

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 13
ГОРОДА ЖИГУЛЕВСКА ГОРОДСКОГО ОКРУГА ЖИГУЛЕВСК
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**

«Рассмотрено»
на заседании
МО
протокол № 1
от «30» августа 2021 г.

Руководитель
МО Елуферьева О.А.

«Принято»
На заседании
Педагогического
совета
протокол № 1
от «30» августа 2021 г.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ ОШ № 13
Шипилин К.Ф.

Приказ № 215
от «31» августа 2021г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
индивидуально-коррекционной
работы
по профориентации
для обучающихся 9-11 классов
«Я выбираю профессию»**

Автор - составитель:
педагог – психолог
Овникян Мелина Вагановна

Оглавление

Аннотация.....	3
Учебный план.....	5
Учебно-тематический план.....	6
Учебная программа.....	8
Пояснительная записка	8
Основное содержание	9
Литература.....	20
Методические рекомендации.....	21
Приложения.....	22
Отзывы о практической апробации.....	51

Аннотация

Одним из важнейших направлений работы психолога является организация деятельности по профессиональной ориентации учащихся. Профессиональная ориентация решает одну из важнейших задач социализации личности – задачу ее профессионального самоопределения.

Жизнь показывает, что в случае правильного выбора молодым человеком профессии в выигрыше не только общество, но, главное, сама личность, испытывающая удовлетворение и получающая широкие возможности для самореализации. Данная программа подходит для учащихся 9-11 классов, которые только становятся на путь профессионального самоопределения. Программа также ориентирована для детей с ограниченными возможностями (ОВЗ). Независимо от возможностей здоровья всем учащимся нужно выбрать свой жизненный путь.

Чтобы эффективно управлять формированием личности, требуются глубокие знания психологических закономерностей, объясняющих специфику развития ребенка на всех возрастных этапах.

Дети с ограниченными возможностями особенно нуждаются в самоопределении, они не усваивают общественный опыт спонтанно. Ученые, исследующие особенности развития детей с отклонениями в развитии, в первую очередь отмечают у них отсутствие интереса к окружающему. Поэтому для организации обучения и воспитания этих детей особую роль играют способы воздействия, направленные на активизацию их деятельности, как личностной, так и профессиональной.

Профессиональное самоопределение – это одна из актуальных проблем в становлении подростков. У них чаще, чем у других, возникают проблемы профессионального выбора. Процесс профессионального самоопределения учащихся имеет свои особенности в связи с тем, что он не опирается на опыт профессионального становления родителей, не имеет широких и разнообразных связей (родственники, значительный круг взрослых), позволяющих ребенку включаться в систему ориентации в мире профессий. Их профессиональное самоопределение происходит стихийно, что выливается в неустроенность судеб детей. Причинами является нежелание учиться в профессиональном училище, незаинтересованность в получении профессии, низкие познавательные способности, неумение приспособиться к новой социальной среде, незнание современных жизненных условий, в которых большое значение имеет высокий профессионализм работника.

Этим обуславливается необходимость развития и совершенствования профориентационной работы с учащимися, в том числе и с ОВЗ. Работа эта должна быть направлена на поиск ребенком своего места в жизни, осознание им собственных способностей и возможностей, определение себя относительно выработанных в социуме критериев профессионализма.

Важнейшим средством профессионального самоопределения ребенка является профессиональная ориентация, то есть целенаправленная работа, предполагающая оказание помощи молодому человеку в выборе профессии с учетом его интересов, склонностей, способностей и потребностей государства в профессиях. Роль психолога в организации этой деятельности огромна, именно психолог, знающий ребенка в течение длительного времени, должен организовать систему педагогических, психологических и мероприятий, направленных на подготовку учащегося к сознательному выбору профессии.

Актуальность программы обуславливается сопровождением учащихся к переходу на предпрофильную подготовку и профильное обучение, которое включает в себя организацию всестороннего изучения индивидуальных и личностных особенностей выпускников, (в том числе и с ОВЗ) их интересов и склонностей.

Данная программа имеет практическую целесообразность т.к. отражает наиболее актуальные проблемы, динамическое развитие и системность. Формы реализации программы не требуют использования дополнительных материальных средств, доступна для реализации. Концептуальная основа программы заключается в том, чтобы формировать социально-психологическую компетентность учащихся для грамотного поиска профессии, образовательного маршрута и его оптимального выбора и правильно направить учащихся на практическое применение знаний о профессиях.

Цель программы: содействие принятию учащимися (в том числе и учащимся с ОВЗ) осознанного решения о выборе направления дальнейшего обучения и созданию условий для повышения готовности подростков к профессиональному самоопределению.

Основная задача сопровождения: формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий; правилами выбора и способами получения профессии.

Адресат:

Данная программа предназначена для проведения индивидуальных занятий 9-11-классов, также для учащихся с ОВЗ.

Продолжительность курса:

Программа рассчитана на 16 занятий продолжительностью 40 – 60 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Ожидаемые результаты реализации программы:

Реализация данной программы позволит молодым людям изучить свои личностные особенности, интересы и склонности, получить информацию об учебных заведениях и различных профессиях, о правилах выбора профессии, осознать свою личностную позицию и возможности в профессиональном самоопределении.

Сведения о практической апробации программы:

Апробация программы «Я выбираю профессию» проведена индивидуально на базе ГБОУ СОШ № 13 учащимися 9-11 классов. Программа проходила апробацию 1 год, с 2020 – 2021 год, в ней приняло участие 10 человек.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ № 13
Самарской обл. г. Жигулевска
К.Ф. Шипилин

«31» августа 2021г.

**Учебный план
по программе профориентации
«Я выбираю профессию»**

Цель программы: содействие принятию учащимися (в том числе и учащимся с ОВЗ) осознанного решения о выборе направления дальнейшего обучения и созданию условий для повышения готовности подростков к профессиональному самоопределению.

Основная задача сопровождения: формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий; правилами выбора и способами получения профессии.

Категория обучающихся: учащиеся 9 –11 классов

Срок обучения: 16 часов

Режим занятий: 2 часа в неделю (16 занятий)

№	Название тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теоретические	Практические	
1.	Знакомство	1	0,3	0,7	Метод наблюдения рефлексия
2.	Основная часть	13	4,2	9,7	рефлексия
3	Заключительное занятие	2	0,6	1,4	рефлексия
	ИТОГО:	16	4.8	11,2	

«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ № 13
Самарской обл. г. Жигулевска
К.Ф. Шипилин

«31» августа 2021г.

**Учебно – тематический план
по программе профориентации
«Я выбираю профессию»**

Цель программы: содействие принятию учащимися (в том числе и учащимся с ОВЗ) осознанного решения о выборе направления дальнейшего обучения и созданию условий для повышения готовности подростков к профессиональному самоопределению.

Основная задача сопровождения: формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий; правилами выбора и способами получения профессии.

Категория обучающихся: учащиеся 9 –11 классов

Срок обучения: 16 часов

Режим занятий: 2 часа в неделю (16 занятий)

№	Название тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теоретические	Практические	
1.	Знакомство				Метод наблюдения Рефлексия
1.1.	«Давайте познакомимся»	1	0.3	0.7	
2.	Основная часть				
2.1	«Классификация профессий»	1	0.3	0.7	Рефлексия
2.2	«Все в твоих руках»	1	0.3	0.7	Рефлексия
2.3	«Хочу – могу - надо»	1	0.3	0.7	Рефлексия
2.4	«Что я знаю себе. Темперамент»	1	0.3	0.7	Рефлексия
2.5	«Какую профессию я выбираю»	1	0.3	0.7	Рефлексия
2.6	«Анкетирование. Причины выбора профессии»	1	0.3	0.7	Рефлексия
2.7	«Интересы и склонности в выборе профессии»	1	0.3	0.7	Рефлексия
2.8	«Профессиональный тип личности»	1	0.3	0.7	Рефлексия

2.9	«Как правильно выбрать профессию»	1	0.3	0.7	Рефлексия
2.10	«Мои умственные способности»	1	0.3	0.7	Рефлексия
2.11	«Эмоциональное отношение к учению»	1	0.3	0.7	Рефлексия
2.12	«Колесо жизненного баланса»	1	0.3	0.7	Рефлексия
2.13	«Моя память»	1	0.3	0.7	Рефлексия
2.14	«Ассоциации»	1	0.3	0.7	Рефлексия
3.	Заключительное занятие				
3.1	«Профессиограмма»	1	0.3	0.7	Рефлексия
3.2	Подведение итогов	1	0.3	0.7	Рефлексия
3.3					
	ИТОГО:	16	4,8	11,2	

«31» августа 2021г..

**Учебная программа
по программе профориентации
«Я выбираю профессию»
Пояснительная записка**

Профессиональное самоопределение - это процесс формирования личностью своего отношения к профессионально-трудовой сфере и способ его самореализации через согласование внутриличностных и социально-профессиональных потребностей.

Профессиональная ориентация - организационно-практическая деятельность семьи, учебных заведений, государственных, общественных и коммерческих организаций, обеспечивающих помощь населению в выборе, подборе и перемене профессии с учетом индивидуальных интересов каждой личности и потребностей рынка труда.

Необходимость создания программы по профориентационной деятельности объясняется значимостью данного направления деятельности в системе образования. Программа позволяет сформировать у школьников (в том числе и детей с ОВЗ) социально значимые внутренние (психологические) регуляторы поведения и деятельности в связи с выбором профессии; создавать внешние и внутренние условия социально ценной активной деятельности в профессиональном самоопределении. Профессиональное самоопределение – процесс развития личности, внутренним содержанием которого является формирование системы знаний о мире труда, положительной трудовой направленности, практических умений и навыков в общественно значимой деятельности.

Структура и содержание программы.

Часть занятий посвящена лучшему пониманию себя, другая – развитию умений и навыков, необходимых при выборе профессии и продвижению по профессиональному пути.

По завершению курса, учащийся моделирует свою профессиограмму, и пишет эссе «Кем я хочу стать».

После проведения занятий с учащимися и с родителями проводятся индивидуальные беседы, консультации.

Структура программы: Программа состоит из трех этапов.

Этап I (вводный, мотивационный) – направлен на установление контакта, снятие психологического напряжения в группе, создание настроения на совместную деятельность.

Этап II (основной, формирующий). В основной этап тренинга включает в себя диагностику, психотехнические упражнения, игры и приемы, направленные на решение основных задач тренинга.

Этап III (итоговый). Включает в себя подведение итогов реализации программы, которое проходит на основе заполнения таблицы профессиональной направленности учащихся, и составления Эссе «Кем я хочу стать».

Используемые методы: профориентационные игры и упражнения, теоретические блоки, беседы, профориентационные диагностические методики.

Профориентационные диагностические методики:

1. Дифференциально-диагностический опросник Е.А.Климова, ДДО.
2. Карта интересов (модифицированная методика А. Е. Голомштока).
3. Модификация личностного опросника Г. Айзенка.

4. Методика Л. Йовайши в модификации Г. Резапкиной.
5. Методика тип мышления (В модификации Г.Резапкиной).
6. Проективные методики (Методика: «Кактус», рисунок семьи).
7. Методика «Эмоциональное отношение к учению» (модификация (А.Д. Андреева).
8. Методика изучения самооценки и притязаний Т.В. Дембо. Рубинштейн (Модификация А.М. Прихожан).
9. Диагностика интеллектуальных способностей по тесту Равена.
10. Методика определения типа памяти «10 слов».

Продолжительность занятий. 40-45 минут.

Ожидаемые результаты: Реализация данной программы позволит молодым людям изучить свои личностные особенности, интересы и склонности, получить информацию об учебных заведениях и различных профессиях, о правилах выбора профессии, осознать свою личностную позицию и возможности в профессиональном самоопределении.

Обратная связь.

Учщиеся делятся впечатлениями в конце каждого занятия. На последнем занятии учащийся пишет эссе на тему «Кем я хочу стать». В процессе работы по данной программе у каждого учащегося формируется личная папка - портфолио с результатами исследований, диагностики, материалами об изучаемых и выбираемых профессиях и т.д.

1. Знакомство

Занятие 1

Тема: «Давайте познакомимся»

Цель: познакомиться с учащимися, выявить их профессиональные намерения, формирование установки на саморазвитие, самоопределение.

