необходимым и для того, чтобы выиграть, — ведь кредит получит не каждый.

Заявления сдаются «в банк на рассмотрение» (отдаются ведущему). Игрокам говорится, что все заявления будут рассмотрены и вынесено решение по каждому — удовлетворить ли просьбу в кредите.

Ведущий еще раз подчеркивает основания для принятия решения: насколько убедительно человек смог описать необходимость для него определенных качеств и насколько четко он осознает, что нужно ему сделать для их получения. По сути, выясняется, смог ли человек глубоко поработать над собой...

Назначается встреча через неделю, где будут сообщены результаты.

**Примечание для ведущего.** Отсроченная встреча нужна специально, чтобы сработал еще один эффект. Когда человек ждет рассмотрения своего дела, он волей-неволей снова и снова думает, все ли он хорошо написал. В нашем случае подросток имеет шансы еще раз «прокрутить в мозгу» свою программу развития, осознав, чего он недописал-недопонял в тот момент.

По окончании 4-го этапа проводится краткая рефлексия всей игры. Каждый участник по кругу высказывается произвольно или на тему «Что мне дала эта игра?».

**V этап.**

**Отсроченный (30-минутная встреча через неделю)**

На этой встрече каждый участник получает свое заявление, на котором написано заключение и объяснена причина того или иного решения «банка». После этого ведущий просит каждого подростка высказаться: насколько неожиданным было для него это решение банка и почему? Что происходило с ним за эту неделю? Какие еще мысли появились после игры?

Возможны также одна или несколько встреч через 2–3 месяца, которые можно организовать в форме «отчета за использование кредита». Получившие кредит могут рассказать, что сделано, а

что нет и почему. Здесь можно дать возможность написать заявление на кредит тем, кто не получил его в первый раз.

## Занятие №6

### Ошибки в выборе профессии

Отождествление профессии со школьным предметом. Нет таких профессий» как физик, историк или литератор! Это области знания и направления, по которым можно продолжить образование, отнюдь не сами профессии и тем более не должности. Кем может стать, например, человек, получивший образование по Направлению прусский язык и литература»? Учителем и школе? Литературным редактором? Писателем? Работником библиотеки? Корректором (работником, ликвидирующим орфографические и грамматические ошибки). Научным сотрудником в Институте? Преподавателем русского языка? Это все равные профессии, и все они не очень-то походки на ту работу, которую выполняют на уроках литературы.

Одно дело - эмоционально обсуждать на уроках поступки литературных героев, совсем другое - зарабатывать на жизнь тем, что читать каждый день сто страниц текста готовящихся к печати книг, исправлять в них все орфографические ошибки и редактировать неудачные фразы.

А еще часто бывает так, что стирается граница между интересом к учебному предмету и к человеку, который этот предмет преподает. Понравился какой-то учитель в школе (например, потому, что красиво и эмоционально преподносит материал, уважительно относится к ученикам) - нравится и предмет. Если такой интерес принимается за склонность к профессии — велик риск ошибиться.

Так же ориентация на мнение случайных людей, имеющих весьма скудные представления о той профессии, к выбору которой они тебя подталкивают. Порой окружающие очень любят раздавать советы, а кем быть, даже если их собственные представления о мире профессии и ограничиваются лишь бытовыми, стереотипными суждениям! В принципе, дать обоснованный совет, подходит ли человеку какая либо профессия, может лишь тот, кто очень хорошо знает и ее сам (обладает опытом работы в этой сфере), и человека. Дельный совет призван давать тот, кто специально изучал мир профессий. А как ты думаешь, чем руководствуются люди, любящие раздавать советы о том, что предпочесть? Далеко не всегда это желание оказать реальную помощь, даже если тебе настоятельно советуют твои близкие друзья. Порой это продиктовано стремление реализовать через тебя какие-то свои амбиции. «Ну ладно, из меня спортсмен не получился, но уж сына-то я чемпионом сделаю: «Как это — меня в художественное училище не взяли, а моя подружка туда поступит: Уговорю я ее учиться не на художника, а на маляра».

Склонность к профессии — велик риск ошибки. Хотя встреча с талантливым и заинтересованным учителем иной раз может помочь в раскрытии способностей.

Ориентация на мнение случайных людей, имеющих весьма смутные - представления о той профессии, выбору которой они подталкивают. Ведь как гласит народная мудрость, нельзя советовать в двух вопросах: с кем человеку быть и кем ему быть.

Далеко не всегда это желание оказать реальную помощь, даже если тебе настоятельно советуют твои родственники. Порой это продиктовано стремлением реализовать через тебя какие-то свои амбиции. «Ну ладно, из меня спортсмен не получился, но уж сына-то я чемпионом сделаю!» Или, человеческая зависть: «Как это — меня в художественное училище не взяли, а моя подружка туда поступит?! Уговорю-ка я ее учиться не на художника, а на маляра».

Выбор профессии по внешнему впечатлению о ней, без учета того, чем реально предстоит заниматься большую часть рабочего времени. Во многих видах деятельности на виду оказывается лишь «вершина айсберга», но не столь заметна гигантская подготовительная работа, которую приходится проделывать, чтобы на эту вершину попасть.

ответственность за свой шаг. Неопределенность жизненной перспективы вызывает тревогу, а принимать какое-либо решение все равно приходится. И в такой ситуации хочется быть рядом с тем, кто в себе уверен, кто уже все решил и убежден в. правильности намеченного. А дальше, все зависит от удачи: «ели довезло и избранная ради компании профессия отвечает интересам и способностям человека, то все складывается хорошо, а если

нет — уже через год-полтора учебы в вузе, техникуме или колледже возникает разочарование, недовольство, желание «начать все с белого листа».

Недостаточный учет своих способностей. Великий русский баснописец И. А. Крылов в басне «Скворец» говаривал так:

У всякого талант есть свой;  
Но часто, на успех прельщался чужой,  
Хватается за то иной,

В чем он совсем не годен. А помнишь «Моцарта и Сальери» А. С. Пушкина? Сальери музыкальными талантами не блистал, но «усильем, напряженным постоянством сделался ремесленник» и даже получил на этом поприще. Известность. Но при встрече с действительно талантливым Моцартом он почувствовал свою полную несостоятельность, испытал жгучую зависть, и не нашел ничего лучшего, чем отравить своего конкурента. Конечно, этот литературный пример в историческом смысле неточен, легенда об отравлении Моцарта, по данным современной науки, подтверждения не находит. Однако описанная ситуация противоречия упорства и таланта в том или ином виде встречается в жизни многих людей. При огромном желании, потратив много времени и колоссальные силы, можно стать специалистом даже в том, к чему у тебя способностей нет совершенно (в конце концов, Сальери тоже стал композитором!). Вот только весьма посредственным. А будь эти усилия приложены к тому, что соответствует способностям, достигнутые результаты оказались бы куда лучше. Говоря языком физики, чем больше твои способности к какому-либо виду деятельности, тем выше у тебя будет коэффициент полезного действия при обучении работе по соответствующей специальности. Мы еще поговорим о том, что такое способности, какие они бывают и как их в себе обнаружить.

Перенос отношения к человеку на отношение к его профессии.

Бывает, что профессия начинает нравиться потому, что ею обладает человек, который тебе симпатичен. Скажем, юноша решает пойти учиться на геолога, потому что среди знакомых его семьи есть один геолог - колоритный бородатый дядечка, увлекающийся путешествиями, объездивший полмира и очень красочно рассказывающий обо всем увиденном. И уже поступи на такую специальность в вуз, молодой человек мало-помалу обнаруживает для себя, что труд геолога отнюдь не сводится к путешествиям и предполагает достаточно много «кабинетной» работы. А если геологи в рабочее время и путешествуют, то, как правило, не в Таиланд или на Тибет, а куда-нибудь в глухую сибирскую тайгу, на разведку нефтяных месторождений. Молодого человека ничего из этого, как выясняется, не интересует и, не отвечает его способностям. Путешествия же, которые столь ярко живописал знакомый, вообще не связаны с его профессией, он предпринимал их за собственные деньги, во время отпусков. Интерес к незнакомому с его досужими рассказами (по сути — к стилю жизни этого человека) был ошибочно принят за интерес к профессии.

А бывает и наоборот: одна-единственная встреча с неприятным, отталкивающим представителем какой-либо профессии может настроить человека против этого, рода занятий как такового. Например, кто-то очень хотел быть врачом, интересовался медициной и обоснованно считал, что способен ее освоить. Но потом попал ненароком в больницу, где его лечащий врач оказался грубым, хамоватым и некомпетентным. Вполне возможно, что после этого будет решено: «Не пойду в медицину — не хочу быть похожим на него!». Но ведь вполне возможна и прямо противоположная реакция: «Пойду в медицину, чтобы стать хорошим врачом, ничем не похожим на этого!» Внешние обстоятельства еще не определяют поведение — человек сам решает, какие выводы из них сделать.

## Занятие №7

### Почему нет идеальных профессий или о теневой стороне труда

Вы можете иметь искаженное представление о профессии. Чаще всего человек не знает (или до определенного момента не хочет знать) об объективных минусах выбираемой профессии, судит о ней по информации из рекламы, фильмов. Идеальных профессий не бывает — любая имеет свои положительные и отрицательные стороны. Но для людей с разными желаниями и внутренними ресурсами одни трудности представляются непреодолимыми, а другие вполне

терпимыми. Современные исследователи мира профессий выделяют несколько наиболее распространенных типов профессиональных трудностей.

К таким трудностям можно отнести сложности с трудоустройством. Они могут возникнуть не когда человек выбирает профессию, а, например, позже, к моменту окончания учебного заведения. Можно ли предсказать возникновение такого препятствия? Наверное, да. Если все вузы станут включать в свои программы специальность «юрист», то можно ожидать, что лет через шесть рынок труда будет наводнен юристами. В то же время, не всегда можно предсказать рост спроса на специальность.

Еще одной распространенной проблемой становится длительное время профессиональной подготовки (например, врач, чтобы стать практикующим специалистом, должен учиться не менее восьми лет). Потратите ли вы столько времени на свою подготовку? ведь это может отразиться на планах личной жизни. Есть профессии, которые требуют длительного и напряженного обучения, но не сразу начинают приносить доход. Наиболее длительное время профессиональной подготовки требуется людям интеллектуального труда. Деятельность ученого требует не только высшего образования, но и длительного обучения по окончании «вуза» например, в аспирантуре или докторантуре.

Не менее распространена Проблема, согласования профессиональных и личных планов. Многие профессии требуют ненормированного рабочего дня что препятствует организации личной жизни. К ним можно отнести профессии врача, педагога, крупного руководителя. Есть профессии, которые приносят много радости, но не всегда бывают достаточно денежными (или достаточно денежными с самого начала), чтобы человек мог достойно содержать семью. Таким образом, многие профессии существенно затрудняют настроение личной жизни. Хотя, с другой стороны, исследования подтверждают, что профессионально состоявшиеся женщины становятся более ответственными матерями, умеющими находить баланс между опекой и предоставлением независимости.

Неопределенность в планировании карьерного роста — один существенный недостаток. Например, в профессии педагога гораздо меньше вариантов для построения карьеры, чем в профессии менеджера. Есть профессии, в которых много разнообразных возможностей, хотя человек и может испытывать дискомфорт от необходимости все время выбирать направление дальнейшего движения по карьерной лестнице. К таким профессиям можно отнести юриста, менеджера, экономиста. А есть профессии, в которых таких вариантов немного, зато понятно — в жарком направлении двигаться. Тот же педагог может строить административную карьеру — стремиться занять место завуча, директора, инспектора, наконец, министра образования (или служащего Министерства образования). Другим вариантом карьеры педагога является разработка своей технологии обучения, создания обучающей программы. Педагог может строить и полупрофессиональную карьеру, если будет ориентирован на частное образование, создание собственной школы или учебного центра. Каждый человек выбирает для себя — что для него приемлемо: иметь много возможностей для построения карьеры, но не иметь никаких гарантий или иметь определенные варианты, пусть ограниченные, но гарантированные.

Нельзя забывать и о том, что карьерный рост в каждой профессии тесно связан с фактором возраста и пола. В одних профессиях можно делать карьеру и очень молодым (например, в сфере юридических услуг, банковском деле), в других — достигнув определенного возраста (в политике и государственной службе существует понятие возрастного ценза, т.е. того возраста, с которого можно начинать движение по карьерной лестнице). Вообще, работа в государственных структурах более требовательна к возрасту служащих, тогда как в частном секторе гораздо важнее опыт работы специалиста при оценке его карьерных возможностей, а возраст и профессиональный стаж — не всегда взаимосвязанные величины. Несмотря на то что эмансипация затрагивает многие сферы жизни, женщине не всегда удается сделать карьеру в сфере технического производства, политического управления. Мужчине, в свою очередь, тоже не так легко пробиться в сфере социальных услуг.

Трудность в оценке результатов труда составляет наибольшую проблему для ответственных людей. Есть много профессий, в которых результат труда — налицо, сделал и полюбился тем, что сумел, но есть профессии, в которых, несмотря на сильную занятость и значительные затраты сил, результат труда увидеть сложно. Эта ситуация может отрицательно сказываться на человеке. Какие профессии чаще всего связаны с этой трудностью? В первую очередь, это

медицинская и социальная помощь людям, ведь не всегда усилия профессионалов увенчиваются успехом. Отложенный во времени результат труда характерен для профессий, связанных с целью преобразования человеческого сознания.

Наконец, есть профессии, в которых высока степень риска для здоровья, как физического, так и психологического. Моральные нагрузки профессии иногда тяжелее переносить, чем физические. Человек адаптируется к ним не самым лучшим образом — становится более черствым, невнимательным. Иногда именно вследствие моральных нагрузок люди начинают расслабляться с помощью алкоголя. Практически любая профессия имеет свою цену в виде профессиональных болезней — поэтому нужно быть готовым к тому, чтобы найти пути компенсации затрат. Любые объективные характеристики профессии, в том числе и ее минусы, приобретают значение в связи с индивидуальными особенностями человека. Если у человека есть предрасположенность к тому или иному заболеванию, то профессия может усилить ее или не дать ей развиваться. Если человек честолюбив, стремится к построению карьеры, то он не может ограничиваться профессией и образованием, где все возможности для карьерного роста четко расписаны. Поэтому, оценивая объективные отрицательные стороны, нужно обязательно посмотреть на особенности — причем, конечно, не только на слабости ограничения, но и свои возможности: Ведь если профессия вам очень нравится, а ее недостатки смущают, можете подумать, что им противопоставить.

### Выбор профессии.

Типичные недостатки	Профессия, в которых данные трудности представлены		
	очень сильно	на среднем уровне	слабо или их вовсе нет
1	2	3	4
Степень риска для физического здоровья	Пожарник, спасатель, милиционер, журналист, летчик, моряк	Водитель автотранспорта, спортсмен, врач, программист	Писатель, художник, композитор
Психологические нагрузки	Врач-хирург, руководитель крупной организации, тренер, артист	Юрист, педагог, психолог, специалист в области автотранспорта	Дизайнер, художник, программист
Ненормированный рабочий день (думаешь о работе даже дома, приходится брать работу домой)	Ученый, педагог, сотрудник службы спасения (скорой помощи), артист, менеджер, журналист, писатель	Переводчик, диктор радио и телевидения, программист, секретарь-референт, личный водитель	Работа на производстве, технический ремонт, деятельность, которая не требует особого творческого подхода

Длительное время профессиональной подготовки	Врач, юрист, исследователь, экономист	Психолог, руководитель	Деятельность, которая требует высшего образования
Трудно добиться профессионального успеха (затруднен карьерный рост)	Переводчик, секретарь, артист театра, кино, цирка, педагог, профессии со средним образованием	Педагог, психолог, менеджер среднего звена (менеджер средней специализации), журналист	Менеджер, юрист, экономист, политолог
Жесткий контроль со стороны других	Работа в организации безопасности, армии, в охранном агентстве, на высокоточном производстве, в торговле	Юрист, врач, педагог, психолог, специалист в области технического творчества	Художественное творчество, предпринимательство

Попробуйте по шкале от 0 до 4 (0 — самый низкий балл, 4 — самый высокий) оценить каждую из трудностей по профессии, которую вы выбрали.

Особенности профессии

Профессиональная неприятность или трудность	Оценка
Степень риска для физического здоровья	
Психологические нагрузки	
Ненормированный рабочий день (думаешь о работе даже дома, приходится брать работу домой)	
Длительное время профессиональной подготовки	
Трудно добиться профессионального успеха (затруднен карьерный рост)	
Жесткий контроль со стороны других	

Определите, какие трудности профессии вы оценили выше всего. Попробуйте ответить на вопросы:

- как бы вы преодолели негативные стороны профессии;
- какие ваши личностные качества помогут примириться с трудностями, а какие — обострить их проявление;
- наличие какой трудности в выбранной профессии кажется вам наиболее неприятным.

## Занятие №8

### Профориентационная ролевая игра для старших воспитанников детского дома «Я поступаю учиться»

В семье дети естественным образом приобщаются к жизни, ежедневно проживая истинные отношения, приобретая опыт оценок, суждений, поведения в реальной действительности.

Воспитанники детского дома закрытого типа лишены этой возможности. Они живут в изоляции от внешнего мира, в связи с чем испытывают дефицит общения, эмоциональных переживаний, недостаток информации об окружающих предметах и явлениях. Выходя в самостоятельную жизнь, дети, лишенные попечения родителей, оказываются неподготовленными к большинству жизненных ситуаций, очень трудно адаптируются в новых для себя условиях.

**Цели:** уточнить и конкретизировать профессиональный выбор подростков, активизировать их интерес к будущей профессии, смоделировать варианты поведения в проблемных ситуациях, развивать уверенность в себе.

**Оборудование:** заготовка бюллетеня, фломастеры, билеты с заданиями-ситуациями, таблички с указанием ролей (для взрослых), табло результатов, индивидуальные маршруты участников, автобиографии участников (готовятся заранее в группе вместе с воспитателями).

**Условия проведения:** перед игрой из группы выбираются 6 абитуриентов, а также 3 человека в пресс-группу. Остальные воспитанники распределяются между «поступающими» в качестве активных болельщиков.

В игре также участвуют взрослые, которые выступают одновременно и как жюри, и как действующие лица игры. Взрослых участников шестеро, четверо из них — люди, хорошо знакомые детям (воспитатели, учителя, представители администрации детского дома), а двое — совершенно чужие. Перед каждым из взрослых ставится табличка с указанием той роли, которую он исполняет в игре: директор детского дома, секретарь приемной комиссии, директор училища, комендант общежития, диспетчер АТП, милиционер.

Кто-нибудь из взрослых может быть приглашен дополнительно для работы с детьми в пресс-группе. Задача пресс-группы — вынести результаты прохождения участниками-абитуриентами этапов игры с бланков жюри на общее табло, подсчитывать сумму баллов, а также оформить готовый бюллетень игры, в котором обязательно отразить наиболее интересные и удачные моменты и поздравить всех участников с достигнутыми успехами (форма бюллетеня с рамками, иллюстрациями должна быть приготовлена заранее).

В течение игры каждый член жюри заполняет бланк, в котором ставит за один этап один балл только одному из шести участников — наиболее отличившемуся.

#### *Бланк для жюри*

Участник	1	2	3	4	5	6
Этапы						
1						
2						
3						

#### **ХОД ИГРЫ**

##### **I этап**

**Задача:** добраться до своего учебного заведения при условии, что тебя никто не сопровождает и у детского дома нет возможности доставить тебя прямо на место.

Каждый участник подробно объясняет свой маршрут от дверей детского дома до выбранного им учебного заведения (лучше, если участники заранее смогут начертить маршрут на ватмане и проследить свой путь с помощью указки). Участники выступают по очереди.

Затем абитуриентам предлагаются вынуть билет и найти выход из описанной в нем ситуации.

**Билет № 1.** Автобус под нужным тебе номером пошел не тем маршрутом, и ты едешь в неизвестном направлении. Что ты будешь делать?

**Билет № 2.** Твой автобус ушел на 10 минут раньше, и ты не знаешь, когда будет следующий. Как поступить и что делать с не пригодившимся билетом?

**Билет № 3.** По дороге ты познакомился с мальчиком, который стал уговаривать тебя отложить поездку и пойти с ним. Как ты себя поведешь?

**Билет № 4.** Ты не рассчитал и вышел не на своей остановке. Что делать?

**Билет № 5.** Ты приехал по верному адресу, но оказалось, что нужного тебе учебного заведения в этом здании уже нет. Что делать дальше?

**Билет № 6.** Ты потерял деньги и обнаружил это перед самым отходом автобуса. Что делать?

Ситуации разыгрываются. В роли кондуктора, диспетчера, милиционера и т.д. выступает жюри. Жюри заполняет бланки протоколов. Результаты выносятся на общее табло.

### **II этап**

**Задача:** сдать документы в приемную комиссию и устроиться в общежитие.

Каждый участник по очереди выступает с заранее подготовленной автобиографией. Затем игрокам вновь предлагаются билеты с ситуациями.

**Билет № 1.** Набор в группу, которую ты выбрал, уже закончен. Твои действия? К кому, как ты думаешь, ты мог бы обратиться?

**Билет № 2.** В приемной комиссии тебе предложили изменить свой выбор и записаться в другую группу. Твое решение?

**Билет № 3.** У тебя оказались не все документы, которые требуются. Как выйти из такой ситуации?

**Билет № 4.** Дверь с надписью «Приемная комиссия» закрыта. Что делать?

**Билет № 5.** Тебе нужен ордер, чтобы поселиться в общежитии, а также ключ от комнаты, постель и белье. Твои действия?

**Билет № 6.** Комната, которую тебе выделили в общежитии, тебя не устраивает. Кому и как ты будешь высказывать свои претензии?

Ситуации разыгрываются. Роли директора училища, секретаря приемной комиссии, коменданта общежития, кастелянши распределяются между членами жюри. По окончании этапа жюри заполняет бланки протоколов. Все результаты помещаются в общее табло.

### **III этап**

**Задача:** пройти собеседование. Участники по очереди отвечают на вопросы членов жюри, которые на этом этапе играют роль приемной комиссии. Примерные вопросы:

— Почему ты выбрал именно эту профессию?

— Какие способности помогут тебе овладеть этой профессией?

— Были ли у тебя запасные варианты или сомнения, куда идти учиться?

— Как ты представляешь себе работу по этой специальности?

— Кто помог тебе в выборе профессии?

— Какое качество ты считаешь самым важным для успешной учебы и работы по этой специальности?

По окончании этапа жюри заполняет бланки протоколов. Результаты заносятся в общее табло.

### **Подведение итогов**

Пока суммируются баллы в общем табло, членам жюри предоставляется возможность высказаться по каждому этапу, акцентировать внимание на наиболее удачных действиях участников, отметить усилия каждого абитуриента, поделиться общим впечатлением от игры (1-е подведение итогов).

Затем оглашаются суммы баллов, набранные участниками за игру. Выявляется победитель (2-е подведение итогов).

Последней итоги своей работы представляет пресс-группа. Она вывешивает красочно оформленный итоговый бюллетень игры и комментирует те моменты и цитаты из ответов участников, которые запомнились и были использованы в бюллетене (3-е подведение итогов).

Затем следует награждение победителей и обсуждение игры уже всей группой старших воспитанников.

## Занятие №9 На распутье

Вы вступаете в наиважнейший период своей жизни: девятым классом заканчивается общее обязательное образование (основная школа).

По окончании 9 класса вам нужно будет выбирать путь дальнейшей жизни.

Вы должны будете сделать выбор между тремя ориентациями:

- общим образованием (продолжением учебы в школе, а затем в вузе)
- профессиональным образованием (поступлением в техникум, профессиональное училище, колледж)
- трудом без специальной профессиональной подготовки.

Это и есть самая трудная задача для нынешнего учебного года- определить путь жизни, путь дальнейшего совершенствования. Но выбор профессии — это ещё не всё, что вам придётся выбирать, в чём самоопределяться.

**Самоопределение** — это и выбор профессии, и определение перспектив внепрофессиональной деятельности, и семейные планы, и выбор жизненной позиции. Сущность самоопределения в подростковом возрасте состоит в том, чтобы вы встали на внутреннюю позицию взрослого человека, осознали себя в качестве члена общества, определили себя в мире, то есть поняли себя и свои возможности наряду с пониманием своего места и назначения в жизни.

Для будущего очень важно уже сегодня определить, что делать завтра, и начать готовить себя к этому завтра. Но определить это бывает очень трудно, здесь не исключены ошибки. Наша задача — подготовить себя к будущему так, чтобы избежать крупных ошибок.

Определение себя в мире идёт в форме диалогов: диалога с самим собой, диалога с окружающими людьми, диалога с миром в целом.

Общество заинтересовано в том, чтобы процесс самоопределения совершился у человека как можно раньше, желательнее во время обучения и по окончании основной и старшей школы.

В сегодняшних условиях экономического и социального кризиса велика вероятность случайного выбора, когда он происходит под действием сложившихся обстоятельств, текущей ситуации. А это приводит к ошибкам, разочарованиям, жизненным драмам.

### Упражнение-тест «Я определяюсь в этом мире»

Чтобы получить общее представление о содержании и о своём уровне самоопределения, заполните анкету, оценив себя по всем позициям (в пятибалльной шкале ДА — 5 баллов, НЕТ — 1 балл); подсчитайте общий средний балл.

Определились ли вы в своих жизненных выборах?		
Я знаю (определился), кем быть	5432 1	не знаю
Уровень моих знаний для выбранной профессии достаточен	54321	недостаточен
Я готовлюсь к своей профессии изо дня в день	54321	не готовлюсь
У меня есть идеал дружбы	54321	нет
У меня есть идеал любви	54321	нет
Считаю себя патриотом	5432 1	не считаю
Я знаю, каким быть	54321	не знаю

У меня есть вера	54321	нет
Я знаю, чего я стою (свои возможности)	54321	не знаю
Я готовлю себя к будущему	54321	не готовлю

В этом и будет состоять «проблема № 1 года»: выбрать, определить свою дальнейшую дорогу после девятого класса, причём выбрать сознательно, с учётом всех «за» и «против», исходя из своих сил и способностей.

### **Упражнение «Дороги, которые мы выбираем»**

Разберите по рисунку 3 возможные варианты вашего жизненного пути (развития) после окончания основной школы.

Сделать рисунок.

## **Занятие № 10**

### **Защита профессий**

Для подготовки к «защите» выбранной вами профессии рекомендуется составить её профессиограмму.

