|  |  |
| --- | --- |
| Принято  на заседании Педагогического совета  Г(О)БУ ППМСП-центра  Протокол №\_\_\_от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_20\_\_г. | Утверждаю:  директор Г(О)БУ ППМСП-центра  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.В.Стебенева  Приказ №\_\_\_от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_20\_\_г. |

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**по изучению профессиональной направленности обучающихся и их дальнейшей ориентации на будущую профессию**

**«Мы выбираем, нас выбирают»**

Возраст: от 14-17 лет.

Срок реализации программы: 2 месяца



**Составители:***Коробельникова Наталья Николаевна* – педагог-психолог Государственного (областного) бюджетного учреждения Центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи

г. Липецк

**Оглавление**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1.** | **Пояснительная записка (введение)………………………….** | 2 |
| 1.1. | Направленность рабочей Программы………………………….. | 2 |
| 1.2. | Новизна, практическая значимость, актуальность и целесообразность Программы……………………………….... | 3 |
| 1.3. | Научные, методологические, нормативно-правовые и методические основания Программы…………………………. | 3 |
| 1.3.1. | Научно-методологическая основа Программы……………….. | 3 |
| 1.3.2. | Нормативно-правовые основания Программы………………... | 4 |
| 1.3.3. | Методические основания Программы………………………… | 4 |
| 1.4. | Цель и задачи Программы…………………………………….... | 5 |
| 1.5. | Вид, форма, сроки, этапы, принципы реализации Программы............................... | 5 |
| 1.6. | Описание участников, режим занятий, ожидаемые результаты работы по Программе и способы их проверки…... | 6 |
| 1.7. | Условия реализации Программы……………………………….. | 6 |
| 1.7.1. | Требования к психолого-педагогическим условиям………….. | 6 |
| 1.7.2. | Требования к кадровым условиям…………………………....... | 7 |
| 1.7.3. | Требования к материально-техническим условиям…………... | 7 |
| 1.7.4. | Требования к информационно-методическим условиям…….. | 7 |
| 1.7.5. | Требования к финансовым условиям………………………….. | 10 |
| **2.** | **Структура и содержание Программы……………………….** | 10 |
| 2.1. | Структура Программы, коррекционно-развивающих занятий | 10 |
| 2.2. | Перечень и описание программных мероприятий………….... | 11 |
| 2.3. | Учебный план………………………………………………….... | 11 |
| 2.4. | Обоснованные критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении Программы………………………………………………… | 12 |
| 2.5. | Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав участников Программы………………………………………... | 12 |
| 2.6. | Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников Программы (специалистов, детей, родителей, педагогов)………........................... | 12 |
| **3.** | **Итоги реализации Программы……………………………….** | 13 |
| 3.1. | Система организации внутреннего и внешнего контроля за реализацией Программы……………………………………….. | 13 |
| 3.2. | Критерии оценки достижения планируемых результатов…… | 13 |
| 3.3. | Сведения о практической апробации Программы……………. | 14 |
| **4.** | **Глоссарий………………………………………………………..** | 15 |
| **5.** | **Литературный источник ……………………………………………...** | 16 |
| **6.** | **Интернет-ресурсы ………………………………………………………** | 17 |
| **7.** | **Приложения ……………………………………………………..** | 18 |

**I. Пояснительная записка.**

***1.1. Направленность программы:*** социально-педагогическая.

***1.2.Новизна, практическая значимость, актуальность и целесообразность Программы.***

Выбор профессии для современного ученика несколько отличается от выбора профессии 10 – 15 лет назад. Сейчас на вопрос «Кем быть?» практически невозможно ответить один раз. К нему нужно возвращаться в течение всей жизни. Ситуация вокруг нас стремительно меняется, и, чтобы не отстать или не остановиться на месте, нужно постоянно оглядываться, переосмысливать свою деятельность, свое место в происходящем вокруг, т.е. нужно идти в ногу со временем.

Все мы знаем, что зачастую профессия выбирается не только (и не столько) как род занятий, но и как определенный образ, стиль жизни, возможность получить определенный статус в обществе. Престижность тех или иных профессий меняется с течением времени вместе с изменением общественного сознания. Так, пару десятилетий назад большим уважением пользовались специалисты интеллектуального труда или «люди науки», – инженеры-проектировщики, научные сотрудники и т.д. Важно отметить, что престижность профессии не обязательно совпадает с ее востребованностью на рынке труда. Так, профессии, которые уже много лет и до сегодняшнего дня считаются «элитными», – юрист, экономист и др. – далеко не самые востребованные. А специальности, которые на самом деле нужны обществу – рабочие, младший медицинский персонал – успехом у современной молодежи не пользуются. Таким образом, задача педагогов, педагогов-психологов, социальных педагогов и родителей сориентировать подростка в выборе профессии, учитывая все особенности его личности.

Исходя из вышеизложенного, очевидно, что в решении данной проблемы существенную роль играет система организационно-методических и практических мероприятий по профессиональной ориентации, профотбору, профессиональному самоопределению учащихся школы. Таким образом, возникла необходимость в разработке дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы по изучению профессиональной направленности обучающихся и их дальнейшей ориентации на будущую профессию «Мы выбираем, нас выбирают» (далее по тексту – Программа).

Данная Программа позволяет выявить способности, склонности, профессиональный и познавательный интерес подростков в выборе профессии, а также способствует личностному развитию обучающихся, формированию у них способности соотносить свои индивидуально-психологические особенности и возможности с требованиями профессии.

***1.2.1. Новизна, практическая значимость.***

Основу образовательного процесса составляют мультимедийные технологии (интерактивная доска, электронные варианты диагностики).

На занятиях активно применяются новые техники: арт-терапия, релаксация;

Программу можно использовать как индивидуально, так и с группой подростков.

***1.2.2. Актуальность Программы.***

Отрицательные последствия неправильно выбранной профессии затрагивают как самого человека, так и всё общество. По подсчётам учёных правильный выбор профессии в 2–2,5 раза уменьшает текучесть кадров, на 10–15%, увеличивает продолжительность труда и в 1,5–2 раза уменьшается стоимость обучения кадров.