Создание положительной мотивации к занятиям.

1. Вводная беседа

Дорогой ученик! Пройдёт совсем немного времени и тебе придётся выбрать свой путь в жизни. И путь этот начнётся с перекрёстка, от которого расходятся не три, как в сказке, а 50 тыс. дорог - именно столько сейчас существует профессий. И очень важно не ошибиться в выборе пути. Ведь от этого выбора зависит очень многое: и материальный достаток, и круг общения, и интересы, и счастье в жизни. Недаром выбирая профессию, человек выбирает судьбу.

Ведущий рассказывает участникам о целях и задачах занятия. Принимаются правила работы на занятии.

2. Правила, которые необходимо соблюдать:

1. Активное участие
2. Применение правила «СТОП»
3. Доверительное общение.
4. Конфиденциальность.

3. Упражнение «Знакомство».

Учащийся называет свое имя и профессию, которая ему нравится. Рассказывает о собственных интересах.

4. Игра «Самая-самая»

Цель упражнения: повышение у учащихся знаний о мире профессионального труда.

Время проведения: 10 - 15 минут.

Инструкция

Сейчас вам будут предлагаться некоторые необычные характеристики профессий, а вы должны называть те профессии, которые, по вашему мнению, в наибольшей степени, данной характеристике соответствуют,

1. Ведущий называет первую характеристику, а участник сразу же предлагает свои варианты профессий. Если у кого-то возникают сомнения, что названа самая-самая

подходящая к данной характеристике профессия (или близкая к самой-самой), то можно задавать уточняющие вопросы.

2. Далее называется следующая характеристика. Всего таких характеристик должно быть не более 5-7.

Рефлексия: Участник делится впечатлениями о занятии.

2. Основная часть

Занятие 2.

Тема: Классификация профессий

Цель: изучение участником собственных склонностей, поддержание атмосферы творческого поиска, формирование информационного пространства о классификации профессий, развитие навыков рефлексии.

Необходимые материалы: опросники Е.А. Климова, бланки ответов ДДО, ручки, классная доска, мел.

1. Вводная беседа. Ведущий знакомит учащихся с классификацией профессий:

- По предмету труда (типы) – на что направлен труд.
- По целям труда (классы) – какова конечная цель труда
- По орудиям труда (отделы) – что использует, какой инструмент.
- По условиям труда (группы) – где работает

Более подробно рассматривается классификация профессий по предмету труда Е.А. Климова. По каждой группе профессий по предмету труда дети называют профессии.

2. Игра «Аукцион»

Ведущий называет предмет труда, а учащийся называет профессии, относящиеся к этой группе. Профессии можно записывать на доске. После каждой названной профессии ведущий считает до трех или ударяет в ладоши, ожидая названия очередной профессии. Профессию необходимо назвать до третьего хлопка. Во время игры ребята понимают, насколько мало они осведомлены о мире профессий. Главная задача ведущего — дать возможность почувствовать этот информационный голод. Игра занимает от 5 до 15 минут. Удлинение интервалов между хлопками, остроумные реплики учителя, такие атрибуты, как деревянный молоток, гонг, символические призы, придадут игре особую привлекательность.

3. Опросник Е.А. Климова. Учащемуся раздаётся опросник и бланк ответов ДДО. На бланке ответов учащемуся предлагается написать выбранную профессию или предпочитаемую. Затем зачитывается инструкция, учащийся самостоятельно заполняет бланк опросника. (*Приложение 1*)

4. Игра «Классифицируйте профессии по типам»

Ведущий раздает карточки с названиями профессий и карточки с названиями типов профессий. Задача участника — классифицировать профессии по типам. Учащийся соотносит выбранную или предпочитаемую профессию с получившимся результатом, профессией по предмету труда.

5. Рефлексия.

Занятие 3

Тема: «Все в твоих руках»

Занятие начинается с рассказа притчи

Все в твоих руках

Давным-давно в старинном городе жил Мастер, окруженный учениками. Самый способный из них однажды задумался: «А есть ли вопрос, на который наш мастер не смог дать ответа?» Он пошел на цветущий луг, поймал самую красивую бабочку и спрятал ее между ладонями. Бабочка цеплялась лапками за его руки, и ученику было щекотно. Улыбаясь, он подошел к Мастеру и спросил:

- Скажите, какая бабочка у меня в руках: живая или мертвая?

Он крепко держал бабочку в сомкнутых ладонях и был готов в любое мгновение сжать их ради своей истины.

Не глядя на руки ученика, мастер ответил:

- «Все в твоих руках».

Все ваши жизненные обстоятельства находятся в ваших руках. И в любой момент времени у каждого из вас есть выбор – сжать ладони и уничтожить возможности или раскрыть их.

2. Упражнение «Хочу-могу-надо»

Цель: Учить детей соотносить свои интересы, возможности и спрос.

1. Информационный блок. «Хочу-могу-надо» - это слагаемые успеха.

В мире есть мало вещей, которые мы не можем выбрать. К ним относятся: историческая эпоха, в которой мы живём, наши родители, события раннего детства. Всё остальное в жизни в той или иной мере зависит от нашего выбора. И одним из наиболее ответственных, определяющих нашу судьбу, является выбор профессии. И есть смысл отнестись к этому как можно более серьёзно. Для этого, чтобы правильно выбрать профессию, нужно ориентироваться в трёх вещах.

Во-первых, определить, каковы Ваши профессиональные интересы и склонности. Кратко мы их назовём словом **«хочу»**.

Во-вторых, оценить, каковы Ваши профессионально важные качества: здоровье, квалификация и способности, которые определяют в конечном счёте, Вашу профессиональную пригодность и возможности. Проще говоря, ответить на тот вопрос, какое у вас **«могу»**.

В-третьих, узнать какие профессии пользуются спросом на рынке труда, какие из них перспективные, по каким профессиям надо готовить специалистов, т.е. что сегодня обществу **«надо»**.

Если совместить эти три компонента, то профессиональный выбор будет удачен, и отдача от такого человека в процессе его трудовой деятельности составляет, как показали исследования, все 100%. Если же нет интереса к профессии, то 85%. А если нет интереса и способностей, а есть только

отдельные умения и навыки в области профессиональной деятельности, то полезная отдача от такого человека лишь 30%.

Участнику предлагается 2–3 профессии, которые необходимо проанализировать в кругу по вышеописанной схеме (**хочу — могу — надо**). Дополнением к упражнению является разбор собственной профессии по данной схеме

3. Релаксация «Мой путь к цели»

Ведущий. Сядьте удобнее, закройте глаза и ярко представьте то, что услышите.

Представьте свою профессиональную цель, ощутите ее — это то, что вам необходимо. К любой цели есть путь — далекий или близкий, трудный или легкий... Каким будет ваш собственный путь к цели? К той цели, что вы представили?

Представьте себе начало этого пути. Что лежит перед вами: широкая прямая дорога или узкая, извилистая тропинка? Вы делаете первый шаг, второй... Что окружает вас? Что вы слышите? Что чувствуете, когда идете к своей цели?

Быть может, вам встречаются препятствия... Как вы преодолеваете их? Где черпаете силы? Какую местность вы преодолеваете на своем пути к цели: цветущие и плодородные края, пустыни, глухие и заброшенные места?

Возможно, где-то вам предстоит сделать остановку. А может быть, вы будете идти, не останавливаясь.

Представьте, что наконец-то вы достигли своей цели... Как вы узнали, что это она? Что вы увидели? Что услышали? Что почувствовали?

Сохраните этот образ в своем воображении!

5. Рефлексия

Занятие 4

Тема: «Что я знаю о себе. Темперамент».

Цель: изучение особенностей типов темперамента и характера человека, выявление влияния темперамента на выбор профессиональных предпочтений.

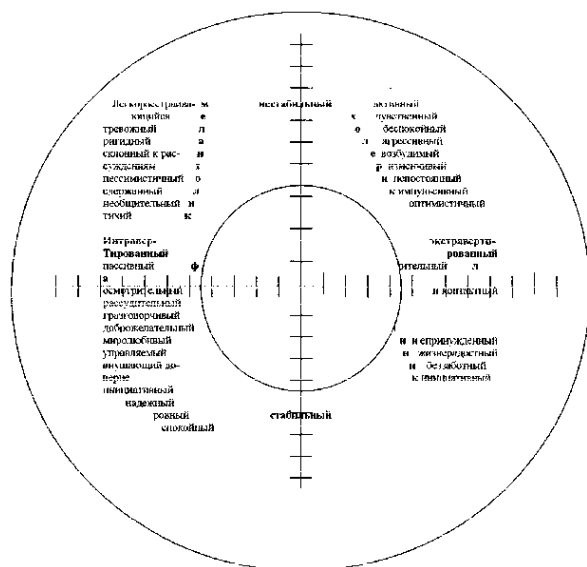
1. Теоретическая часть: «От чего зависит ваш выбор профессии?»

- от возможностей каждого (его способностей, темперамента);
- от предпочтений (интересов и склонностей);
- от требований профессии к личности соискателя;
- от возможностей родителей;
- от востребованности профессии на рынке труда. Способности делятся:

а) на общие (широкий круг знаний), к ним относятся: трудолюбие, внимательность, сообразительность, целеустремленность;

б) на специальные (качества, обеспечивающие успех в конкретном виде деятельности) - к ним относятся: память, внимание, мышление, воображение, восприятие, черты характера - способность к эмпатии и т.д.

Для того чтобы стало ясно, что такое темперамент, рассмотрите схему. (Участники рассматривают плакат, подготовленный заранее.) Ведущий рассказывает о темпераменте.



2. Тест Айзенка. (Приложение 2)

Для того чтобы вы смогли выявить свой темперамент, предлагаю вам пройти тест, который состоит из 60 вопросов. Я буду зачитывать вопрос, вы в своей тетради ставите его порядковый номер и свой ответ: «да» или «нет». Если «да», то «+», если «нет», то «-». Ведущий зачитывает вопросы.

Обработка и обсуждение результатов.

3. Упражнение «Подарок».

Участник на отдельных листочках пишет различные человечески качества и указывает, кому бы он хотел их подарить.

4. Рефлексия

Занятие 5

Тема: «Какую профессию я выбираю».

Цель: Формирование принципов профессионального самоопределения.

1. Беседа «Что такое профессия?»

— Что такое профессия?

(Профессия — род трудовой деятельности, работа в саду — тоже трудовая деятельность.)

— В чем же отличие профессии от других видов деятельности?

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

— Президент, дворник, уборщица — это профессия?

(Нет, потому что нигде не обучают этим занятиям, хотя они являются трудовыми.)

— Что еще является основным признаком профессии? На что мы надеемся, получая профессию?

(Она будет приносить нам радость, удовлетворение и обеспечивать нас материально.)

— Что такое специальность?

(Это вид занятия в рамках одной профессии.) Объяснить на примерах.

— Какие специальности вы знаете в профессии врача?

— Военный — это профессия? А какие военные специальности вы знаете?

— Что такое должность?

(Это круг действий, возложенных на определенного человека и безусловных для исполнения.)

2. Упражнение «Профессия – должность - специальность»

Найти профессию, должность, специальность и объяснить на примерах:

главный врач - врач;

старший преподаватель - преподаватель;

учитель - учитель начальных классов - завуч;

менеджер — заведующий отделом — менеджер по продажам.

Словарь основных понятий

Профессия — это род трудовой деятельности, требующий определенной подготовки и являющийся обычно источником существования.

Должность — это служебная обязанность, служебное место. Это круг действий, возложенных на определенного человека и безусловных для исполнения.

Специальность — это вид занятия в рамках одной профессии.

Занятие 6

Тема «Анкетирование. Причины выбора профессии»

1. Упражнение «Мой цвет дня»

Приветствие. Учащемуся, нужно рассказать, в какой цвет окрашен его день и настроение.

2. «Анкета»

Ведущий. При ответах на вопросы используйте следующие условия при показе цветных карточек:

зеленая — да;
желтая — сомневаетесь;
красная — нет.