**Профессиограмма** — это характеристика профессии с требованиями, которые она предъявляет к личности работника.

Чтобы профессиограмма отражала истинное положение дел, надо стараться получить как можно больше сведений о той или иной профессии. Источниками могут служить описание в различной литературе, экскурсии, беседы со специалистами, просмотр научно-популярных, документальных фильмов.

Работа по составлению профессиограммы позволяет глубже узнать содержание будущей профессии, оценить свою профессиональную пригодность. Кроме того, она поможет определить и те качества, которые нужно развивать у себя.

Профессиограмму желательно составлять по такому плану:

#### **1. Общие сведения о профессии:**

- возникновение профессии, изменения её содержания;
- смежные профессии;
- перспективность роста квалификации;
- спрос на профессию в вашем городе (районе).

#### **2. Характеристика процесса труда:**

- важнейшие технологические операции;
- орудия труда;
- рабочее место;
- рабочая поза, преобладающие движения при труде;
- продукция;
- характер работы (монотонный или разнообразный, переменный);
- в чём и как проявляется утомляемость после работы.

#### **3. Санитарно-гигиенические условия труда:**

- режим труда и рабочий ритм;
- медицинские противопоказания;
- основные меры по охране труда;
- возможные производственные травмы, профессиональные заболевания.

#### **4. Сведения о профессиональной подготовке:**

- пути получения профессии и характеристика учебных заведений;
- условия поступления;
- продолжительность обучения;
- основные изучаемые дисциплины;
- квалификация выпускника учебного заведения;
- перспективы профессионального роста или продвижения;

- продолжительность отпуска.

#### 5. Обоснование выбора профессии:

- чем нравится эта профессия;
- что она даёт вам и другим;
- насколько нужна эта профессия сегодня и как востребована ;
- насколько эта профессия подходит вам и насколько вы подходите к ней ;
- что вы сейчас делаете для подготовки к этой профессии;
- имеете ли вы резервные варианты выбора на случай неудачи по основному варианту;
- кто и что может помешать вам в реализации ваших профессиональных планов;
- как вы собираетесь преодолевать эти внешние препятствия.

#### Практическое задание

Составьте реферат «Моя будущая профессия», в котором опишите избираемую вами будущую профессию (специальность). Придерживайтесь вышеприведённого плана. Подготовьтесь к публичному выступлению-защите.

К защите подготовьте плакат (Я-профессионал), составьте памятку о своей профессии, список рекомендуемой литературы.

#### Ситуация-проба «Можно ли обойтись без профессии»

Один человек считает: «В жизни можно обойтись и без всякой профессии, можно даже вообще не работать (не трудиться)».

**Задание.** Опровергните это высказывание. Кто такие «вообще не работающие» в нашей жизни?

#### Социально-приемлемые позиции:

- ориентировка на общественно полезную деятельность;
- потребность в реализации интересов в деятельности;
- осознание важности не только выбора профессии, но и самоопределения.

#### Ситуация-проба «Отношения и поступки»

Две подруги делятся своим недовольством по поводу работы. Одна жалуется, критикует всех и вся, ненавидит шефа, но продолжает ходить на работу к уходить не собирается. Другая настроена уйти, хотя с работой справляется, но говорит: «Что зря сидеть на одном месте всё равно ничего не светит». Она считает что ей опять не повезло: «Другие вообще ничего не делают, а получают - ого!»

**Задание.** Рассудите, кто из подруг поступает правильнее.

#### Социально-приемлемые позиции

- отказ от бесполезной критики и зависти;
- • трудолюбие и ответственность
- работа над собой;
- • разумная инициатива.

## Занятие №11

### Профориентационная игра "Спящий город"

Цель: повышение уровня осознания особенностей трудовой деятельности в наиболее престижных на данный момент сферах деятельности с учетом специфики переживаемого страной периода.

Игра может быть проведена как с группой в 12-30 человек рассчитана на учащихся 9—11 классов. Игровая процедура построена по принципу традиционных деловых игр и включает следующие основные этапы:

1. Общая инструкция: “В некотором городе (если игра проходится в каком-то конкретном российском городе, то лучше сказать: "примерно в таком городе, как ваш...") некоторые злые силы околдовали всех жителей, превратив их в вялых, почти спящих существ. Чтобы разбудить людей необходимо как-то зажечь в них искру жизни. Для этого необходимо предложить жителям простые и понятные, но при этом реалистичные программы улучшения их жизни. По условию игры, наш класс (или группа) должен в течение урока разработать такие программы по следующим направлениям:

1 — порядок и спокойствие в городе, снижение числа преступлений и правонарушений (юридические аспекты);

2—более совершенное управление городом (мэрская власть, управление);

3 — оживление экономической жизни, повышение благосостояния и занятости жителей (экономика в широком смысле);

4 — счастье жителей, помощь в решении семейных, личностных проблем, помощь в поиске смысла жизни (психологические аспекты);

5 — здоровье жителей, профилактика заболеваний и извращений, решение экологических проблем (медицина). ( В зависимости от конкретной ситуации ведущий игры может изменить или дополнить перечень программ. К примеру, можно рассмотреть и такие программы как "поголовная компьютеризация жителей", "развитие туристического бизнеса", "развитие торговли и сферы услуг", "наука и образование" и др. Важно, чтобы таких программ не оказалось слишком ком немало, хотя бы не более 5-7 штук. иначе игра станет слишком громоздкой.).

Сейчас мы разобьемся на команды в соответствии с перечисленными программами, попробуем составить такие программы и посмотрим далее что у нас получится, т.е. сможем ли мы разбудить жителей города. Но при этом мы должны выполнить важное условие: если хотя бы одна из программ вообще никем не будет разрабатываться, то спящие жители даже слушать нас не захотят, не то, чтобы просыпаться”.

2. Ведущий кратко выписывает на доске названия программ (порядок, управление, экономика, счастье людей, здоровье). Далее он предлагает поднять руки тем участникам, которые хотели бы поработать над первой программой (порядок), и выписывает количество желающих на доске. После этого — желающих поработать над второй программой и т.д. Если окажется, что для какой-то программы желающих вообще не найдется, то нужно будет напомнить о том, что в этом случае игры не получится.

3. Далее ведущий рассаживает все команды за отдельные столы и дает следующее задание; “В течение 10—15 минут каждая группа должна на листочке определить 5 основных дел для реализации своей программы. Сначала можно выписать не 5, а больше таких дел, но потом в процессе группового обсуждения необходимо оставить только 5 самых важных направлений работы. При этом все выделенные дела (направления работы) обязательно должны быть реалистичными, т.е. необходимо учитывать реальную ситуацию (примерно такую же как в вашем городе на данный момент...). Желательно, чтобы предлагаемые программы поменьше напоминали то, что предлагают обычно так называемые экономические и политические "лидеры", т.е. постарайтесь предложить более толковые программы... После этого каждая группа должна будет определить, кто из ее участников выступит от имени данной группы (представит разработанную программу) и ответит на вопросы остальных участников игры”.

4. Участники приступают к работе. Некоторое время ведущий не вмешивается в обсуждения и лишь отмечает на уточняющие вопросы, а далее все чаще и чаще напоминает участникам об истекающем времени и о том, что в каждой группе должен быть выбран докладчик (или два докладчика), которые представили бы свой проект программы.

5. Наконец, докладчик и от каждой группы представляют свои программы и отвечают на вопросы. Чтобы данный этап проходил интереснее, ведущий также должен быть готов задавать вопросы в случаях, если учащиеся вдруг растеряются и перестанут задавать свои вопросы к докладчикам. Поэтому ведущему предварительно следует заготовить небольшой перечень острых вопросов для каждой группы. На данном этапе особенно важно поддерживать высокую динамику обсуждения. Опыт проведения данной игры показал, что учащиеся проводят обсуждение достаточно серьезно и заинтересованно. К примеру, многие программы часто оказывались мало реалистичными из-за “проблем с финансированием” или из-за “слабой подготовки кадров”...

6. При подведении общего итога все участники сами должны определить, но каждой группе, насколько предложенные программы были продуманными, реалистичными, интересными и насколько удалось сделать эти программы не противоречащими друг другу... Если большинство программ удовлетворяют этим условиям, то можно сказать, что жители города если и не проснутся окончательно, то хотя бы приоткроют глаза и “потянутся”...

Эффект данной игры может быть усилен, если по ходу обсуждения снимать высказывания участников на видеокамеру, а после окончания игровой процедуры просмотреть видеозапись. Но при этом игру должны будут проводить уже два человека: ведущий и оператор, а время проведения игры (вместе с просмотром записи) может увеличиться до 1,5 — 2 часов.

Использование видеоаппаратуры позволяет учащимся посмотреть на себя со стороны, оценить, насколько они хорошо осознали особенности профессиональной деятельности, но обсуждаемой программе, насколько они вообще убедительны и т.д. Нередко использование видео заставляет многих участников действовать более ответственно (под всевидящим и нее запоминающим “оком камеры”), хотя может оказаться и так, что кто-то, наоборот, захочет покривляться перед видеокамерой... При этом надо быть готовым к тому, что в первые минуты просмотра видеозаписи учащиеся немало даже “подурачатся”, ведь сам факт лицезрения себя на экране многих может удивить и поэтому ведущему следует спокойнее отнестись к бурному, эмоциональному просмотру игры в первые минуты демонстрации видеозаписи. Иногда да же рекомендуется использовать эти записи для повторного просмотра (через определенное время), когда первоначальные эмоции поутихнут.

Диагностика профессиональных интересов (Методика профессиональных интересов А.Е.Гломштока, модификация А.А. Азбель, А.Г. Грецова)

## Занятие №12

### Детско-родительская профориентационная игра для старшеклассников «ПОСТУПАЕМ УЧИТЬСЯ»

Эта деловая игра предназначена для учащихся 9-11 классов и их родителей. В ситуации пребывания воспитанников в детском доме в роли родителей будут выступать воспитатели. Проводится игра в конце учебного года. К этому времени ребята, как правило, уже имеют приблизительное представление о том, какую профессию они хотят получить после школы. Но четкой, продуманной стратегии поступления в учебное заведение у молодых людей пока нет. Часто представление о том, какие шаги необходимо предпринять для реализации поставленной цели, носит идеализированный характер. Одна из задач этой игры — разработка учащимися сознательной стратегии поступления в вуз. Как правило, профессиональное самоопределение — это дело не только ученика, но и всей его семьи. Родители (воспитатели), так или иначе, влияют на профессиональный выбор своих детей. В некоторых семьях этот вопрос решается авторитарно, исходя из предположения, что родители лучше знают, что нужно ребенку. Поэтому еще одна задача нашей игры — согласование представлений учащихся и их родителей о профессиональном будущем старшеклассника.

#### РАЗМИНКА

Дети продолжают фразу «Когда я думаю о поступлении в вуз...». Эта процедура помогает участникам почувствовать общность переживаний.

#### СТЕПЕНЬ ГОТОВНОСТИ

Следующее упражнение носит диагностический характер. Оно выполняется детьми и родителями отдельно друг от друга. Каждый участник получает бланк, выполненный на половинке круга.

#### Текст для детей

Я поступаю в вуз (написать название вуза)

Я выбираю профессию (написать, какую)

Степень моей готовности к поступлению в вуз (поставить знак на отрезке) -

**минимальная** (я абсолютно не представляю, что нужно сделать для поступления в вуз),  
**максимальная** (я уже сделал все необходимое и уверен, что поступлю)

#### ПЕРВЫЕ ШАГИ

Для продолжения работы участники вновь объединяются в общий круг, при этом их местоположение в нем уже не играет существенной роли.

Ведущий составляет общий перечень профессий, выбранных учениками данного класса. Из этого списка выбирается 4–5, наиболее популярных в данном коллективе. Участников

просят в произвольном порядке разбиться на группы. Число групп должно соответствовать количеству выбранных профессий.

Каждая группа получает карточку, на которой написана одна профессия, выбранная ранее из общего списка. Участникам необходимо подготовить памятку о том, что нужно сделать, чтобы получить данную специальность.

Вспомогательные вопросы для составления памятки:

*Какими личными качествами должен обладать человек, выбирающий эту профессию?*

*Какова должна быть его средняя учебная успеваемость?*

*Какие учебные предметы являются приоритетными для этой профессии?*

*В каких вузах готовят таких специалистов?*

*Какие шаги необходимо предпринять, чтобы наверняка поступить в этот вуз?*

### **РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОТВЕТСТВЕННОСТИ**

Далее, познакомившись с результатами работы мини-групп, участники вновь объединяются для совместной деятельности. Теперь им необходимо составить общую памятку для поступления в вуз.

Для этого, основываясь на итогах работы в группах, дети или родители называют те шаги, которые нужно сделать обязательно, затем определяют их последовательность. Пример памятки приводится в приложении 1.

После того как памятка будет полностью готова, ведущий просит участников разбиться на две группы: дети и родители (воспитатели). Каждой группе предстоит проанализировать все пункты памятки и распределить ответственность за их реализацию между детьми и взрослыми. Дети отмечают, за что, по их мнению, должны отвечать родители. Родители (воспитатели) же отмечают, за что, по их мнению, должны отвечать дети.

Через 15–20 минут участники вновь объединяются. Теперь напротив каждого пункта памятки нужно поставить отметку о том, кто является ответственным за его реализацию (ребенок или взрослый).

Дети и взрослые по очереди говорят, какую ответственность они хотят возложить друг на друга. Например, дети говорят, что поиск репетиторов — это дело родителей (воспитателей). Если родители (воспитатели) согласны, то в памятке напротив данного пункта появляется слово «родители». Если не согласны, то слово — «дети».

### **ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП**

Для проведения завершающего этапа деловой игры участники проводят обсуждение важных вопросов в кругу своей семьи.

Ведущий просит семьи заполнить итоговый бланк (см. приложение 2), а затем поделиться своими впечатлениями об игре с другими участниками.

Многие семьи после этой игры говорят о своем желании прийти на индивидуальную профконсультацию к психологу.

### **Приложение 1**

#### **ПАМЯТКА ДЛЯ ПОСТУПЛЕНИЯ В ВУЗ**

1. Выбрать профессию.
2. Проанализировать, какие личные качества необходимы человеку, для того чтобы быть успешным в этом деле. Соотнести это с возможностями старшеклассника.
3. Определить приоритеты в учебных предметах, направить силы на эти основные предметы.
4. Выяснить, в каких вузах можно получить эту специальность.
5. Выяснить, каковы условия поступления в эти вузы.
6. Начать заниматься либо на соответствующих курсах, либо с репетиторами.
7. Выбрать конкретный вуз для поступления.
8. Собрать информацию об особенностях обучения в этом вузе.
9. Успешно сдать вступительные экзамены.

### **Приложение 2**

#### **ИТОГОВЫЙ БЛАНК**

1. Я выбираю профессию (*написать, какую*) ...
2. Мои индивидуальные особенности идеально соответствуют требованиям профессии или мне предстоит поработать над собой, чтобы привести в соответствие мои индивидуальные особенности с требованиями профессии (*ненужное зачеркнуть*).

3. Я поступаю в вуз (*написать название вуза*) ...
4. Эту же профессию я могу получить в таких вузах, как ...
5. Для того чтобы поступить в выбранный мною вуз, мне нужно предпринять следующие шаги (*написать в таблице, какие*)

Этапы подготовки	Степень реализации в настоящее время («+» или «-»)	Ответственный за этот шаг в нашей семье
------------------	--	---

### Игра «План моего будущего»

Цель — создание стратегического плана жизни на ближайшие 5 лет и мотивирующего девиза на ближайшие 2 месяца.

**Тренер раздает участникам Алгоритм картины будущего.**

#### Инструкция

«Давайте попробуем построить картину будущего. Сейчас каждый должен определить свою цель на 5 лет вперед. Запишите эту цель у себя в тетрадах.

Комментарий 1: *«Лучшее средство укрепить в себе какое бы то ни было чувство — это подолгу и как можно чаще поддерживать (нашем сознании идеи, с которыми оно находится в связи стараться, чтобы эти идеи выступили перед нами выпукло ярко, отчетливо. А чтобы этого достигнуть, необходимо представлять себе каждую вещь конкретно, со всеми ее живыми, характерными подробностями».*

Комментарий 2: *«Для того чтобы эмоция, желание могло приобрести -полную живость, нужно только, чтобы предмет желания сделался вполне ясен уму, так чтобы все его приятные, соблазнительные или просто полезные стороны выступили в сознании выпукло и ярко».*

«Вопросы алгоритма могут помочь вам нарисовать картину будущего выпукло и отчетливо. Кем вы будете через 5 лет? Какое вы получите к этому времени дополнительное образование? Каков будет ваш ежемесячный доход? Как вы будете себя чувствовать? Какими будут ваши перспективы на будущее?»

Если эти вопросы не вполне совпадают с вашими представлениями о собственном будущем, задайте себе другие. Это могут быть вопросы о ваших достижениях в бизнесе, о перспективах семейной жизни, о научных свершениях и т. п. Главное, чтобы вы смогли нарисовать действительно желанную для вас картину будущего через 5 лет. Запишите это в тетради»

Комментарий к упражнению: *На эту работу может потребоваться от 5 до 10 минут. Заранее оговаривать время не стоит. Эта работа требует достаточно глубокого погружения в себя, самоанализа. Она должна протекать органично и занимать столько времени, сколько необходимо.*

«Теперь определите, что вы должны сделать в течение каждого из этих 5-ти лет, чтобы добиться этой цели. Напишите, что должно быть сделано в 2007 году? В 2008? В 2009? В 2010? В 2011?»

*Комментарий: На эту работу может потребоваться 6—7 минут.)*

«Теперь решите, что должно быть сделано в течение ближайших 3-х месяцев для того, чтобы вы могли продвинуться к цели – я раздам вам эти чудесные карточки для того, чтобы вы написали на них свой девиз.»

*Комментарий: На формулирование девизов группе может потребоваться около 4—5 минут.*

«Теперь те, кто может показать свой девиз всем остальным, вставят его в свой бейдж. Если девиз очень личный, его, конечно, можно никому не показывать. Давайте встанем, походим по комнате, вчитаемся в девизы других...

Надеюсь, эти девизы помогут нам мотивировать себя в течение ближайших 3 месяцев. Карточку лучше всего носить с собой в кармане. Доставайте ее всякий раз, когда будете чувствовать себя растерянным, обескураженным, потерявшим цель.

Через 3 месяца нужно будет сформулировать новый девиз, и затем повторять это через каждые 3 месяца.

В конце года сопоставьте полученный результат с вашей целью на год. Если цель будет достигнута, поощрите себя. Подарите себе что-то, что вы цените, в чем давно отказываете себе, то, что вы любите. Затем уточните цель на следующий год и действуйте и далее по пп. 4— 10а.

Если цель не достигнута, все равно поощрите себя. Дайте самому себе небольшой отпуск, купите себе нужную для работы или для осуществления вашей цели вещь, пройдите какой-нибудь интересный и важный тренинг. Вы боролись, но пока у вас не получилось.

После этого уточните свою цель на следующий год и примите на себя определенные обязательства, предусматривающие некоторые лишения в том случае, если цель не будет достигнута и в следующем году.

Первое, что вы можете сделать, — это сообщить как можно большему количеству людей о своем намерении добиться поставленной цели. На карту будет поставлено ваше имя. Если самолюбие не является одной из ваших главных черт, вы можете выбрать другой путь.

Составьте контракт, который предусматривал бы определенные материальные лишения в случае, если поставленная цель не будет вами достигнута.

*Комментарий: В бихевиоральной терапии такие контракты практикуются достаточно часто. Хочешь похудеть на 10 кг, а силы воли не хватает? Ты можешь заключить договор о том, что на период в 6 месяцев или в 1 год ты передаешь терапевту в клинику определенные ценности, которые будут тебе возвращены, если ты похудеешь на 10 кг, и останутся в клинике навсегда, если ты не сможешь этого сделать.*

## **Занятие №13**

### **Разговор о наколевшем...**

Данное занятие предполагает диалоговую форму. Основные вопросы были накоплены в течение предыдущих занятий.

## **Занятие №14**

### **В добрый путь.**

Вот вы и выходите в жизнь, начинаете путь, на котором будут удачи и неудачи, минуты счастья и горестей, успехи и ошибки.

В этом вы многое узнали о себе, обсудили отношение к различным жизненным ценностям, подвели итоги и определили собственные позиции в профессиональной, жизненной и личностной сферах, «нашли себя». Теперь надо быть лишь настойчивым и трудолюбивым в достижении своих целей и – раньше или позже – вы их обязательно достигнете. Помните: человек – хозяин своей судьбы, кузнец своего счастья, как писал Н.Островский: «Жизнь дается человеку один раз, и прожить ее надо так, чтобы не было мучительно больно за бесцельно прожитые годы, чтобы не жег позор за подленькое и мелочное прошлое...»

#### **Упражнение-тест «Я определяюсь в этом мире»**

Чтобы получить общее представление о содержании и о своём уровне самоопределения, заполните анкету, оценив себя по всем позициям (в пятибалльной шкале ДА — 5 баллов, НЕТ — 1 балл); подсчитайте общий средний балл.

Определились ли вы в своих жизненных выборах?		
Я знаю (определился), кем быть	5432 1	не знаю
Уровень моих знаний для выбранной профессии достаточен	54321	недостаточен
Я готовлюсь к своей профессии изо дня в день	54321	не готовлюсь
У меня есть идеал дружбы	54321	нет
У меня есть идеал любви	54321	нет
Считаю себя патриотом	5432 1	не считаю
Я знаю, каким быть	54321	не знаю
У меня есть вера	54321	нет
Я знаю, чего я стою (свои возможности)	54321	не знаю
Я готовлю себя к будущему	54321	не готовлю

Берегите, укрепляйте, не калечьте свое физическое и нравственное здоровье!  
 В добрый путь, друзья, вперед по трудному, но интересному жизненному пути!  
 Боритесь и ищите, найдите и не сдавайтесь!

## **Блок занятий для учащихся 10 -11 классов. Психолого- педагогический модуль.**

### **Занятие №1.**

#### **Наступает время выбора**

В нашей жизни не так уж много ситуаций, когда приходится совершать глобальный выбор, влияющий на всю дальнейшую судьбу. По большому счету, их всего две:

- выбор любимого человека, с которым предстоит жить;
- выбор будущего дела, благодаря которому можно зарабатывать деньги на достойное существование, - профессии.

С первым из этих выборов можно особенно не спешить: время, как говорится, терпит. Более того, оно явно на стороне тех, кто в данном случае не торопится; известно, что из браков, заключенных в возрасте до 20 лет, больше 80% впоследствии распадаются. Люди, спешащие как можно раньше создать собственную семью, редко бывают удовлетворены тем, что в итоге получается.

А вот со вторым из главных жизненных выборов молодым людям приходится сталкиваться еще в школе ли сразу после ее окончания. Ведь нужно где-то продолжать свое обучение или искать работу. Первый вариант предпочтительнее: не имея никакого другого образования, кроме 9 или 11 классов школы, ты сможешь претендовать лишь на весьма скромный диапазон работ, которые к тому же не относятся к числу престижных. Такая карьера мало кого привлекает. Соответственно школой обучение вряд ли закончится, нужно будет определиться, куда пойти учиться дальше, какую профессию получить. Кто-то воспринимает это как пугающую необходимость, а кто-то – как начало нового, интересного и волнующего этапа.

Отнесись к выбору профессии как к началу нового, интересного и волнующего жизненного этапа, а не как к пугающей необходимости.

Работа и все, что с ней связано, занимает в среднем примерно половину жизни человека! **Найти себя в мире профессий означает получить возможность достойно зарабатывать, чувствовать себя нужным людям, максимально полно раскрыть свои способности, получить почет и уважение.** Существует прямая зависимость между тем, насколько люди удовлетворены своей профессией, и тем, насколько счастливой они воспринимают свою жизнь. С одной стороны, выбор профессии – это всегда взгляд в будущее. Чем я хочу заниматься, чего и как достичь, с какими трудностями мне придется встретиться на выбранном пути? С другой стороны, это одновременно взгляд внутрь себя: каковы мои сильные и слабые стороны, что я готов преодолеть, чтобы добиться успеха? И в чем для меня состоит этот самый успех?

Главная сложность в выборе профессии заключается в том, что его обычно приходится совершать вслепую. Как правило, не удастся на собственном опыте познать, что представляет та профессия, которую решаешь приобретать.

Горько осознавать, что несколько лет напряженной учебы прошли впустую. Как гласит известная поговорка, это выбор «кота в мешке». Чтобы не оказаться в подобной ситуации, к профессиональному самоопределению нужно подходить осмысленно и начинать думать о перспективах будущей работы еще в школе. Наши занятия призваны помочь осмысленно выбрать профессию, отвечающую твоим способностям и интересам, дающую возможность достойно жить и неплохо зарабатывать.

Наши встречи будут проходить 1 раз в две недели.

Прежде, чем перейти к разговору о том, как выбирать профессию, нужно определиться, что же означает само понятие – *профессия*. Происходит это слово от латинского *profession*, означающего публичное «выступление». Во времена Древнего Рима так называли род занятий, которому человек себя посвящал и о котором заявлял публично.

В современном обществе под профессией понимают такое занятие человека, которое:

- требует специальной подготовки, обучения.
- практикуется человеком регулярно.
- служит источником средств к существованию.

Профессию надо отличать от специальности и должности.

Специальность – это конкретный вид деятельности в рамках какой-либо профессии.

Должность – это конкретный трудовой пост в организации.

Диагностика профессиональной направленности (методика Дж.Голланда, модификация А.А.Азбель).

## Занятие №2.

### Воспитание внутреннего контролера.

Для большинства людей быть внимательным- значит быть сосредоточенным. Хотя внимание, не исчерпывается концентрацией на каком- то одном предмете. К основным качествам внимания можно отнести следующие:

Распределение- умение делить внимание между двумя и более объектами.

Объем внимания- количество информации, которое может наблюдать человек за единицу времени.

Переключение- умение быстро переходить от одного вида деятельности к другому.

Концентрация внимания - поглощенность одним объектом, при которой риск отвлечься минимален.

Существуют четыре типа точки зрения сочетания свойств внимания.

1тип - Агент 007. Такой тип быстро схватывает информацию, переходит от одного вида деятельности к другому. Сосредоточен при выполнении только сложных заданий.

2 тип- Штирлиц. Быстро втягивается в задание и может работать сосредоточенно длительное время.

3 тип - Паганель. Успешно делит свое внимание между заданиями, особенно если одно полегче, а другое посложнее.

4 тип – Юрий Деточкин. С трудом концентрируется на задании на начальном этапе, но затем сохраняет внимание на длительное время, успешно контролирует выполнение как сложной, так и скучной работы.

Сейчас я предложу вам упражнение на проверку вашего внимания.