Каждому гражданину нашей страны предоставлено право выбора профессии, рода занятий и работы. Однако это право, как показывает практика, очень трудно реализовать – не хватает знаний о самих профессиях и тех требований, которые они предъявляют к личности работающего и умения оценить собственные способности, выявить свои интересы и склонности. Приобрести эти знания, умения поможет разработанная программа «Мы выбираем, нас выбирают».

Таким образом, актуальность оказания профориентационной помощи подросткам остается и сейчас, несмотря на множество элективных курсов.

***1.2.3. Педагогическая целесообразность Программы.***

Программа разработана с учетом современных образовательных технологий. Любой выбор профессии можно рассматривать как взаимодействие двух сторон: подростка и его индивидуальные способности, которые проявляются в физическом развитии, возможностях, интересах, склонностях, характере, темпераменте и специальности, с теми требованиями, которые она предъявляет человеку. Эффективным для оказания подросткам личностно-ориентированной помощи в выборе профессии является такое введение нового теоретического материала, который бы помог предоставить информацию о мире профессий и развить индивидуальные способности школьника, которые совпадали бы с требованиями профессии. Новизна заключается в использовании интерактивной доски в работе с данными подростками.

**1.3. Нормативно-правовые и методические основания Программы.**

**1.3.1. Нормативно-правовые основания Программы:**

- Конвенция ООН о правах ребенка;

- Федеральный закон «Об образования в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273 – ФЗ;

- Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 N 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

**1.3.2. Методические основания Программы.**

Для реализации Программы использовались следующие методы:

*Метод тестов* – метод, позволяющий получить качественную и количественную информацию о психических процессах,  состояниях и свойствах  личности.

*Метод опроса -* представляет собой метод, при использовании которого человек отвечает на ряд задаваемых ему вопросов.

*Метод внешнего наблюдения -* это способ сбора данных о психологии и поведении человека путем прямого наблюдения за ним со стороны.

*Метод психолого-педагогического консультирования -* разновидность психологического консультирования, связанная с решением вопросов обучения и воспитания детей.

*Метод психологической коррекции* - это деятельность, направленная на исправление особенностей психологического развития, не соответствующих оптимальной модели, с помощью специальных средств психологического воздействия; а также - деятельность, направленная на формирование у ребенка нужных психологических качеств для повышения его [социализации](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%B7%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F) и [адаптации](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F_(%D0%B1%D0%B8%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F)) к изменяющимся жизненным условиям.

*Психологическое информирование* - метод, применяющийся с целью повышения психологической грамотности ребенка в области обсуждаемых проблем. Этот метод, по сути, является беседой в процессе индивидуальных занятий. Предлагаемые разъяснения должны быть простыми по форме и содержанию.

*Метод релаксации* - это специальный метод, направленный на снятие нервного и мышечного напряжения при помощи определенной техники.

*Метод арт-терапии* - метод, основанный на невербальном выражении чувств. Это обеспечивает более свободное раскрытие ребенком своего внутреннего мира и высокий уровень психологической защищенности, комфорта в процессе занятий.

Разнообразие способов самовыражения, положительные эмоции, возникающие в процессе арт-терапии, снижают агрессивность, повышают самооценку («Я не хуже других»), адаптивные способности ребенка к повседневной жизни. Метод позволяет работать с чувствами: исследовать и выражать их на символическом уровне.

**2. Цель и задачи Программы.**

*Цель Программы:* создание и активизация интереса подростков к осознанному и самостоятельному выбору профессии.

*Задачи (обучающие, развивающие, воспитывающие):*

1.Ознакомление старшеклассников с классификацией профессий, перечнем трудовых действий и качеств личности, как основами выбора профессии.

2.Исследование через самодиагностику свойств личности обучающегося: способности, интересы и склонности, характер, темперамент, тип интеллекта.

3.Развитие познавательной потребности в знаниях, готовности к профессиональному самоопределению.

4. Выработка умения адекватно понять себя, всесторонне и объективно оценить личные запросы и подробности в выборе профессии.

5.Определение «формулы» будущей профессии.

**3. Планируемые результаты.**

В ходе проведенных занятий у подростков:

-разовьются познавательные потребности в знаниях, готовности к профессиональному самоопределению;

- выработаются умения адекватно понять себя, всесторонне и объективно оценить личные запросы и подробности в выборе профессии;

- определится «формула» будущей профессии.

**4. Вид и формы реализации Программы.**

*Вид Программы:* коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа.

*Форма реализации:* индивидуальная работа.

Педагогом-психологом осуществляется сопровождение подростка на всем протяжении и после окончания занятий.

*Задачи и содержание занятий:*

- активизацию познавательной деятельности ребенка;

- формирование умений самостоятельно осмысливать и усваивать мате-риал;

- развитие творческого воображения посредством изобразительной дея-тельности в ходе занятий.

- обратную связь по результатам диагностики, практической дея-тельности;

- тренировку практических умений и навыков.

*Участниками* Программы являются подростки 14-17 лет.

Занятия проводятся 1 раз в неделю на базе Государственного (областного) бюджетного учреждения Центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (далее по тексту – Центр).

*Каждое занятие также имеет свою структуру.*

Занятие содержит цель, используемые материалы и оборудование включает в себя:

- ритуал приветствия;

- упражнение на выявление настроения;

- упражнение на выявление информации по теме занятия;

- презентация по теме занятия;

- упражнение на проработку полученной информации по теме занятия;

- упражнение на снятие мышечного напряжения;

- упражнение на выявление настроения;

- обратная связь;

- ритуал прощания.