1. Выбрали ли вы будущую профессию?
 2. Связан ли ваш выбор с семейными традициями?
 3. Связан ли ваш выбор с престижем данной профессии в настоящее время?
 4. Зависит ли ваш выбор от ближайшего окружения?
 5. Советовались ли вы с родителями по данной профессии?
 6. Знаете ли вы, в каком учебном заведении можно получить эту профессию?
 7. Ориентируетесь ли вы на учебное заведение, расположенное в нашем городе?
 8. Знаете ли вы, какие предметы потребуются для сдачи экзаменов в вуз по данной специальности?
 9. Соответствует ли выбор профиля вашим профессиональным планам?
 10. Учитываете ли вы свои склонности и способности при выборе профессии?
 11. Хорошо ли вы представляете работу по данной специальности?
 12. Пытаетесь ли вы узнать больше о данной профессии?
- 2. Рефлексия**

Занятие 7

Тема: «Интересы и склонности в выборе профессий»

Цель: Помочь учащемуся определить свои интересы и склонности.

1. Методика «Профиль» (Приложение 3)

Обработка результатов. Ведущий объясняет, как подсчитать баллы по тесту, учащийся самостоятельно подсчитывают баллы и записывают результат в бланке ответов. Интерпретация результатов

2. Упражнение «Лучший мотив».

«Наша задача - выбрать наиболее правильный мотив выбора профессии, то есть ту главную причину, по которой все люди должны выбирать себе профессию. Для этого я буду зачитывать по 2 мотива. Вы, путем обсуждения и, возможно, голосования должны прийти к мнению, какой мотив лучше». Список мотивов включает 16 фраз:

1. Возможность получить известность, прославиться.
2. Возможность продолжать семейные традиции.
3. Возможность продолжать учебу со своими товарищами.
4. Возможность служить людям.
5. Заработок.
6. Значение для экономики страны, общественное и государственное значение профессии.
7. Легкость поступления на работу.
8. Перспективность работы.
9. Позволяет проявить свои способности.
10. Позволяет общаться с людьми.
11. Обогащает знаниями.
12. Разнообразная по содержанию работа.
13. Романтичность, благородство профессии.
14. Творческий характер труда, возможность делать открытия.
15. Трудная, сложная профессия.
16. Чистая, легкая, спокойная работа.

Ведущий зачитывает 1-й и 2-й мотив, 3-й и 4-й ... 15-й и 16-й. После этого у него остается список из 8 мотивов, из которого он опять зачитывает 1-й и 2-й мотив, 3-й и 4-й и т.д.

3. Рефлексия.

Занятие 8

Тема: «Профессиональный тип личности»

Цель: определение своего профессионального типа личности, развитие рефлексии, формирование навыков целеполагания и планирования, формирование информационного пространства о мире профессий, учебных заведениях.

1. Опросник профессиональных склонностей Л. Йовайши (модификация Г.В. Резапкиной) (Приложение 4)

Методика направлена на выявление склонностей учащихся к различным сферам профессиональной деятельности: работе с людьми, практической, интеллектуальной, эстетической, планово-экономической или экстремальной. Достоинство методики заключается в применении косвенных вопросов, выявляющих скрытую мотивацию, в отличие от большинства методик, в которых задаются «лобовые», прямолинейные вопросы.

Инструкция

Закончите высказывание, выбрав один из вариантов «а», «б» или «в» - и обведя соответствующую букву в бланке напротив номера вопроса.

Различие между интересами и склонностями: интересы выражаются формулой «хочу знать», а склонности «хочу делать». Можно интересоваться чем-либо, но не иметь желания этим заниматься (футбол, кино и т.п.). Профессию необходимо выбирать в соответствии со своими интересами и склонностями.

2. Рефлексия

Занятие 9

Тема: «Как правильно выбрать профессию»

Цель: Научить детей выбирать для себя профессию, учебное заведение.

1. Информационный блок

Правила выбора профессии

- Необходимо изучить как можно больше профессий, определить, какие профессии и специалисты необходимы в регионе, где вы проживаете.
- Важно изучить самого себя (интересы, склонности, способности, темперамент, черты характера, особенности познавательных процессов, здоровье, самооценку, уровень притязаний и др.).
- Следует выбрать наиболее привлекательную, подходящую профессию.
- Подробно изучить выбранную профессию: ознакомиться с профессиограммой, определить формулу профессии, уточнить содержание, условия труда и требования, предъявляемые профессией к человеку. Изучить возможности ее приобретения и перспективы профессионального роста.
- Попробовать свои силы в выбранной профессии (в кружках по интересам, в учебно-производственном комбинате).
- Сравнить полученные знания о профессии со своими возможностями, посоветоваться с родителями, учителями, врачами, психологом, получить квалифицированную профконсультацию.
- При определении соответствия своих профессиональных возможностей требованиям выбранной профессии получить в школе первоначальную профессиональную подготовку, реализовывать самоконтроль готовности к профессиональному самоопределению.
- При отсутствии указанного соответствия найти запасной вариант профессионального выбора.

· Выбрав для себя будущую профессию, необходимо проявлять настойчивость в реализации намерения и овладении профессией в совершенстве.

2. Упражнение «Профессия — учебное заведение»

Ведущий называет профессии, а участник должен сказать, где ее можно приобрести — в каких учебных заведениях, на каких курсах и т.д.

3. Упражнение «Факторы, влияющие на выбор профессии»

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

4. Упражнение «Профессия — медицинские противопоказания»

Ведущий называет профессии, а учащийся - медицинские противопоказания для данной профессии.

5. Рефлексия

Занятие 10

Тема: «Мои умственные способности»

1. Теоретический блок Умственные способности человека – это психологические качества, определяющие скорость восприятия, усваивания новой информации и навыков. Умение адаптироваться к разным ситуациям и использовать имеющиеся знания (навыки) на практике так же носят название умственных способностей. Они включают в себя практически все познавательные способности человека, а именно:

- представление;
- ощущение;
- мышление;
- восприятие;
- воображение

2. Диагностика интеллектуальных способностей по тесту Равена.

3. Методика тип мышления (В модификации Резапкиной)

(Приложение 5)

Занятие 11

Тема: «Эмоциональное отношение к учению»

Упражнение 1. Релаксационное упражнение под музыку для снятия эмоционального напряжения

1. Диагностика эмоционального отношения к учению

Методика «Эмоциональное отношение к учению» (модификация (А.Д. Андреева). Методика состоит из 40 вопросов и позволяет выявить отношение учащегося к учебно-познавательной деятельности **(Приложение 6)**

2. Методика изучения самооценки и притязаний Т.В. Дембо. Рубинштейн (Модификация А.М. Прихожан). **(Приложение 7)**

Занятие 12

Тема: «Колесо жизненного баланса»

1. Упражнение «Колесо жизненного баланса». Каждый сектор колеса - это сфера жизни, которую вам сейчас предстоит оценить. Вы можете начать с любого сектора. **(Приложение 8)**

Оцените вашу удовлетворенность ситуацией в каждой сфере от 0 до 10, где

0 - это полная неудовлетворенность,

10 - это максимальная удовлетворенность ситуацией.

Заштрихуйте каждый сектор в соответствии с его оценкой.

1. Методика кактус. Выявление личностных особенностей с помощью рисунка кактуса.

2. Рефлексия

Занятие 13

Тема: «Моя память»

1 Теоретический блок о типах и видах памяти

Зрительная память связана с сохранением и воспроизведением зрительных образов. Она чрезвычайно важна для людей любых профессий, особенно для инженеров и художников.

Слуховая память — это хорошее запоминание и точное воспроизведение разнообразных звуков, например музыкальных, речевых. Она необходима филологам, людям, изучающим иностранные языки, акустикам, музыкантам. Особую разновидность речевой памяти составляет словесно-логическая, которая тесным образом связана со словом, мыслью и логикой. Данный вид памяти характеризуется тем, что человек, обладающий ею, быстро и точно может запомнить смысл событий, логику рассуждений или какого-либо доказательства, смысл читаемого текста.

Двигательная (или моторная) память — это запоминание, сохранение и воспроизведение различных движений. Двигательная память является основой для формирования различных практических и трудовых навыков, равно как и навыков ходьбы, письма и т. д.

1. Методика определения типа памяти «10 слов». **(Приложение 10)**

Занятие 14

Тема: «Ассоциации»

1. Упражнение «16 ассоциаций» Задайте себе вопрос: «Что меня сейчас волнует больше всего?». Опишите ответ только одним словом. Запишите слово, которым вы описали вашу проблему/задачу: _____ . Теперь быстро, не раздумывая долго, в левом столбце таблицы запишите **16 ассоциаций**, которые первыми придут Вам в голову – на это слово. Не выбрасывайте «лишние» слова – запишите все, что действительно придет в голову. Теперь для каждой пары слов в первом столбце напишите

общую ассоциацию к паре во втором. Выполните то же действие со следующими столбцами, пока не получите итоговое слово. Проанализируйте его. (Приложение 11)

2. Методика рисунок семьи. Цель: выявление взаимоотношений учащегося в семье, его роль и степень принятия семьей.

Занятие 15

Тема: «Профессиограмма»

Цель: Познакомить детей с профессиограммой, научить составлять свою профессиограмму.

1. Игра в профессии

Ведущий называет профессию, учащийся по кругу должен назвать профессию на последнюю букву предыдущего слова.

2. Теоретический блок «Что такое профессиограмма»

Что такое профессиограмма?

Это описание профессии, включающее в себя основные требования, предъявляемые профессией к личностным качествам человека.

Все профессиограммы построены примерно по такой схеме:

- название профессии;
- вид труда (ручной, механизированный, автоматизированный, интеллектуальный);
- предмет и продукт труда;
- знания и умения, необходимые для выполнения работы;
- условия работы;
- медицинские противопоказания;
- требования к человеку;
- пути получения профессии.

3. Упражнение «Составить свою профессиограмму»

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

4. Упражнение «Выбор»

Представьте себе, что вы находитесь в незнакомом городе без друзей, родителей, родственников. У вас нет жилья, работы, но есть деньги, совсем немного, на первое время... Вам необходимо выработать алгоритм действий, сделать выбор, для того чтобы выжить. Я дам подсказку. Вам нужны деньги, и вы их можете получить за работу, но у вас нет образования...

Необходимо письменно ответить на вопросы:

- В каком городе или даже стране вы находитесь?
- Какое у вас время года?
- Что вы будете делать? Каковы ваши действия?
- Что вы умеете делать? (Составьте список видов работ.)
- Что будет потом?
- В общем, устройте свою жизнь.

Время работы 30 минут.

Время истекло. Пожалуйста, давайте обсудим ваши действия. Происходит обсуждение. Делается вывод о том, что подсобные работы - это временный заработок, а в целом необходимо учиться. Для того чтобы учиться какому-либо делу, необходимо для начала все-таки определиться в выборе, а для этого узнать свои возможности, способности, выявить профессиональные интересы. Учащийся, моделируя ситуации, учится и приобретает навыки рефлексии. Это упражнение ориентирует на осознание необходимости получения участниками профессионального образования. Занятие

настраивает на самопознание.

5. Рефлексия

Занятие 16

Тема: Подведение итогов

Цель: систематизировать и обобщить информацию, полученную на занятиях, развитие навыков целеполагания и планирования.

Необходимые материалы: бланки с таблицами, опросные листы, бумага, ручки.

1. Составление таблицы. Ведущий предлагает учащимся заполнить таблицу о профессиональной направленности учащихся:

Моя группа профессий по предмету труда	Мои интересы и склонности	Мой темперамент	Мой профессиональный тип личности	Моя выбранная профессия

2. Эссе «Кем я хочу стать». Предлагается детям написать небольшое сочинение на тему «Кем я хочу стать».

2. Опрос учащихся:

- Что нового ты узнал на занятиях?
- Чему научился?
- Сделал ли ты профессиональный выбор? Какой?
- Какие твои впечатления от занятий?
- Что запомнилось больше всего?