#### *Инструкция.*

Ниже перемешаны предложения из разных рассказов. Вам необходимо:

- пометить знаком «!» предложение одного рассказа и знаком «?»- другого. Помните, что вы не всегда сможете сразу определить, из какого текста дано предложение, может быть вам придется просмотреть все задания, что - бы решить, каким знаком помечать данное предложение;

- определить порядок предложений в рассказах и проставить номера соответствующих предложений;

- дать название обоим рассказам;

- записать название первого рассказа и выстроить предложение по порядку;

- то же сделать и со вторым рассказом.

1. Ему и достался приз, приготовленный чемпионом,- набор шахмат, который «участвовал» в чемпионате страны.

2. Их столько, сколько победителей- школьников было отобрано для игры с известным шахматистом.

3. С одной стороны Максим играет за себя, а с другой стороны шахматной домки - за воображаемого чемпиона.

4. К его приезду готовились: специально оборудовали зал, провели предварительные отборочные игры.

5. Все надоели: и верный пес Мальтрус, и «телик», и игровая приставка.

6. Вот и чемпион. Все школьники перешептываются и надеются, вдруг кто-нибудь да выиграет.

7. Дольше всех продержался один из старшекласников.

8. Вот- вот в школе должен начаться сеанс одновременной игры. Должен приехать известный шахматист, чемпион России.

9. Туго приходится «чемпиону»- Макс ходит безошибочно, а «чемпион» все время делает не то ход.

10. Начинается игра: вот один школьник сдается, за ним другой, третий...

11. Скучно максу дома сидеть и болеть.

12. И тут ему приходит мысль: «Поиграю в шахматы за себя и как бы за чемпиона».

13. В спортивном зале школы выставлены 16 столиков.

14. Так, из-за гриппа, Макс стал шахматным «королем».

15. Школьники волнуются: конечно, если удастся продержаться дольше других – это уже победа!

16. Мальчик мечтает о встрече с друзьями, а они под запретом из-за его гриппа.

#### *Ключ к заданию.*

Текст 1; 11, 5, 16, 12, 3, 9, 14.

Текст 2; 8, 4, 13, 2, 6, 15, 10, 7, 1.

## **Занятие №3**

### **Все, что вы хотели знать об уверенности в себе...**

Можно ли стать уверенным в себе, если до этого вы не ощущали в себе таких способностей? Наверное, вы нередко слышите это как пожелание или порицание: «Перестань стесняться - веди себя увереннее!», «Где твое чувство собственного достоинства?» и т.д.

Сейчас я проведу с вами упражнение в течение, которого вы сможете определить, насколько вы в себе уверены.

*Вопрос 1.* Вы сидите в автобусе. Входит пожилая женщина и начинает, глядя на вас, говорить примерно следующее. «Вот молодежь пошла, никакого уважения к старым. Ни места не уступят, ни работать не умеют».

*Ваше поведение.*

1. Уступить место и уйти подальше от этой женщины.
2. Продолжать сидеть- бабушка сама виновата, могла бы и попросить, я бы уступил (а).
3. Сказать, вставая: «Бабушка ну не все такие!».
4. Обратиться к рядом сидящему: «Вечно им больше всех надо!»

*Вопрос 2.* Вы разговариваете со своим приятелем о том, чего боитесь больше всего. Спрашиваете приятеля: боится ли он чего ни будь. В ответ приятель говорит, что таких вещей бояться только «лохи».

*Ваше поведение.*

1. Кто «лох» -я? И дать подзатыльник.
2. Постараться узнать, почему ваш приятель так о вас думает, и впредь постараться не попадать впросак.
3. Напомнить приятелю, как он трясся стоя перед кабинетом стоматолога.
4. Страх и трусость - разные вещи. Только дураки не бояться.

*Вопрос 3.* Вы одолжили своему знакомому деньги. Время идет, а приятель и не вспоминает об этом.

*Ваше поведение.*

- 1 Не слушая никаких оправданий, требовать вернуть долг немедленно упрямо и не уходя.
1. Пригрозить, что если долг не будет возвращен в ближайшие дни, приятелю достанется.
2. Сказать, что если долг не будет возвращен, никакой другой помощи приятель от вас не получит, а при удобном случае отказать этому человеку, сказав, что помните, как тот возвращал вам долг.
3. Терпеливо ждать, что приятель вспомнит о долге.

*Вопрос 4.* Ваш преподаватель довольно жестко вас оценивает.- «Такой... работы давно не видел, сделана одной левой».

*Ваше поведение.*

1. Сказать, что как учили, так и сделала.
2. Возможно, я не справился, мне нужна помощь...
3. Вы правы, я действительно не очень способный.
4. Сослаться на то, что лучшего качества вы ни у кого и не видели.

Ключ к упражнению.

Тип поведения	Ситуация 1.	Ситуация 2.	Ситуация 3.	Ситуация 4.
Агрессивное	4	1	2	1
Манипулятивное	2	3	3	4
Уход	1	2	4	3
Уверенное	3	4	1	2

Подсчитайте, какие варианты поведения вы выбираете как реальные (наиболее типичные для себя). Теперь подсчитайте, как часто вы выбирали уверенное поведение в качестве наиболее желаемого. Сравните полученные результаты.

Подумайте, как вы ведете себя чаще всего: агрессивно, уверенно, уходите из ситуации или манипулируете другими? В какой ситуации уверенное поведение дается вам тяжелее всего?

## Занятие №4.

### Что такое успешный выбор профессии?

Какой выбор профессий следует считать успешным? Тот, при котором совпадут три В — Возможность, Влечение, Востребованность.

**Возможность** — наличие способностей именно к данной работе, соответствие особенностей личности специфике выбранной профессии, отсутствие медицинских или психологических противопоказаний к ней.

**Влечение** - желание выполнять конкретную работу, интерес к ней, увлеченность, направленность именно на эту деятельность.

**Востребованность** потребность общества в работниках этого профиля. Определяется спросом на рынке труда и готовностью работодателей платить им достойную заработную плату.

Когда три В совпадают, человек доволен делом, которым занимается, своим местом работы, должностью, достижениями; видит перспективы для профессионального роста, зарабатывает на достойную жизнь. Увлеченность трудом и возможность раскрыть в нем свои способности ведут к тому, что, труд оказывается результативным и достигается высокий уровень профессионализма. Как следствие, окружающие тоже довольны таким человеком и его делами, он пользуется заслуженным уважением. Получается заколдованный круг: если человек охотно выполняет востребованную в обществе работу, он достигает хороших результатов, обретает материальный достаток и признание окружающих, и, как следствие, его увлеченность трудом еще более возрастает.

Успешно выбранная профессия — та, которая соответствует возможностям человека, которой он увлечен и которая востребована обществом.

Расскажу о нескольких людях, с которыми мне довелось встретиться в жизни. Все они, похоже, успешно выбрали свои профессии.

*Даша парикмахер. Пять лет назад она была практиканткой в салоне красоты. Старательная способная девушка училась премудростям профессии с какой-то неутолимой жадностью. Она блестяще освоила специальность, приобрела постоянных клиентов и теперь работает в замечательном салоне в прекрасных условиях. При этом все время продолжает учиться самым новым технологиям, да и от работы получает подлинное удовольствие. И клиенты также остаются, довольны ее мастерством. Когда она перешла работать в другой, более престижный салон, расположенный в другом районе, многие ее прежние клиенты оказались готовы тратить время на то, чтобы ездить к ней стричься через весь город. Или вот, например, Евгений. то, что его жизнь будет связана с железной дорогой, он понял еще в 5 классе, когда пошел в кружок юных железнодорожников (причем выбрал сам, никто его к этому не подталкивал). Потом наступил черед железнодорожного института, аспирантуры. К тому же Евгений блестяще освоил компьютер. В результате он получил немало предложений по поводу работы. Ему есть из чего выбирать, и Евгений отдает предпочтение тому, что открывает больше шансов для профессионального (и материального!) роста. Работает много и с интересом, хорошо зарабатывает.*

Обрати внимание во всех этих примерах интерес людей к определенной деятельности и желание заниматься ею совпадают с **потребностями окружающих в результатах их работы**. Если такого совпадения нет - труд остается невостребованным и, как следствие, в конечном счете оказывается бессмысленным.

Хорошие работники умеют соизмерять свои интересы и желания с тем, что необходимо другим. И гораздо чаще именно такие люди достигают вершин карьерного роста. Успех сопутствует тому, чья заинтересованность в том или ином труде совпадает с потребностью окружающих в результатах соответствующей работы.

#### **Построение карьеры.**

Карьерой называют путь человека в избранной им сфере деятельности.

Например: строительный рабочий- бригадир прораб - главный инженер строительной фирмы - директор строительной компании.

Или таким: лаборант- ассистент- доцент- профессор- академик.

Карьерный рост предполагает движение по службе, переход вверх по служебной лестнице. Всегда ли успешные люди проходят все возможные ступени? Вовсе нет. Подавляющее

большинство из нас достигает вершины такой пирамиды, а остается где-то на промежуточных ступенях, и их такая ситуация многих людей вполне устраивает, ведь они хорошо и добросовестно выполняют свою работу. Карьера - (от франц., слова *carriere* –быстрый бег лошади). Успешная карьера, как правило, строится постепенно, по мере накопления у человека знаний, опыта, заслуг.

Когда психологи проводили исследование, в котором испытуемых просили подобрать ассоциации к слову КАРЬЕРА, оказалось, что чаще всего с ней связаны понятия «работа», «успех», «деньги». Но стремление достичь максимального успеха в избранной профессии присуще не всем людям. Многие продиктовано индивидуальными особенностями человека. Кто-то на всю жизнь остается простым лаборантом или обыкновенной портнихой, не испытывая при этом отрицательных эмоций — нисколько не завидуя более успешным коллегам и не обижаясь на судьбу. А кто-то обладает, таким ненасытным стремлением к общественному признанию, известности и славе, что никакие достижения не приносят ему удовлетворения, потому что всегда находится кто-то, кто достиг большего. Такие люди готовы тратить на служебный рост колоссальные усилия, даже прекрасно сознавая, как сложно не только подняться по карьерной лестнице, но и удержаться на ее вершине. Ведь кто достиг верхних ступенек слишком быстро, не накопив достаточного опыта, — рискует полететь вниз.

Почему не все хотят делать карьеру? Некоторые люди, особенно представители старшего поколения, убеждены, что такое стремление не слишком приличествует человеку и предполагает недостойные формы поведения — кого-то «обойти», «подсидеть», «пройти по головам» и т. п. «Карьерист», в их устах, — слово осуждающее, даже ругательное. В советские времена этот стереотип усиленно пропагандировался; считалось, что - «высовываться» нехорошо, негоже демонстрировать свое желание заняться более интересной работой, получить более высокую должность или лучшую зарплату. Теперь отношение к карьере постепенно становится иным, в глазах молодежи возрастает ценность индивидуальных успехов, «высовываться» считается вполне допустимым и даже нужным. Но для некоторых важнее просто заниматься любимым делом, а карьерное продвижение как таковое их не интересует, представляется пустой и бессмысленной тратой времени и сил. Наконец, для значительной части людей, особенно для девушек, на первом месте стоит личная жизнь, семья, а работа и карьера занимают в их системе ценностей второстепенное место.

Как правило, каждый из нас может без особого труда сказать об окружающих — кто сделал карьеру, кто нет. По каким признакам мы это опознаем? В ряде случаев карьерный рост проявляется в том, что тот или иной человек достигает должности, высокой по статусу; подразумевающей управление другими людьми: например, становится директором крупного предприятия, деканом или ректором в университете. Кто-то другой совершенствуется как профессионал, будучи высококомпетентным специалистом, но при этом занимаемая им должность не относится к числу высших по рангу и не связана с необходимостью управлять другими (например, профессор в университете или ведущий инженер-технолог на производстве). Поэтому говорят о двух разновидностях карьеры? административной (достижение высоких управленческих должностей) и профессиональной (обладание высоким профессиональным мастерством и статусом). Попытки совмещать эти пути карьерного роста не всегда бывают успешны: ведь когда человек с головой погружается в административную работу, у него уже не остается ни времени, ни сил для совершенствования в своей базовой профессии, все отдало управлению. А кто страстно и увлеченно служит своему делу, у того обычно нет ни сил, ни желания при этом еще и кем-то руководить, решать административные вопросы. Так» многие талантливые ученые, погруженные в свои исследования, воспринимают необходимость совмещать научную работу с заведованием лабораторией или кафедрой как досадную обузу.

Бывают и другие варианты карьеры. Например, для журналиста, телеведущего или артиста основной показатель профессиональной успешности — это не формальный статус (скажем, звание заслуженного артиста) а популярность у зрителей. "Сказать о таком человеке, что он сделал хорошую карьеру, можно в том случае, если, зрители начинают узнавать его на улицах. Главный критерий здесь — популярность, социальный успех.

При оценке карьеры учитывается и такой показатель, как материальный статус человека. Подчас именно это служит главным показателем: скажем, индивидуальный предприниматель

или брокер на бирже повышают свой статус тогда и только тогда, когда растут приносимые их делом доходы. Хотя чаще все-таки повышение материального статуса бывает не самоцелью, а следствием профессионального роста и должностного продвижения.

Карьера не обязательно подразумевает работу на управленческих должностях. Есть и другие варианты ее построения.

Скорость карьерного роста. Как ты думаешь, до какого возраста человека можно считать молодым? Оказывается, ответ на этот вопрос часто зависит от специфики профессии. Взять, скажем, возраст 33 года, если такой человек будет претендовать на должность, например, менеджера по продажам, то ему почти наверняка откажут, сочтут безнадёжным стариком. Ведь на подобные должности обычно берут людей в возрасте не старше 30. А если он занимается научной работой и претендует на должность профессора? Скорее всего, ему тоже откажут. Почему? По противоположной причине: сочтут, что он слишком молод. «Молодой ученый» - это не только разговорное словосочетание, но едва ли не термин. В частности, исследователь до 35, а иногда даже до 40 лет может официально участвовать в программах поддержки научного творчества для молодежи. Вряд ли молодой человек, выбравший научное поприще и желающий при этом побыстрее обрести самостоятельность в работе и заработках, сможет удовлетворить такие потребности раньше, чем в 30-35 лет.

Как правило, в тех профессиях, которым свойствен быстрый карьерный рост, столь же быстро наступает и «увядание». Например, это касается сферы бизнеса. Пожилых людей там почти не увидишь, а для некоторых видов бизнес - работы даже возраст 30 лет уже считается едва ли не «старческим». Самые же уникальные примеры — отдельные виды спорт»: так, в гимнастике максимальные достижения обычно приходятся на возраст 15-19 лет, а к возрасту 22-24 года карьера действующего спортсмена подходит к завершению. В то же время для профессий с медленным карьерным ростом характерно, что «у руля» находятся представители старшего поколения. Кстати, значительная часть современной молодежи отказывается от работы в сфере образования или науки не только по экономическим соображениям, но еще и потому, что здесь почти невозможно сделать быструю карьеру. Приобретение весомого профессионального статуса порой растягивается на десятилетия.

Выбираешь профессию, предполагающую медленный карьерный рост, — в молодости «звезды хватать с небес» тебе вряд ли удастся, зато в старости безработица не грозит. С быстрым продвижением — все наоборот.

Все ли профессии позволяют делать карьеру? Если говорить именно о профессиях, то перспективы! для карьерного роста есть практически во всех из них {хотя, конечно, неодинаковые). Если же говорить о должностях (конкретных трудовых постах), то среди них много таких, которые не предполагают карьерный рост при сохранении занимаемой должности, — он подразумевает переход на другую должность или вообще в иную сферу деятельности. Хотя помимо так называемого вертикального карьерного роста (повышение статуса), иногда говорят еще о горизонтальном (освоение новых видов работы без изменения своего статуса) и центристремительном (вхождение в более тесный контакт с начальством, но опять же без повышения в должности).

Пословица «Плох тот солдат, который не мечтает стать генералом» верна далеко не всегда, по крайней мере, с позиции работодателей. С одной стороны, тот молодой человек, который мечтает сделать хорошую административную карьеру и стать «генералом» (или крупным начальником, директором, академиком, главным режиссером театра и т. п.), постарается работать добросовестно, чтобы его повышали в должности. Скорее всего, он будет заинтересован в получении кого профессионального опыта, повышении своей квалификации, плане такой «солдат» действительно хорош. Но, с другой стороны может оказаться слишком амбициозным, нетерпимым к критике, воспринимать любую черновую работу как не соответствующую, его достоинству, проявлять склонность к конфликтам с сослуживцами и с начальством (поскольку будет явно или неявно бороться с ними за власть). Подобные недостатки во многих случаях «перевешивают» его достоинства.

Рассмотрим для примера ситуацию, владелец небольшого магазина ищет кандидата на должность продавца. Он проводит собеседование с претендентами, в ходе которого интересуется, и тем, каким они видят свое профессиональное будущее, кем хотят стать через несколько лет, каковы их амбиции. Так вот, умный работодатель вряд ли примет на работу того

Продавца, который на вопрос «Кем бы вы хотели стать через год?» ответит: «Директором этого магазина!» И это вполне естественно — ведь если бы требовался директор, работодатель его бы и искал. А ему нужен всего-навсего продавец, который станет спокойно, качественно и без лишних амбиций выполнять свою работу, а не бороться за власть с существующим директором магазина. А если решение о приеме на работу новых сотрудников принимает сам директор? Он тоже вряд ли возьмет такого кандидата — зачем ему нужен конкурент?

Демонстрация своих карьерных амбиций не всегда приносит пользу при трудоустройстве. Пословица «Плох тот солдат, который не мечтает стать генералом» верна лишь отчасти.

### **Направленность выбора**

На ход профессионального самоопределения человека влияет множество факторов, наиболее важные из которых таковы:

- ◆ знания о профессиях и о том, насколько они востребованы;
- ◆ склонности (интересы, мотивы труда);
- ◆ способности, здоровье (внутренние возможности и ограничения);
- ◆ уровень притязаний и самооценка;
- ◆ мнение родителей, семьи;
- ◆ мнение сверстников;

Диагностика (Дифференциально-диагностический опросник - методика Е.А. Климова, модификация А.А. Азбель).

## **Занятие №5**

### **Психологическая игра «ТОРГ»**

**Цель.** Способствовать личностному самоопределению подростков; облегчить процесс самопознания и работы над собой.

**Задачи.** Важно, чтобы подросток: в игровой, непринужденной форме поработал над осознанием самого себя: задумался о своих «плохих» и «хороших» сторонах, разобрался в себе более глубоко; соотнес себя с другими людьми (сверстниками — партнерами по игре, взрослыми, литературными героями), осознав, каких качеств, имеющихся у других людей, ему не хватает; выстроил собственную индивидуальную программу выработки тех качеств, которых ему не хватает для успешности в жизни, в той или иной сфере деятельности, и получил «экспертную оценку» этой программы.

**Условия проведения.** Желательно проводить занятие с подростками 13–15 лет, которые уже достаточно хорошо знают друг друга. Количество участников 15–40 человек. Необходимо просторное помещение (желательно актовый или спортивный зал, холл).

**Оборудование.** Таблички из плотной бумаги размером примерно 7 x 15см (по 10 штук на каждого игрока); английские булавки; бумага формата А4; ручки, маркеры — для каждого участника; копировальная бумага — один лист для каждого участника игры.

**Время.** Может варьироваться от 1,5 до 2,5 часов.

#### ***ХОД ИГРЫ***

##### **1 этап.**

##### **Подготовительный (10 минут)**

Участники садятся в круг.

**Ведущий.** Ребята, сегодня мы с вами собрались поиграть в психологическую игру, которая называется «Торг». Это интересная игра, и, конечно, вы можете просто развлечься с ее помощью... Но если вы отнесетесь серьезно к тому, что здесь будет происходить, то сможете узнать про самого себя много нового, увидеть себя со стороны и даже попытаться измениться или, по крайней мере, начать работать над собой... Расскажите сейчас, пожалуйста, кто с каким настроением пришел сюда сегодня.

Каждый из ребят по кругу высказывается.

**Ведущий.** А сейчас каждый возьмите по листу бумаги и ручке. У вас будет 10 минут на следующее задание: написать 10 качеств, характеризующих вас как человека, как личность. Это могут быть любые качества, но обратите внимание — это должны быть качества внутренние, они не должны описывать внешность (например, «симпатичный»), не должны отражать

социальное положение или какие-то успехи (например, «богатый», «отличник»). Постарайтесь написать такие 10 качеств, среди которых были бы и положительные, и отрицательные с вашей точки зрения, чтобы, глядя на свой список, вы могли сказать: «Да, это я, я — такой». Всем понятно? Приступайте и постарайтесь работать самостоятельно, серьезно, не бойтесь честно взглянуть на себя.

Ребята приступают к работе. Ведущий в это время подходит и смотрит на то, что получается. Его роль на этом этапе — отследить, не написал ли подросток внешнее качество, все ли ему понятно, и помочь подростку дать более четкое название.

**Ведущий.** Теперь взгляните еще раз на те 10 качеств, которые написали, еще раз удостоверьтесь, что это ваши качества, что вы достаточно объективно подошли к описанию себя. И когда будете в этом уверены, перепишите, пожалуйста, каждое из 10 ваших качеств на отдельную табличку. После этого прикрепите все ваши таблички булавками себе на одежду. После этого мы приступим ко второму этапу игры.

### **II этап. Основной (40–60 минут)**

**Ведущий.** Итак, каждый из вас описал себя, 10 качеств каждого из вас могут видеть другие ребята. Наверняка что-то вам нравится в себе, а от чего-то вам хотелось бы избавиться. Представьте, что сегодня у вас появилась уникальная возможность — поменяться качествами.

Посмотрите на своих знакомых ребят, у каждого из них есть 10 качеств, написанные на табличках. Каких из этих качеств у вас нет, но вам бы очень хотелось их иметь? Возможно, этому человеку по каким-то причинам «надоело» это его качество. А вы хотите избавиться от чего-то из своего «набора».

Тогда попробуйте заключить сделку! Поменяйтесь! Итак, у вас есть сейчас 15 минут на совершение обмена. Качества можно менять только одно на одно — просто поменяйтесь табличками! Думайте, что вам нужно, ищите эти качества у других людей, «сбывайте» свои!

Ребята начинают хаотично ходить по комнате, рассматривая таблички друг друга и совершая обмены. На этом этапе задача ведущего — стимулировать сделки, чтоб их было совершено как можно больше.

**Примечание для ведущего.** Скорее всего, на этом этапе довольно много ребят отнесутся к заданию несерьезно и будут менять «все на все» просто из интереса и азарта. Не препятствуйте этому, главная цель этого этапа игры — чтоб ребята вошли во вкус, научились совершать сделки, изучили «рынок качеств».

Примерно через 10–15 минут, когда ребята осуществили уже достаточно много сделок, ведущий останавливает игру и просит всех сесть на свои места.

**Ведущий.** Ребята, вы сейчас совершили много разных сделок. Остановитесь и обратите внимание, что за человек получился из вас! Вам нравится эта картина? Точно ли вам хочется быть именно таким?

Представьте сейчас этого человека в ваших повседневных делах — вот он такой общается с мамой, делает доклад на уроке, гуляет с друзьями... Нравится ли вам то, что получилось? Или вы бездумно разбазарили все, что у вас было? Отдали все, что просили другие?

Подумайте об этом. Может, что-то вам захочется вернуть из своих качеств? Может, получившаяся картина не совсем вас удовлетворяет?

У вас есть еще какое-то время на обмены — сделайте себя таким, каким хотите быть! А может, вы сами не понимаете, чего хотите? Тогда не торопитесь меняться — задумайтесь об этом еще раз.

Ребята продолжают совершать обмены. Ведущий на этом этапе наблюдает за ребятами, отслеживая, кто из них серьезно подошел к делу, а кто продолжает просто веселиться.

**Примечание для ведущего.** Вы можете попытаться повлиять на кого-то из ребят, кто не смог начать серьезную игру, поговорив с ним в таком ключе: ты можешь продолжать так же играть, но это твой шанс понять себя, понять, чего ты хочешь добиться, каким хочешь стать. Неужели в твоей реальной жизни все так нравится тебе?

Видя, что игра потеряла активность, ведущий останавливает игру.

**Ведущий.** Сейчас каждый из вас совершил определенное количество сделок. Что-то было легко, кого-то пришлось убеждать.

Обращаю ваше внимание, что далеко не все из вас эффективно использовали возможности рекламы как двигателя торговли! Сейчас посмотрите на качества, которые у вас есть, найдите

среди них то, которое ну никак не удастся никому «продать», и подумайте над его рекламной кампанией.

Что такого хорошего есть в этом, казалось бы, отрицательном качестве? Кому оно может пригодиться?

Например, вы можете сказать, что лень помогает человеку не заниматься всякой ерундой, тратя свои силы попусту, и предложить ее человеку, про которого знаете, что он очень активный, постоянно во всем участвует и устает от этого.

Подумайте, как вы будете рекламировать свои «плохие» качества. Да и чтобы выменять у человека его «хорошее» качество, не помешает подумать, чем оно может мешать ему в его жизни... Устраивайте публичные аукционы, шумные рекламные кампании!

Проявите творчество, выдумку, посмотрите на каждое качество с разных углов зрения. Будьте активны — только тогда вы сможете получить все, что захотите!

**Примечание для ведущего.** На этом этапе игры предполагается, что ребята смогут по-новому взглянуть на стереотипные качества, увидеть их в новом свете. По большому счету, задача здесь — помочь ребятам увидеть себя по-другому. Этот этап помогает сделать самооценку подростков более адекватной, увидеть хорошие стороны «плохих» качеств и плохие — «хороших». Осознать, что во многом их позитивность и негативность зависит от того, как мы умеем их использовать в своих интересах.

Хорошо, если эта мысль так или иначе прозвучит у ребят, если нет — можно специально обсудить это во время или после игры — в зависимости от ситуации.

### **III этап Рефлексивный (30–40 минут)**

Когда ведущий видит, что сделки закончены, он предупреждает, что времени осталось 5 минут и у каждого есть последний шанс «построить себя идеального». После этого все рассаживаются на свои места.