**5. Учебный план.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№ занятия* | *Тема* | *Кол-во ак.часов* | *Форма промежу-точной аттестации* |
|  | **Блок 1. Диагностический** | **1** |  |
| 1 | Знакомство и диагностика | 1 |  |
|  | **Блок 2. Формирующий** | **8** |  |
| 2 | Мир профессий | 1 |  |
| 3 | Темперамент и профессия | 1 |  |
| 4 | Профессии типа «Человек – Человек» | 1 |  |
| 5 | Профессии типа «Человек – Природа» | 1 |  |
| 6 | Профессии типа «Человек – Знаковая система» | 1 |  |
| 7 | Профессии типа «Человек – Техника» | 1 |  |
| 8 | Профессии типа «Человек – Художественный образ» | 1 |  |
| 9 | Диагностика | 1 | Итоговая диагностика |
|  | **Итого** | **9** |  |

**6. Календарный учебный график (срок освоения – 2 месяца).**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Дата начала обучения по программе* | *Дата завершения обучения по программе* | *Кол-во учебных недель* | *Всего занятий* | *Кол-во часов* | *Режим проведения занятий* |
| 08.10.18г. | 07.12.18г. | 9 недель | 9 | 9 | 1 раз в неделю по 1 часу |

***Сроки промежуточной аттестации –*** на последнем занятии по изучаемому курсу.

**7.Формы промежуточной аттестации** – итоговая диагностика в форме тестирования и анкетирования.

**8. Организационно - педагогические условия.**

Требования к условиям реализации Программы включают в себя:

***8.1 Педагогические условия.***

Для успешной реализации Программы в Центре обеспечены следующие психолого–педагогические условия, которые гарантируют охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, обеспечивают их эмоциональное благополучие:

- уважительное отношение к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

- использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям;

- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия педагогов с детьми, ориентированного на интересы и возможности ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

- поддержка педагогами-психологами положительного, доброжелатель-ного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности в ходе групповых занятий;

- поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;

- возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;

- защита детей от всех форм физического и психического насилия;

- поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении здоровья, вовлечение семей в непосредственно образовательную деятельность.

***8.2. Кадровые условия.***

Программу реализует педагог-психолог, имеющий высшее профессиональное образование в области психологии.

В ходе занятий педагог-психолог взаимодействует с родителями (законными представителями) ребенка, систематически обменивается информацией с целью отслеживания происходящих изменений.

***8.3. Материально-технические условия.***

В Центре созданы условия для самостоятельного, активного и целенаправленного действия детей во всех видах деятельности: игровой, двигательной, изобразительной, конструктивной, познавательной и т.д. Имеются разнообразные материалы для развивающих игр и занятий. Организация и расположение предметов развивающей среды отвечает возрастным особенностям и потребностям детей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечают требованиям техники безопасности, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей.

***8.4. Информационно-методические условия.***

***Методическая литература:***

Афанасьева Н.В.  Профориентационный тренинг для старшеклассников «Твой выбор» Санкт – Петербург 2007г.

Бендюков М.А., Соломин И.Л. Ступени карьеры: азбука профориентации. - Спб.: Речь, 2006. - 240 с.

Врублевская М.М., Зыкова О.В. Профориентационная работа в школе: Методические рекомендации. - Магнитогорск: МаГУ, 2004. - 80 с.

Игры – обучение, тренинг, досуг… (под ред. В.В. Петрусинского). – М.: Новая школа 1994. – 368 с.

Климов Е.А. Как выбрать профессию. – М.: Просвещение, 1984г.

Обозова И.С. Возрастная психология: юность и зрелость. ЛНПП «Облик», 2002. 113 с.

Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю. Игры и методики для профессионального самоопределения старшеклассников.

Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. - М.: Издательство «Институт практической психологии». Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. – 256 с.

Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. М., 2005.

***Дидактический материал,***используемый педагогом-психологом на занятиях соответствует следующим принципам:

- принцип доступности;

- принцип самостоятельной деятельности;

- принцип индивидуальной направленности;

- принципы наглядности и моделирования;

- принцип прочности;

- принцип познавательной мотивации;

- принцип проблемности.

*Виды дидактического материала приводятся в описании каждого занятия и упражнения*. Дидактический материал включает в себя:

- задания, направленные на формирование умений сравнивать, анали-зировать, обобщать, доказывать и отстаивать свою точку зрения;

- задания с проблемными вопросами;

- задания на развитие воображения и творчества;

- задания на развитие межполушарного взаимодействия;

- упражнения на снятие эмоционального напряжения.

*Перечень учебных и методических материалов,* необходимых для реализации Программы описан в каждом занятии и для каждого упражнения отдельно.

***Описание используемых методик, технологий.***

Работа педагога-психолога строится с учетом возрастных, индивидуальных особенностей детей, этапа коррекционной работы с каждым ребенком, а также его личных образовательных достижений.

Для реализации Программы мы использовали различные современные психолого-педагогические *технологии:*

- информационные, через применение которых формируются знания, умения и навыки;

- операционные - обеспечивают формирование способов умственных действий;

- саморазвития - направлены на формирование самоуправляющих механизмов личности;

- эвристические - способствуют развитию творческих способностей личности;

- прикладные - развивают действенно-практическую сферу личности;

- игровые - формируют у ребенка исследовательское и творческое отношение к действительности;

- здоровьесберегающие - направлены на сохранение и укрепление физического, психологического, социального, нравственного и духовного здоровья.

Используемый в Программе *психологический инструментарий* адекватен решению поставленных нами задач, а его использование учитывает границы применимости.

Педагог-психолог, работающий по Программе, знает границы достоверности, валидизации, стандартизации и другие особенности применения инструментария и не допускают неквалифицированного использования. Особое внимание обращают на ограничения в применении инструментария и интерпретации полученных с его помощью данных.

При интерпретации данных, в том числе и при автоматизированных интерпретациях, педагог-психолог старается учитывать факторы, зависящие как от данного инструментария, так и от конкретного испытуемого, что может повлиять на достоверность интерпретаций. Отмечает любые значимые факторы, которые влияют на достоверность или ограничения интерпретаций.

Педагог-психолог обеспечивает сохранность, целостность и безопасность психологического инструментария в соответствии с законом, должностными обязанностями.