Список использованной литературы:

1. Богданович В.Н. Психокоррекция в повседневной жизни. СПб.: Респекс, 1995.
2. Максимовой Н.М. Система воспитательной работы по подготовке детей к профессиональному самоопределению.(из опыта работы), Вологда – 2003.
3. Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменамю – М. «Вако», 2005.
4. Пряжников Н.С. Игровые профориентационные упражнения. Методическое пособие. — М.: Издательство «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997.
5. Пряжников Н.С. Ценностно-нравственные активизирующие опросники профессионального и личностного самоопределения. Методическое пособие — М.: Издательство «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЕК», 1997.
6. . Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога: Учебно-методическое пособие. — М.: Ось-89, 2002.43. Грецов А.Г. Выбираем профессию. Советы практического психолога. — СПб.: Питер, 2005.
7. Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю. Игры и методики для профессионального самоопределения старшеклассников. — М.: Первое сентября, 2004.
8. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. — 2-е изд., исправл. — М.: Генезис, 2004. — 125 с.
9. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Рабочая тетрадь учащегося. — М.: Генезис, 2005. — 80 с.
10. Резапкина Г.В. Отбор в профильные классы. — М.: Генезис, 2005. — 124 с.
11. Чернявская А. П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации.- М.: Владос – пресс, 2001.

Методические рекомендации

Программа «Я выбираю профессию» предназначена для того, чтобы помочь психологам, педагогам, в особенности классным руководителям, в организации содействия учащимся 9-11 классов в планировании собственной карьеры, собственного будущего. В данной программе представлены занятия, в которые включены информационный блок, вопросы или проблемы для обсуждения с учащимися, практические упражнения или несложные тестовые методики, которые сделают занятия более интересными и динамичными.

Программа включает в себя 16 занятий. Продолжительность каждого занятия составляет 40-45 минут.

Для оценки эффективности программы проводились диагностические мероприятия, включающие в себя ряд методик:

- Дифференциально-диагностический опросник Е.А.Климова, ДДО
- Карта интересов (модифицированная методика А. Е. Голомштока)
- Модификация личностного опросника Г. Айзенка
- Методика Л. Йовайши (в модификации Г. Резапкиной).
- Методика тип мышления (в модификации Резапкиной).

Для выявления эффективности работы программы, в конце проведенных занятий ребята составляют собственную профессиограмму, заполняют таблицу профессиональной направленности, пишут эссе «Кем я хочу стать». Если в процессе работы, выявляются учащиеся, которые не могут определиться с выбором профессии, таким подросткам, нужно уделить особое внимание и подвести к тому, чтобы подросток оценил свое «хочу-могу-надо» и определился с выбором профессии. С такими подростками выстраивается индивидуальный план работы.

Работа по профориентации обязательно должна включать в себя не только работу с учащимися по данной программе, но и работу с родителями. Поэтому, после проведенной работы с учащимися, необходимо провести консультирование с родителями.

ПРИЛОЖЕНИЯ

МЕТОДИКА
«ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНО - ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ОПРОСНИК» (ДДО) Е.
А.КЛИМОВА

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

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

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

ТЕКСТ ОПРОСНИКА

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

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

ЛИСТ ОТВЕТОВ

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

Лист ответов сделан так, чтобы можно было подсчитать количество знаков «+» в каждом из 5-ти столбцов. Каждый из 5-ти столбцов соответствует определенному типу профессий. Испытуемому рекомендуется выбрать тот тип профессий, который получил максимальное количество знаков «+». Название типов профессий по столбцам:

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

Время обследования не ограничивается. Хотя, испытуемого следует предупредить о том, что над вопросами не следует долго задумываться и обычно на выполнение задания требуется 20-30 мин. Возможно использование методики индивидуально и в группе. Экспериментатор может зачитывать вопросы группе испытуемых, но в этом случае ограничивается время ответа. Такой способ применяется, когда экспериментатор должен работать в ограниченном временном интервале.

Краткое описание типа профессий

«Человек—природа». Если вы любите работать в саду, огороде, ухаживать за растениями, животными, любите предмет биологию, то ознакомьтесь с профессиями типа «человек—природа». Объектами труда для представителей большинства этих профессий являются:

- 1) животные, условия их роста, жизни;
- 2) растения, условия их произрастания. Специалистам в этой области приходится:
 - а) изучать, исследовать, анализировать состояние, условия жизни растений или животных (агроном, микробиолог, зоотехник, гидробиолог, агрохимик, фитопатолог);
 - б) выращивать растения, ухаживать за животными (лесовод, полевод, цветовод, овощевод, птицевод, животновод, садовод, пчеловод);
 - в) проводить профилактику заболеваний растений и животных (ветеринар, врач карантинной службы).

Психологические требования профессий этого типа к человеку: развитое воображение, наглядно-образное мышление, хорошая зрительная память, наблюдательность, способность предвидеть и оценивать изменчивые природные факторы; поскольку результаты деятельности выявляются по прошествии довольно длительного времени, специалист должен обладать терпением, настойчивостью, должен быть готовым работать вне коллективов, иногда в трудных погодных условиях, в грязи и т. п.

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

- 1) с созданием, монтажом, сборкой технических устройств (специалисты проектируют, конструируют технические системы, устройства, разрабатывают процессы их изготовления. Из отдельных узлов, деталей собирают машины, механизмы, приборы, регулируют и налаживают их);
- 2) с эксплуатацией технических устройств (специалисты работают на станках, управляют транспортом, автоматическими системами);
- 3) с ремонтом технических устройств (специалисты выявляют, распознают неисправности технических систем, приборов, механизмов, ремонтируют, регулируют, налаживают их).

Одно и то же техническое устройство может быть предметом труда для разных специалистов, например (см., например, таблицу).

Психологические требования профессий «человек-техника» к человеку: хорошая координация движений; точное зрительное, слуховое, вибрационное и кинестетическое восприятие; развитое техническое и творческое мышление и воображение; умение переключать и концентрировать внимание; наблюдательность.

III. «Человек—знаковая система». Если вы любите выполнять вычисления, чертежи, схемы, вести картотеки, систематизировать различные сведения, если вы хотите заниматься программированием, экономикой или статистикой и т. п. то ознакомьтесь с профессиями типа «человек—знаковая система». Большинство профессий этого типа связано с переработкой информации и различается по особенностям предмета труда. Это могут быть:

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

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

IV. «Человек—художественный образ». Большинство профессий этого типа связано:

- 1) с созданием, проектированием художественных произведений (писатель, художник, композитор, модельер, архитектор, скульптор, журналист, хореограф);
- 2) с воспроизведением, изготовлением различных изделий по образцу (ювелир, реставратор, гравер, музыкант, актер, столяр-краснодеревщик);
- 3) с размножением художественных произведений в массовом производстве (мастер по росписи фарфора, шлифовщик по камню и хрусталу, маляр, печатник).

Психологические требования профессий этого типа к человеку: художественные способности; развитое зрительное восприятие; наблюдательность, зрительная память; наглядно-образное мышление; творческое воображение; знание психологических законов эмоционального воздействия на людей.

V. «Человек—человек». Большинство профессий этого типа связано:

1. с воспитанием, обучением людей (воспитатель, учитель, спортивный тренер);
 2. с медицинским обслуживанием (врач, фельдшер, медсестра, няня);
 3. с бытовым обслуживанием (продавец, парикмахер официант, вахтер);
 4. с информационным обслуживанием (библиотекарь, экскурсовод, лектор);
 5. с защитой общества и государства (юрист, милиционер, инспектор, военнослужащий).
- Многие должности (директор, бригадир, начальник цеха профсоюзный организатор) связаны с работой с людьми, поэтому ко всем руководителям предъявляются те же требования, что и к специалистам профессий типа «человек-человек»

Психологические требования профессий этого типа к человеку: стремление к общению; умение легко вступать в контакт с незнакомыми людьми; устойчивое хорошее самочувствие при работе с людьми; доброжелательность, отзывчивость; выдержка; умение сдерживать эмоции; способность анализировать поведение окружающих и свое собственное, понимать намерения и настроение других людей, способность разбираться

во взаимоотношениях людей, умение улаживать разногласия между ними, организовывать их взаимодействие; способность мысленно ставить себя на место другого человека, умение слушать, учитывать мнения другого человека; способность владеть речью, мимикой, жестами; развитая речь, способность находить общий язык с разными людьми; умение убеждать людей; аккуратность, пунктуальность, собранность; знание психологии людей.

ОПРОСНИК Г. АЙЗЕНКА

Инструкция: ответьте на предлагаемые вопросы «да» или «нет». Отвечайте быстро и точно. Помните, что нет плохих или хороших ответов. Все вопросы направлены на выяснение особенностей вашего характера, склонностей и интересов.

Вопросы.

1. Любишь ли ты шум и суету вокруг себя?
2. Часто ли ты нуждаешься в друзьях, которые могли бы тебя поддержать?
3. Ты всегда находишь быстрый ответ, когда тебя о чём-нибудь просят?
4. Бывает ли так, что ты раздражён чем-нибудь?
5. Часто ли у тебя меняется настроение?
6. Верно ли, что тебе легче и приятнее с книгами, чем с ребятами?
7. Часто ли тебе мешают уснуть разные мысли?
8. Ты всегда делаешь так, как тебе говорят?
9. Любишь ли ты подшучивать над кем-нибудь?
10. Ты когда-нибудь чувствовал себя несчастным, хотя для этого не было настоящей причины?
11. Можешь ли ты сказать о себе, что ты весёлый, живой человек?
12. Ты когда-нибудь нарушал правила поведения в школе?
13. Верно ли, что ты часто раздражён чем-нибудь?
14. Нравится ли тебе всё делать быстро?
15. Ты переживаешь из-за всяких страшных событий, которые чуть было не произошли, хотя всё кончилось хорошо?
16. Тебе можно доверить тайну?
17. Можешь ли ты без особого труда внести оживление в скучную компанию сверстников?
18. Бывает ли так, что у тебя без всякой причины (физические нагрузки) сильно бьётся сердце?
19. Делаешь ли ты обычно первый шаг для того, чтобы подружиться с кем-нибудь?
20. Ты когда-нибудь говорил неправду?
21. Легко ли ты расстраиваешься, когда критикуют тебя и твою работу?
22. Ты часто шутишь и рассказываешь смешные истории своим друзьям?
23. Ты часто чувствуешь себя усталым?
24. Ты всегда сначала делаешь уроки, а всё остальное потом?
25. Ты обычно весел и всем доволен?
26. Обидчив ли ты?
27. Ты очень любишь общаться с другими ребятами?
28. Всегда ли ты выполняешь просьбы родных о помощи по хозяйству?
29. У тебя бывают головокружения?
30. Бывает ли так, что твои действия и поступки ставят других людей в неловкое положение?
31. Ты часто чувствуешь, что тебе что-нибудь надоело?
32. Любишь ли ты иногда похвастаться?
33. Ты чаще всего сидишь и мочишь, когда попадаешь в общество незнакомых людей?
34. Волнуешься ли ты иногда так, что не можешь усидеть на месте?
35. Ты обычно быстро принимаешь решение?
36. Ты никогда не шумишь в классе, даже когда нет учителя?
37. Тебе часто снятся страшные сны?
38. Можешь ли ты дать волю чувствам и повеселиться в обществе друзей?
39. Тебя легко огорчить?
40. Случалось ли тебе плохо говорить о ком-нибудь?

41. Верно ли, что ты обычно говоришь и действуешь быстро, не задумываясь?
42. Если оказываешься в глупом положении, то потом долго переживаешь?
43. Тебе очень нравятся шумные и весёлые игры?
44. Ты всегда ешь то, что тебе подают?
45. Тебе трудно ответить «нет», когда тебя о чём-нибудь просят?
46. Ты любишь часто ходить в гости?
47. Бывают ли такие моменты, когда тебе не хочется жить?
48. Был ли ты когда-нибудь груб с родителями?
49. Считают ли тебя ребята весёлым и живым человеком?
50. Ты часто отвлекаешься, когда делаешь уроки?
51. Ты чаще сидишь и смотришь, чем принимаешь активное участие в общем веселье?
52. Тебе обычно бывает трудно уснуть из-за разных мыслей?
53. Бываешь ли ты совершенно уверен, что сможешь справиться с делом, которое должен выполнить?
54. Бывает ли, что ты чувствуешь себя одиноким?
55. Ты стесняешься заговорить первым с новыми людьми?
56. Ты часто спохватываешься, когда уже поздно что-нибудь исправить?
57. Когда кто-нибудь из ребят кричит на тебя, ты тоже кричишь в ответ?
58. Бывает ли так, что ты иногда чувствуешь себя весёлым или печальным без всякой причины?
59. Ты считаешь, что трудно получить удовольствие от оживлённой компании сверстников?
60. Тебе часто приходится волноваться из-за того, что ты сделал что-нибудь, не подумав?