**Ведущий.** *Основной этап нашей игры закончился. За 20 минут вам надо ответить на следующие вопросы:*

1. Сложно ли было играть? Что самое приятное и самое неприятное было в игре?
2. Представляли ли вы четко перед началом обмена, какие качества хотите получить и от каких избавиться? Если нет, то когда это представление появилось?
3. Сильно ли изменился набор качеств по сравнению с первоначальным? Не жалеете ли вы о каких-то из своих качеств, которые обменяли?
4. Что изменилось в вашем представлении о себе? Что нового о себе вы узнали? Какие свои качества смогли увидеть по-другому?
5. Что нового вы узнали, поняли о других людях?
6. Как вы думаете — есть ли способ, не избавляясь от некоторого качества, сделать так, чтобы оно не так вам мешало? Нашли ли вы для себя в игре такой способ?
7. Смогли ли вы получить все качества, которые хотели? Что в окончательном портрете вас не устраивает?
8. Назовите как минимум одно качество, которое вы точно хотите иметь, но его по тем или иным причинам не удалось заполучить в ваш «портрет»? Почему вы не смогли его получить?
9. Как вы думаете, сможете ли вы реально стать таким человеком, каким вы стали в игре по своему желанию? Что для этого вам нужно сделать?

**Примечание для ведущего.** Проще будет, если вопросы будут напечатаны на листке и розданы каждому участнику игры.

После того как все ребята ответят на вопросы, проводится обсуждение по очереди с 1-го по

7-й вопрос. Обсуждение может быть организовано в зависимости от ситуации — каждый по кругу высказывает свое мнение или только желающие.

С ответов на 8-й и 9-й вопрос начинается заключительный этап игры.

### **IV этап. Заключительный (20 минут)**

**Ведущий.** *Каждый из вас написал качество, которое он не смог получить в торгах. Что это за качество?*

Ребята называют несколько качеств.

*Почему не удалось получить их, как вы думаете?*

Ребята высказывают версии.

**Примечание для ведущего.** Чаще всего среди таких качеств оказываются уверенность в себе, целеустремленность и другие качества, которых либо ни у кого нет, либо человек не захотел их отдавать.

Тогда ведущий говорит о том, что эти качества, пожалуй, одни из самых важных для достижения успеха в жизни и достать их таким легким путем невозможно.

**Ведущий.** *Что мы делаем, когда сумма денег так велика, что мы не можем взять ее у кого-то или быстро заработать? Мы идем в банк за кредитом! Вот и вы сейчас должны пойти в банк и написать заявление на кредит. Что должно быть в этом заявлении?*

*Во-первых, вы должны доказать банку, что этот кредит вам действительно крайне необходим, иначе вы его не получите. То есть вы объясняете как можно убедительнее и конкретнее, зачем вам нужно это качество (например, уверенность), что и каким образом она позволит вам достичь. Желательно, чтобы вы очень конкретно описали нужное вам качество, возможно приведя в пример того или иного литературного или исторического персонажа, у которого оно было/есть.*

*Во-вторых, вы должны доказать банку свою платежеспособность. В нашем случае — вы объясняете, что будете делать, чтобы заработать это качество (в чем участвовать, какие делать дела и т.д.), и описываете шаги, которые уже сделали на этом пути. То есть рисуете идеал, который себе построили, и рассказываете, что планируете сделать для его достижения.*

*Итак, приступайте к написанию заявления в банк. От того, как убедительно и конкретно вы опишете эти два пункта, будет зависеть ваша последняя удача или неудача в игре — получение кредита или отказ.*

Итак, ребята садятся и пишут заявление в банк в форме стандартного заявления с подписью в конце (причем пишут под копирку, чтобы было 2 экземпляра).

**Примечание для ведущего.** По сути, этот этап позволяет подростку простроить примерный план работы над собой. Он должен осознать, что для получения такого качества, как, например, ответственность, он должен браться за дело и доводить его до конца. А для получения такого качества, как уверенность, ему, возможно, придется бороться со своей застенчивостью и усилием воли заставлять себя играть лидерские роли.

А может, он осознает необходимость работы с психологом для решения своих личностных проблем, которые мешают ему стать уверенным. Кто-то, вероятно, решит пойти на тренинг общения и т.д.

Суть этого этапа в том, чтобы каждый наметил себе определенный *свой* план и в этом смысле запустил процесс самоопределения и работы над собой. Форма заявления в банк позволяет сделать написание этого плана просто необходимым и для того, чтобы выиграть, — ведь кредит получит не каждый.

Заявления сдаются «в банк на рассмотрение» (отдаются ведущему). Игрокам говорится, что все заявления будут рассмотрены и вынесено решение по каждому — удовлетворить ли просьбу в кредите.

Ведущий еще раз подчеркивает основания для принятия решения: насколько убедительно человек смог описать необходимость для него определенных качеств и насколько четко он осознает, что нужно ему сделать для их получения. По сути, выясняется, смог ли человек глубоко поработать над собой...

Назначается встреча через неделю, где будут сообщены результаты.

**Примечание для ведущего.** Отсроченная встреча нужна специально, чтобы сработал еще один эффект. Когда человек ждет рассмотрения своего дела, он волей-неволей снова и снова думает, все ли он хорошо написал. В нашем случае подросток имеет шансы еще раз «прокрутить в мозгу» свою программу развития, осознав, чего он недописал-недопонял в тот момент.

По окончании 4-го этапа проводится краткая рефлексия всей игры. Каждый участник по кругу высказывается произвольно или на тему «Что мне дала эта игра?».

**V этап.**

**Отсроченный (30-минутная встреча через неделю)**

На этой встрече каждый участник получает свое заявление, на котором написано заключение и объяснена причина того или иного решения «банка». После этого ведущий просит каждого подростка высказаться: насколько неожиданным было для него это решение банка и почему? Что происходило с ним за эту неделю? Какие еще мысли появились после игры?

Возможны также одна или несколько встреч через 2–3 месяца, которые можно организовать в форме «отчета за использование кредита». Получившие кредит могут рассказать, что сделано, а что нет и почему. Здесь можно дать возможность написать заявление на кредит тем, кто не получил его в первый раз.

## **Занятие №6**

### **Ошибки в выборе профессии**

Отождествление профессии со школьным предметом. Нет таких профессий» как физик, историк или литератор! Это области знания и направления, по которым можно продолжить образование, отнюдь не сами профессии и тем более не должности. Кем может стать, например, человек, получивший образование по Направлению прусский язык и литература)? Учителем и школе? Литературным редактором? Писателем? Работником библиотеки? Корректором (работником, ликвидирующим орфографические и грамматические ошибки). Научным сотрудником в Институте? Преподавателем русского языка? Это все равные профессии, и все они не очень-то походки на ту работу, которую выполняют на уроках литературы.

Одно дело - эмоционально обсуждать на уроках поступки литературных героев, совсем другое - зарабатывать на жизнь тем, что читать каждый день сто страниц текста готовящихся к печати книг, исправлять в них все орфографические ошибки и редактировать неудачные фразы.

А еще часто бывает так, что стирается граница между интересом к учебному предмету и к человеку, который этот предмет преподает. Понравился какой-то учитель в школе (например, потому, что красиво и эмоционально преподносит материал, уважительно относится к ученикам) - нравится и предмет. Если такой интерес принимается за склонность к профессии — велик риск ошибиться.

Так же ориентация на мнение случайных людей, имеющих весьма скудные представления о той профессии, к выбору которой они тебя подталкивают. Порой окружающие очень любят раздавать советы, а кем быть, даже если их собственные представления о мире профессии и ограничиваются лишь бытовыми, стереотипными суждениям! В принципе, дать обоснованный совет, подходит ли человеку какая либо профессия, может лишь тот, кто очень хорошо знает и ее сам (обладает опытом работы в этой сфере), и человека. Дельный совет призван давать тот, кто специально изучал мир профессий. А как ты думаешь, чем руководствуются люди, любящие раздавать советы о том, что предпочесть? Далеко не всегда это желание оказать реальную помощь, даже если тебе настоятельно советуют твои близкие друзья. Порой это продиктовано стремление реализовать через тебя какие-то свои амбиции. «Ну ладно, из меня спортсмен не получился, но уж сына-то я чемпионом сделаю: «Как это — меня в художественное училище не взяли, а моя подружка туда поступит: Уговорю я ее учиться не на художника, а на маляра».

Склонность к профессии — велик риск ошибки. Хотя встреча с талантливым и заинтересованным учителем иной раз может помочь в раскрытии способностей.

Ориентация на мнение случайных людей, имеющих весьма смутные - представления о той профессии, выбору которой они подталкивают. Ведь как гласит народная мудрость, нельзя советовать в двух вопросах: с кем человеку быть и кем ему быть.

Далеко не всегда это желание оказать реальную помощь, даже если тебе настоятельно советуют твои родственники. Порой это продиктовано стремлением реализовать через тебя какие-то свои амбиции. «Ну ладно, из меня спортсмен не получился, но уж сына-то я чемпионом сделаю!» Или, человеческая зависть: «Как это — меня в художественное училище не взяли, а моя подружка туда поступит?! Уговорю-ка я ее учиться не на художника, а на маляра».

Выбор профессии по внешнему впечатлению о ней, без учета того, чем реально предстоит заниматься большую часть рабочего времени. Во многих видах деятельности на виду оказывается лишь «вершина айсберга», но не столь заметна гигантская подготовительная работа, которую приходится проделывать, чтобы на эту вершину попасть.

ответственность за свой шаг. Неопределенность жизненной перспективы вызывает тревогу, а принимать какое-либо решение все равно приходится. И в такой ситуации хочется быть рядом с тем, кто в себе уверен, кто уже все решил и убежден в правильности намеченного. А дальше, все зависит от удачи: «если довезло и избранная ради компании профессия отвечает интересам и способностям человека, то все складывается хорошо, а если нет — уже через год-полтора учебы в вузе, техникуме или колледже возникает разочарование, недовольство, желание «начать все с белого листа».

Недостаточный учет своих способностей. Великий русский баснописец И. А. Крылов в басне «Скворец» говаривал так:

У всякого талант есть свой;  
Но часто, на успех прельщался чужой,  
Хватается за то иной,

В чем он совсем не годен. А помнишь «Моцарта и Сальери» А. С. Пушкина? Сальери музыкальными талантами не блистал, но «усильем, напряженным постоянством сделался ремесленник» и даже получил на этом поприще. Известность. Но при встрече с действительно талантливым Моцартом он почувствовал свою полную несостоятельность, испытал жгучую зависть, и не нашел ничего лучшего, чем отравить своего конкурента. Конечно, этот литературный пример в историческом смысле неточен, легенда об отравлении Моцарта, по данным современной науки, подтверждения не находит. Однако описанная ситуация противоречия упорства и таланта в том или ином виде встречается в жизни многих людей. При огромном желании, потратив много времени и колоссальные силы, можно стать специалистом даже в том, к чему у тебя способностей нет совершенно (в конце концов, Сальери тоже стал композитором!). Вот только весьма посредственным. А будь эти усилия приложены к тому, что соответствует способностям, достигнутые результаты оказались бы куда лучше. Говоря языком физики, чем больше твои способности к какому-либо виду деятельности, тем выше у тебя будет коэффициент полезного действия при обучении работе по соответствующей специальности. Мы еще поговорим о том, что такое способности, какие они бывают и как их в себе обнаружить.

Перенос отношения к человеку на отношение к его профессии.

Бывает, что профессия начинает нравиться потому, что ею обладает человек, который тебе симпатичен. Скажем, юноша решает пойти учиться на геолога, потому что среди знакомых его семьи есть один теолог - колоритный бородатый дядечка, увлекающийся путешествиями, объездивший полмира и очень красочно рассказывающий обо всем увиденном. И уже поступи» на такую специальность в вуз, молодой человек мало-помалу обнаруживает для себя, что труд геолога отнюдь не сводится к путешествиям и предполагает достаточно много «кабинетной» работы. А если геологи в рабочее время и путешествуют, то, как правило, не в Таиланд или на Тибет, а куда-нибудь в глухую сибирскую тайгу, на разведку нефтяных месторождений. Молодого человека ничего из этого, как выясняется, не интересует и, не отвечает его способностям. Путешествия же, которые столь ярко живописал знакомый, вообще не связаны с его профессией, он предпринимал их за собственные деньги, во время отпусков. Интерес к незнакомому с его досужими рассказами (по сути — к стилю жизни этого человека) был ошибочно принят за интерес к профессии.

А бывает и наоборот: одна-единственная встреча с неприятным, отталкивающим представителем какой-либо профессии может настроить человека против этого, рода занятий как такового. Например, кто-то очень хотел быть врачом, интересовался медициной и обоснованно считал, что способен ее освоить. Но потом попал ненароком в больницу, где его лечащий врач оказался грубым, хамоватым и некомпетентным. Вполне возможно, что после этого будет решено: «Не пойду в медицину — не хочу быть похожим на него!». Но ведь вполне, возможна и прямо противоположная реакция: «Пойду в медицину, чтобы стать хорошим врачом, ничем не похожим на этого!». Внешние обстоятельства еще не определяют поведение — человек сам решает, какие выводы из них сделать.

## Занятие №7

### Почему нет идеальных профессий или о теневой стороне труда

Вы можете иметь искаженное представление о профессии. Чаще всего человек не знает (или до определенного момента не хочет знать) об объективных минусах выбираемой профессии, судит о ней по информации из рекламы, фильмов. Идеальных профессий не бывает — любая имеет свои положительные и отрицательные стороны. Но для людей с разными желаниями и внутренними ресурсами одни трудности представляются непреодолимыми, а другие вполне терпимыми. Современные исследователи мира профессий выделяют несколько наиболее распространенных типов профессиональных трудностей.

К таким трудностям можно отнести сложности с трудоустройством. Они могут возникнуть не когда человек выбирает профессию, а, например, позже, к моменту окончания учебного заведения. Можно ли предсказать возникновение такого препятствия? Наверное, да. Если вузы станут включать в свои программы специальность «юрист», то можно ожидать, что лет через шесть рынок труда будет наводнен юристами. В то же время, не всегда можно предсказать рост спроса на специальность.

Еще одной распространенной проблемой становится длительное время профессиональной подготовки (например, врач, чтобы стать практикующим специалистом, должен учиться не менее восьми лет). Потратите ли вы столько времени на свою подготовку? ведь это может отразиться на планах личной жизни. Есть профессии, которые требуют длительного и напряженного обучения, но не сразу начинают приносить доход. Наиболее длительное время профессиональной подготовки требуется людям интеллектуального труда. Деятельность ученого требует не только высшего образования, но и длительного обучения по окончании «вуза» например, в аспирантуре или докторантуре.

Не менее распространена проблема, согласования профессиональных и личных планов. Многие профессии требуют ненормированного рабочего дня что препятствует организации личной жизни. К ним можно отнести профессии врача, педагога, крупного руководителя. Есть профессии, которые приносят много радости, но не всегда бывают достаточно денежными (или достаточно денежными с самого начала), чтобы человек мог достойно содержать семью. Таким образом, многие профессии существенно затрудняют настроение личной жизни. Хотя, с другой стороны, исследования подтверждают, что профессионально состоявшиеся женщины становятся более ответственными матерями, умеющими находить баланс между опекой и предоставлением независимости.

Неопределенность в планировании карьерного роста — один существенный недостаток. Например, в профессии педагога гораздо меньше вариантов для построения карьеры, чем в профессии менеджера. Есть профессии, в которых много разнообразных возможностей, хотя человек и может испытывать дискомфорт от необходимости все время выбирать направление дальнейшего движения по карьерной лестнице. К таким профессиям можно отнести юриста, менеджера, экономиста. А есть профессии, в которых таких вариантов немного, зато понятно — в жарком направлении двигаться. Тот же педагог может строить административную карьеру — стремиться занять место завуча, директора, инспектора, наконец, министра образования (или служащего Министерства образования). Другим вариантом карьеры педагога является разработка своей технологии обучения, создания обучающей программы. Педагог может строить и полупрофессиональную карьеру, если будет ориентирован на частное образование, создание собственной школы или учебного центра. Каждый человек выбирает для себя — что для него приемлемо: иметь много возможностей для построения карьеры, но не иметь никаких гарантий или иметь определенные варианты, пусть ограниченные, но гарантированные.

Нельзя забывать и о том, что карьерный рост в каждой профессии тесно связан с фактором возраста и пола. В одних профессиях можно делать карьеру и очень молодым (например, в сфере юридических услуг, банковском деле), в других — достигнув определенного возраста (в политике и государственной службе существует понятие возрастного ценза, т.е. того возраста, с которого можно начинать движение по карьерной лестнице). Вообще, работа в государственных структурах более требовательна к возрасту служащих, тогда как в частном секторе гораздо важнее опыт работы специалиста при оценке его карьерных возможностей, а возраст и профессиональный стаж — не всегда взаимосвязанные величины. Несмотря на то что

эмансипация затрагивает многие сферы жизни, женщине не всегда удается сделать карьеру в сфере технического производства, политического управления. Мужчине, в свою очередь, тоже не так легко пробиться в сфере социальных услуг.

Трудность в оценке результатов труда составляет наибольшую проблему для ответственных людей. Есть много профессий, в которых результат труда — налицо, сделал и полюбовался тем, что сумел, но есть профессии, в которых, несмотря на сильную занятость и значительные затраты сил, результат труда увидеть сложно. Эта ситуация может отрицательно сказываться на человеке. Какие профессии чаще всего связаны с этой трудностью? В первую очередь, это медицинская и социальная помощь людям, ведь не всегда усилия профессионалов увенчиваются успехом. Отложенный во времени результат труда характерен для профессий, связанных с целью преобразования человеческого сознания.

Наконец, есть профессии, в которых высока степень риска для здоровья, как физического, так и психологического. Моральные нагрузки профессии иногда тяжелее переносить, чем физические. Человек адаптируется к ним не самым лучшим образом — становится более черствым, невнимательным. Иногда именно вследствие моральных нагрузок люди начинают расслабляться с помощью алкоголя. Практически любая профессия имеет свою цену в виде профессиональных болезней — поэтому нужно быть готовым к тому, чтобы найти пути компенсации затрат. Любые объективные характеристики профессии, в том числе и ее минусы, приобретают значение в связи с индивидуальными особенностями человека. Если у человека есть предрасположенность к тому или иному заболеванию, то профессия может усилить ее или не дать ей развиваться. Если человек честолюбив, стремится к построению карьеры, то он не может ограничиваться профессией и образованием, где все возможности для карьерного роста четко расписаны. Поэтому, оценивая объективные отрицательные стороны, нужно обязательно посмотреть на особенности — причем, конечно, не только на слабости ограничения, но и свои возможности: Ведь если профессия вам очень нравится, а ее недостатки смущают, можете подумать, что им противопоставить.

#### Выбор профессии.

Типичные недостатки	Профессия, в которых данные трудности представлены		
	очень сильно	на среднем уровне	слабо или их вовсе нет
1	2	3	4
Степень риска для физического здоровья	Пожарник, спасатель, милиционер, журналист, летчик, моряк	Водитель автотранспорта, спортсмен, врач, программист	Писатель, художник, композитор
Психологические нагрузки	Врач-хирург, руководитель крупной организации, тренер, артист	Юрист, педагог, психолог, специалист в области автотранспорта	Дизайнер, художник, программист

Ненормированный рабочий день (думаешь о работе даже дома, приходится брать работу домой)	Ученый, педагог, сотрудник службы спасения (скорой помощи), артист, менеджер, журналист, писатель	Переводчик, диктор радио и телевидения, программист, секретарь-референт, личный водитель	Работа на производстве, технический ремонт, деятельность, которая не требует особого творческого подхода
Длительное время профессиональной подготовки	Врач, юрист, исследователь, экономист	Психолог, руководитель	Деятельность, которая требует высшего образования
Трудно добиться профессионального успеха (затруднен карьерный рост)	Переводчик, секретарь, артист театра, кино, цирка, педагог, профессии со средним образованием	Педагог, психолог, менеджер среднего звена (менеджер средней специализации), журналист	Менеджер, юрист, экономист, политолог
Жесткий контроль со стороны других	Работа в организации безопасности, армии, в охранном агентстве, на высокоточном производстве, в торговле	Юрист, врач, педагог, психолог, специалист в области технического творчества	Художественное творчество, предпринимательство

Попробуйте по шкале от 0 до 4 (0 — самый низкий балл, 4 — самый высокий) оценить каждую из трудностей по профессии, которую вы выбрали.

#### Особенности профессии

Профессиональная неприятность или трудность	Оценка
Степень риска для физического здоровья	
Психологические нагрузки	
Ненормированный рабочий день (думаешь о работе даже дома, приходится брать работу домой)	
Длительное время профессиональной подготовки	
Трудно добиться профессионального успеха (затруднен карьерный рост)	

Жесткий контроль со стороны других	
------------------------------------	--

Определите, какие трудности профессии вы оценили выше всего. Попробуйте ответить на вопросы:

- как бы вы преодолели негативные стороны профессии;
- какие ваши личностные качества помогут примириться с трудностями, а какие — обострить их проявление;
- наличие какой трудности в выбранной профессии кажется вам наиболее неприятным.

## Занятие №8

### Профориентационная ролевая игра для старших воспитанников детского дома «Я поступаю учиться»

В семье дети естественным образом приобщаются к жизни, ежедневно проживая истинные отношения, приобретая опыт оценок, суждений, поведения в реальной действительности.

Воспитанники детского дома закрытого типа лишены этой возможности. Они живут в изоляции от внешнего мира, в связи с чем испытывают дефицит общения, эмоциональных переживаний, недостаток информации об окружающих предметах и явлениях. Выходя в самостоятельную жизнь, дети, лишённые попечения родителей, оказываются неподготовленными к большинству жизненных ситуаций, очень трудно адаптируются в новых для себя условиях.

**Цели:** уточнить и конкретизировать профессиональный выбор подростков, активизировать их интерес к будущей профессии, смоделировать варианты поведения в проблемных ситуациях, развивать уверенность в себе.

**Оборудование:** заготовка бюллетеня, фломастеры, билеты с заданиями-ситуациями, таблички с указанием ролей (для взрослых), табло результатов, индивидуальные маршруты участников, автобиографии участников (готовятся заранее в группе вместе с воспитателями).

**Условия проведения:** перед игрой из группы выбираются 6 абитуриентов, а также 3 человека в пресс-группу. Остальные воспитанники распределяются между «поступающими» в качестве активных болельщиков.

В игре также участвуют взрослые, которые выступают одновременно и как жюри, и как действующие лица игры. Взрослых участников шестеро, четверо из них — люди, хорошо знакомые детям (воспитатели, учителя, представители администрации детского дома), а двое — совершенно чужие. Перед каждым из взрослых ставится табличка с указанием той роли, которую он исполняет в игре: директор детского дома, секретарь приемной комиссии, директор училища, комендант общежития, диспетчер АТП, милиционер.

Кто-нибудь из взрослых может быть приглашен дополнительно для работы с детьми в пресс-группе. Задача пресс-группы — вынести результаты прохождения участниками-абитуриентами этапов игры с бланков жюри на общее табло, подсчитывать сумму баллов, а также оформить готовый бюллетень игры, в котором обязательно отразить наиболее интересные и удачные моменты и поздравить всех участников с достигнутыми успехами (форма бюллетеня с рамками, иллюстрациями должна быть приготовлена заранее).

В течение игры каждый член жюри заполняет бланк, в котором ставит за один этап один балл только одному из шести участников — наиболее отличившемуся.

#### **Бланк для жюри**

<b>Участник</b>						
<b>Этапы</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>

1						
2						
3						

## **ХОД ИГРЫ**

### **I этап**

**Задача:** добраться до своего учебного заведения при условии, что тебя никто не сопровождает и у детского дома нет возможности доставить тебя прямо на место.

Каждый участник подробно объясняет свой маршрут от дверей детского дома до выбранного им учебного заведения (лучше, если участники заранее смогут начертить маршрут на ватмане и проследить свой путь с помощью указки). Участники выступают по очереди.

Затем абитуриентам предлагаются вынуть билет и найти выход из описанной в нем ситуации.

**Билет № 1.** Автобус под нужным тебе номером пошел не тем маршрутом, и ты едешь в неизвестном направлении. Что ты будешь делать?

**Билет № 2.** Твой автобус ушел на 10 минут раньше, и ты не знаешь, когда будет следующий. Как поступить и что делать с не пригодившимся билетом?

**Билет № 3.** По дороге ты познакомился с мальчиком, который стал уговаривать тебя отложить поездку и пойти с ним. Как ты себя поведешь?

**Билет № 4.** Ты не рассчитал и вышел не на своей остановке. Что делать?

**Билет № 5.** Ты приехал по верному адресу, но оказалось, что нужного тебе учебного заведения в этом здании уже нет. Что делать дальше?

**Билет № 6.** Ты потерял деньги и обнаружил это перед самым отходом автобуса. Что делать?

Ситуации разыгрываются. В роли кондуктора, диспетчера, милиционера и т.д. выступает жюри. Жюри заполняет бланки протоколов. Результаты выносятся на общее табло.

### **II этап**

**Задача:** сдать документы в приемную комиссию и устроиться в общежитие.

Каждый участник по очереди выступает с заранее подготовленной автобиографией. Затем игрокам вновь предлагаются билеты с ситуациями.

**Билет № 1.** Набор в группу, которую ты выбрал, уже закончен. Твои действия? К кому, как ты думаешь, ты мог бы обратиться?

**Билет № 2.** В приемной комиссии тебе предложили изменить свой выбор и записаться в другую группу. Твое решение?

**Билет № 3.** У тебя оказались не все документы, которые требуются. Как выйти из такой ситуации?

**Билет № 4.** Дверь с надписью «Приемная комиссия» закрыта. Что делать?

**Билет № 5.** Тебе нужен ордер, чтобы поселиться в общежитии, а также ключ от комнаты, постель и белье. Твои действия?

**Билет № 6.** Комната, которую тебе выделили в общежитии, тебя не устраивает. Кому и как ты будешь высказывать свои претензии?

Ситуации разыгрываются. Роли директора училища, секретаря приемной комиссии, коменданта общежития, кастелянши распределяются между членами жюри. По окончании этапа жюри заполняет бланки протоколов. Все результаты помещаются в общее табло.

### **III этап**

**Задача:** пройти собеседование. Участники по очереди отвечают на вопросы членов жюри, которые на этом этапе играют роль приемной комиссии. Примерные вопросы:

— Почему ты выбрал именно эту профессию?

— Какие способности помогут тебе овладеть этой профессией?

— Были ли у тебя запасные варианты или сомнения, куда идти учиться?

— Как ты представляешь себе работу по этой специальности?

— Кто помог тебе в выборе профессии?

— Какое качество ты считаешь самым важным для успешной учебы и работы по этой специальности?

По окончании этапа жюри заполняет бланки протоколов. Результаты заносятся в общее табло.

### **Подведение итогов**

Пока суммируются баллы в общем табло, членам жюри предоставляется возможность высказаться по каждому этапу, акцентировать внимание на наиболее удачных действиях участников, отметить усилия каждого абитуриента, поделиться общим впечатлением от игры (1-е подведение итогов).