*Описание используемых методик.*

В ходе реализации Программы для диагностического этапа мы использовали следующие анкеты, опросники, диагностические методики:

1. «Дифференциально-диагностический опросник (ДДО)» Е.А.Климова.

2. Опросник профессиональных предпочтений Дж. Голланда.

3. Опросник Айзенка «Определение типа темперамента».

4. Метод опроса.

5. Метод внешнего наблюдения.

***8.5. Финансовые условия.***

Финансовые условия реализации Программы отражают структуру и объём расходов, необходимых для реализации Программы, а также механизм их формирования.

Объём финансового обеспечения реализации Программы достаточен для осуществления расходов:

● на оплату труда работников, реализующих Программу;

● на средства обучения, соответствующие материалы, в том числе расходные, игровые, оздоровительное оборудование, инвентарь, оплату услуг связи, в том числе расходов, связанных с подключением к информационной сети Интернет;

● связанных с повышением квалификацией педагогических работников по профилю их деятельности.

**9. Оценочный материал**

Проведение промежуточной аттестации по Программе в форме диагностики в виде тестирования.

*Педагог оценивает:*

- готовность к профессиональному самоопределению;

- знания, представления о мире профессий;

- умение самостоятельно осуществлять выбор;

- снижение уровня тревожности, психологического и  эмоционального напряжения обучающихся.

*Оценочный материал.*

**«Дифференциально-диагностический опросник (ДДО)» Е.А.Климова.**

*Цель:* предназначена для отбора на различные типы профессий в соответствии с классификацией профессий Е.А.Климова.

*Содержание методики:* испытуемому предлагается из каждой пары представленных видов деятельности выбрать только один и в соответствующей клетке бланка ответов отметить выбранный вариант, поставив знак «+». Бланк ответов сделан так, чтобы можно было подсчитать число знаков «+» в каждом из 5-ти столбцов. Каждый из 5-ти столбцов соответствует определенному типу профессии. Испытуемому рекомендуется выбрать тот тип профессий, который получил максимальное число знаков «+».

Название типов профессий по столбцам:

**I. «Человек-природа»** – все профессии, связанные с растениеводством, животноводством и лесным хозяйством.

**II. «Человек-техника»** – все технические профессии.

**III. «Человек-человек»** – все профессии, связанные с обслуживанием людей, с общением.

**IV. «Человек-знак»** – все профессии, связанные с обсчетами, цифровыми и буквенными знаками, в том числе и музыкальные специальности.

**V. «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.

ДДО можно использовать в процессе профессиональной ориентации подростков.

*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?

|  |  |
| --- | --- |
| 1а. Ухаживать за животными. | 1б. Обслуживать машины приборы (следить, регулировать). |
| 2а. Помогать больным. | 2б. Составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин. |
| За. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток. | 3б. Следить за состоянием и развитием растений. |
| 4а, Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т.п.). | 4б. Доводить товары до потребителя, рекламировать, продавать. |
| 5а. Обсуждать научно-популярные книги, статьи | 5б. Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты). |
| 6а. Выращивать   молодняк (животных какой-либо породы). | 6б. Тренировать товарищей(или младших) в выполнении каких-либо действий(трудовых, учебных, спортивных). |
| 7а. Копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты). | 7б. Управлять каким-либо грузовым средством - подъемным краном, трактором, тепловозом и др. |
| 8а. Сообщать, разъяснять людям нужные сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т.д.). | 8б. Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов). |
| 9а. Ремонтировать вещи, изделия  (одежду,  технику), жилище. | 9б.  Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках. |
| 10а. Лечить животных | 10б. Выполнять расчеты и вычисления. |
| 11а. Выводить новые сорта растений. | 11б. Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, дома, одежду, продукты питания и т.п.). |
| 12а. Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать разъяснять, наказывать, поощрять. | 12б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок). |
| 13а. Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности. | 13б.  Наблюдать,  изучать жизнь микробов. |
| 14а. Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты. | 14б. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.п. |
| 15а. Составлять точные описания-отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др. | 15б. Художественно описывать, изображать, события (наблюдаемые и представляемые). |
| 16а. Делать лабораторные анализы в больнице. | 16б. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение. |
| 17а. Красить и расписывать стены помещений, поверхность изделий. | 17б. Осуществлять монтаж или сборку машин, приборов. |
| 18а. Организовывать культпоходы сверстников или младших в театры, музеи, на экскурсии, в туристические походы и т.п. | 18б. Играть на сцене, принимать участие в концертах. |
| 19а. Изготовлять по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания. | 19б. Заниматься черчением, копировать чертежи, карты. |
| 20а. Вести борьбу с болезнями растений. | 20б. Работать на клавишных машинах и др. |

**Бланк ответов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Типы профессий | | | | |
| «Ч – П» | «Ч – Т» | «Ч – Ч» | «Ч – З» | «Ч – Х.О.» |
| 1а | 16 | 2а | 26 | За |
| 36 | 4а | 46 | 5а | 56 |
| 6а |  | 66 |  | 7а |
|  | 76 | 8а |  | 86 |
|  | 9а |  | 96 |  |
| 10а |  |  | 106 |  |
| 11а | 116 | 12а | 126 | 13а |
| 136 | 14а | 146 | 15а | 156 |
| 1ба |  | 166 |  | 17а |
|  | 176 | 18а |  | 186 |
|  | 19а |  | 196 |  |
| 20а |  |  | 206 |  |

Первая строка бланка ответов заполняется после окончания работы с опросником.

После заполнения бланка ответов подсчитываются итоговые числовые значения по пяти группам профессий. Колонки, набравшие наибольшее количество баллов будут соответствовать тем группам профессий, которые более подходят для конкретного человека, а набравшие меньшее количество - которые не подходят.

**Опросник профессиональных предпочтений Дж. Голланда.**

*Цель:* исследование профессиональных интересов и предпочтений человека.