**Бланк ответов
К опроснику Г. Айзенка**

Ф.И.О. _____

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да
нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да
нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45
да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да
нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет
46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да
нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет

Ключ к опроснику Г. Айзенка (подростки)

1. ЭКСТРАВЕРСИЯ (Фактор E):

Ответы «Да» на вопросы: 1,3,9,11,14,17,19,22,25,27,30,35,38,41,43,46,49,53,57.

Ответы «Нет» на вопросы:

6,33,51,55,59.

2. НЕЙРОТИЗМ (Фактор Н):

Ответы «Да» на вопросы:

2,5,7,10,13,15,18,21,23,26,29,31,34,37,39,42,45,47,50,52,54,56,58,60.

3. ЛОЖЬ

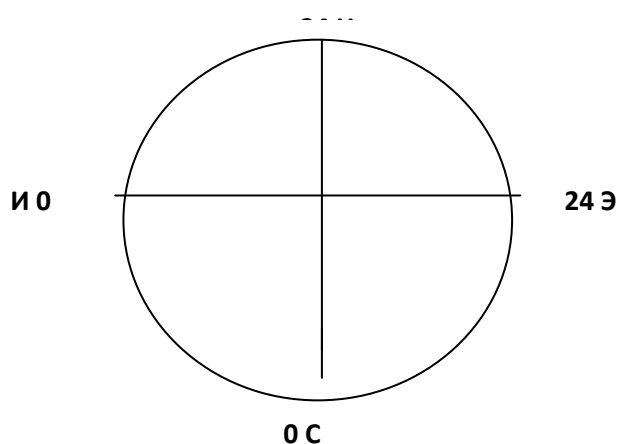
Ответы «Да» на вопросы: 8,16,24,28,36,44.

Ответы «Нет» на вопросы: 4,12,20,32,40,48.

Если по шкале «ЛОЖЬ» получено более 6 баллов, результаты тестирования считаются **недостоверными**.

Норма: Э – 11-14 ; Н – 10-15; Л – не более 5.

Таблица-ключ к тесту Г. Айзенка



Типы темперамента между осями интроверсии/экстраверсии и стабильности/нестабильности распределяются следующим образом:

- верхний левый сектор – меланхолический тип;
- верхний правый сектор – холерический тип;
- нижний левый сектор – флегматический тип;
- нижний правый сектор – сангвинический тип

Методика «Профиль»

(модификация методики Карта Интересов А. Голомштока).

Инструкция. Данные вопросы касаются твоего отношения к различным направлениям деятельности. Нравится ли тебе делать то, о чем говорится в опроснике? Если да, то в бланке ответов рядом с номером вопроса поставь “+”. Если не нравится – знак “-”. Если сомневаешься, поставь “?”

1. Узнавать об открытиях в области физики и математики.
2. Смотреть передачи о жизни растений и животных.
3. Выяснять устройство электроприборов.
4. Читать научно-популярные технические журналы.
5. Смотреть передачи о жизни людей в разных странах.
6. Бывать на выставках, концертах, спектаклях.
7. Обсуждать и анализировать события в стране и за рубежом.
8. Наблюдать за работой медсестры, врача.
9. Создавать уют и порядок в доме, классе, школе.
10. Читать книги и смотреть фильмы о войнах и сражениях.
11. Заниматься математическими расчетами и вычислениями.
12. Узнавать об открытиях в области химии и биологии.
13. Ремонтировать бытовые электроприборы.
14. Посещать технические выставки, знакомиться с достижениями науки и техники.
15. Ходить в походы, бывать в новых неизведанных местах.
16. Читать отзывы и статьи о книгах, фильмах, концертах.
17. Участвовать в общественной жизни школы, города.
18. Объяснять одноклассникам учебный материал.
19. Самостоятельно выполнять работу по хозяйству.
20. Соблюдать режим, вести здоровый образ жизни.
21. Проводить опыты по физике.
22. Ухаживать за животными растениями.
23. Читать статьи об электронике и радиотехнике.
24. Собирать и ремонтировать часы, замки, велосипеды.
25. Коллекционировать камни, минералы.
26. Вести дневник, сочинять стихи и рассказы.
27. Читать биографии известных политиков, книги по истории.
28. Играть с детьми, помогать делать уроки младшим.
29. Закупать продукты для дома, вести учет расходов.
30. Участвовать в военных играх, походах.
31. Заниматься физикой и математикой сверх школьной программы.
32. Замечать и объяснять природные явления.
33. Собирать и ремонтировать компьютеры.
34. Строить чертежи, схемы, графики, в том числе на компьютере.
35. Участвовать в географических, геологических экспедициях.
36. Рассказывать друзьям о прочитанных книгах, увиденных фильмах и спектаклях.
37. Следить за политической жизнью в стране и за рубежом
38. Ухаживать за маленькими детьми или близкими, если они заболели.
39. Искать и находить способы зарабатывания денег.
40. Заниматься физической культурой и спортом.
41. Участвовать в физико-математических олимпиадах.
42. Выполнять лабораторные опыты по химии и биологии.
43. Разбираться в принципах работы электроприборов.
44. Разбираться в принципах работы различных механизмов.

45. “Читать” географические и геологические карты.
46. Участвовать в спектаклях, концертах.
47. Изучать политику и экономику других стран.
48. Изучать причины поведения людей, строение человеческого организма.
49. Вкладывать заработанные деньги в домашний бюджет.
50. Участвовать в спортивных соревнованиях.

Обработка результатов. Десять колонок в бланке - это десять возможных направлений твоей деятельности:

- 1 – физика и математика;**
- 2 – химия и биология;**
- 3 – радиотехника и электроника;**
- 4 – механика и конструирование;**
- 5 – география и геология;**
- 6 – литература и искусство;**
- 7 – история и политика;**
- 8 – педагогика и медицина;**
- 9 – предпринимательство и домоводство;**
- 10 – спорт и военное дело.**

Подсчитайте число плюсов в каждом столбике. Чем их больше, тем выше интерес к этим занятиям. Пять баллов говорят о ярко выраженном интересе к предмету или виду деятельности. Это – необходимое, но не достаточное условие правильного выбора профессии. Другое важное условие – способности, или профессионально важные качества.

Если сумма баллов ни в одной колонке не превышает трех баллов, значит, профессиональные интересы слабо выражены.

По результатам одной методики бывает трудно найти подходящую профессию. Поэтому в случае затруднений обратитесь к консультанту по выбору профессии.

Опросник профессиональных склонностей Л.Йовайши

(модификация Г.В.Резапкиной)

Методика направлена на выявление склонностей учащихся к различным сферам профессиональной деятельности: работе с людьми, практической, интеллектуальной, эстетической, плано-экономической или экстремальной. Достоинство методики заключается в применении косвенных вопросов, выявляющих скрытую мотивацию, в отличие от большинства методик, в которых задаются «лобовые», прямолинейные вопросы.

Инструкция

Закончите высказывание, выбрав один из вариантов «а», «б» или «в» - и обведя соответствующую букву в бланке напротив номера вопроса.

Бланк ответов.

№ ответа	1	2	3	4	5	б
1	а			в		б
2		в		а	б	
3	б	а		в		
4			б		в	а
5	в	а	б			
6	б	в				А
7		б	в	а		
8	б				а	в
9		б		а	в	
10				в	а	б
11	в	б	а			
12			а	б	в	
13	а				б	в
14		б		а	в	
15	в		а		б	
16	б		в			а
17				б	а	в
18	а	в	б			
19			в		а	б
20	в		б			а
21		а	в	б		
22		б	а	в		
23		в		а		б
24	а				б	в
Всего						

- Мне хотелось бы в своей профессиональной деятельности:
А) общаться с самыми разными людьми;

- Б) что-нибудь делать своими руками – мебель, одежду, машины и т.д.;
- В) снимать фильмы, рисовать, писать книги, выступать на сцене и т.д.
2. В книге или кинофильме меня больше всего привлекает:
- А) художественная форма, мастерство писателя или режиссера;
- Б) сюжет, действие героев;
- В) информация, которая может пригодиться в жизни.
3. Меня обрадует Нобелевская премия:
- А) в области науки;
- Б) за общественную деятельность;
- В) в области искусства.
4. Я скорее соглашусь стать:
- А) управляющим банка;
- Б) главным инженером на производстве;
- В) начальником экспедиции.
5. Будущее людей определяет:
- А) достижение науки;
- Б) развитие производства;
- В) взаимопонимание среди людей.
6. На месте директора школы я прежде всего займусь:
- А) благоустройством школы (столовая, спортзал, компьютеры);
- Б) созданием дружного, сплоченного коллектива;
- В) разработкой новых технологий обучения.
7. На технической выставке меня больше всего привлечет:
- А) внешний вид экспонатов (цвет, форма);
- Б) внутреннее устройство экспонатов (механизм);
- В) практическое применение экспонатов.
8. В людях я ценю прежде всего:
- А) мужество, смелость, выносливость;
- Б) дружелюбие, чуткость, отзывчивость;
- В) ответственность, аккуратность.
9. В свободное от работы время я буду:
- А) писать стихи или музыку или рисовать;
- Б) ставить различные опыты;
- В) тренироваться.
10. В заграничных поездках меня больше всего привлечет:
- А) экстремальный туризм (альпинизм, виндсерфинг, горные лыжи);
- Б) деловое общение;
- В) возможность знакомства с историей и культурой другой страны.
11. Мне интереснее беседовать:
- А) о машине нового типа;
- Б) о новой научной теории;
- В) о человеческих взаимоотношениях.
12. Если бы в моей школе было всего три кружка, я бы выбрал:
- А) технический;
- Б) музыкальный;
- В) спортивный.
13. В школе больше внимания следует уделять:
- А) улучшению взаимопонимания между учителями и учениками;
- Б) поддержанию здоровья учащихся, занятиям спортом;
- В) укреплению дисциплины.
14. Я с большим интересом смотрю:
- А) научно-популярные фильмы;

- Б) программы о культуре и спорте;
В) спортивные программы.
15. Мне было бы интереснее работать:
А) с машинами, механизмами;
Б) с объектами природы;
В) с детьми или сверстниками.
16. Школа в первую очередь должна:
А) давать знания и умения;
Б) учить общению с другими людьми;
В) обучать навыкам работы.
17. Каждый человек должен:
А) вести здоровый образ жизни;
Б) иметь возможность заниматься творчеством;
В) иметь удобные бытовые условия.
18. Для благополучия общества в первую очередь необходима:
А) защита интересов и прав граждан;
Б) забота о материальном благополучии людей;
В) наука и технический прогресс.
19. Мне больше всего нравятся уроки:
А) физкультуры;
Б) математики;
В) труда.
20. Мне интереснее было бы:
А) планировать производство продукции;
Б) изготавливать изделия;
В) заниматься сбытом продукции.
21. Я предпочитаю читать статьи:
А) о выдающихся ученых и их открытиях;
Б) о творчестве ученых и музыкантов;
В) об интересных изобретениях.
22. Свободное время я охотнее провожу:
А) делая что-то по хозяйству;
Б) с книгой;
В) на выставках, концертах и пр.
23. Большой интерес у меня вызовет сообщение:
А) о художественной выставке;
Б) о ситуации на фондовой бирже;
В) о научном открытии.
24. Я предпочитаю работать:
А) в помещении, где много людей;
Б) в необычных условиях;
В) в обычном кабинете.

Обработка и анализ результатов:

После заполнения бланка ребята должны подсчитать число обведенных букв в каждой из шести колонок бланка и записать эти шесть чисел в пустых клетках нижней строчки.

- 10-12 баллов – ярко выраженная профессиональная склонность;
7-9 баллов – средне выраженная профессиональная склонность;
4-6 баллов – слабо выраженная профессиональная склонность;
0-3 баллов – профессиональная склонность не выражена.