Затем оглашаются суммы баллов, набранные участниками за игру. Выявляется победитель (2-е подведение итогов).

Последней итоги своей работы представляет пресс-группа. Она вывешивает красочно оформленный итоговый бюллетень игры и комментирует те моменты и цитаты из ответов участников, которые запомнились и были использованы в бюллетене (3-е подведение итогов).

Затем следует награждение победителей и обсуждение игры уже всей группой старших воспитанников.

## **Занятие №9.**

### **Профессия и специализация.**

Что мешает человеку выбрать профессию? Есть немало внешних препятствий: отсутствие подходящего учебного заведения, несогласие родителей и т.д. Однако есть и немало внутренних препятствий. К главному из них можно отнести недостаток информации. Все профессии видоизменяются, поэтому и человек, который тоже меняется, не может раз и навсегда узнать об интересующей его профессии все.

Вы можете пропустить интересную для вас профессию, не зная о многих ее особенностях. Например, профессия врача включает следующие:

- *хирург* (быстрое реагирование, выносливость, хорошо развитая координация глаз-рука);
- *диагност* (умение оперативно и взвешенно принимать решения в нестандартных ситуациях, склонность к тщательному анализу);
- *семейный врач* (знание многих областей медицины, работа на профилактику болезней и здоровый образ жизни);
- *специалист по медицинской реабилитации* (оказание комплексной помощи, важны двигательные способности, иногда музыкальные);
- *ортопед* (сочетание медицинских и инженерных знаний и умений, хорошо развитое пространственное мышление);
- *психотерапевт* (вдумчивость, тонкость чувств, внимательность к другим, интерес к психологии, работа над собой);
- *психиатр* (гуманизм, сочетание в работе деятельности психолога, социального работника и медика);

Внутри любой профессии есть множество профессиональных постов. Мало выбрать профессию, необходимо определиться с тем, что профориентаторы называют профессиональным постом, т.е. найти в профессии свою специализацию.

Внутри каждого варианта существует множество подвариантов, оценить перспективность которых бывает непросто.

## **Занятие № 10.**

### **Защита профессий**

Для подготовки к «защите» выбранной вами профессии рекомендуется составить её профессиограмму.

**Профессиограмма** — это характеристика профессии с требованиями, которые она предъявляет к личности работника.

Чтобы профессиограмма отражала истинное положение дел, надо стараться получить как можно больше сведений о той или иной профессии. Источниками могут служить описание в

различной литературе, экскурсии, беседы со специалистами, просмотр научно-популярных, документальных фильмов.

Работа по составлению профессиограммы позволяет глубже узнать содержание будущей профессии, оценить свою профессиональную пригодность. Кроме того, она поможет определить и те качества, которые нужно развивать у себя.

Профессиограмму желательно составлять по такому плану:

**1. Общие сведения о профессии:**

- возникновение профессии, изменения её содержания;
- смежные профессии;
- перспективность роста квалификации;
- спрос на профессию в вашем городе (районе).

**2. Характеристика процесса труда:**

- важнейшие технологические операции;
- орудия труда;
- рабочее место;
- рабочая поза, преобладающие движения при труде;
- продукция;
- характер работы (монотонный или разнообразный, переменный);
- в чём и как проявляется утомляемость после работы.

**4. Санитарно-гигиенические условия труда:**

- режим труда и рабочий ритм;
- медицинские противопоказания;
- основные меры по охране труда;
- возможные производственные травмы, профессиональные заболевания.

**4. Сведения о профессиональной подготовке:**

- пути получения профессии и характеристика учебных заведений;
- условия поступления;
- продолжительность обучения;
- основные изучаемые дисциплины;
- квалификация выпускника учебного заведения;
- перспективы профессионального роста или продвижения;
- продолжительность отпуска.

**5. Обоснование выбора профессии:**

- чем нравится эта профессия;
- что она даёт вам и другим;
- насколько нужна эта профессия сегодня и как востребована ;
- насколько эта профессия подходит вам и насколько вы подходите к ней ;
- что вы сейчас делаете для подготовки к этой профессии;
- имеете ли вы резервные варианты выбора на случай неудачи по основному варианту;
- кто и что может помешать вам в реализации ваших профессиональных планов;
- как вы собираетесь преодолевать эти внешние препятствия.

### **Практическое задание**

Составьте реферат «Моя будущая профессия», в котором опишите избираемую вами будущую профессию (специальность). Придерживайтесь вышеприведённого плана. Подготовьтесь к публичному выступлению-защите.

К защите подготовьте плакат (Я-профессионал), составьте памятку о своей профессии, список рекомендуемой литературы.

### **Ситуация-проба «Можно ли обойтись без профессии»**

Один человек считает: «В жизни можно обойтись и без всякой профессии, можно даже вообще не работать (не трудиться)».

**Задание.** Опровергните это высказывание. Кто такие «вообще не работающие» в нашей жизни?

### **Социально-приемлемые позиции:**

- ориентировка на общественно полезную деятельность;
- потребность в реализации интересов в деятельности;
- осознание важности не только выбора профессии, но и самоопределения.

### **Ситуация-проба «Отношения и поступки»**

Две подруги делятся своим недовольством по поводу работы. Одна жалуется, критикует всех и вся, ненавидит шефа, но продолжает ходить на работу к уходить не собирается. Другая настроена уйти, хотя с работой справляется, но говорит: «Что зря сидеть на одном месте всё равно ничего не светит». Она считает что ей опять не повезло: «Другие вообще ничего не делают, а получают - ого!»

**Задание.** Рассудите, кто из подруг поступает правильнее.

### **Социально-приемлемые позиции**

- отказ от бесполезной критики и зависти;
- трудолюбие и ответственность
- работа над собой;
- разумная инициатива.

## **Занятие №11**

### **Новые профессии и профессии исчезающие.**

В разные времена количество профессий значительно менялось. Число профессий неодинаково в странах с различными общественно-экономическими условиями. В России на сегодняшний день насчитывается более шести тысяч названий профессий. В наше время появляются новые профессии, стираются границы между многими из них, а некоторые, напротив, постоянно, дробятся, размножаются.

Появляется огромное количество новых, неизвестных профессий.

Кроме того, многие профессии исчезают с рынка труда.

Для того, чтобы лучше понять происходящее, уточняется, какие сферы профессиональной деятельности в наибольшей степени «порождают» новые профессии; профессии, которых еще недавно не было. Так как сейчас в наибольшей мере развиваются сферы торговли, услуг, управления и информационных технологий, то максимальное количество новых профессий появляется именно здесь. Большинство новых названий профессий заимствованы из опыта зарубежных фирм. Некоторые представляют собой новые, более модные, названия уже имеющихся профессий.

Особенно много новых профессий имеют в своих названиях слова «агент» и «менеджер».

Относительно новые профессии появляются в области информационного проектирования и обеспечения: менеджер информационных систем, сетевой администратор, администратор баз данных.

Поэтому выбирая специальность и вуз для обучения, необходимо просмотреть банки данных и переговорить со специалистами тех профессий, которые непосредственно вас интересуют.

## **Занятие №12.**

### **Детско-родительская профориентационная игра для старшеклассников «ПОСТУПАЕМ УЧИТЬСЯ»**

Эта деловая игра предназначена для учащихся 9-11 классов и их родителей. В ситуации пребывания воспитанников в детском доме в роли родителей будут выступать воспитатели. Проводится игра в конце учебного года. К этому времени ребята, как правило, уже имеют приблизительное представление о том, какую профессию они хотят получить после школы. Но четкой, продуманной стратегии поступления в учебное заведение у молодых людей пока нет. Часто представление о том, какие шаги необходимо предпринять для реализации поставленной цели, носит идеализированный характер. Одна из задач этой игры — разработка учащимися

сознательной стратегии поступления в вуз. Как правило, профессиональное самоопределение — это дело не только ученика, но и всей его семьи. Родители (воспитатели), так или иначе, влияют на профессиональный выбор своих детей. В некоторых семьях этот вопрос решается авторитарно, исходя из предположения, что родители лучше знают, что нужно ребенку. Поэтому еще одна задача нашей игры — согласование представлений учащихся и их родителей о профессиональном будущем старшеклассника.

### **РАЗМИНКА**

Дети продолжают фразу «Когда я думаю о поступлении в вуз...». Эта процедура помогает участникам почувствовать общность переживаний.

### **СТЕПЕНЬ ГОТОВНОСТИ**

Следующее упражнение носит диагностический характер. Оно выполняется детьми и родителями отдельно друг от друга. Каждый участник получает бланк, выполненный на половинке круга.

#### **Текст для детей**

Я поступаю в вуз (написать название вуза)

Я выбираю профессию (написать, какую)

Степень моей готовности к поступлению в вуз (поставить знак на отрезке) - **минимальная** (я абсолютно не представляю, что нужно сделать для поступления в вуз), **максимальная** (я уже сделал все необходимое и уверен, что поступлю)

### **ПЕРВЫЕ ШАГИ**

Для продолжения работы участники вновь объединяются в общий круг, при этом их местоположение в нем уже не играет существенной роли.

Ведущий составляет общий перечень профессий, выбранных учениками данного класса. Из этого списка выбирается 4–5, наиболее популярных в данном коллективе. Участников просят в произвольном порядке разбиться на группы. Число групп должно соответствовать количеству выбранных профессий.

Каждая группа получает карточку, на которой написана одна профессия, выбранная ранее из общего списка. Участникам необходимо подготовить памятку о том, что нужно сделать, чтобы получить данную специальность.

Вспомогательные вопросы для составления памятки:

*Какими личными качествами должен обладать человек, выбирающий эту профессию?*

*Какова должна быть его средняя учебная успеваемость?*

*Какие учебные предметы являются приоритетными для этой профессии?*

*В каких вузах готовят таких специалистов?*

*Какие шаги необходимо предпринять, чтобы наверняка поступить в этот вуз?*

### **РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОТВЕТСТВЕННОСТИ**

Далее, ознакомившись с результатами работы мини-групп, участники вновь объединяются для совместной деятельности. Теперь им необходимо составить общую памятку для поступления в вуз.

Для этого, основываясь на итогах работы в группах, дети или родители называют те шаги, которые нужно сделать обязательно, затем определяют их последовательность. Пример памятки приводится в приложении 1.

После того как памятка будет полностью готова, ведущий просит участников разбиться на две группы: дети и родители (воспитатели). Каждой группе предстоит проанализировать все пункты памятки и распределить ответственность за их реализацию между детьми и взрослыми. Дети отмечают, за что, по их мнению, должны отвечать родители. Родители (воспитатели) же отмечают, за что, по их мнению, должны отвечать дети.

Через 15–20 минут участники вновь объединяются. Теперь напротив каждого пункта памятки нужно поставить отметку о том, кто является ответственным за его реализацию (ребенок или взрослый).

Дети и взрослые по очереди говорят, какую ответственность они хотят возложить друг на друга. Например, дети говорят, что поиск репетиторов — это дело родителей (воспитателей). Если родители (воспитатели) согласны, то в памятке напротив данного пункта появляется слово «родители». Если не согласны, то слово — «дети».

### **ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП**

Для проведения завершающего этапа деловой игры участники проводят обсуждение важных вопросов в кругу своей семьи.

Ведущий просит семьи заполнить итоговый бланк (см. приложение 2), а затем поделиться своими впечатлениями об игре с другими участниками.

Многие семьи после этой игры говорят о своем желании прийти на индивидуальную профконсультацию к психологу.

### **Приложение 1**

#### **ПАМЯТКА ДЛЯ ПОСТУПЛЕНИЯ В ВУЗ**

1. Выбрать профессию.
2. Проанализировать, какие личные качества необходимы человеку, для того чтобы быть успешным в этом деле. Соотнести это с возможностями старшеклассника.
3. Определить приоритеты в учебных предметах, направить силы на эти основные предметы.
4. Выяснить, в каких вузах можно получить эту специальность.
5. Выяснить, каковы условия поступления в эти вузы.
6. Начать заниматься либо на соответствующих курсах, либо с репетиторами.
7. Выбрать конкретный вуз для поступления.
8. Собрать информацию об особенностях обучения в этом вузе.
9. Успешно сдать вступительные экзамены.

### **Приложение 2**

#### **ИТОГОВЫЙ БЛАНК**

1. Я выбираю профессию (*написать, какую*) ...
2. Мои индивидуальные особенности идеально соответствуют требованиям профессии или мне предстоит поработать над собой, чтобы привести в соответствие мои индивидуальные особенности с требованиями профессии (*ненужное зачеркнуть*).
3. Я поступаю в вуз (*написать название вуза*) ...
4. Эту же профессию я могу получить в таких вузах, как ...
5. Для того чтобы поступить в выбранный мною вуз, мне нужно предпринять следующие шаги (*написать в таблице, какие*)

Этапы подготовки	Степень реализации в настоящее время («+» или «-»)	Ответственный за этот шаг в нашей семье
------------------	--	---

#### **Игра «План моего будущего»**

Цель — создание стратегического плана жизни на ближайшие 5 лет и мотивирующего девиза на ближайшие 2 месяца.

#### **Тренер раздает участникам Алгоритм картины будущего.**

#### **Инструкция**

«Давайте попробуем построить картину будущего. Сейчас каждый должен определить свою цель на 5 лет вперед. Запишите эту цель у себя в тетрадях.

Комментарий 1: *«Лучшее средство укрепить в себе какое бы то ни было чувство — это подолгу и как можно чаще поддерживать (нашем сознании идеи, с которыми оно находится в связи стараться, чтобы эти идеи выступили перед нами выпукло ярко, отчетливо. А чтобы этого достигнуть, необходимо представлять себе каждую вещь конкретно, со всеми ее живыми, характерными подробностями».*

Комментарий 2: *«Для того чтобы эмоция, желание могло приобрести -полную живость, нужно только, чтобы предмет желания сделался вполне ясен уму, так чтобы все его приятные, соблазнительные или просто полезные стороны выступили в сознании выпукло и ярко».*

«Вопросы алгоритма могут помочь вам нарисовать картину будущего выпукло и отчетливо. Кем вы будете через 5 лет? Какое вы получите к этому времени дополнительное образование? Каков будет ваш ежемесячный доход? Как вы будете себя чувствовать? Какими будут ваши перспективы на будущее?»

Если эти вопросы не вполне совпадают с вашими представлениями о собственном будущем, задайте себе другие. Это могут быть вопросы о ваших достижениях в бизнесе, о перспективах семейной жизни, о научных свершениях и т. п. Главное, чтобы вы смогли нарисовать действительно желанную для вас картину будущего через 5 лет. Запишите это в тетради»

Комментарий к упражнению: *На эту работу может потребоваться от 5 до 10 минут. Заранее оговаривать время не стоит. Эта работа требует достаточно глубокого погружения в себя, самоанализа. Она должна протекать органично и занимать столько времени, сколько необходимо.*

«Теперь определите, что вы должны сделать в течение каждого из этих 5-ти лет, чтобы добиться этой цели. Напишите, что должно быть сделано в 2007 году? В 2008? В 2009? В 2010? В 2011?»

*Комментарий: На эту работу может потребоваться 6—7 минут.)*

«Теперь решите, что должно быть сделано в течение ближайших 3-х месяцев для того, чтобы вы могли продвинуться к цели – я раздам вам эти чудесные карточки для того, чтобы вы написали на них свой девиз.»

*Комментарий: На формулирование девизов группе может потребоваться около 4—5 минут.*

«Теперь те, кто может показать свой девиз всем остальным, вставят его в свой бейдж. Если девиз очень личный, его, конечно, можно никому не показывать. Давайте встанем, походим по комнате, вчитаемся в девизы других...

Надеюсь, эти девизы помогут нам мотивировать себя в течение ближайших 3 месяцев. Карточку лучше всего носить с собой в кармане. Доставайте ее всякий раз, когда будете чувствовать себя растерянным, обескураженным, потерявшим цель.

Через 3 месяца нужно будет сформулировать новый девиз, и затем повторять это через каждые 3 месяца.

В конце года сопоставьте полученный результат с вашей целью на год. Если цель будет достигнута, поощрите себя. Подарите себе что-то, что вы цените, в чем давно отказываете себе, то, что вы любите. Затем уточните цель на следующий год и действуйте и далее по пп. 4—10а.

Если цель не достигнута, все равно поощрите себя. Дайте самому себе небольшой отпуск, купите себе нужную для работы или для осуществления вашей цели вещь, пройдите какой-нибудь интересный и важный тренинг. Вы боролись, но пока у вас не получилось.

После этого уточните свою цель на следующий год и примите на себя определенные обязательства, предусматривающие некоторые лишения в том случае, если цель не будет достигнута и в следующем году.

Первое, что вы можете сделать, — это сообщить как можно большему количеству людей о своем намерении добиться поставленной цели. На карту будет поставлено ваше имя. Если самолюбие не является одной из ваших главных черт, вы можете выбрать другой путь.

Составьте контракт, который предусматривал бы определение материальные лишения в случае, если поставленная цель не будет вами достигнута.

*Комментарий: В бихевиоральной терапии такие контракты практикуются достаточно часто. Хочешь похудеть на 10 кг, а силы воли не хватает? Ты можешь заключить договор о том, что на период в 6 месяцев или в 1 год ты передаешь терапевту в клинику определенные ценности, которые будут тебе возвращены, если ты похудеешь на 10 кг, и останутся в клинике навсегда, если ты не сможешь этого сделать.*

## **Занятие №13.**

### **Методика поиска профессии.**

Данная методика имеет весьма универсальный характер, и в дальнейшем вы могли бы ею воспользоваться для решения любых проблем, в том числе связанных с профессиональным выбором.

Предлагаю взять ручки и листы бумаги. Необходимо сделать определенное количество выборов, описывающих вашу будущую профессию и условия труда.

1. Условия труда, в которых мне хотелось бы жить и работать:

1.1. Географические условия.

1.2. Характер рабочего места.

В этом параграфе нужно составить Список желаемых качеств для каждого пункта.

Неприемлемыми качествами могут быть любые сущности, которые вас волнуют. Может быть, для вас не подходит город, который не стоит на реке.

Отрицательные качества преобразовывайте в положительные: то есть, раз вам не подходит жаркий климат, то пишите, что он должен быть умеренным.

Итого, у вас получится список, из какого-то числа качеств. Если вы закончили список по географии (расположению вашей работы), то переходите к следующему пункту: характер рабочего места.

Здесь необходимо указать положительные и отрицательные качества.

Не жалейте времени и постарайтесь, что ваш список получился законченным и полным.

2. Эмоциональная и духовная атмосфера работы.

Опишите все желаемые качества вашей работы и отрицательные качества.

3. Знания, с которыми я хотел бы работать.

Перечислите здесь все области знания, с которыми вам хотелось бы работать.

4. Люди, с которыми мне хотелось бы работать.

4.1. Коллеги.

4.2. Клиенты.

5. Информация, с которой мне хотелось бы работать.

6. Предметы и вещи, с которыми мне хотелось бы работать.

7. Действия, которые я хотел бы совершать на работе.

Итак, давайте обобщим все вышеизложенное, чтобы получить руководство по самостоятельному выбору профессии.

Семь этапов принятия решения о выборе профессии.

1. Составить список подходящих профессий.
2. Составить перечень требований к выбираемой профессии.
3. Определить значимость каждого требования.
4. Оценить свое соответствие требованиям каждой из подходящих профессий.
5. Подсчитать и проанализировать результаты.
6. Проверить результаты.
7. Определить основные практически шаги к успеху.

Итак, вы приняли решение, теперь можно определить в каком учебном заведении вы сможете получить профессиональное образование, как развивать в себе профессионально важные качества, как можно получить практический опыт работы по данной специальности, как повысить свою конкурентоспособность на рынке труда.

## Занятие №14.

### В добрый путь.

Вот вы и выходите в жизнь, начинаете путь, на котором будут удачи и неудачи, минуты счастья и горестей, успехи и ошибки.

В этом вы многое узнали о себе, обсудили отношение к различным жизненным ценностям, подвели итоги и определили собственные позиции в профессиональной, жизненной и личностной сферах, «нашли себя». Теперь надо быть лишь настойчивым и трудолюбивым в достижении своих целей и – раньше или позже – вы их обязательно достигнете. Помните: человек – хозяин своей судьбы, кузнец своего счастья, как писал Н.Островский: «Жизнь дается человеку один раз, и прожить ее надо так, чтобы не было мучительно больно за бесцельно прожитые годы, чтобы не жег позор за подленькое и мелочное прошлое...»

#### Упражнение-тест «Я определяюсь в этом мире»

Чтобы получить общее представление о содержании и о своём уровне самоопределения, заполните анкету, оценив себя по всем позициям (в пятибалльной шкале ДА — 5 баллов, НЕТ — 1 балл); подсчитайте общий средний балл.

Определились ли вы в своих жизненных выборах?		
Я знаю (определился), кем быть	5432 1	не знаю
Уровень моих знаний для выбранной профессии достаточен	54321	недостаточен
Я готовлюсь к своей профессии изо дня в день	54321	не готовлюсь
У меня есть идеал дружбы	54321	нет
У меня есть идеал любви	54321	нет
Считаю себя патриотом	5432 1	не считаю
Я знаю, каким быть	54321	не знаю
У меня есть вера	54321	нет
Я знаю, чего я стою (свои возможности)	54321	не знаю
Я готовлю себя к будущему	54321	не готовлю

Берегите, укрепляйте, не калечьте свое физическое и нравственное здоровье!  
В добрый путь, друзья, вперед по трудному, но интересному жизненному пути!  
Боритесь и ищите, найдите и не сдавайтесь!

## Социально- педагогический модуль. Блок занятий для детей 11-14 лет.

### Занятие №1.

#### К чему себя готовить, какую профессию выбрать.

Каждый из вас пока плохо представляет, какие профессии в настоящее время вас привлекают, какие профессии являются успешными.

Для того, чтобы сделать выбор, необходимо провести тщательный самоанализ, рефлекссию своих предпочтений, интересов, узнать как можно больше о мире профессий и трезво оценить свои возможности по предпочтениям.

Я предлагаю сейчас попытаться определить предполагаемые профессии или утвердиться уже в выбранных предпочтениях.

Вам необходимо выбрать один из предложенных вариантов ответов на два вопроса.

*Вопросы:*

1. Какой объект деятельности тебя больше всего привлекает в настоящий момент?
  - 1.1. Человек;
  - 1.2. Информация (тексты, формулы, языки, коды);
  - 1.3. Финансы (деньги, акции, фонды, кредиты);
  - 1.4. Техника (механизмы, станки, здания, конструкции, приборы, машины);
  - 1.5. Искусство (литература, музыка, театр, кино, живопись);
  - 1.6. Животные (служебные, дикие, домашние, промысловые);
  - 1.7. Растения (сельскохозяйственные, дикорастущие, декоративные);

- 1.8. Продукты питания (мясные, рыбные, молочные, кондитерские, плоды, овощи, фрукты);
- 1.9. Изделия (металл, ткани, мех, кожа, дерево, камень, лекарства);
- 1.10. Природные ресурсы (земля, лес, горы, водоемы, месторождения).
2. Какой вид деятельности тебя привлекает?
- 2.1. Управление (руководство чье-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);
- 2.8. Исследование (научное изучение чего-либо или кого-либо);
- 2.9. Защита (охрана от враждебных действий);
- 2.10. Контроль (проверка и наблюдение);

В итоге, вам необходимо посчитать, каких ответов у вас больше. И вы сможете приблизительно понять, какая сфера деятельности вам ближе.

В современных условиях происходит радикальное изменение структуры общественного производства, быстро обновляется номенклатура профессий, появляются принципиально новые виды деятельности.

Поэтому необходимо очень тщательно изучить профессии, чтобы определиться в своем выборе.

## **Занятие №2**

### **Знакомство с профессией.**

Вы все прекрасно знаете, что любая профессия должна приносить как достаток, так и удовольствие. Все зависит от Вашего выбора., от ваших предпочтений. Только надо следовать аксиоме: «Оценивай и исследуй любимую профессию, а не человека работающего в данной профессии». Зачастую эта большая ошибка, когда подросток выбирает себе профессию, в следствии, знакомства с человеком работающим в этой системе. Ему (ей) кажется, что эта профессия лучшая, а на самом деле подростку просто нравится человек который работает там. А это как раз говорит о профессионализме, так как только к профессионалу может тянуться человек, ничего не знающий о данной профессии.

Для начала необходимо ввести подростка в курс дела, показать ему сущность данной профессии. Рассказать о всех плюсах и минусах. Затем предложить ему (ей) последить в течении нескольких дней, а может и месяцев за работай . Предложить некоторые задачи по данной работе, посмотреть сможет ли подросток решить легкие порученные задания. А затем переходить к более сложным. В итоге ребенок сам поймет, нравится ему данная профессия или она уже его не привлекает.

Итак, у меня вопрос:

- «Какая профессия привлекает вас в данный период жизни. Отвечайте по кругу».

-«Я попробую раскрыть сущность той профессии , которая вас интересует.»

(Раскрывается сущность тех немногих профессий, которые называются в круг).

По истечении занятия проводится рефлексия. И в итоге необходимо прийти к единому на первый взгляд знаменателю, какие профессии остались в зоне интереса, а какие отсеялись.

## **Занятие №3**

### **«Домашний умелец»**

Каждый из вас имеет хобби и от случая к случаю помогает воспитателям. Что для вас является самым сложным, что дается легко. У вас бывают дни самоуправления, где вы пробуете себя в разных профессиях. Кому, что больше и легче дается.

Поделитесь мыслями в круг. Может уже кто-то определился в своем выборе или только думает об этом.

Я предлагаю разделиться на две группы. Каждый из вас выбирает себе профессию. А затем продумывает, как показать так, чтобы все остальные поняли, что эта за профессия. Только сложность заключается в том, что показ не должен быть однотипным, пофантазируйте. Можете взять себе помощника для показа. Чем полнее и интереснее вы покажете, тем быстрее угадают остальные. Какая группа интереснее и понятнее покажет профессии, та и выиграла. Только профессии выбирайте сложнее, и те которые вы знаете, а не те название, которых вы прочитали вчера в книжке или услышали по телевизору.

Затем проводится рефлексия, что было сложнее, что легче, понравилось или нет. Какие же профессии вы вспоминали, а какие давались очень легко. Сложно ли показать профессии пантомимой. Что нового вы узнали?

#### **Занятие №4 «Кем быть?»**

Вы много узнали из прошлых занятий, а теперь прошу вас написать небольшое сочинение на тему «Кем быть?».

На сочинение вам дается 30 минут. Затем мы с вами обсудим ваши сочинения. Но не всех, а кто изъявит желание.