*Методика проведения:*опросник профессиональных предпочтений можно проводить как индивидуально, так и в группе. Величина группы не ограничена. Обследуемым раздаются тестовые тетради и бланки ответов.

*Инструкция:* данный опросник профессиональных предпочтений - разработан для исследования профессиональных интересов и предпочтений человека. Он поможет Вам соотнести Ваши склонности, способности и интересы с различными конкретными профессиями, более точно определить круг ваших запросов в профессиональной сфере и окажет содействие при планировании Вашей профессиональной карьеры.

Если Вы уже размышляли о выборе профессии или ее смене, то данный тест может помочь Вам обосновать свои решения, а также подсказать другие возможные варианты разрешения этих вопросов. При заполнении опросника не следует торопиться. Вы получите гораздо более ощутимый результат, если будете вдумчиво работать с данной методикой. Из каждой пары профессий нужно указать одну, предпочитаемую. Всего 42 выбора.

*Примечание.* По ходу работы над содержанием теста даются разъяснения, которые связаны с особенностями той или иной [профессиональной деятельности](http://pandia.ru/text/category/professionalmznaya_deyatelmznostmz/).

**Тест**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | а | б |
| 1 | инженер-техник | инженер-контролер |
| 2 | вязальщик | санитарный врач |
| 3 | повар | наборщик |
| 4 | фотограф | зав. магазином |
| 5 | чертежник | дизайнер |
| 6 | философ | психиатр |
| 7 | ученый-химик | бухгалтер |
| 8 | редактор научного журнала | адвокат |
| 9 | лингвист | переводчик художественной литературы |
| 10 | педиатр | статистик |
| 11 | организатор воспитательной работы | председатель профсоюза |
| 12 | спортивный врач | фельетонист |
| 13 | нотариус | снабженец |
| 14 | перфоратор | карикатурист |
| 15 | политический деятель | писатель |
| 16 | садовник | метеоролог |
| 17 | водитель | медсестра |
| 18 | инженер-электрик | секретарь-машинистка |
| 19 | маляр | художник по металлу |
| 20 | биолог | главный врач |
| 21 | телеоператор | режиссер |
| 22 | гидролог | ревизор |
| 23 | зоолог | зоотехник |
| 24 | математик | архитектор |
| 25 | работник ИДН | счетовод |
| 26 | учитель | милиционер |
| 27 | воспитатель | художник по керамике |
| 28 | экономист | заведующий отделом |
| 29 | корректор | критик |
| 30 | завхоз | директор |
| 31 | радиоинженер | специалист по ядерной физике |
| 32 | водопроводчик | наборщик |
| 33 | агроном | председатель сельхозкооператива |
| 34 | закройщик-модельер | декоратор |
| 35 | археолог | эксперт |
| 36 | работник музея | консультант |
| 37 | ученый | актер |
| 38 | логопед | стенографист |
| 39 | врач | дипломат |
| 40 | главный бухгалтер | директор |
| 41 | поэт | психолог |
| 42 | архивариус | скульптор |

**Ключ к тесту**

Реалистический тип: 1а, 2а, 3а, 4а, 5а, 16а, 17а, 18а, 19а, 21а, 31а, 32а, 33а, 34а.

Интеллектуальный тип: 1б, 6а, 7а, 8а, 9а, 16б, 20а, 22а, 23а, 24а, 31б, 35а, 36а, 37а.

Социальный тип: 2б, 6б, 10а, 11а, 12а, 17б, 29б, 25а, 26а, 27а, 36б, 38а, 39а, 41б.

Конвенциальный тип: 3б, 7б, 10б, 13а, 14а, 18б, 22б, 25б, 28а, 29а, 32б, 38б, 40а, 42а.

Предприимчивый тип: 4б, 8б, 11б, 13б, 15а, 23б, 28б, 30а, 33б, 35б, 37б, 39б, 40б.

Артистический тип: 5б, 9б, 12б, 14б, 15б, 19б, 21б, 24а, 27б, 29б, 30б, 34б, 41а, 42б.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I** | **II** | **III** | **IV** | **V** | **VI** |
| 1а  2а  3а  4а  5а  16а  17а  19а  21а  28а  31а  32а  33а  34а | 1в  6а  7а  8а  9а  16в  20а  22а  23а  24а  31в  35а  36а  37а | 2в  6в  10а  11а  12а  17в  20в  25а  26а  27а  36в  38а  39а  41в | 3в  7в  10в  13а  14а  18а  19в  22в  29а  32в  35в  38в  40а  42а | 4в  8в  11в  13в  15а  18в  23в  25в  26в  28в  30а  33в  39в  40в | 5в  9в  12в  14в  15в  21в  24в  27в  29в  30в  34в  37в  41а  42в |
| Итого: | Итого: | Итого: | Итого: | Итого: | Итого: |

**Интерпретация**

Изучая индивидуальные особенности людей, психолог Голланд разработал методику для определения социальной направленности личности (социального характерологического типа), выделив шесть типов:

- Реалистический тип (Р)

- Интеллектуальный тип (И)

- Социальный тип (С)

- Конвенциальный тип (К)

- Предприимчивый тип (П)

- Артистический тип (А)

Каждый тип личности характеризуется некоторыми особенностями:

- определенными чертами характера и складом ума;

- способностями к определенным видам деятельности;

- предпочтениями определенного рода занятий;

- содержанием увлечений;

- профессиональными возможностями.

Каждому типу личности соответствует определенный тип профессий. В том случае, если человек выбирает профессию соответствующую типу его личности, то он может достичь в ней наибольших успехов и получить наибольшее удовлетворение от работы.

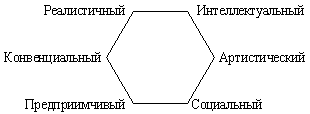
Ниже, в таблице приведены описания каждого из шести типов личности. Однако сделать однозначный вывод о принадлежности к одному определенному типу личности можно только, в том случае, если оценка по этому типу на несколько баллов выше, чем оценки по другим типам.