В каждой из шести колонок представлена сумма баллов. Она отражает склонность к определенному виду деятельности:

1 - Склонность к работе с людьми. Профессии, связанные с обслуживанием (бытовым, медицинским, информационным), управлением, воспитанием и обучением. Люди, успешные в профессиях этой группы, должны уметь и любить общаться, находить общий язык с разными людьми, понимать их настроение, намерения и особенности.

2 - Склонность к исследовательской деятельности. Профессии, связанные с научной работой. Кроме хорошей теоретической подготовки в определенных областях науки, людям, занимающимся исследовательской деятельностью, необходимы такие качества, как рациональность, независимость и оригинальность суждений, аналитический склад ума. Как правило, им больше нравится размышлять о проблеме, чем заниматься ее реализацией.

3 - Склонность к работе на производстве. Круг этих профессий очень широк: производство и обработка металла; сборка, монтаж приборов и механизмов; ремонт, наладка, обслуживание электронного и механического оборудования; монтаж, ремонт зданий, конструкций; обработка и использование различных материалов; управление транспортом. Профессии этой группы предъявляют повышенные требования к здоровью человека, координации движений, вниманию.

4 - Склонность к эстетическим видам деятельности. Профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью. Людей творческих профессий, кроме наличия специальных способностей (музыкальных, литературных, актерских), отличает оригинальность мышления и независимость характера, стремление к совершенству.

5 - Склонность к экстремальным видам деятельности. Профессии, связанные с занятиями спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельностью, службой в армии. Все они предъявляют особые требования к физической подготовке, здоровью и морально-волевым качествам.

6 - Склонность к плано-экономическим видам деятельности. Профессии, связанные с расчетами и планированием (бухгалтер, экономист); делопроизводством, анализом и преобразованием текстов (редактор, переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (чертежник, топограф). Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности.

Различие между интересами и склонностями: интересы выражаются формулой «хочу знать», а склонности «хочу делать». Можно интересоваться чем-либо, но не иметь желания этим заниматься (футбол, кино и т.п.). Профессию необходимо выбирать в соответствии со своими интересами и склонностями.

МЕТОДИКА «ПРОГРЕССИВНЫЕ МАТРИЦЫ ДЖ. РАВЕНА»

Матрицы Дж. Равена - одна из наиболее прогностических методик для исследования невербального интеллекта, предложенная Л. Пенроузом и Дж. Равеном в 1936 году. Методика основывается на 2-х теориях: разработанной гештальт-психологией теории перцепции форм и теории неогенеза Ч. Спирмена. В соответствии с теорией перцепции форм каждое задание может быть рассмотрено как определенное целое, состоящее из ряда взаимосвязанных друг с другом элементов. Предполагается, что первоначально происходит глобальное оценивание задания - матрицы, а затем осуществление аналитической перцепции с выделением испытуемым принципа, принятого при разработке серии. На заключительном этапе выделенные элементы включаются в целостный ряд, что и способствует обнаружению недостающей детали изображения. Теория Ч. Спирмена развивает рассмотренные положения теории перцепции форм.

При работе с тестом реализуются следующие психические процессы:

1. *poromost* - внимание, внимательность (внимание отделяется от воспитания и мышления);
2. *percepčia* - восприятие, восприимчивость;
3. *myslenie* - мышление, понятливость.

ПРОЦЕДУРА ТЕСТИРОВАНИЯ

Проведение теста возможно как в индивидуальной, так и в групповой форме.

При групповой и индивидуальной форме работы каждому обследуемому раздается экземпляр тестовой тетради (с одним бланком ответов) для решений, точнее записи решений. Тестовая тетрадь остается закрытой до начала тестирования. Обследуемый прежде всего заполняет следующие данные о себе:

1. дата тестирования;
2. имя, фамилия;
3. возраст, пол;
4. школа, класс или место работы и должность;

После заполнения предлагается отложить карандаши, далее экспериментатор зачитывает **инструкцию**.

«Сейчас Вы увидите ряд графических фигур. Всего их 60. На каждом отдельном рисунке в верхней половине листа находится прямоугольник с различными геометрическими фигурами внутри. В правом нижнем углу прямоугольника имеется свободное место. Под прямоугольником находятся два ряда вкладок (6 или 8), которые по форме и величине точно подходят к вырезу прямоугольника в качестве вероятно выбранных вкладок. Каждая из этих вкладок имеет различный рисунок. Вашей задачей является найти в ряде вкладок ту, которая одна точно подходит к свободному месту. Предпосылкой правильного решения является логическое рассуждение о том, по какому закону составлен рисунок в прямоугольнике, пустое место, которое Вы должны заполнить. Номер верной вкладки Вы должны обвести в кружок в соответствующей графе регистрационного бланка.

Не задерживайтесь на первых заданиях теста, так как сложность их все время увеличивается. Если при раздумье в течение минуты не знаете, что выбрать, запишите в качестве ответа любой наиболее вероятный и наиболее подходящий к правильному номер и переходите к следующему заданию.

В брошюре с рисунками ничего не пишите!»

Ключ ответов к полному варианту матриц Дж. Равена

№ задания	Ответ	№ задания	Ответ	№ задания	Ответ	№ задания	Ответ	№ задания	Ответ
А 1	4	В 1	2	С 1	8	Д 1	3	Е 1	7
А 2	5	В 2	6	С 2	2	Д 2	4	Е 2	6
А 3	1	В 3	1	С 3	3	Д 3	3	Е 3	8
А 4	2	В 4	2	С 4	8	Д 4	7	Е 4	2
А 5	6	В 5	1	С 5	7	Д 5	8	Е 5	1
А 6	3	В 6	3	С 6	4	Д 6	6	Е 6	5
А 7	6	В 7	5	С 7	5	Д 7	5	Е 7	1
А 8	2	В 8	6	С 8	1	Д 8	4	Е 8	6
А 9	1	В 9	4	С 9	7	Д 9	1	Е 9	3
А 10	3	В 10	3	С 10	6	Д 10	2	Е 10	2
А 11	4	В 11	4	С 11	1	Д 11	5	Е 11	4
А 12	5	В 12	5	С 12	2	Д 12	6	Е 12	5

Нормы для учащихся 6,6 – 9,6 лет
(получены на детях Самарской области)

Уровень развития интеллекта	6,6 – 7 лет (640 уч.)	7,1 – 7,6 лет (2245 уч.)	7,7 – 8 лет (1440 уч.)	8,1 – 8,6 лет (615 уч.)	8,7 – 9 лет (536 уч.)	9,1 – 9,6 лет (449 уч.)
1. Особо высокоразвитый интеллект испытуемого, соответствующий возрастной группе	39 и >	40 и >	41 и >	46 и >	47 и >	48 и >
2. Незаурядный интеллект (для данной возрастной группы)	30 – 38	31 – 39	33 – 40	39 – 45	40 – 46	42 – 47
3. Средний интеллект, принадлежащий данной возрастной группе	24 – 29	25 – 30	27 – 32	31 – 38	34 – 39	36 – 41
4. Близкий к среднему интеллекту	18 – 23	19 – 24	19 – 26	23 – 30	27 – 33	29 – 35
5. Ниже среднего интеллект	12 – 17	13 – 18	13 – 18	14 – 22	16 – 26	16 – 28
6. Дефектная интеллектуальная способность	0 – 11	0 – 12	0 – 12	0 – 13	0 – 15	0 – 15

МЕТОДИКА «ТИП МЫШЛЕНИЯ» (МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ ТИПА МЫШЛЕНИЯ В МОДИФИКАЦИИ Г.В.РЕЗАПКИНОЙ)

Шкалы: типы мышления - предметно-действенное, абстрактно-символическое, словесно-логическое, наглядно-образное, креативность (творческое)

НАЗНАЧЕНИЕ ТЕСТА

Диагностика типа мышления респондента.

Инструкция к тесту

У каждого человека преобладает определенный тип мышления. Данный опросник поможет вам определить тип своего мышления. Если вы согласны с высказыванием, в бланке поставьте плюс, если нет – минус.

ТЕСТ

1. Мне легче что-либо сделать самому, чем объяснить другому.
2. Мне интересно было бы составлять компьютерные программы.
3. Я люблю читать книги.
4. Мне нравится живопись, скульптура, архитектура.
5. Даже в отлаженном деле я стараюсь что-то улучшить.
6. Я лучше понимаю, если мне объясняют на предметах или рисунках.
7. Я люблю играть в шахматы.
8. Я легко излагаю свои мысли как в устной, так и в письменной форме.
9. Когда я читаю книгу, я зрительно представляю себе ее героев.
10. Я предпочитаю самостоятельно планировать свою работу.
11. Мне нравится все делать своими руками.
12. В детстве я создавал (а) свой шифр для переписки с друзьями.
13. Я придаю большое значение сказанному слову.
14. Знакомые мелодии часто вызывают у меня воспоминания.
15. Разнообразные увлечения делают жизнь человека богаче и ярче.
16. При решении задачи мне легче идти методом проб и ошибок.
17. Мне интересно разбираться в природе физических явлений.
18. Мне интересна работа ведущего теле-радиопрограмм, журналиста.
19. Мне легко представить предмет или животное, которых нет в природе.
20. Мне больше нравится процесс деятельности, чем сам результат.
21. Мне нравилось в детстве собирать конструктор из деталей.
22. Я предпочитаю точные науки (математику, физику).
23. Меня восхищает точность и глубина некоторых стихотворений.
24. Знакомый запах вызывает в моей памяти прошлые события.
25. Мне трудно подчинять свою жизнь определенной системе.
26. Когда я слышу музыку, мне хочется танцевать.
27. Я понимаю красоту математических формул.
28. Мне легко говорить перед любой аудиторией.
29. Я люблю посещать выставки, спектакли, концерты.
30. Я сомневаюсь даже в том, что для других очевидно.
31. Я люблю заниматься рукоделием, что-то мастерить.
32. Мне интересно было бы расшифровать значения древних символов.
33. Я легко усваиваю грамматические конструкции языка.
34. Я понимаю красоту природы и искусства.
35. Не люблю ходить одним и тем же путем.
36. Мне нравится работа, требующая физической активности.
37. Я легко запоминаю формулы, символы, условные обозначения.

38. Друзья любят слушать, когда я им что-то рассказываю.
 39. Мне легко представить в образах содержание рассказа или фильма.
 40. Я не могу успокоиться, пока не доведу свою работу до совершенства.

ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА

Ключ к тесту

№	Тип мышления	Вопросы							
1	Предметно-действенное	1	6	11	16	21	26	31	36
2	Абстрактно-символическое	2	7	12	17	22	27	32	37
3	Словесно-логическое	3	8	13	18	23	28	33	38
4	Наглядно-образное	4	9	14	19	24	29	34	39
5	Креативность (творческое)	5	10	15	20	25	30	35	40

Обработка результатов теста

Подсчитайте число плюсов в каждой из пяти строк. Каждая строка соответствует определенному типу мышления. Количество баллов в каждой колонке указывает на уровень развития данного типа мышления:

- 0-2 – низкий,
- 3-5 – средний,
- 6-8 – высокий.

Интерпретация результатов теста

1. Предметно-действенное мышление свойственно людям дела. Они усваивают информацию через движения. Обычно они обладают хорошей координацией движений. Их руками создан весь окружающий нас предметный мир. Они водят машины, стоят у станков, собирают компьютеры. Без них невозможно реализовать самую блестящую идею. Этим мышление важно для спортсменов, танцоров, артистов.

2. Абстрактно-символическим мышлением обладают многие ученые – физики-теоретики, математики, экономисты, программисты, аналитики. Они могут усваивать информацию с помощью математических кодов, формул и операций, которые нельзя ни потрогать, ни представить. Благодаря особенностям такого мышления на основе гипотез сделаны многие открытия во всех областях науки.

3. Словесно-логическое мышление отличает людей с ярко выраженным вербальным интеллектом (от лат. *verbalis* – словесный). Благодаря развитому словесно-логическому мышлению ученые, преподаватели, переводчики, писатели, филологи, журналисты могут сформулировать свои мысли и донести их до людей. Это умение необходимо руководителям, политикам и общественным деятелям.