#### **Занятие №5. «Общее понятие об экономике»**

Прежде всего, подумайте, какие ассоциации возникают у вас, когда вы слышите слово «экономика», «экономист». Спектр экономических специальностей очень широк. За экономическими специальностями- будущее, поэтому все больше вузов готовят специалистов по экономике разного профиля.

Экономические специальности имеют общие черты и различия. А иностранный язык для экономиста- это пропуск в самые современные направления прикладной экономики. Многие специалисты утверждают, что без знания иностранного языка, невозможно быть экономистом, так как большинство понятий и концепций экономики сложились в англоязычных странах. Второй иностранный язык (немецкий или французский) открывает начинающему экономисту в престижные московские вузы, которые все чаще сотрудничают с европейскими учебными заведениями и предлагают своим студентам стажировку за рубежом. Условно все экономические специальности с точки зрения психологического портрета можно разделить на несколько групп:

1. Экономист – это давно сложившиеся специальности, например бухгалтер, специалист по аудиту.
2. Традиционно экономика была сферой научных исследований. Такие специальности, как «мировая экономика», «экономическая социология», весьма перспективная область для тех, кто интересуется фундаментальной наукой.
3. Существует целая группа экономических специальностей, тесно связанных с управлением.
4. Экономическая деятельность связана с коммерцией.

А попробовать себя в экономических специальностях сейчас легко- при многих вузах существуют клубы юных экономистов, проходят олимпиады для желающих заниматься экономикой.

#### **Занятие №6.**

##### **«Я и мои потребности».**

Хорошие результаты получаются при использовании данной методики в целях профориентации лиц, меняющих профессию.

Следует предупреждать испытуемого о необходимости работать в течение 40-50 минут.

№ п/п	Утверждения	Оценка	Тип мотивации
1.	Требует общения с разными людьми		И
2.	Нравится родителям		-
3.	Наличие высокого чувства ответственности		С
4.	Требуется переезд на новое место жительства		+
5.	Соответствовать моим способностям		И
6.	Позволяет ограничиться имеющимся оборудованием, без новинок		-
7.	Дать возможность приносить пользу людям		С
8.	Способствовать умственному и физическому развитию		И
9.	Работать на высокооплачиваемой работе		+
10.	Работать близко от дома		+
11.	Работать в престижном месте		-
12.	Дать себе возможность для роста профессионального мастерства		С
13.	Единственно возможная работа в сложившейся на данный момент ситуации		-
14.	Позволяет реализовать способности к руководящей работе		С
15.	Быть самой (ым) привлекательной (ым) на работе		И
16.	Работа близка к любимому школьному предмету		+
17.	Позволяет сразу получить хороший результат труда для других		С
18.	Избрана и одобрена моими друзьями		-
19.	Позволяет использовать профессиональные умения вне работы		+
20.	Дает большие возможности проявить творчество		И

Вам необходимо прочесть и выделить те потребности, которые наиболее вам подходят.

#### **Обработка результатов.**

**Шкала Оценок:** 5- очень сильно повлияло;

4- сильно повлияло;

3- средне;

2- слабо;

1- никак не повлияло;

**Условные обозначения:** «И»- внутренние индивидуально значимые мотивы; «С»- внутренние социально значимые мотивы; «+»- внешние положительные мотивы; «-»- внешние отрицательные мотивы.

Максимальная сумма указывает на преобладающий вид мотивации к профессии и ваши потребности в большей степени.

### **Занятие №7.**

#### **Практические занятия- экскурсии.**

Проводятся непосредственно на базе того заведения куда хотело бы поступить определенное количество подростков, либо экскурсии по определенным местам будущей работы, для ознакомления с будущей профессией.

# Социально- педагогический модуль

## Блок занятий для детей 14-17 лет

### Занятие №1.

#### Вводное занятие.

Проблема выбора профессии тревожит - это означает социальную и психологическую зрелость молодого человека. Трудности профессионального самоопределения возникают у всех. Любая профессия требует, чтобы у человека присутствовали так называемые «профессионально важные качества», поэтому выбирая профессию, важно осознать, есть ли у тебя СПОСОБНОСТИ, отвечающие профессионально важным качествам. В ситуации сомнения выбирай ту профессию, где твои способности будут максимально реализованы, и где ты добьешься наибольшего успеха.

Для того, чтобы выбрать профессию, необходимо, прежде всего, познать себя. Вы наверняка каждый задаете себе вопрос: «Какой Я?», «Кто я в этом мире?», «Зачем я живу?». Помочь лучше узнать себя и частично ответить на эти вопросы поможет нехитрое упражнение: посмотри на себя глазами другого человека. Попробуй объяснить свои поступки так, как это сделал бы другой человек- не зная истинных мотивов. Вы поймете, какими вас видят другие люди, а так же избавишься от субъективизма.

Ваш характер только формируется, поэтому не надо наклеивать на себя ярлык и отказываться, например, от профессии артиста только потому, что ты якобы «застенчив».

Итак, разобравшись в своих способностях, интересах и личностных чертах, ты приступаешь к выбору уже не профессии, а вуза или факультета. Принятие решения может основываться на многих факторах: советы друзей, родителей, репутация вуза и конкурс, стоимость обучения.

И самое главное профессия должна приносить удовольствие (положительные эмоции для тебя) и обеспечивать максимальную реализацию твоих возможностей (польза обществу).

### Занятие №2.

#### Многообразие мира профессий - экскурсии.

Вы все прекрасно знаете про то, что на земле огромное количество профессий. Очень хорошо, когда проблема выбора профессии тревожит - это означает социальную и психологическую зрелость.

Трудности профессионального самоопределения возникают практически у всех.

Правильный выбор профессии подчиняется двум правилам. Первое: профессия должна быть интересна тем, кому вы ее предлагаете. Чем ценнее будет ваше умение для общества, тем дороже оно будет готово оплачивать ваш труд.

Всегда помните: вы никому не нужны, и никто не будет охранять, и оберегать ваши интересы и нежный характер идеалиста.

Вы интересны, если вы полезны, если вы сможете решить их проблемы.

#### Существуют характеристики профессий.

Технологические	Экономические	Педагогические	Медицинские	Психологические
-----------------	---------------	----------------	-------------	-----------------

Проводятся экскурсии для более глубокого познания различных специальностей.

## Занятие №3.

### Рынок труда и современные требования к профессионалу.

Выбирая специальность и вуз для обучения, абитуриенты, т.е. те люди, которые хотят поступать в учебное заведение, прежде всего, ориентируются на востребованность профессии на рынке труда и размер заработной платы специалистов.

Представьте, что существуют факторы, влияющие на выбор профессии. Как вы думаете, какие? И кем, по вашему мнению, хотят стать молодые люди в настоящее время?

Специальности, которые еще несколько лет назад были экзотикой, сегодня стали востребованными на российском рынке труда. Сейчас велик спрос на рабочие профессии вообще и на рабочих-дизайнеров в частности. Необходимы люди, которые не только могут составить красивый проект, но и умеют качественно работать с современными декоративными материалами.

Самыми востребованными на данный момент, помимо дизайнеров являются еще технические специальности, а особенно отдельные узкие направления.

Подавляющее число объявлений о наборе сотрудников включают в качестве основных требований:

- наличие высшего образования- 90% от общего числа;
- средний балл выпускника: 4,5-4,75, в отдельных случаях указываются конкретные вузы;
- наличие опыта работы по специальности (в среднем от двух лет)- 50 %;
- дополнительные профессиональные знания- 58 вакансий;
- знания ПК на уровне не ниже уверенного пользователя-95%;
- знания как минимум одного иностранного языка- 50%;
- внешний вид (несоответствующий внешний вид- основная причина отклонения кандидатуры работодателем);
- знания в смежных областях- 3- 14%;
- дополнительные навыки (водительские права, спорт и др.) зависят от специфики предлагаемой работы.

В данный момент в России сформировался рынок специалистов, а не рынок компаний. Именно квалифицированные кадры, которых становится все меньше, определяют, с какими компаниями они намерены сотрудничать и на каких условиях.

## Занятие №4

### Профессио-генетический анализ профессии.

Вы все прекрасно знаете, что проблема профессионального отбора специалиста, сформировавшаяся на стыке физиологии, психологии, генетики, психофизиологии, социологии, педагогики, медицины, математической статистики, относится к разряду крупных научно-практических проблем.

Условно различают следующие виды профессионального отбора: медицинский, социально-психологический, образовательный и психофизиологический.

Самое главное, то, что психофизиологические характеристики человека могут количественно выражать профессионально важные качества и для многих профессий обладают достаточно высокой прогностичностью.

-«Как вы думаете, как генетика влияет на дальнейший выбор подростков своей профессии?»

-«Что является важным в выборе профессии?»

- Как вы понимаете термин «психофизиологические особенности»?

Для каждого человека самое важное найти профессию, которая давала бы ему не только хороший заработок, но и удовлетворение от сделанной работы.

## **Занятие №5.**

### **Профессиональная пригодность и планирование.**

В настоящее время очень важно выбрать профессию, которая будет, не только интересна вам самим, но и окружающим. Но самое главное, кроме того, что вы выберете профессию, необходимо быть пригодной к ней. Например, вы выбрали профессию повара, но вам противопоказано долгое время находится в горячем цеху по медицинским показателям. Либо вы, выбрали профессию воспитателя, но вы знаете, что вы нетерпеливый человек, и быстро срываетесь по мелочам. Следовательно, вам нельзя работать с детьми. Каждый человек выбирает профессию не только для себя, но и для других. Перед тем, как выбрать профессию, необходимо полностью узнать о ней. Во- первых профессия должна максимально долго сохранять свою востребованность в обществе. Кроме того вы должны показать, что вы понимаете характер предстоящей работы и прекрасно понимаете, подходит ли ваш характер к данной работе. Если же не подходит, но вам очень нравится данное направление, попытайтесь подстроиться к работе, изменить что- то в себе. Обязательно необходимо планировать ваш рабочий и учебный график. Попробуйте представить себе, ту работу, которая вам нравится. И показать что необходимо делать, какие на ваш взгляд основные цели в этой работе. Что для вас будет трудным, а что легким.

Представили? А теперь покажите нам это, в кругу. Пантомимой. Либо попробуйте составить краткое резюме на эту тему. И описать вашу работу и ваш учебный либо рабочий график.

Благодарю. Теперь предлагаю провести рефлексю.

## **Занятие №6**

### **Здоровье и выбор профессии.**

Как уже говорилось ранее, здоровье это неотъемлемая часть нашей жизни, в том числе, если это связано с работой. Вы прекрасно понимаете, что на любой работе необходимы здоровые люди. Как вы думаете, какая работа подойдет человеку, если у него, например большое сердце, или проблемы с нервами, или с опорно-двигательным аппаратом.

Не бывает легких профессий. Очень важно дать понять, что вы прекрасно понимаете всю сложность той профессии, которую выбрали. При устройстве на работу или выборе профессии, необходимо учитывать особенности психики, развития, строения организма человека, его индивидуальных особенностей. Например, назначение на работу лиц, не обладающих должными качествами центральной нервной системы и анализаторов, может отрицательно сказаться на состоянии здоровья и функциональном нарушении центральной нервной и сердечно - сосудистой систем.

Но не следует считать, выделение части лиц с профессиональной непригодностью лишает их профессиональной деятельности, и говорит о о профессиональной непригодности. А теперь я предлагаю разбиться на две подгруппы. Каждый человек должен выбрать себе профессию, которая ему интересна. Ваша задача: выслушать человека, и проанализировать может ли человек осилить эту профессию. Затем мы проведем рефлексю.

## **Занятие №7.**

### **Социальные проблемы труда.**

Каждый из вас прекрасно знает, как сложно найти работу после института, даже если вы закончили ВУЗ с отличием.

Подросткам очень сложно найти подходящую работу или подходящий институт, потому что у всех разное материальное положение.

Поэтому прежде чем поступать в какой- либо ВУЗ, необходимо заранее продумывать на какую работу, куда ты пойдешь работать. Существует большая проблема у выпускников: практически никто не идет работать по специальности.

Я предлагаю сейчас поиграть в игру.

Мне необходимо два человека. У каждого из вас будет своя роль. Вы выберет себе профессию. Ваша задача представить себе, что вы устраиваетесь на работу. Вы сидите на приеме у начальника учреждения, и предлагаете взять вас на работу. Как вы подаете себя? О чем рассказываете? В чем вы одеты? И т.д. А напарник, следовательно, будет тем самым начальником, который будет задавать вам вопросы. На обдумывание ситуации вам дается 7 минут. Затем показываете ситуации. И мы проводим рефлексии. Что было самым сложным? Что понравилось, что нет? Какие предложения хотели бы внести? И т. д.

## **Занятие №8**

### **Технология профессионального самоопределения.**

После окончания школы вы задумываетесь над своим выбором. Вы конечно уже примерно знаете, что вы хотите, какая профессия вам нравится? Но вы еще не определились полностью в вашем выборе. И вот тут наступает самый ответственный момент. Пойдете ли вы учиться по той специальности которую долгое время выбирали, или в один момент решите, что она вам не интересна.

Профессия должна быть:

1. престижной;
2. хорошо оплачиваемой;
3. интересной;
4. с хорошими условиями труда;
5. чтобы ее легко можно было приобрести;
6. соответствовать вашему желанию;
7. востребована на рынке труда.

Но все это только в идеале. В итоге все происходит по-другому. Вы устраиваетесь не на ту работу, которую вы себе выбрали, и работает там только потому, что уже привыкли и вам неплохо платят, а также потому что не можете найти другую работу. Вы долго и упорно перечитываете интернет страницы, но зачастую это ничего не дает.

Таким образом, большинство выпускников ВУЗов, выбирая профессию, свои собственные интересы и склонности ставят на третье место по степени важности, а возможность трудоустройства - и вовсе на восьмое.

Итак, выбор профессии - это уравнение с несколькими неизвестными. Существует так называемая «формула выбора профессии»:

#### **Хочу- могу – надо**

Правильный выбор профессии подчиняется двум правилам. Первое: профессия должна быть интересна тем, кому вы ее предлагаете.

Второе: профессия в максимальной мере, насколько это возможно, должна интересовать вас и нравиться вам.

Всегда задавайте себе вопросы: Чем я хочу быть полезен?

Что я могу для них сделать?

Какую проблему других людей мне было бы интересно разрешать?

И вот только тогда, возможно, ваше профессиональное самоопределение сдвинется, наконец, с мертвой точки.

## **Занятие №9.**

### **Учет особенностей темперамента в профессиональном становлении личности.**

Вы все знаете, что необходимо учитывать свойства темперамента в любом деле, особенно в профессиональном самоопределении. Вам может просто не подходить работа, или ваш темперамент может не подходить к работе.

Давайте поиграем в игру. Каждый из вас знает какой у кого темперамент. Выберете себе работу по вашему темпераменту из предложенного списка. Но профессии будут написаны на

листочках, и перемешаны в мешочке. Каждый из вас достает профессию, читает и говорит, подходит профессия к вам или нет. Если подходит то почему, и соответственно, почему не подходит.

Таким образом мы попробуем выяснить действительно ли играет такую важную роль темперамент и особенности личности в выборе профессии. Подведем итог и рефлексиию.

### **Занятие №10.**

#### **С какого возраста можно начинать работу?**

Это очень простой вопрос. Пока вы учитесь в школе, каждому из вас хочется иметь карманные деньги. Кому-то их дают родители, а кому-то не дают вовсе. Но в период учебы работать не обязательно, потому, что все расходы по вашему взрослению и жизни вообще берут на себя родители. Ваша профессия и работа в этот период- это школа.

А если вы учитесь и работаете, вы можете пропустить много главного и интересного.

Работу можно начинать с совершеннолетнего возраста, т.е. тогда, когда вы получаете паспорт. Но и здесь есть много за и против. Надо ли действительно вам это или это всего лишь попытка показать себя взрослым, вырваться из- под опеки родителей.

Существуют конечно подростки, которым приходится работать во время учебы. Это малоимущие дети, живущие в очень бедной обстановке. Но эти дети практически не учатся в школе. Они зарабатывают себе на жизнь. В следствии, этого они не имеют высшего образования, и не могут потом устроиться на нормальную постоянную оплачиваемую работу.

Есть конечно выход, если ты отлично успеваешь в школе, успеваешь делать уроки, и у тебя нет никаких занятий или хобби, ты вполне может пойти работать с разрешения родителей и наличия у тебя паспорта. Обычно школьники работают в течении летнего периода- это каникулы.

## Занятие №11. Практические экскурсии.

### Характеристика уровней развития у детей-сирот способности к самоопределению

Определение уровня развития у детей-сирот способности к самоопределению проводится два раза в год: в ноябре и апреле.

Уровень	Когнитивный критерий	Эмоционально-волевой критерий	Потребностно-мотивационный	Действенно-практический
Высокий	Воспитанник имеет систему представлений об окружающей среде, хорошо знает свои индивидуально-психологические особенности (сильные и слабые стороны), свободно ориентируется в мире профессий, имеет четкие профессиональные и личные планы, способен объективно проанализировать ситуацию и сделать правильные выводы.	Ребенок адекватно оценивает свои возможности, проявляет последовательность и целеустремленность в достижении намеченного. Обладает устойчивым волевым напряжением в различных ситуациях, умением доводить начатое дело до конца. Уверен в себе, хорошо умеет управлять своими эмоциональными состояниями.	У ребенка высокий уровень мотивации, общественно значимой деятельности, нравственная направленность сферы потребностей и интересов. Решения в любой ситуации всегда принимаются обоснованно и самостоятельно. Испытывает устойчивую потребность заниматься самосовершенствованием. Способен выделять главное в соответствующей ситуации. Умеет поставить цель в работе и в жизни и обосновать ее	Воспитанник способен противодействовать негативным воздействиям социальной среды, легко включается в деятельность и находит в ней свое место, самостоятелен в решении проблемных ситуаций, обладает умением гибкой ориентации в новых условиях. Способен выбрать адекватные средства для реализации поставленных задач, творчески подходит к их решению.

средний	<p>Воспитанник имеет отдельные представления о том обществе, где он живет, и в целом об окружающей среде. Не всегда осознает свои возможности, индивидуальные особенности, может объективно оценивать ситуацию. Неполное и одностороннее представление о мире профессий. Профессиональные планы неустойчивы.</p>	<p>Воспитанник проявляет последовательность и целеустремленность в значимом и привлекательном для него деле. Может сомневаться в своих силах. Начатое дело доводит самостоятельно до конца, если оно не требует больших волевых усилий и не связано с преодолением серьезных трудностей. Своим эмоциональным состоянием умеет управлять не всегда.</p>	<p>Ребенок не всегда имеет высокий уровень мотивации общественно-значимой деятельности. Потребности, интересы, установки, нравственные ориентации не всегда соответствуют социально-значимым ценностям и нормам. Нуждается в поддержке друзей или взрослых, когда принимает решения в проблемных ситуациях. Может ставить недостаточно обоснованные цели.</p>	<p>Ребенок способен противодействовать негативным воздействиям социальной среды, если это не усложняет его жизнь, испытывает затруднения при решении новых проблем. В новых условиях иногда теряется, но стремится отрегулировать свои контакты со средой. В новых ситуациях испытывает затруднения в выборе средств для реализации поставленных задач. Не всегда творчески подходит к решению задач.</p>
Низкий	<p>Воспитанник имеет отрывочные и часто искаженные знания об окружающей действительности. Плохо осознает свои возможности и индивидуальные особенности. Не ориентируется в мире профессий. Профессиональные планы отсутствуют.</p>	<p>Ребенок имеет неадекватную самооценку, преувеличивает или недооценивает свои возможности. Не доводит начатое дело до конца. Не умеет управлять своими эмоциональными состояниями.</p>	<p>К общественно-значимой деятельности воспитанник равнодушен, не забывает о целях того, что делает. Руководствуется преимущественно эгоистическими мотивами, не способен соотносить свои потребности с реальной ситуацией постоянно контролируется и стимулируется „ педагогом. Легко меняет свои взгляды. Избегает возможности принимать решения самостоятельно.</p>	<p>Воспитанник подстраивается под ситуацию, предпочитает приспособиться к условиям. Включается в деятельность, если она не вызывает трудностей, четко обозначена или выгодна для него. Не способен к самостоятельности в решении проблемных ситуаций. В ситуации выбора действует так, как большинство, или как легче и доступнее.</p>

### Список литературы.

1. Анн Л.Ф. психологический тренинг с подростками. – СПб.: Питер, 2005.
2. Большая энциклопедия психологический тестов. – М.: Изд-во Эксмо, 2006.
3. Грецов А.Г. Выбираем профессию. Советы практического психолога. – СПб.: Питер, 2007.
4. Организационно- педагогические аспекты экспериментальной работы в условиях сельского детского дома. / Под общей редакцией Н.А. Палиевой.
5. Селевко Г.К. Найди свой путь: Учебное пособие для предпрофильного обучения. М.: Народное образование, НИИ школьных технологий, 2006.
6. Шмидт В.Р. Классные часы и беседы по профориентации для старшеклассников: 8-11 классы.
7. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.

**Анкета по профессиональному самоопределению воспитанника детского дома**

**Фамилия** \_\_\_\_\_

**Имя** \_\_\_\_\_

**Отчество** \_\_\_\_\_

1. Что ты собираешься делать после окончания школы и выхода из детского дома:

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

Б) работать (записать полное название предприятия, специальности) \_\_\_\_\_

2. Подчеркни требования к своей будущей профессии (что тебя в ней привлекает?): отсутствие чрезмерной физической нагрузки; конкретные результаты; возможность творчества; возможность развивать способности; высокая зарплата; возможность заниматься любимым делом; общение с интересными людьми, высокая общественная значимость; разнообразие в содержании работы; свободное время; возможность самому регулировать рабочее время.

3. Что тебе советуют друзья делать после выхода из детского дома? Согласен ли ты с их мнением? \_\_\_\_\_

4. Какой учебный предмет является для тебя любимым? Почему?

Люблю \_\_\_\_\_ (предмет), потому что: он легко усваивается; он развивает ум способности; нравится преподаватель этого предмета; знание этого предмета необходимо для поступления в институт; знание этого предмета пригодится для будущей профессии, (нужное подчеркнуть)

5. Есть ли у тебя любимое дело, которым ты любишь заниматься в свободное время, и от которого тебя трудно оторвать для чего-либо другого? \_\_\_\_\_

6. Есть ли у тебя интересы, склонности, связанные с выбором профессии (чтение специальной литературы, посещение учебных заведений)? \_\_\_\_\_

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

8. Какие способности в тебе развил детский дом, школа? \_\_\_\_\_

9. Развиваешь ли ты способности, связанные с выбором профессии? (тренируешь память, внимание, улучшаешь физическую подготовку, углубляешь знания о профессии и др.) \_\_\_\_\_

10. Как ты оцениваешь успехи, достигнутые в учебной деятельности? \_\_\_\_\_

11. Считаешь ли ты, что сможешь осуществить свои профессиональные намерения? Что может этому помешать? \_\_\_\_\_

12. В случае неосуществления основных планов есть ли у тебя запасной вариант? \_\_\_\_\_

13. Некоторыми профессиями невозможно овладеть при определенных недостатках (противопоказания к профессии), перечисли их: аллергия на пищу, запахи, плохое здоровье, быстрая утомляемость, повышенная нервная чувствительность, раздражительность, нетерпеливость, боязнь \_\_\_\_\_

крови, человеческих страданий, вспыльчивость, неуравновешенность, быстрая утомляемость от общения с людьми, неаккуратность, неряшливость, небрежное отношение к работе и быту, отсутствие выдержки, конфликтность в отношении со сверстниками и взрослыми, нежелание переделывать плохо выполненную работу.

14. Подчеркни профессиональные черты человека, который для тебя является образцом: знание своего дела, вдумчивость, пытливість, цепкость в работе, творческий склад ума, нестандартность мышления, умение быть простым, требовательность к себе, высокая результативность труда, умение учитывать условия и обстоятельства, умение преодолевать трудности, уверенность в силах.

## Приложение №2

### Методика «Карта профессиональных интересов» А.Е. Гломштока, модификация А.А. Азбель, А.Г. Грецова.

#### Карта интересов.

Инструкция. Чтобы помочь выбрать профессию с учетом интересов, предлагаем оценить ряд утверждений о различных видах занятий, которые ты сможешь освоить в будущем. Если тебе очень сильно хотелось бы или нравится заниматься тем, что предлагается в утверждении, то поставь в соответствующей клетке бланка ответов «++». Если нравится, но не очень - поставь «+». Если не знаешь, сомневаешься - поставь 0. Если не хотел бы, не нравится - поставь «-». Если очень не хотели бы, совершенно не нравится, то «--». Не раздумывай слишком долго над вопросами - правильных и неправильных вариантов ответов здесь нет, давай тот ответ, который первым придет в голову. Отвечай на каждый вопрос, не пропуская ни одного. Проставляя свои ответы, внимательно следи, чтобы номер клетки в бланке для ответов не расходился с номером вопроса.

Хотелось бы...? Нравится ли...? Интересно ли...?

1. Изучать разнообразие животного и растительного мира.
2. Проводить физические эксперименты.
3. Разрабатывать новые технологии химического синтеза.
4. Изучать месторождения полезных ископаемых.
5. Разрабатывать новые методы диагностики и лечения различных болезней.
6. Устанавливать и налаживать работу компьютерных программ.
7. Следить за последовательностью и технологиями строительных работ.
8. Решать задачи из книг типа «Математические игры», «Занимательная математика».
9. Планировать финансовую и производственную деятельность предприятия, фирмы.
10. Помогать делать переводы документации.
11. Управлять машиной, трейлером, автобусом и т.д.
12. Заниматься в секции парашютистов, в авиаклубе или в секции яхтсменов, аквалангистов.
13. Заниматься стрелковой секции.
14. Заниматься в историческом клубе, разыгрывать ролевые игры по сюжетам исторических событий.
15. Изучать устройство и режимы работы станков.
16. Писать стихи, статьи очерки и т.д., в периодическом издании в Интернете.
17. Оказывать юридическую помощь людям, консультируя их по вопросам законодательства
18. Организовывать для ребят игры и праздники.
19. Консультировать людей при крупных покупках (автомобиль, заграничный тур и т.д.).
20. Тренировать команду спортсменов.
21. Работать на музыкальных радиоканалах, составлять списки песен для звучания в эфире.
22. Сниматься в кино или играть на сцене.
23. Делать Интернет - сайты, web- страницы.
24. Разрабатывать мероприятия по охране численности редких растений и животных.