Таблица

**Типы профессиональной направленности личности**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Типы | Психологические характеристики, особенности личности, способности | Ориентация, направленность, предпочтения | Профессиональная среда | Конкретные профессии |
| Р | Активность, агрессивность, деловитость, настойчивость, рациональность, практическое мышление, развитые двигательные навыки, пространственное воображение, технические способности | Конкретный результат, настоящее, вещи, предметы и их практическое использование, занятия, требующие физического развития, ловкости, отсутствие ориентации на общение | Техника, сельское хозяйство, военное дело. Решение конкретных задач, требующих подвижности, двигательных умений, физической силы. Социальные навыки нужны в минимальной мере и связаны с приемом – передачей ограниченной информации. | механик, электрик, инженер, фермер, зоотехник, агроном, садовод, автослесарь, шофер и т.д. |
| И | Аналитический ум, независимость и оригинальность суждений, гармоничное развитие языковых и математических способностей, критичность, любознательность, склонность к фантазии, интенсивная внутренняя жизнь, низкая физическая активность | Идеи, теоретические ценности, умственный труд, решение интеллектуальных творческих задач, требующих абстрактного мышления, отсутствие ориентации на общение в деятельности, информационный характер общения | Наука. Решение задач, требующих абстрактного мышления и творческих способностей. Межличностные отношения играют незначительную роль, хотя необходимо уметь передавать и воспринимать сложные идеи | физик, астроном, ботаник, программист и др. |
| С | Умение общаться, гуманность, способность к сопереживанию, активность, зависимость от окружающих и общественного мнения, приспособление, решение проблем с опорой на эмоции и чувства, преобладание языковых способностей | Люди, общение, установление контактов с окружающими, стремление учить, воспитывать, избегание интеллектуальных проблем | Образование, здравоохранение, социальное обеспечение, обслуживание, спорт. Ситуации и проблемы, связанные с умением разбираться в поведении людей, требующие постоянного личного общения, умения убеждать. | врач, педагог, психолог и т.п. |
| К | Способности к переработке числовой информации, стереотипный подход к проблемам, консервативный характер, подчиняемость, зависимость, следование обычаям, конформность, исполнительность, преобладание математических способностей | Порядок, четко расписанная деятельность, работа по инструкции, заданным алгоритмам, избегание неопределенных ситуаций, социальной активности и физического напряжения, принятие позиции руководства | Экономика, связь, расчеты, бухгалтерия, делопроизводство. Деятельность, требующая способностей к обработке рутинной информации и числовых данных | бухгалтер, финансист, экономист, канцелярский служащий и др. |
| П | Энергия, импульсивность, энтузиазм, предприимчивость, агрессивность, готовность к риску, оптимизм, уверенность в себе, преобладание языковых способностей, развитые организаторские способности | Лидерство, признание, руководство, власть, личный статус, избегание занятий, требующих усидчивости, большого труда, двигательных навыков и концентрации внимания, интерес к экономике и политике | Решение неясных задач, общение с представителями различных типов в разнообразных ситуациях, требующих умения разбираться в мотивах поведения других людей и красноречия | бизнесмен, маркетолог, менеджер, директор, заведующий, журналист, репортер, дипломат, юрист, политик и т.д. |
| А | Воображение и интуиция, эмоционально сложный взгляд на жизнь, независимость, гибкость и оригинальность мышления, развитые двигательные способности и восприятие | Эмоции и чувства, самовыражение, творческие занятия, избегание деятельности, требующей физической силы, регламентированного рабочего времени, следования правилам и традициям | Изобразительное искусство, музыка, литература. Решение проблем, требующих художественного вкуса и воображения | музыкант, художник, фотограф, актер, режиссер, дизайнер и т.д. |

Более точный вывод о профессиональной направленности личности можно сделать, учитывая не максимальную оценку по одному из типов, а определив три типа, имеющие наибольшие оценки. Дело в том, что в соответствии с теорией Дж.Голланда шесть типов личности сгруппированы друг с другом по степени сходства в форме шестиугольника (см. рис.) Каждый тип наиболее сходен со своими соседями по шестиугольнику и наиболее отличается от противоположного в шестиугольнике типа личности.



Например, социальный тип наиболее похож на предприимчивый и артистический, смежные с ним, и наиболее отличается от реалистического, находящегося по другую сторону шестиугольника.

В том случае, если три типа, получившие наибольшие оценки, являются смежными, то есть находятся с одной стороны шестиугольника, то ваш профессиональный выбор наиболее обоснован и последователен. При этом вы можете отдать предпочтение не только типу, имеющему максимальную оценку, но также тому типу, который находится посередине между двумя остальными.

Если же три наиболее предпочитаемых типа находятся по разные стороны шестиугольника, то сделать выбор гораздо сложнее. В этом случае будет разумным привлечь для своего решения другие основания, например другие тесты, книги или консультации.

Типы профессиональной направленности личности, определяемые по методике Голланда, в некоторой мере соответствуют классификации профессий по предмету труда. Так, «реалистичный» тип личности в наибольшей степени соответствует профессиям типа «человек-техника» и «человек – природа» и характеризует направленность на рабочие и инженерно-технические специальности и должности. «Интеллектуальный» тип личности в большей степени связан со сферой общественных и естественных наук, то есть с профессиями типа «человек – человек» и «человек – природа». «Социальный» тип определяет склонность к профессиям в сфере обслуживания, образования и медицины типа «человек – человек». «Конвенциальный» тип характеризует склонность к информационным профессиям типа «человек – знаковая система». «Предприимчивый тип однозначно не связан с каким-либо одним предметом труда, может проявляться в любом из них, хотя ориентация на управленческие профессии и должности более тесто связывает представителей этого типа с профессиями типа «человек- человек». Наконец, «артистический» тип личности без проблем можно отнести к профессиям типа «человек – художественный образ».