4. Наглядно-образным мышлением обладают люди с художественным складом ума, которые могут представить и то, что было, и то, что будет, и то, чего никогда не было и не будет – художники, поэты, писатели, режиссеры. Архитектор, конструктор, дизайнер, художник, режиссер должны обладать развитым наглядно-образным мышлением.

5. Креативность – это способность мыслить творчески, находить нестандартные решения задачи. Это редкое и ничем не заменимое качество, отличающее людей, талантливых в любой сфере деятельности.

В чистом виде эти типы мышления встречаются редко. Для многих профессий необходимо сочетание разных типов мышления, например, для психолога. Такое мышление называют синтетическим.

Соотнесите свой ведущий тип мышления с выбранным видом деятельности или профилем обучения. Ярко выраженный тип мышления дает некоторые преимущества в освоении соответствующих видов деятельности. Но важнее всего ваши способности и интерес к будущей профессии.

Методика «Эмоциональное отношение к учению» (модификация (А.Д. Андреева))

Ниже приведены утверждения, которые люди используют для того, чтобы рассказать о себе. Прочтите внимательно каждое предложение и обведите кружком одну из цифр, расположенных справа, в зависимости от того, каково ваше обычное состояние на уроках и в школе, как вы обычно чувствуете себя там. Нет правильных или неправильных ответов. Не тратьте много времени на одно предложение, но старайтесь как можно точнее ответить, как вы себя обычно чувствуете.

№		Почти никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
1	Я спокоен	4	3	2	1
2	Мне хочется узнать, понять, докопаться до истины	1	2	3	4
3	Я разъярен	1	2	3	4
4	Я падаю духом, сталкиваясь с трудностями в учебе	4	3	2	1
5	Я напряжен	1	2	3	4
6	Я испытываю любопытство	1	2	3	4
7	Мне хочется стукнуть кулаком по столу	1	2	3	4
8	Я стараюсь получить только хорошие и отличные оценки	1	2	3	4
9	Я раскован	4	3	2	1
10	Мне интересно	1	2	3	4
11	Я рассержен	1	2	3	4
12	Я прилагаю все силы, чтобы добиться успеха в учебе	1	2	3	4
13	Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
14	Мне кажется, что урок никогда не кончится	4	3	2	1
15	Мне хочется на кого-нибудь накричать	1	2	3	4
16	Я стараюсь все делать правильно	1	2	3	4
17	Я чувствую себя неудачником	1	2	3	4
18	Я чувствую себя исследователем	1	2	3	4
19	Мне хочется что-нибудь сломать	1	2	3	4
20	Я чувствую, что не справлюсь с заданиями	4	3	2	1
21	Я взвинчен	1	2	3	4
22	Я энергичен	1	2	3	4
23	Я взбешен	1	2	3	4
24	Я горжусь своими школьными успехами	1	2	3	4
25	Я чувствую себя совершенно свободно	4	3	2	1
26	Я чувствую, что у меня хорошо работает голова	1	2	3	4
27	Я раздражен	1	2	3	4
28	Я решаю самые трудные задачи	1	2	3	4
29	Мне не хватает уверенности	1	2	3	4
30	Мне скучно	4	3	2	1
31	Мне хочется что-нибудь сломать	1	2	3	4
32	Я стараюсь не получить двойку	4	3	2	1
33	Я уравновешен	4	3	2	1

34	Мне нравится думать, решать	1	2	3	4
35	Я чувствую себя обманутым	1	2	3	4
36	Я стремлюсь показать свои способности и ум	1	2	3	4
37	Я боюсь	1	2	3	4
38	Я чувствую уныние и тоску	4	3	2	1
39	Меня многое приводит в ярость	1	2	3	4
40	Я хочу быть среди лучших	1	2	3	4

Предлагаемый метод диагностики мотивации учения и эмоционального отношения к учению основан на опроснике Ч.Д. Спилбергер, направленном на изучение уровней познавательной активности, тревожности и гнева как актуальных состояний и как свойств личности (State-Trait Personality Inventory). Модификация опросника для изучения эмоционального отношения к учению для использования в России осуществлена А.Д. Андреевой (1987). Настоящий вариант дополнен нами шкалой переживания успеха (мотивации достижения), новым вариантом обработки. Апробация и нормирование проведены в 2002-2003 г.г.

Экспериментальный материал

Бланк методики, содержащий все необходимые сведения об испытуемом, инструкцию и задание см. на следующей странице.

Порядок проведения

Методика проводится фронтально – с целым классом или группой учащихся. После раздачи бланков школьникам предлагается прочесть инструкцию, обратить внимание на пример, затем психолог должен ответить на все задаваемые ими вопросы. Следует проверить, как каждый из учащихся выполнил задание, точно ли понял инструкцию, вновь ответить на вопросы. После этого учащиеся работают самостоятельно, и психолог ни на какие вопросы не отвечает. Заполнение шкалы вместе с чтением инструкции – 10-15 мин.

Обработка результатов

Шкалы познавательной активности, тревожности и негативных эмоций, входящие в опросник, состоят из 10 пунктов, расположенных в следующем порядке (см. табл. 1).

Некоторые из пунктов опросника сформулированы таким образом, что оценка «4» отражает высокий уровень познавательной активности, тревожности или гнева (например, «Я сержусь»). Другие (например, «Я спокоен», «Мне скучно») сформулированы таким образом, что высокая оценка выражает отсутствие тревожности или познавательной активности.

Бальные веса для пунктов шкал, в которых высокая оценка выражает наличие высокого уровня эмоции, подсчитывается в соответствии с тем, как они подчеркнуты на бланке:

на бланке подчеркнуто: 1 2 3 4

вес для подсчета: 1 2 3 4

Для пунктов шкал, в которых высокая оценка отражает отсутствие эмоции, веса считаются в обратном порядке:

на бланке подчеркнуто: 1 2 3 4

вес для подсчета: 4 3 2 1

Таковыми «обратными» пунктами являются:

по шкале познавательной активности: 14, 30, 38;

по шкале тревожности: 1, 9, 25, 33;

по шкале гнева подобных пунктов нет;

по шкале мотивации достижения: 4, 20, 32.

Таблица 1

Ключ

Шкала	Пункты, номер
Познавательная активность	2 6 10 14 18 22 26 30 34 38
Мотивация достижения	4 8 12 16 20 24 28 32 36 40
Тревожность	1 5 9 13 17 21 25 29 33 37
Гнев	3 7 11 15 19 23 27 31 35 39

Для получения балла по шкале подсчитывается сумма весов по всем 10 пунктам этой шкалы. Минимальная оценка по каждой шкале – 10 баллов, максимальная – 40 баллов.

Если пропущен 1 пункт из 10, то можно сделать следующее: подсчитать среднюю оценку по тем 9 пунктам, на которые испытуемый ответил, затем умножить это число на 10; общий балл по шкале будет выражаться следующим за этим результатом целым числом.

Например, средний балл по шкале 2,73 умножить на 10 = 27,3, общий балл – 28.

При пропуске двух и более баллов данные испытуемого не учитываются.

Оценка и интерпретация результатов

Подсчитывается суммарный балл опросника по формуле:

ПА + МД + (- Т) + (- Г), где

ПА – балл по шкале познавательной активности;

МД – балл по шкале мотивации достижения;

Т – балл по шкале тревожности;

Г – балл по шкале гнева.

Суммарный балл может находиться в интервале от - 60 до +60.

Выделяются следующие уровни мотивации учения:

I уровень – продуктивная мотивация с выраженным преобладанием познавательной мотивации учения и положительным эмоциональным отношением к нему;

II уровень – продуктивная мотивация, позитивное отношение к учению, соответствие социальному нормативу;

III уровень – средний уровень с несколько сниженной познавательной мотивацией;

IV уровень – сниженная мотивация, переживание «школьной скуки», отрицательное эмоциональное отношение к учению;

V уровень – резко отрицательное отношение к учению.

Распределение баллов по уровням представлены в табл. 2

Таблица 2

Уровень	Суммарный балл
I	45 – 60
II	29 – 44
III	13 – 28
IV	(- 2) – (+12)
V	(- 3) – (- 60)

В качестве дополнительного может использоваться качественный показатель.

В этом случае данные испытуемого по каждой шкале сравниваются с нормативными значениями. Представленное нормирование методик осуществлено на соответствующих половозрастных выборках московских школ, общее количество испытуемых – 500 человек, девушек и юношей примерно поровну. Таким образом, определяется степень выраженности каждого показателя (см. табл. 3).

Таблица 3

Нормативные показатели

Шкала	Уровень	Половозрастные группы, интервал значений					
		10-11 лет		12-14 лет		15-16 лет	
		Дев.	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.	Мал.
Познавательная Активность	Высокий	31-40	28-40	28-40	27-40	29-40	30-40
	Средний	26-31	22-27	21-27	19-26	18-28	21-29
	Низкий	10-25	10-21	10-20	10-18	10-17	10-20
Тревожность	Высокий	27-40	24-40	25-40	26-40	25-40	23-40
	Средний	20-26	17-23	19-24	19-25	17-24	16-22
	Низкий	10-19	10-16	10-18	10-18	10-16	10-15
Гнев	Высокий	21-40	20-40	20-40	23-40	21-40	19-40
	Средний	14-20	13-19	14-19	15-22	14-20	12-18
	Низкий	10-13	10-12	10-13	10-14	10-13	10-11

Анализируется сочетание показателей по всем трем шкалам. Варианты интерпретации на примере наиболее часто встречающихся сочетаний представлены в табл.4.

Таблица 4

Интерпретация данных

Шкала			Интерпретация
<i>Познавательная активность</i>	<i>Тревожность</i>	<i>Гнев</i>	
Высокий	Низкий, средний	Низкий	Продуктивная мотивация и позитивное эмоциональное отношение к учению
Средний	Низкий,	Низкий	Позитивное отношение к учению

	средний		
Низкий	Низкий, средний	Низкий, средний	Переживание «школьной скуки»
Средний	Низкий, средний	Низкий, средний	Диффузное эмоциональное отношение
Средний	Низкий, средний	Высокий	Диффузное эмоциональное отношение при фрустрированности значимых потребностей
Низкий	Низкий, средний	Высокий	Негативное эмоциональное отношение
Низкий	Низкий	Высокий	Резко отрицательное отношение к школе и учению
Высокий	Высокий	Высокий	чрезмерно повышенная эмоциональность на уроке, обусловленная неудовлетворением ведущих социогенных потребностей
Высокий	Высокий	Средний	Повышенная эмоциональность на уроке
Средний, низкий	Высокий	Средний, низкий	Школьная тревожность
Высокий		Высокий	Позитивное отношение при фрустрированности потребностей
Высокий, средний	Высокий	Низкий, средний	Позитивное отношение при повышенной чувствительности к оценочному аспекту обучения*

*данный результат, как и тот, при котором показатели по всем шкалам оказываются низкими, может также свидетельствовать о нежелании отвечать, симуляции результата, а также о несерьезном отношении к работе. Поэтому подобные результаты требуют дополнительного анализа.

**Методика изучения самооценки и притязаний Т.В. Дембо. Рубинштейн
(Модификация А.М. Прихожан).**

Предлагаемая ниже методика представляет собой вариант известной методики Т. Дембо и С.Я. Рубинштейн. Методика может проводиться фронтально и индивидуально. Она предназначена для школьников, начиная с 10 – ти лет.

Оптимальным является использование методики на стадии массового опроса для выявления отдельных школьников и групп, требующих особого внимания со стороны педагогов и психолога, входящих в категорию риска. Данная модификация представлена А.М. Прихожан.

Материал

Бланк методики, содержащий инструкцию и задания. Изображенные 7 вертикальных линий, размером 100 миллиметров представляют собой биполярные шкалы. Верхняя, средняя и нижняя точка каждой линии отмечены черточкой:

- 1) здоровый – больной;
- 2) умный – глупый;
- 3) хороший характер – плохой характер;
- 4) авторитетен у сверстников – презирается сверстниками;
- 5) умелые руки – неумелые руки;
- 6) красивый - некрасивый;
- 7) уверенный в себе – неуверенный.