25. Участвовать в биологических экспедициях, посещать биологические секции.
26. Изучать законы природы, находить физические закономерности.
27. Проводить опыты с различными веществами следить за ходом химических реакций.
28. Вести наблюдения за изменениями состояния атмосферы.
29. Читать о том, как люди учились бороться с болезнями и изобретали новые лекарства.
30. Находить и устранять причины сбоев в компьютерах, аппаратуре, приборах.
31. Набрасывать эскизы или выполнять чертежи различных построек.
32. Соревноваться в решении математических задач.
33. Выступать посредником при заключении торговых сделок (искать покупателям продавцов и наоборот).
34. Проводить экскурсии на иностранном языке для гостей нашего города.
35. Управлять пожарной машиной.
36. Управлять самолетом МЧС или скоростным катером.
37. Участвовать в военизированных учениях («Зарница», «Разведчик» и др.)
38. Посещать исторические музеи, изучать исторические памятники разных народов.
39. Регулировать механизмы и заменять их в случае неисправности.
40. Наблюдать и анализировать события, поступки людей, делать об этом репортажи.
41. Искать и фиксировать следы на месте преступления.
42. Заниматься репетиторством и преподавательской деятельностью.
43. Изучать спрос покупателей на определенный товар.
44. Читать специальные спортивные новости в газетах и на сайтах.
45. Исполнять произведения на музыкальных инструментах с использованием различных техник игры.
46. Изучать основы сценического искусства, творчество знаменитых мастеров сцены.
47. Искать наиболее рациональное и эстетическое цветовое решение для интерьеров.
48. Проводить наблюдения и контроль загрязнения окружающей среды.
49. Изучать анатомию и физиологию животных.
50. Собирать установки для проведения физических экспериментов.
51. В лабораторных условиях определять степень загрязнения почвы химическими веществами.
52. Создавать ландшафтные карты с помощью компьютерных геоинформационных систем.
53. Интересоваться причинами и способами лечения болезни.
54. Прокладывать сетевые кабели и кабели силового питания.
55. Изучать новые технологии строительства.
56. Изучать языки программирования на компьютере.
57. Осуществлять финансовые расчеты между предприятиями.
58. Читать литературу на иностранном языке или смотреть фильмы без перевода.
59. Управлять современным поездом дальнего следования.
60. Оказывать экстренную помощь людям на затонувших судах.
61. Быть военным инженером или командиром.
62. Обсуждать исторические и текущие политические события России и других стран.
63. Подбирать цветовые оттенки, красить дома, расписывать стены.
64. Добывать эксклюзивную информацию, передавать ее читателям и зрителям.
65. Контролировать своевременную уплату налогов фирмами и физическими лицами.
66. Обучать маленьких детей, играя с ними.
67. Встречать и размещать пассажиров в салоне самолета.
68. Тренироваться в профессиональном спортивном клубе.
69. Играть в музыкальной группе или в оркестре, следуя указаниям дирижера.
70. Вести концертные программы, объявлять зрителям новые номера программы.
71. Создавать необычные модели одежды.
72. Разрабатывать меры по снижению количества вредных производственных выбросов в окружающую среду.
73. Разрабатывать средства борьбы с возбудителями заболеваний животных и растений.
74. Изучать процессы взаимодействия элементарных частиц в ядерных реакторах.
75. Брать на анализ химические пробы воды, продуктов питания, почвы и т.д.

76. Вести разведку месторождений полезных ископаемых: нефти, газа, драгоценных камней и металлов и т.д.
77. Тренироваться в навыках оказания первой медицинской помощи.
78. Проверять, испытывать, регулировать работу узлов автомобиля, самолета, корабля и т.д.
79. Готовить растворы, смеси для строительных работ.
80. Разрабатывать программные алгоритмы для выполнения сложных расчетов.
81. Вести финансовую документацию фирмы, предприятия.
82. Изучать иностранные языки.
83. Регулировать движения транспортных потоков на улицах города.
84. Оказывать экстренную помощь людям «с воздуха» (например, управляя вертолетом МЧС).
85. Изучать устройство оружия, военной техники.
86. Анализировать по книгам исторические факты.
87. Обеспечивать в домах систему отопления, исправную работу водопровода.
88. Редактировать тексты книг, статей, выступлений высокооплачиваемых лиц.
89. Выдвигать обвинения преступникам, назначать им наказания в соответствии с законом.
90. Готовить школьников к олимпиадным заданиям, конкурсам.
91. Помогать подбирать людям наряды и украшения для торжественных церемоний.
92. Сдавать спортивные нормативы.
93. Выступать в качестве солиста перед публикой на концертах, в клубах.
94. Подбирать актеров для съемки художественных фильмов или рекламных клипов.
95. Делать фотоснимки, монтировать фотографии с помощью компьютера.
96. Заниматься мониторингом состояния воздуха на оживленных городских магистралях.
97. Отбирать и заготавливать семена для посадки, высаживать растения в зимних садах.
98. Моделировать на компьютере физические законы природы.
99. Создавать новые синтетические вещества из нефтепродуктов и других полезных ископаемых.
100. Изучать особенности флоры и фауны различных регионов.
101. Осуществлять уход за человеком во время его выздоровления после болезни.
102. Заниматься в технической или электронной секции.
103. Изучать качества и условия применения строительных материалов.
104. Писать компьютерные программы на основе анализа математических алгоритмов.
105. Рассчитывать предполагаемый размер прибыли предприятия.
106. Осуществлять перевод телепередач на русский язык.
107. Консультировать людей по соблюдению правил дорожного движения.
108. Изучать особенности управления яхтой в штормовую погоду.
109. Предупреждать незаконное пересечение государственной границы иностранными гражданами.
110. Разыскивать и собирать материалы, свидетельствующие о событиях прошлого.
111. Обрабатывать и изготавливать металлические детали на фрезерном станке.
112. Работать в средствах массовой информации, вести телепередачи.
113. Выяснять у людей причины незаконных поступков, которые они скрывают.
114. Организовывать походы для школьников.
115. Разрабатывать рекламные акции для продвижения товара в магазинах.
116. Ездить в качестве участника на спортивные соревнования в другой город.
117. Сочинять музыку для кинофильмов, телепередач.
118. Подготавливать и ставить трюки в кино.
119. Придумывать оригинальные ювелирные изделия, украшения.
120. Изучать взаимоотношения живых организмов со средой обитания.
121. Заниматься дрессировкой служебных собак или других животных.
122. Читать книги, типа «Занимательная физика», «Физики шутят» и т.п.
123. Управлять технологическими процессами производства лекарств.
124. Участвовать в географических экспедициях.
125. Работать врачом на станции «Скорой медицинской помощи».
126. Ремонтировать радиоприборы и различную аппаратуру.

127. Продумывать планировку домов, этажей, квартир и т.д.
128. Отражать в виде чисел и формул какие - либо события, процессы и явления.
129. Заключать сделки, договора на выполнение определенных работ.
130. Изучать происхождение слов и различных словосочетаний в различных языках.
131. Тренироваться водить машину или мотоцикл для подготовки к гонке.
132. Изучать особенности управления легким самолетом в ветреную погоду.
133. Жить согласно уставу, носить военную форму.
134. Участвовать археологических экспедициях, работать на раскопках.
135. Делать из дерева различные поделки, предметы, мебель и т.д.
136. Осуществлять литературную обработку статей в соответствии с жанровым своеобразием.
137. Продумывать новые законы и поправки в кодексы, которые были бы удобны для применения.
138. Руководить одной из секций в доме детского творчества.
139. Помогать человеку улучшать внешность с помощью прически, макияжа, красивой одежды.
140. Осуществлять честное и грамотное судейство на спортивных соревнованиях.
141. Изучать творчество выдающихся композиторов, поэтов песен, и исполнителей.
142. Создавать творческие проекты, «раскручивать» исполнителей.
143. Заниматься дизайном интерьеров.
144. Следить за качеством воды, поступающую в городскую водопроводную сеть.

Таблица.

**Области интересов.**

№	Области интересов	№	Области интересов	№	Области интересов
1.	Биология	9.	Экономика.	17.	Юриспруденция.
2.	Физика	10.	Филология.	18.	Педагогика.
3.	Химия.	11.	Транспорт	19.	Сфера обслуживания, торговля.
4.	География.	12.	Авиация, морское дело.	20.	Физкультура и спорт.
5.	Медицина.	13.	Военные специальности	21.	Музыка.
6.	Техника и электроника.	14.	История.	22.	Сценическое искусство.
7.	Строительство.	15.	Рабочие специальности.	23.	Изобразительное искусство.
8.	Математика.	16.	Журналистика.	24.	Экология.

От чего больше зависит успешность в освоении профессии - от интереса или особенностей? Если профессия предъявляет не очень высокие требования к способностям, а для успеха в ней достаточно освоить работу среднего уровня сложности, то на первом месте по значимости будет интерес. = Если даже способностей недостаточно, при увлеченности обучением и работой это вполне удастся компенсировать.

Но если речь идет о профессии, где предъявляются жесткие требования к специальным способностям, или если человек ориентирован исключительно на достижения высочайшего

уровня, никакой интерес уже не в состоянии компенсировать недостаток способностей. Для мастерской игры на скрипке нужен абсолютный музыкальный слух, а для того чтобы стать олимпийским чемпионом по гимнастике - ярко выраженные двигательные способности (в первую очередь координацию и гибкость). Если этого нет - никакой интерес не позволит добиться таких результатов.

Вполне можно выбирать и ту профессию, к которой есть интерес, но мало способностей - на среднем уровне ее все равно освоишь. Но вот мастером высочайшего класса стать в ней не удастся.

Довольно часто способности к определенной деятельности совпадают со склонностями к ней - выраженным интересом, желанием ею заниматься. Хотя так бывает далеко не всегда: подобное желание может возникнуть и безотносительно к способностям. Скажем, потому что заниматься чем-либо считается модным, престижным (именно поэтому в наше время многие молодые люди проявляют интерес к экономике и юриспруденции).

Чтобы отличать внутреннюю «тягу», к какой-либо деятельности (что почти всегда свидетельствует о способностях) от желания выполнять ее по соображениям престижа, или под влиянием внешних факторов (что о способностях еще не свидетельствует), психологи предпочитают использовать разные понятия: склонность, предпочтение.

**Склонность**- это нередко безотчетное стремление к определенному роду занятий, даже без ясного понимания причины самого этого стремления, внутренняя «тяга» к чему-либо. Ее возникновение, как правило, сочетается со способностями к этой деятельности.

**Предпочтение же** - сознательный выбор определенной деятельности. Оно может возникнуть и без выраженной способности, а под влиянием моды, престижности, наличия хороших условий именно для этой деятельности («увлекся плаванием, потому что бассейн хороший рядом») и т.п. Конечно, лучше всего, когда предпочтения совпадают со склонностями и способностями. Но так бывает далеко не всегда, и сами по себе предпочтения служить признаком способностей еще не могут.

*Выраженная склонность к определенной профессии, не связанная с внешними факторами (например, с доходностью и престижностью), обычно свидетельствует о хороших способностях к ней.*

Учитывать склонности при выборе дела, которым предполагаешь заниматься, совершенно необходимо. Во-первых, потому что чаще всего они совпадают со способностями.

Во-вторых, если у человека есть выраженный интерес к какому-либо делу, он рано или поздно все равно начнет этим делом заниматься. И будет очень обидно, если потратишь несколько лет жизни, чтобы научиться одной профессии, а «потянет» к другой.

Тот, кто не имеет базового образования по профилю выполняемой работы, часто надолго или на всю жизнь остается дилетантом, достигнуть вершин мастерства ему гораздо сложнее, чем тому, кто сразу учился именно этой профессии. В общем как гласит народная пословица: «Кто ищет, тот всегда найдет». Завершая разговор о психологических предпосылках успешного выбора профессии, хотелось бы сказать, что есть **несколько психологических качеств, которые важны для любой работы.** Это ответственность, надежность, активность и любовь к труду как таковому, вне зависимости от конкретной профессии.

#### Бланк к «Карте интересов».

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

97.	9	1	1	10	10	1	10	1	10	10	1	1	1	11	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	8.	0	0	2.	3.	0	5.	0	7.	8.	0	1	1	2.	3.	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2
		0.	1.			4.		6.			9.	0.	1.			4.	5.	6.	7.	8.	9	0	1		
12	1	1	1	12	12	1	12	1	13	13	1	1	1	13	13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2.	2	2	2	6.	7.	2	9.	3	1.	2.	3	3	3	6.	7.	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4
	3.	4.	5.			8.		0.			3.	4.	5.			8.	9.	0.	1.	2.	3	4	4	5	
		.	.	.																					

Отмечай свои выборы следующими символами:

++ - очень хотелось бы, нравится этим заниматься;

+ - нравится, но не очень;

О - затрудняюсь ответить;

- - не хотелось бы, не нравится;

-- - очень не хотелось бы, совершенно не нравится;

**Подсчитай сумму плюсов и минусов в каждом столбце.**

От -12 до -6: область деятельности активно отрицается («Что угодно, только не это?»);

От -5 до -1: область деятельности интереса не вызывает;

От +1 до +4: интерес выражен слабо;

От +5 до +7: выраженный интерес;

От +8 до +12: ярко выраженный интерес;

Области профессиональных интересов, соответствующие каждому из столбцов, приведены в таблице (см. ниже).

### Приложение №3

#### Диагностическая методика «Профессиональная готовность»

**Инструкция.** «Вам предлагается ряд утверждений об особенностях ваших представлений о мире профессий. Если вы согласны с тем, что написано в утверждении, то в бланке листа ответов поставьте знак «+», если не согласны — знак «-». Постарайтесь не думать долго над ответом, нас интересует ваша первая реакция. Ответить необходимо на все вопросы. Надеемся на вашу искренность. Заранее благодарим».

#### Вопросы

1. Я отношусь к тем людям, которые выбирают не конкретную профессию, а уровень образования.
2. Я не принимаю серьезных решений мгновенно.
3. Когда мне нужно решиться на какое-то важное дело, я самым серьезным образом оцениваю свои способности.
4. Я знаю, в каких условиях я буду работать.
5. Я анализирую свое 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 определенным 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 ждет 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 своем 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 узнаю, тем легче мне будет выбрать.
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 дает та или иная профессия.
36. Я считаю, что интуиция основана на знании.
37. Чтение справочников о профессиях ничего мне не дает.
38. У меня нет устойчивых взглядов на мое 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. Я признаю только обдуманный риск.
42. Многие мои планы срываются из-за моей неуверенности в себе.
43. Я отношусь к тем людям, которые живут настоящим.
44. Я с детства привык доводить начатое до конца.
45. Я боюсь делать важные шаги в своей жизни.
46. Я знаю, что мне интересно.
47. Было время, когда я строил образ «идеальной профессии» без конкретного названия.
48. Когда я иду на компромисс, у меня портится настроение.
49. Я готов приложить много усилий, чтобы добиться того, что мне нужно.
50. Я знаю, чего я добьюсь в жизни.
51. Я могу назвать профессии, которые интересовали меня в детстве.
52. Я мало задумываюсь о своей жизни.
53. Я не могу определить своего отношения к тому, что мне необходимо принимать решения.
54. В оценке профессий эмоции у меня играют большую роль.
55. Если я чего-то очень захочу, я преодолею любые препятствия.
56. У меня нет определенных требований к будущему.
57. При принятии решений я полагаюсь на интуицию.
58. Мне не нравится, когда от меня требуют инициативы и активности.
59. Я знаю, что у меня есть такие черты характера, которые совершенно необходимы для моей профессии;
60. Я — соломинка, влекомая течением жизни.
61. Когда я думаю о том, что мне нужно выбирать профессию и место работы (учебы), у меня портится настроение.
62. При выборе из двух или нескольких возможностей я полагаюсь на ту, которая внешне более привлекательна.
63. Своим поведением в настоящем я строю фундамент для будущего.
64. Если что-то помешает мне получить выбранную профессию, я легко поменяю ее на другую.

65. Я никогда не задумывался, по каким законам устроен мир профессий.
66. Я считаю, что люди, которые многого достигли в жизни, знали, почему они поступают так, а не иначе.
67. Практическая работа (в кружках, на УПК, практике) очень помогла мне в понимании мира профессий.
68. 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 вперед.
75. Я не 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 вперед.
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 все равно, будут ли уважать меня на работе как профессионала.
87. В своих поступках я всегда опираюсь на проверенные сведения.
88. Все, 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	61	65	71	75	78	83	86	92	94	96
знак	+	+	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

#### Информативность (И)

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

#### Принятие решения (Р)

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

#### Планирование (П)

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

#### Эмоциональное отношение

№	6	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	4	4	5	5	5	6	6	7	8	8	9	
знак	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

#### краткая характеристика методики

1. Методика представляет собой опросник, состоящий из 99 вопросов.
2. Форма ответов на вопросы — дихотомическая (да, нет).
3. Форма проведения — индивидуальная и групповая.
4. Опросник состоит из пяти шкал: автономность — 20 вопросов, информированность — 17 вопросов, ориентация во времени — 20 вопросов, **принятие решения** — 20 вопросов, эмоциональное отношение — 22 вопроса. Вопросы отдельных шкал распределены в методике в случайном порядке.
5. Методика может применяться для определения уровня готовности консультируемого совершить адекватный профессиональный выбор

#### Приложение №4

### Опросник Юнга.

Данная методика предложена К.Юнгом для выявления типологических особенностей личности.

Инструкция.

На каждый вопрос имеется два варианта ответа, необходимо выбрать ответ, который подходит Вам больше, и поставить букву, обозначающую этот ответ.

1. Что вы предпочитаете:
  - а) немного близких друзей;
  - б) большую товарищескую компанию.
2. Какие книги Вы предпочитаете читать:
  - а) с занимательным сюжетом;
  - б) с раскрытием переживаний героев.
3. Что вы скорее можете допустить в разговоре:
  - а) опоздание;
  - б) ошибки.
4. Если вы совершаете дурной поступок, то:
  - а) остро переживаете;
  - б) острых переживаний нет;
5. Как вы сходитесь с людьми:
  - а) быстро, легко;
  - б) медленно, осторожно.
6. Считаете ли вы себя обидчивым:
  - а) да;
  - б) нет;
7. Склонны ли вы хохотать, смеяться от души:
  - а) да;
  - б) нет;
8. Считаете ли вы себя:
  - а) молчаливым;
  - б) разговорчивым.
9. Откровенны ли вы или скрытны:
  - а) откровенен;

- б) скрытен.
10. Любите ли вы заниматься анализом своих переживаний:
- а) да;  
б) нет;
11. Находясь в обществе, вы предпочитаете:
- а) говорить;  
б) слушать.
12. Часто ли вы переживаете недовольство собой:
- а) да;  
б) нет.
13. Любите ли вы что-нибудь организовывать:
- а) да;  
б) нет.
14. Хотелось бы вам вести интимный дневник:
- а) да;  
б) нет.
15. Быстро ли вы переходите от решения к исполнению:
- а) да;  
б) нет.
16. Легко ли меняется ваше настроение:
- а) да;  
б) нет.
17. Любите ли вы убеждать других, навязывать свои взгляды:
- а) да;  
б) нет.
18. Ваши движения:
- а) быстры;  
б) замедленны.
19. Вы сильно беспокоитесь о возможных неприятностях:
- а) часто  
б) редко.
20. В затруднительных случаях:
- а) спешите обратиться за помощью к другим;  
б) не любите обращаться.

### **Обработка результатов**

**Показатели экстраверсии:** 1б, 2а, 3б, 4б, 5а, 6б, 7а, 8б, 9а, 10б, 11а, 12б, 13а, 14б, 15а, 16а, 17а, 18а, 19б, 20а.

Количество ответов подсчитать и умножить на 5.

**Баллы:** 0-35- интроверсия; 36-65- амброверсия;  
66-100- экстраверсия.

**Экстраверты** легки в общении, у них высокий уровень агрессивности, имеют тенденцию к лидерству, любят быть в центре внимания, легко завязывают контакты, среди контактов могут быть и полезные; судят о людях по внешности, не заглядывают внутрь холерики, сангвиники.

**Интроверты** направлены на мир собственных переживаний, малоконтактны, молчаливы, с трудом заводят новые знакомства, не любят рисковать, переживают разрыв старых связей, нет вариантов проигрыша и выигрыша, высокий уровень тревожности и ригидности; флегматики, меланхолики.

## Дифференциально-диагностический Опросник (методика Е.А.Климова; А.А. Азбель)

Инструкция. Предположим, что после соответствующего обучения ты способен одинаково успешно выполнять работу. В таблице приведен список различных видов работы. Если бы пришлось выбирать лишь одну работу из каждой пары в этом списке, что бы ты предпочел? Выбери один вид работы из каждой пары и запиши его номер.

1 а	Выращивать и дрессировать служебных собак для поиска наркотиков	1 б	Разрабатывать новые модели электронной бытовой техники
2 а	Спасать людей после аварий, землетрясений	2 б	Заверять документы, оформлять доверенности и договора
3 а	Петь в музыкальной группе	3 б	Интенсивно тренироваться, совершенствоваться и добиваться новых спортивных результатов
4 а	Налаживать работу компьютеров, оборудования	4 б	Рассказывать о товаре, убеждать людей приобретать его
5 а	Переводить научные тексты	5 б	Писать рассказы, сценарии, фельетоны
6 а	Тренировать свой организм, чтобы он выдержал воздействие больших физических нагрузок	6 б	Разрабатывать мероприятия по охране редких растений
7 а	Ремонтировать оргтехнику, компьютеры, телефоны	7 б	Исправлять смысловые и стилистические ошибки в готовящихся к печати тестах
8 а	Заниматься флористикой, оформлять помещения цветами	8 б	Анализировать состояние растений и животных в загрязненных условиях среды
9 а	Управлять автомобилем, автобусом, трейлером, локомотивом поезда	9 б	Микшировать музыку или корректировать фотоснимки с помощью компьютера
10а	Ежедневно тренировать свои атлетические навыки <sup>2</sup> в спортивном зале, в бассейне, на стадионе, корте и тд	10б	Отлаживать работу спортивного автомобиля и заменять механизмы в случае неисправности
11а	Давать людям консультации по туристическим маршрутам других городов и стран	11б	Оформлять витрины универмагов, заниматься оформлением концертов и шоу
12а	Разводить декоративных рыб и ухаживать за аквариумами в офисах	12б	Оказывать людям медицинскую помощь
13а	Упорядочивать документацию фирмы и подготавливать новую (договора, счета, ведомости, доверенности и т.д.)	13б	Вырабатывать навыки красивой походки и пластичных движений для профессионального выступления на подиуме
14а	Изучать генетику, выводить новые сорта растений	14б	Работать в фондах архивов, находить необходимые документы
15а	Сопровождать людей в сложных туристических походах в роли инструктора	15б	Придумывать и отрабатывать сложные акробатические трюки, спортивные номера
16а	Лечить кошек, собак, лошадей и пр.	16б	Осуществлять сборку компьютеров
17а	Искать нужных людей, проводить	17б	Проводить финансовый анализ рынка

	подбор персонала в различные фирмы		ценных бумаг
18а	Играть на сцене, сниматься в кино, ставить трюки	18б	Тренировать и репетировать красивые и точные движения перед спортивным выступлением
19а	Налаживать работу медицинского лазера, ультразвуковой аппаратуры	19б	Преподавать различные предметы в школе, техникуме, институте и т.д.
20а	Рассчитывать экономный путь транспортировки товара до потребителя	20б	Оформлять иллюстрациями сайты, книги, журналы
21а	Осуществлять постоянную психологическую и физическую подготовку к соревнованиям, турнирам, выступлениям	21б	Участвовать в экспедициях, посвященных изучению природных явлений
22а	Строить дома по планам, делать разводку электричества в соответствии с проектом	22б	Работать с финансовыми законами и кодексами
23а	Проектировать садово-парковые зоны, оформлять участки с помощью растений	23б	Анализировать молекулярный состав крови
24а	Проектировать новое производственное оборудование, дома	24б	Производить архитектурно-восстановительные работы исторических мест
25а	Оттачивать мастерство выполнения спортивного упражнения, преодолевая усталость и страх	25б	Разрабатывать новые модели спортивных тренажеров, велосипедов и другое спортивное оборудование
26а	Организовывать праздники, выступать в роли тамады	26б	Вести канцелярские программы, объявлять зрителям имена выступающих и названия номеров программы
27а	Изучать жизнь организмов с помощью электронного микроскопа	27б	Оказывать людям психологическую помощь, работать на телефоне доверия
28а	Обрабатывать и, анализировать и обобщать социологические данные	28б	Профессионально работать над красотой своей фигуры и внешности
29а	Обрабатывать средства защиты растений от вредителей и вирусов	29б	Писать компьютерные программы
30а	Консультировать людей в фитнес-центре, в бассейне, на спортивной площадке	30б	Тренировать общую выносливость и совершенствовать отдельные спортивные или артистические навыки

Обработка результатов осуществляется в соответствии с «ключом». Каждый ответ, совпадающий с приведенным в «ключе», оценивается в один балл.

Ключ.

природа	техника	Другие люди	Знаковые системы	Художественные образы	Сам человек
1 а	1 б	2 а	2 б	3 а	3 б
	4 а	4 б	5 а	5 б	6 а
6 б	7 а		7 б	8 а	

8 б	9 а			9 б	10 а
	10 б	11 а		11 б	
12 а		12 б	13 а		13 б
14 а			14 б		
		15 а			15 б
16 а	16 б	17 а	17 б	18 а	18 б
	19 а	19 б	20 а	20 б	21 а
21 б	22 а		22 б	23 а	
23 б	24 а			24 б	25 а
	25 б	26 а		26 б	
27 а		27 б	28 а		28 б
29 а			29 б		
		30 а			30 б

Подсчитывается сумма баллов в отдельности по каждому из шести столбцов. Эти суммы свидетельствуют о склонности к работе с соответствующими предметами труда:

9-10 баллов: ярко выраженная склонность

7-8 баллов: выраженная склонность

4-6 баллов: склонность на среднем уровне

2-3 балла: склонность не выражена

0-1 балл: работа с таким предметом труда активно отвергается – «что угодно, только не это»

### Приложение №6

#### Методика изучения профессиональной направленности (методика Дж.Голланда, модификация А.А.Азбель)

Инструкция: Предположим, что после соответствующего обучения ты сможешь выполнять любую работу. Из предложенных ниже пар профессий надо выбрать одну, которая тебе больше подходит (исходя из твоих способностей и возможностей). Рядом с названием профессии в скобках стоит код. В бланке ответов, напротив кода выбранной профессии, поставь знак "+". Подсчитай количество плюсов в каждой строке. Например, из пары "инженер" - "социолог" тебе интереснее профессия социолога. Код этой профессии - 2. Значит, в бланке ответов в графе "код профессий" надо поставить "+" рядом с цифрой 2.