**Опросник Айзенка «Определение типа темперамента»**

*Цель*: определение типа темперамента с учетом интроверсии и экстраверсии личности, а так же эмоциональной устойчивости. С помощью методики Айзенка определяют экстраверсию (направленность личности на внешний мир) и нейротизм (результат неуравновешенности процессов возбуждения и торможения) – свойства, лежащие в основе темперамента.

В опроснике Айзенка 57 вопросов. На них необходимо ответить «д» или «нет».

Полученные результаты сопоставляют с ключом, в котором есть три шкалы: экстраверсия – интроверсия; нейротизм, шкала лжи. Принадлежность к типу темперамента выявляется при помощи системы координат, на которой отмечаются результаты по шкале «нейротизм» и шкале «экстраверсия».

Данная методика рассчитана на контингент испытуемых в возрасте от 12 до 17 лет. Соответственно может использоваться: при выявлении особенностей личности [подростка](http://www.vashpsixolog.ru/index.php/teenager/3-psychological-characteristics-of-age/69-adolescence), формировании классных коллективов, в профессиональном отборе молодежи на различные [типы профессий](http://www.vashpsixolog.ru/index.php/psychodiagnostic-school-psychologist/122-tests-guidance/713-differential-diagnostic-questionnaire-e-klimova) (в частности на профессии типа «человек - человек»), в педагогической практике в целях коррекции взаимоотношений в системах: «ученик - учитель», «ученик - класс».

*Инструкции:* Вам предлагается ряд вопросов об особенностях Вашего поведения. Если Вы отвечаете на вопрос утвердительно («согласен»), то поставьте знак «+», если отрицательно, то знак «–». Отвечайте на вопросы быстро, не раздумывая, так как важна первая реакция».

## **Текст опросника**

1. Любишь ли ты шум и суету вокруг себя?  
2. Часто ли ты нуждаешься в друзьях, которые могли бы тебя поддержать или утешить?  
3. Ты всегда находишь быстрый ответ, когда тебя о чем-нибудь спрашивают, если это не на уроке?  
4. Бывает ли так, что ты раздражен чем-нибудь, сердит, злишься?  
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 подшутить 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 веселый, живой человек?  
12. Ты когда-нибудь нарушал правила поведения в школе?  
13. Верно ли, что многое раздражает тебя?  
14. Нравится ли тебе такая работа, где надо делать все быстро?  
15. Ты переживаешь из–за всяких страшных событий, которые чуть было не произошли, хотя все кончилось хорошо?  
16. Тебе можно доверить любую тайну?  
17. Можешь ли ты без особого труда внести оживление в скучную компанию сверстников?  
18. Бывает ли так, что у тебя без всякой причины (физической нагрузки) сильно бьется сердце?  
19. Делаешь ли ты обычно первый шаг для того, чтобы подружиться с кем-нибудь?  
20. Ты когда-нибудь говорил неправду?  
21. Ты легко расстраиваешься, когда критикуют тебя и твою работу?  
22. Ты часто шутишь и рассказываешь смешные истории своим друзьям?  
23. Ты часто чувствуешь себя усталым без всякой причины?  
24. Ты всегда сначала делаешь уроки, а все остальное потом?  
25. Ты обычно весел и всем доволен?  
26. Обидчив ли ты?  
27. Любишь ли ты разговаривать и играть 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 очень надоело?  
32. Любишь ли ты иногда похвастаться?  
33. Ты чаще всего сидишь и молчишь, когда попадаешь в общество незнакомых людей?  
34. Волнуешься ли ты иногда так, что не можешь усидеть на месте?  
35. Ты обычно быстро принимаешь решения?  
36. Ты никогда не шумишь в классе, даже когда нет учителя?  
37. Тебе часто снятся страшные сны?  
38. Можешь ли ты забыть обо всем 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 задерживаясь особенно на обдумывание?  
42. Если оказываешься в глупом положении, то потом долго переживаешь?  
43. Тебе очень нравятся шумные и веселые игры?  
44. Ты всегда ешь то, что тебе подают?  
45. Тебе трудно ответить «нет», когда тебя о чем-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 веселым 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 обычно уверен, что сможешь справиться с делом, которое должен выполнить?  
54. Бывает ли, что ты чувствуешь себя одиноким?  
55. Ты стесняешься заговорить первым с незнакомыми 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 веселым или печальным без всякой причины?  
59. Ты считаешь, что трудно получить настоящее удовольствие от оживленной компании сверстников?  
60. Тебе часто приходится волноваться из–за того, что ты сделал что-нибудь не подумав?

Ключ

1. Экстраверсия — интроверсия:  
«да» («+») 1, 3, 9, 11, 14, 17, 19, 22, 25, 27, 30, 35, 38, 41, 43, 46, 49, 53, 57.  
«нет» («–») 6, 33, 51, 55, 59.

2. Нейротизм:  
«да» («+») 2, 5, 7, 10, 13, 15, 17, 18, 21, 23, 26, 29, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 50, 51, 52, 56, 58, 60.

3. Показатель лжи:  
«да» («+») 8, 16, 24, 28, 44.  
«нет» («–») 4, 12, 20, 32, 36, 40, 48.

**Система координат выглядит следующим образом:**

Нейротизм  
18  
Меланхолик 16       Холерик  
14  
Интроверт             12            Экстраверт  
2   4   6   8   10   12   14  16   18   20   22  
8  
Флегматик           6           Сангвиник  
4  
2  
0  
Эмоциональная устойчивость

Интерпретация результатов

1. **Оценочная таблица для шкалы «Экстраверсия-интроверсия»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Интроверсия | | Экстраверсия | |
| значительная | умеренная | умеренная | значительная |
| 1–7 | 8–11 | 12–18 | 19–24 |

2. Оценочная таблица для шкалы нейротизма

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Эмоциональная устойчивость | | Эмоциональная неустойчивость | |
| высокая | средняя | высокая | очень высокая |
| до 10 | 11–14 | 15–18 | 19–24 |

По шкале лжи показатель в 4-5 баллов рассматривается как критический, более 5 баллов — результаты теста рассматриваются как недостоверные.