Процедура проведения

Методика может проводиться как фронтально – с целым классом или группой учащихся, так и индивидуально. При фронтальной работе после общей инструкции и раздачи бланков надо проверить, как каждый из учащихся заполнил первую шкалу бланка, правильность использования значков, точное понимание инструкции, ответить на вопросы. После этого учащиеся работают самостоятельно и экспериментатор ни на какие вопросы не отвечает. Заполнение шкал вместе с чтением инструкции занимает в 5 – 7 классах – 15 – 20 мин., в 8 – 11 классах – 10 – 12 мин.

Во время выполнения задания важно наблюдать и фиксировать особенности поведения школьников.

Инструкция

Каждый человек оценивает свои способности, возможности, характер. Условно эту оценку можно изобразить в виде вертикальной линии, нижняя точка которой указывает на самую низкую оценку, а верхняя – на самую высокую.

Здесь нарисовано 7 таких линий и написано, что каждая из них означает.

Оцени себя по каждому из предложенных здесь качеств, сторон личности черточкой (-), отметь на каждой линии эту самооценку.

После этого представь, каким должно быть это качество, сторона личности, чтобы ты был удовлетворен собой, почувствовал гордость за себя. Отметь это на каждой линии знаком (х).

Обработка результатов

Обработке подлежат результаты на 7-ми шкалах. Однако шкала «Здоровье» рассматривается как тренировочная и в общую оценку не входит. При необходимости данные по ней анализируются отдельно.

Для удобства подсчета оценка переводится в баллы. Как уже отмечалось, размеры каждой шкалы равны 100 мм, в соответствии с этим начисляются баллы (например, 54 мм = 54 балла).

1. По каждой из 6-ти шкал (за исключением шкалы «Здоровье») определяется:

- 1) уровень притязаний в отношении данного качества – по расстоянию в миллиметрах (мм) от нижней точки шкалы до знака «х»;
- 2) величина самооценки – от нижней точки шкалы до знака «-»;
- 3) величина расхождения между уровнем притязаний и самооценкой – разность между величинами, характеризующими уровень притязаний и самооценку, или расстояние от «х» до «-»; в тех случаях, когда уровень притязаний ниже самооценки результат выражается отрицательным числом. Записывается соответствующее значение каждого из трех показателей (уровня притязаний, уровня самооценки и расхождения между ними) в баллах по каждой шкале.

2. Определяется средняя мера каждого из показателей у школьника, ее характеризует медиана каждого из показателей по всем анализируемым шкалам.

3. Определяется степень дифференцированности уровня притязаний и самооценки. Их получают, соединяя на бланке испытуемого все значки «х» (для определения дифференцированности притязаний) и все значки «-» (для определения дифференцированности самооценки). Получаемые профили наглядно демонстрируют различия в оценке школьника разных сторон своей личности, успешности, деятельности.

В тех случаях, когда необходима количественная характеристика дифференцированности (например, при сопоставлении результатов школьника с результатами всего класса) можно использовать разность между максимальным и минимальным значением, однако это не является достаточно точным.

4. Особое внимание обращается на те случаи, когда притязания оказываются ниже самооценки, пропускаются или не полностью заполняются отдельные шкалы, значки ставятся за границами шкалы, используются значки, не предусмотренные инструкцией и т.п.

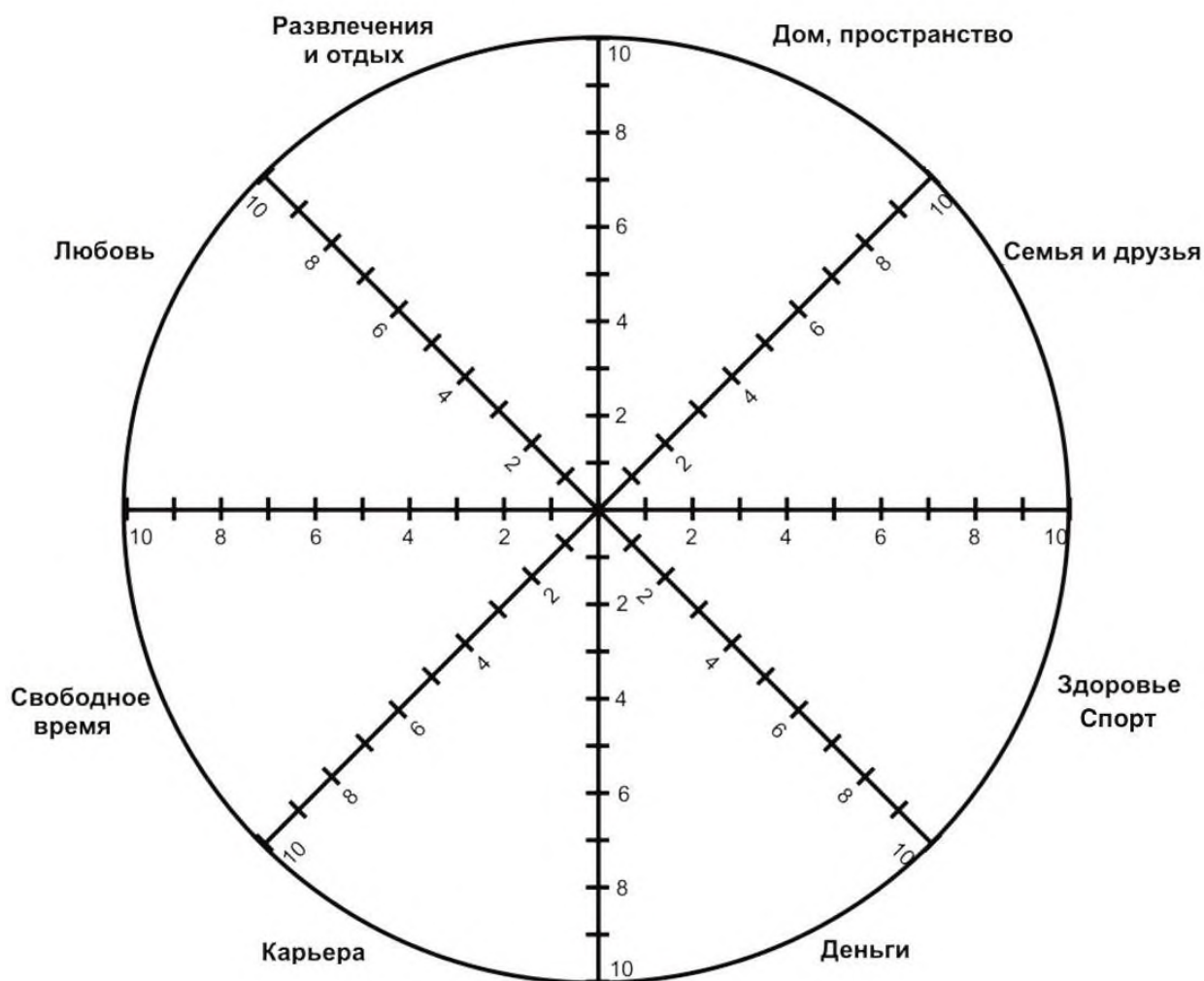
5. Выделяются группы испытуемых, характеризующие благоприятные или неблагоприятные тенденции в развитии личности, в соответствии с вариантами сочетаний показателей самооценки и уровня притязаний. [А.М. Прихожан «Применение методов прямого оценивания в работе школьного психолога»// Научно-методические основы использования в школьной психологической службе конкретных психодиагностических методик М.1988].

Колесо жизненного баланса

Каждый сектор колеса — это сфера жизни, которую вам сейчас предстоит оценить. Вы можете начать с любого сектора.

Оцените вашу удовлетворенность ситуацией в каждой сфере от 0 до 10, где **0** - это полная неудовлетворенность, **10** - это максимальная удовлетворенность ситуацией.

Заштрихуйте каждый сектор в соответствии с его оценкой.



Методика определения типа памяти

1. Методика «Определение типа памяти»

Цель: определение преобладающего типа памяти.

Оборудование: четыре ряда слов, записанных на отдельных карточках; секундомер.

Для запоминания на слух: машина, яблоко, карандаш, весна, лампа, лес, дождь, цветок, кастрюля, попугай.

Для запоминания при зрительном восприятии: самолет, груша, ручка, зима, свеча, поле, молния, орех, сковородка, утка.

Для запоминания при моторно-слуховом восприятии: пароход, слива, линейка, лето, абажур, река, гром, ягода, тарелка, гусь.

Для запоминания при комбинированном восприятии: поезд, вишня, тетрадь, осень, торшер, поляна, гроза, гриб, чашка, курица.

Порядок исследования.

Ученику сообщают, что ему будет прочитан ряд слов, которые он должен постараться запомнить и по команде экспериментатора записать. Читается первый ряд слов. Интервал между словами при чтении - 3 секунды; записывать их ученик должен после 10-секундного перерыва после окончания чтения всего ряда; затем отдых 10 минут.

Предложите ученику про себя прочитать слова второго ряда, которые экспонируются в течении одной минуты, и записать те, которые он сумел запомнить. Отдых 10 минут.

Экспериментатор читает ученику слова третьего ряда, а испытуемый шепотом повторяет каждое из них и "записывает" в воздухе. Затем записывает на листке запомнившиеся слова. Отдых 10 минут.

Экспериментатор показывает ученику слова четвертого ряда, читает их ему. Испытуемый повторяет каждое слово шепотом, "записывает" в воздухе. Затем записывает на листке запомнившиеся слова. Отдых 10 минут.

Обработка и анализ результатов.

О преобладающем типе памяти испытуемого можно сделать вывод, подсчитав коэффициент типа памяти (С). $C = \frac{a}{10}$, где а - 10 количество правильно воспроизведенных слов.

Тип памяти определяется по тому, в каком из рядов было большее воспроизведение слов. Чем ближе коэффициент типа памяти к единице, тем лучше развит у испытуемого данный тип памяти.

Методика 16 ассоциаций

Задайте себе вопрос: «Что меня сейчас волнует больше всего?». Опишите ответ только одним словом.

Запишите слово, которым вы описали вашу проблему/задачу:

Теперь быстро, не раздумывая долго, в левом столбце таблицы запишите **16 ассоциаций**, которые первыми придут Вам в голову – на это слово. Не выбрасывайте «лишние» слова – запишите все, что действительно придет в голову.

1				
2	1			
3		1		
4	2		1	
5				
6	3			
7		2		
8	4			1
9				
10	5			
11		3		
12	6		2	
13				
14	7			
15		4		
16	8			

Теперь для каждой пары слов в первом столбце напишите общую **ассоциацию к паре** во втором. Выполните то же действие со следующими столбцами, пока не получите итоговое слово. Проанализируйте его.

**Отзыв о практической апробации
Программы по профориентации
«Я выбираю профессию»
на базе ГБОУ СОШ № 13 г. Жигулевска**

Педагогом-психологом ГБУ ДПО «РСПЦ» Самарской области, Овникян М.В. на базе ГБОУ СОШ № 13 1 года с 2020 - 2021 год была реализована программа по профориентации «Я выбираю профессию».

В индивидуальной программе приняли участие подростки 9-11 классов в количестве 10 человек, в том числе и ученик с ОВЗ.

Занятия по данной профориентационной программе способствуют формированию у подростков ответственного отношения к выбору профессии, расширяют границы самопознания. Во время работы с психологом ребята получили хорошую информацию о мире профессий.

По данному направлению Мелина Вагановна проводила индивидуальные консультации с учащимися, и родителями. После проведения работы с учащимися и родителями были сформированы рекомендации.

Работа по данной программе очень важна для подростков. Ребята в игровой форме познакомились с профессиями. Они с большим интересом играли в игры, участвовали в дискуссиях, беседах.

Педагог – психолог Овникян Мелина Вагановна хорошо владеет навыками тренинговой работы.

Мелина Вагановна всегда находит контакт с детьми, родителями, работает в тесном сотрудничестве с педагогическим коллективом. После реализации программы.

Таким образом, реализованная педагогом-психологом программа по профориентации «Я выбираю профессию» доказала свою эффективность.

Администрация школы рекомендует педагогу-психологу в дальнейшем использовать в работе программу по профориентации «Я выбираю профессию»

Директор ГБОУ СОШ № 13

К.Ф.Шипилин

Педагог – психолог

М. В.Овникян