<i>Код профессии</i>	<i>Выбор (фиксировать плюсом)</i>	<i>Сумма плюсов</i>
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
Инженер (1) - Социолог (2)		
Кондитер (1) - Священнослужитель(3)		
Повар (1) - Статистик (4)		
Фотограф (1) - Торговый администратор (5)		
Механик (1) - Дизайнер (6)		
Философ (2) - Врач (3)		
Эколог (2) - Бухгалтер (4)		
Программист (2) - Адвокат (5)		
Кинолог (2) - Литературный переводчик (6)		
Страховой агент (3) - Архивист (4)		
Тренер (3) - Телерепортер (5)		
Следователь (3) - Искусствовед (6)		

Нотариус (4) - Брокер (5)  
Оператор ЭВМ (4) - Манекенщица (6)  
Фотокорреспондент (5) - Реставратор (6)  
Озеленитель (1) - Биолог-исследователь (2)  
Водитель (1) - Бортпроводник (3)  
Метролог (1) - Картограф (4)  
Радиомонтажник(1) - Художник по дереву (6)  
Геолог (2) - Переводчик-гид (3)  
Журналист (5) - Режиссер (6)  
Библиограф (2) - Аудитор (4)  
Фармацевт (2) - Юрисконсульт (3)  
Генетик (2) - Архитектор (6)  
Продавец (3) - Оператор почтовой связи (4)  
Социальный работник (3) - Предприниматель (5)  
Преподаватель вуза (3) - Музыкант-исполнитель (6)  
Экономист (4) - Менеджер (5)  
Корректор (4) - Дирижер (6)  
Инспектор таможни (5) - Художник-модельер (6)  
Телефонист (1) - Орнитолог (2)  
Агроном (1) - Топограф (4)  
Лесник (1) - Директор (5)  
Мастер по пошиву одежды (1) - Хореограф (6)  
Историк (2) - Инспектор ГАИ (4)  
Антрополог (2) - Экскурсовод (3)  
Вирусолог (2) - Актер (6)  
Официант (3) - Товаровед (5)  
Главный бухгалтер (4) - Инспектор уголовного розыска (5)  
Парикмахер-модельер (6) - Психолог (3)  
Пчеловод (1) - Коммерсант (5)  
Судья (3) - Стенографист (4)

Подсчитай количество плюсов в бланке ответов. Максимальное количество плюсов указывает на принадлежность к одному из шести профессиональных типов.

### **1. Реалистический тип**

Профессионалы данного типа склонны заниматься конкретными вещами и их использованием, отдают предпочтение занятиям, требующим применения физической силы, ловкости. Ориентированы в основном на практический труд, быстрый результат деятельности. Способности к общению с людьми, формулировке и изложению мыслей развиты слабее.

Чаще люди этого типа выбирают профессии механика, электрика, инженера, агронома, садовода, кондитера, повара и другие профессии, которые предполагают решение конкретных задач, наличие подвижности, настойчивости, связь с техникой. Общение не является ведущим в структуре деятельности.

### **2. Интеллектуальный тип**

Профессионалы данного типа отличаются аналитичностью, рационализмом, независимостью, оригинальностью, не склонны ориентироваться на социальные нормы.

Обладают достаточно развитыми математическими способностями, хорошей формулировкой и изложением мыслей, склонностью к решению логических, абстрактных задач.

Люди этого типа предпочитают профессии научно-исследовательского направления: ботаник, физик, философ, программист и другие, в деятельности которых необходимы творческие способности и нестандартное мышление. Общение не является ведущим видом деятельности.

Список рекомендуемых профессий таков, такие как: бухгалтер, патентовед, нотариус, топограф, корректор и другие, направленные на обработку информации, предоставленной в виде условных знаков, цифр, формул, текстов.

Сфера общения в таких видах деятельности ограничена и не является ведущей, что вполне устраивает данный тип личности. Коммуникативные и организаторские способности развиты слабо, но зато прекрасно развиты исполнительские качества.

### **3. Социальный тип**

Профессионалы данного типа гуманны, чувствительны, активны, ориентированы на социальные нормы, способны к сопереживанию, умению понять эмоциональное состояние другого человека.

Обладают хорошими вербальными (словесными) способностями, с удовольствием общаются с людьми. Математические способности развиты слабее.

Люди этого типа ориентированы на труд, главным содержанием которого является взаимодействие с другими людьми, возможность решать задачи, предполагающие анализ поведения и обучения людей. Возможные сферы деятельности: обучение, лечение, обслуживание и другие, требующие постоянного контакта и общения с людьми, способностей к убеждению.

### **4. Артистический тип**

Профессионалы данного типа оригинальны, независимы в принятии решений, редко ориентируются на социальные нормы и одобрение, обладают необычным взглядом на жизнь, гибкостью и скоростью мышления, высокой эмоциональной чувствительностью. Отношения с людьми строят, опираясь на свои ощущения, эмоции, воображение, интуицию. Обладают хорошей реакцией и обостренным восприятием. Любят и умеют общаться.

Профессиональная предрасположенность в наибольшей степени связана с актерско-сценической, музыкальной, изобразительной деятельностью.

### **5. Предприимчивый тип**

Профессионалы данного типа находчивы, практичны, быстро ориентируются в сложной обстановке, склонны к самостоятельному принятию решений, социальной активности, лидерству; имеют тягу к приключениям (возможно, авантурным). Обладают достаточно развитыми коммуникативными способностями.

Не предрасположены к занятиям, требующим усидчивости, большой и длительной концентрации внимания. Предпочитают деятельность, требующую энергии, организаторских способностей. Профессии: предприниматель, менеджер, продюсер и другие, связанные с руководством, управлением и влиянием на разных людей в разных ситуациях.

### **6. Конвенциональный тип**

Профессионалы данного типа практичны, конкретны, не любят отступать от задуманного, энергичны, ориентированы на социальные нормы.

Предпочитают четко определенную деятельность, выбирают из окружающей среды цели и задачи, поставленные перед ними обычаями и обществом. В основном выбирают профессии, связанные с канцелярскими и расчетными работами, созданием и оформлением документов, установлением количественных соотношений между числами, системами условных знаков.

## *Приложение №7*

### **Тест «Определение типа личности».**

В зависимости от того, как люди предпочитают воспринимать информацию и принимать решения, существуют различные психологические типы. Это люди экстравертированные и интровертированные, сенсорные и интуитивные, планирующие и воспринимающие.

Из каждой приводимой в таблице пары (1-2, 3-4, 5-6, 7-8) описаний выберете одно число и запишите его порядковый номер. Например, в первой паре утверждений вам наиболее подходит первое (1), во второй- (4), в третьей- (6), в четвертой- (8). Таким образом, у вас получится число 1468. Этот набор цифр означает ваш тип личности.

	Рекомендуемый род деятельности	Нельзя требовать и ожидать
1357 Логико- сенсорный рациональный	Хорошо распределяет обязанности и следит за их исполнением, поэтому может эффективно	Тонкой индивидуальной пристройке к людям; постоянного учитывания

интроверт «Инспектор»	осуществлять конкретное руководство, особенно если группа не превышает 8-10 человек. Также способен качественно выполнять оформительскую работу, мастерить что-либо руками. Хорошо работает с техникой. Может быть инструктором, контролером, оформителем документов, налоговым инспектором, следователем.	индивидуальных способностей людей; быстрой перестройки соответственно ситуации; уступчивости и мягкости в принципиальных вопросах; генерации концептуальных идей.
1358 Логико-сенсорный рациональный экстраверт «Администратор»	Управленческая сфера, где необходимо руководить людьми и координировать их деятельность (при условии стабильности ситуации законов); экономисты, работники кредитных отделов банков; технические секретари с распорядительскими функциями в фирмах, сопровождение технического процессов (ремонт и эксплуатация техники); строительство; сельское хозяйство, фермерство.	Гибкого изменения своего поведения в соответствии с ситуацией; мягкости и дипломатичности в отношениях с людьми; выдержки и хладнокровия в экстремальных ситуациях; генерации нестандартных идей.
1367 Логико-интуитивный рациональный интроверт «Аналитик»	Научно-исследовательская и аналитическая работа (анализ сложных явлений и объектов); разработка новых идей для практического применения. Может работать хорошо везде, где требуется системный анализ; построение схем, классификация, выдвижение концепций.	Большой практичности и мобильности; чувствительности; тонкой пристройки к собеседнику, качественного выполнения рутинной работы, неинтересной для него; коммуникабельности, пробивных качеств.
1368 Логико-интуитивный рациональный экстраверт «Предприниматель»	Лучше всего он реализует себя в инновационных областях, где требуется широкий кругозор, нестандартный подход к делу, умение адаптировать теоретические разработки к применению на практике. Он может быть неплохим изобретателем и рационализатором. Учитывая высокий темп его работы и подвижность, можно рекомендовать ему динамичную работу, связанную с командировками. «Предприниматели» не боятся коммерческого риска, поэтому могут заниматься разнообразной работой, если она интересна, перспективна, динамична и не требует особой тщательности.	Взвешенности и неторопливости в принятии решений; тщательности в рутинных делах, постоянного порядка в быту и на рабочем месте; всегда одинакового ухоженного внешнего и опрятного внешнего вида; тактичности и психологического чутья.
1457 Этико-сенсорный рациональный	Социальная сфера, те ее области, где требуется взаимодействие между людьми- медицина и	Всегда позитивного отношения к жизни; равнодушного отношения к

интроверт «Хранитель»	здоровоохранение, особенно прикладные области: стоматология, массаж, работа медсестры; иглоукалывание, физиотерапия, рентгеноскопия, биохимическая диагностика; товароведение; сфера обслуживания (хранение денег и материальных ценностей); бухгалтерская работа обслуживающего характера, работа кассира.	жизни и к аморальным поступкам; быстрой перемены в убеждениях и оценках; восприимчивости к неординарным решениям проблем.
1458 Этико-сенсорный Радиоанальный экстраверт «Энтузиаст»	Налаживание инфраструктуры социума, реклама, социологические опросы, медицина, здравооохранение, дизайн, оформительская работа, сфера обслуживания, торговля, организаторская деятельность в социальной, научной сфере, организация ярмарок, симпозиумов, отдыха, праздничных мероприятий.	Безэмоционального всегда разумного и объективного отношения к делу, к людям, гибкости поведения и быстрой адаптации к ситуации безвозмездного альтруизма, жестокости и бескомпромиссности в отношениях с людьми, хороших стратегических и технологических способностей, пунктуальности в соблюдении сроков.
1467 Этико- интуитивный рациональный интроверт «Гуманист»	Воспитательная работа с подростками «кружкового» характера; психотерапия; философско-гуманитарные сферы; портретная и сюжетная фотография.	Предприимчивости и инициативности в делах; решительного поведения в экстремальных ситуациях; высокой степени мобилизованности; быстрого и качественного выполнения рутинной работы, которая ему не интересна; организаторских способностей.
1468 Этико- интуитивный рациональный экстраверт «Наставник»	Гуманитарная сфера, где нужно пропагандировать какую- то идею, мировоззрение, религию; агент по сбыту или страхованию где надо эмоционально вовлечь клиента; сфера искусства, где нужно играть, выражать эмоции (театр, эстрада, ораторское искусство).	Неизменного оптимизма; быстрой конкретной отдачи в делах; трезвого, объективного, безэмоционального взгляда на вещи; умения достоверно анализировать ситуацию; демократичности и простоты в обращении.
2357 Сенсорно- логический иррациональный интроверт «Мастер»	Рациональное ведение хозяйства; обслуживание точной техники; качественное оформление изделий; управленческая деятельность среднего звена; малый бизнес; оформление интерьера и рабочего места.	Постоянного эмоционального участия в происходящем; сопереживания и сочувствия тому, кто обвиняет других в своих неудачах; восприятия на веру малопроработанных проектов.
2358 Сенсорно-	Хорошо руководит другими людьми, распределяет обязанности,	Последовательности во всем, мягкости, уступчивости,

логический иррациональный интроверт «Маршал»	способен в деталях продумать необходимую организационную структуру и последовательно внедрить ее. Практичен, хорошо разбирается в выгоды затеваемого дела. Оптимальное применение- управление, техника, милиция, военное дело.	неагрессивности; он будет работать бесплатно, за «идею», о него нельзя ожидать прогностических способностей.
2367 Интуитивно- логический иррациональный интроверт «Критик»	Научно- исследовательская деятельность прикладного характера, программирование, математика и физика, макроэкономика; концептуальный анализ сложных проблем, оценка степени риска, экспертиза и прогноз; философия; история и археология, архивная и библиотечная работа.	Оперативности в делах, смелости и решительности в экстремальных ситуациях, заботливости и гостеприимства, эмоционального сопереживания.
2368 Интуитивно- логический иррациональный экстраверт «Искатель»	Свободный режим работы; при этом работа должна быть интересной, дающей разные впечатления. Оптимальная деятельность- самостоятельная, которая не зависит от других. Работа с большим объемом разнообразной информации (желательно интересной, познавательной). Осуществление теоретической разработки в тех областях, которые являются стратегическими и влекут за собой коренные перемены.	Практичности замыслов, пунктуальности и исполнительности; постоянного порядка в быту и на рабочем месте; качественного выполнения рутинной работы; умения мягко подстраиваться к собеседнику.
2457 Сенсорно- этический иррациональный экстраверт «Посредник»	Лучше всего реализует себя в социальной сфере. Может хорошо налаживать и поддерживать коммерческие контакты; успешно работает там, где нужно обслуживать конкретного отдельно взятого человека. Посредник- это специалист по налаживанию и поддержанию инфраструктуры социума. Он лучший снабженец, торговец мелким товаром, коммерческий директор небольшой фирмы, дипломат- менеджер. Неплохо работает в сфере рекламы и издательства, медицины, сфере услуг. Из них получают неплохие дизайнеры, организаторы отдыха.	Постоянно высокой деловой активности; последовательности и организованности в делах; бескомпромиссного отстаивания интересов дела; умения руководить большим коллективом; распределять обязанности; участия в рискованных и атакующих операциях.
2458 Сенсорно- этический иррациональный экстраверт»Политик »	Социальная сфера: торговля (особенно оптовая); снабжение материальными ресурсами; дипломатическое представительство; организация и проведение культурно- массовых	Пунктуальности, обязательности; организованности и логичности в делах; умения хорошо распределять обязанности, глубоких

	мероприятий, шоу- бизнес, сфера развлечений, эстрада.	стратегических и аналитических способностей; справедливости при распределении материальных благ; выполнения всех своих обещаний.
2467 Интуитивно-этический иррациональный интроверт «Лирик»	Лучше всего, если его работа носит гуманитарную направленность. Он будет хорошо работать там, где нужно элегантно общаться с небольшим количеством людей. Из них получают неплохие секретари, переводчики, библиотекари, литераторы, журналисты, редакторы текстов. «Лирики» хорошо могут себя реализовать в сфере искусства (в качестве театральных критиков, поэтов).	Постоянно высокой работоспособности; пунктуальности и организованности; быстрой конкретной отдачи в делах; умения хорошо анализировать ситуацию; умения руководить большим коллективом, распределять обязанности.
2468 Интуитивно-этический иррациональный экстраверт «Советчик»	Гуманитарная сфера, педагогика, искусство, журналистика, семейное психологическое консультирование, служба знакомств, имиджмейкерство (создание определенного образа), реклама.	Качественного выполнения кропотливой работы; систематического ведения документации; высокой самоорганизованности; умения эффективно руководить другими людьми и распределять обязанности; безэмоционального поведения в конфликтных ситуациях.

## Психологический тест для оценки уровня интеллекта

Этот тест состоит из 50 заданий. Тест предназначен для измерения способностей к обучению и познавательной деятельности. Для выполнения всех заданий теста отводится строго определенное время- 15 минут. Поэтому, начиная выполнять задания теста, включите секундомер или засекайте время с точностью до секунды, а еще лучше, попросите кого-нибудь проследить за временем.

Ответ в каждом случае будет состоять из единственного числа или пары чисел. Можно выбрать из нескольких предложенных вариантов или самостоятельно придумывать правильный ответ.

Тестовые задания

1. Одиннадцатый месяц года - это:
  - 1- Октябрь;
  - 2- Май;
  - 3- Ноябрь;
  - 4- Февраль.
2. СУРОВЫЙ является противоположным по значению слову:
  - 1-Резкий;

- 2-Строгий;  
3-Мягкий;  
4-Жесткий;  
5-Неподатливый.
3. Какое из приведенных ниже слов отлично от других?  
1-Определенный;  
2-Сомнительный;  
3-Уверенный;  
4-Доверие;  
5-Верный.
4. Верно ли то, что сокращение «н.э.» означает «нашей эры» («новой эры»)?  
1-Да;  
2-Нет.
5. Какое из следующих слов отлично от других?  
1-Звонить;  
2-Болтать;  
3-Слушать;  
4-Говорить;  
5-Нет отличающихся слов.
6. Слово БЕЗУКОРИЗНЕННЫЙ является противоположным по своему значению слову:  
1-Незапятнанный;  
2-Непристойный;  
3-Неподкупный;  
4-Невинный;  
5-Классический.
7. Какое из приведенных ниже слов относится к слову ЖЕВАТЬ как ОБОНЯНИЕ к НОС?  
1-Сладкий;  
2-Язык;  
3-Запах;  
4-Зубы;  
5-Чистый;
8. Сколько из приведенных ниже пар слов являются полностью идентичными?  
Sharp, M.C.            Sharp, M.C.  
Fielder, E.H.         Filder, E.H.  
Connor, M.C.         Conner, M.G.  
Woesner, O.W.        Woerner, O.W.  
Soderquist, P. E.     Soderquist, B.E.
9. ЯСНЫЙ является противоположным по смыслу слову:  
1-Очевидный;  
2-Явный;  
3-Недвусмысленный;  
4-Отчетливый;  
5-Тусклый.
10. Предприниматель купил несколько подержанных автомобилей за 3500 долларов, а продал их за 5500, заработав при этом 50 долларов за автомобиль. Сколько автомобилей он перепродал?
11. Слова СТУК и СТОК имеют:  
1-сходное значение;  
2-противоположное;  
3-ни сходное, ни противоположное.
12. Три лимона стоят 45 копеек. Сколько (в копейках) стоят 1,5 дюжины?
13. Сколько из этих 6 пар чисел являются полностью одинаковыми?  
5296                    5296  
66986                  69686  
834426                 834426

7354256	7354256
61197172	61197172
83238324	83238324

14. Близкий является противоположным по значению слову:  
1-ДРУЖЕСКИЙ;  
2-ПРИЯТЕЛЬСКИЙ;  
3-ЧУЖОЙ;  
4-РОДНОЙ;  
5-ИНОЙ.
15. Какое число является наименьшим?  
1-6;  
2-0,7;  
3-9;  
4-36;  
5-0,31;  
6-5.
16. Расставьте предлагаемые ниже слова в таком порядке, чтобы получилось правильное предложение. В качестве ответа введите номер последнего слова.  
ЕСТЬ    СОЛЬ    ЛЮБОВЬ    ЖИЗНИ  
1        2        3        4
17. Какой из приведенных ниже рисунков наиболее отличен от других?
18. Два рыбака поймали 36 рыб. Первый поймал в 8 раз больше, чем второй. Сколько поймал второй?
19. Слова ВОСХОДИТЬ и ВОЗРОДИТЬ имеют:  
1-сходное значение;  
2-противоположное;  
3-ни сходное, ни противоположное.
20. Расставьте предлагаемые ниже слова в таком порядке, чтобы получилось утверждение. Если оно правильно, то ответом будет 1, если неправильно-2.  
МХОМ    ОБОРОТЫ    КАМЕНЬ    НИБИРАЕТ    ЗАРОСШИЙ
21. Какие две из приведенных ниже фраз имеют одинаковый смысл:  
1. Держать нос по ветру.  
2. Пустой мешок не стоит.  
3. Трое докторов не лучше одного.  
4. Не все то золото, что блестит.  
5. У семи нянек дитя без глазу.
22. Какое число должно стоять вместо знака «?»:   
73 66 59 52 45 38 ?
23. Длительность дня и ночи в сентябре почти такая же, как и в :  
1-июне;  
2-марте;  
3-мае;  
4-ноябре.
24. Предположим, что первые два утверждения верны. Тогда заключительное будет: 1-верно; 2-неверно; 3-неопределенно.  
Все передовые люди- члены партии.  
Все передовые люди занимают крупные посты.  
Некоторые члены партии занимают крупные посты.
25. Поезд проходит 75см за  $\frac{1}{4}$  с. Если он будет ехать с той же скоростью, то какое расстояние (в см) он пройдет за 5 с?
26. Если предположить, что два первых утверждения верны, то последнее: 1-верно; 2- неверно; 3- неопределенно.  
Боря столько же лет, сколько Маше. Маша моложе Жени. Боря моложе Жени.

27. Пять полукилограммовых пачек продукта стоят 100 рублей. Сколько килограммов продукта можно купить за 4 рубля?

28. Слова РАССТИЛАТЬ и РАСТЯНУТЬ имеют:

- 1- сходное значение;
- 2- противоположное;
- 3- ни сходное, ни противоположное.

29. Разделите эту геометрическую фигуру прямой линией на две части так, чтобы, сложив их вместе, можно было бы получить квадрат. Запишите номер линии, соответствующей правильному ответу.

30. Предположим, что первые два утверждения верны. Тогда последнее: 1-верно; 2- неверно; 3- неопределенно.

Саша поздоровался с Машей. Маша поздоровалась с Дашей. Саша не поздоровался с Дашей.

31. Автомобиль «Жигули» стоимостью 2400 рублей был уценен во время сезонной распродажи на  $33\frac{1}{3}\%$ . Сколько стоил автомобиль во время распродажи?

32. Какая из этих фигур наиболее отлична от других?

33. На платье требуется  $2\frac{1}{3}$ м ткани. Сколько платьев можно сшить на 42 м?

34. Значения следующих двух предложений: 1-сходны; 2- противоположны;

3- ни сходны, ни противоположны.

Трое докторов не лучше одного.

Чем больше докторов, тем больше болезней.

35. Слова УВЕЛИЧИВАТЬ и РАСШИРЯТЬ имеют:

- 1- сходное значение;
- 2- противоположное;
- 3- ни сходное, ни противоположное.

36. Смысл двух английских пословиц: 1-схож; 2- противоположен; 3- ни схож, ни противоположен.

Швартоваться лучше двумя якорями.

Не клади все яйца в одну корзину.

37. Бакалейщик купил ящик с апельсинами за 36 рублей. В ящике их было 12 дюжин. Он знает, что 2 дюжины испортятся еще до того, как он продаст все апельсины. По какой цене за дюжину (в копейках) ему нужно продавать апельсины, чтобы получить прибыль в  $\frac{1}{3}$  закупочной цены?

38. Слова ПРЕТЕНЗИЯ и ПРЕТЕНЦИОЗНЫЙ имеют:

- 1- сходное значение;
- 2- противоположное;
- 3- ни сходное, ни противоположное.

39. Если бы полкило картошки стоило 0,0125 рублей, то, сколько килограммов можно было бы купить за 50 копеек?

40. Один из членов ряда не подходит к другим. Каким числом вы бы его заменили?

$\frac{1}{4}$   $\frac{1}{8}$   $\frac{1}{8}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{1}{8}$   $\frac{1}{8}$   $\frac{1}{4}$   $\frac{1}{8}$   $\frac{1}{8}$

41. Слова ОТРАЖАЕМЫЙ и ВООБРАЖАЕМЫЙ имеют:

- 1- сходное значение;
- 2- противоположное;
- 3- ни сходное, ни противоположное.

42. Сколько соток составляет участок 70м на 20 м?

43. Следующие две фразы по значению: 1- сходны; 2- противоположны; 3- ни сходны, ни противоположны.

Хорошие вещи дешевы, плохие дороги.

Хорошее качество обеспечивается простотой, плохое сложностью.

44. Солдат стреляя в цель, поразил ее  $212,5\%$ : случаев. Сколько раз солдат должен выстрелить, чтобы поразить ее сто раз?

45. Один из членов ряда не подходит к другим. Какое число вы поставили бы на его место?

$\frac{1}{4}$   $\frac{1}{6}$   $\frac{1}{8}$   $\frac{1}{10}$   $\frac{1}{12}$   $\frac{1}{14}$

46. Три партнера по акционерному обществу «Интенсивник» решили поделить прибыль поровну. Т. вложил в дело 4500 руб., П.- 2000 руб. Если прибыль составит 2400 руб., то на

сколько меньше прибыли получит Т. по сравнению с тем, как если бы прибыль была разделена пропорционально вкладам?

47. Какие две из приведенных ниже пословиц имеют сходный смысл?

1. Куй железо пока горячо.
2. Один в поле не воин.
3. Лес рубят, щепки летят.
4. Не все то золото, что блестит.
5. Не по виду суди, а по делам гляди.

48. Значения следующих фраз: 1- сходны; 2- противоположны; 3- ни сходны, ни противоположны.

Лес рубят, щепки летят.

Большое дело не бывает без потерь.

49. Даны развертки пяти геометрических фигур (кубов). Две из них принадлежат одинаковым кубам. Какие?

50. в печатающейся статье 24000 слов. Редактор решил использовать шрифт двух размеров. При использовании шрифта большего размера на странице умещается 900 слов, меньшего- 1200. Статья должна занять 21 полную страницу в журнале. Сколько страниц должно быть напечатано мелким шрифтом?

### Правильные ответы к тесту оценки уровня интеллекта.

1) 3	11) 3	21) 3,5	31) 1600	41) 3
2) 3	12) 270	22) 31	32) 3	42) 14
3) 2	13) 4	23) 2	33) 18	43) 1
4) 1	14) 3	24) 1	34) 3	44) 800
5) 3	15) 5	25) 1500	35) 1	45) 1/10
6) 2	16) 4	26) 1	36) 1	46) 280
7) 4	17) 3	27) 1	37) 480	47) 4,5
8) 1	18) 4	28) 1	38) 1	48) 1
9) 5	19) 3	29) 5	39) 20	49) 1,4
10) 40	20) 2	30) 3	40) 1/8	50) 17

После того как выполнен данный тест, можно подсчитать результаты. В таблице даны правильные ответы на все задания. За каждое совпадение вашего ответа с правильным начисляйте себе один балл. А теперь подсчитайте сумму правильных ответов. Чем выше вы получите оценку по этому тесту, тем выше на сегодняшний день уровень вашего интеллектуального развития, тем лучше ваши способности к дальнейшему обучению и познавательной деятельности.