1) Экстраверсия — интроверсия. Типичного экстраверта характеризует общительность и обращенность индивида вовне, широкий круг знакомств, необходимость в контактах. Действует под влиянием момента, импульсивен, вспыльчив. Он беззаботен, оптимистичен, добродушен, весел. Предпочитает движение и действие, имеет тенденцию к агрессивности. Чувства и эмоции не имеют строгого контроля, склонен к рискованным поступкам. На него не всегда можно положиться.

Типичный интроверт — это спокойный застенчивый, интроективный человек, склонный к самоанализу. Сдержан и отдален от всех, кроме близких друзей. Планирует и обдумывает свои действия заранее, не доверяет внезапным побуждениям, серьезно относится к принятию решений, любит во всем порядок. Контролирует свои чувства, его нелегко вывести из себя. Обладает пессимистичностью, высоко ценит нравственные нормы.

2) Нейротизм — эмоциональная устойчивость. Характеризует эмоциональную устойчивость или неустойчивость (эмоциональная стабильность или нестабильность). Нейротизм по некоторым данным связан с показателями лабильности нервной системы. Эмоциональная устойчивость — черта, характеризующая сохранение организованного поведения, ситуативной целенаправленности в обычных и стрессовых ситуациях. Эмоциональная устойчивость характеризуется зрелостью, отличной адаптацией, отсутствием большой напряженности, беспокойства, а также склонностью к лидерству, общительности. Нейротизм выражается в чрезвычайной нервности, неустойчивости, плохой адаптации, склонности к быстрой смене настроений (лабильности), чувстве виновности и беспокойства, озабоченности, депрессивных реакциях, рассеянности внимания, неустойчивости в стрессовых ситуациях. Нейротизму соответствует эмоциональность, импульсивность, неровность в контактах с людьми, изменчивость интересов, неуверенность в себе, выраженная чувствительность, впечатлительность, склонность к раздражительности. Нейротическая личность характеризуется неадекватно сильными реакциями по отношению к вызывающим их стимулам. У лиц с высокими показателями по шкале нейротизма в неблагоприятных стрессовых ситуациях развивается невроз.



Пояснение к рисунку "круг Айзенка":

Сангвиник = стабильный + экстравертированный

Флегматик = стабильный + интровертированный

Меланхолик = нестабильный + интровертированный

Холерик = нестабильный + экстравертированный

Представление результатов по шкалам экстраверсии и нейротизма осуществляется при помощи системы координат. Интерпретация полученных результатов проводится на основе психологических характеристик личности, соответствующих тому или иному квадрату координатной модели с учетом степени выраженности индивидуально-психологических свойств и степени достоверности полученных данных. Привлекая данные из физиологии высшей нервной деятельности, Айзенк высказывает гипотезу о том, что сильный и слабый типы, по Павлову, очень близки к экстравертированному и интровертированному типам личности. Природа интроверсии и экстраверсии усматривается во врожденных свойствах центральной нервной системы, которые обеспечивают уравновешенность процессов возбуждения и торможения.

Таким образом, используя данные обследования по шкалам экстраверсии, интроверсии и нейротизма, можно вывести показатели темперамента личности по классификации Павлова, который описал четыре классических типа: сангвиник (по основным свойствам центральной нервной системы характеризуется как сильный, уравновешенный, подвижный), холерик (сильный, неуравновешенный, подвижный), флегматик (сильный, уравновешенный, инертный), меланхолик (слабый, неуравновешенный, инертный).

«Чистый» сангвиник (высокая экстраверсия и низкий нейротизм) быстро приспосабливается к новым условиям, быстро сходится с людьми, общителен. Чувства легко возникают и сменяются, эмоциональные переживания, как правило, неглубоки. Мимика богатая, подвижная, выразительная. Несколько непоседлив, нуждается в новых впечатлениях, недостаточно регулирует свои импульсы, не умеет строго придерживаться выработанного распорядка, жизни, системы в работе. В связи с этим не может успешно выполнять дело, требующее равной затраты сил, длительного и методичного напряжения, усидчивости, устойчивости внимания, терпения. При отсутствии серьезных целей, глубоких мыслей, творческой деятельности вырабатываются поверхностность и непостоянство.

Холерик (высокая экстраверсия и высокий нейротизм) отличается повышенной возбудимостью, действия прерывисты. Ему свойственны резкость и стремительность движений, сила, импульсивность, яркая выраженность эмоциональных переживаний. Вследствие неуравновешенности, увлекшись делом, склонен действовать изо всех сил, истощаться больше, чем следует. Имея общественные интересы, темперамент проявляет в инициативности, энергичности, принципиальности. При отсутствии духовной жизни холерический темперамент часто проявляется в раздражительности, эффективности, несдержанности, вспыльчивости, неспособности к самоконтролю при эмоциональных обстоятельствах.

Флегматик (высокая интровесия и высокий нейротизм) характеризуется сравнительно низким уровнем активности поведения, новые формы которого вырабатываются медленно, но являются стойкими. Обладает медлительностью и спокойствием в действиях, мимике и речи, ровностью, постоянством, глубиной чувств и настроений. Настойчивый и упорный «труженик жизни», он редко выходит из себя, не склонен к аффектам, рассчитав свои силы, доводит дело до конца, ровен в отношениях, в меру общителен, не любит попусту болтать. Экономит силы, попусту их не тратит. В зависимости от условий в одних случаях флегматик может характеризоваться «положительными» чертами - выдержкой, глубиной мыслей, постоянством, основательностью и т. д., в других - вялостью, безучастностью к окружающему, ленью и безволием, бедностью и слабостью эмоций, склонностью к выполнению одних лишь привычных действий.

Меланхолик (высокая интроверсия и высокий нейротизм). У него реакция часто не соответствует силе раздражителя, присутствует глубина и устойчивость чувств при слабом их выражении. Ему трудно долго на чем-то сосредоточиться. Сильные воздействия часто вызывают у меланхолика продолжительную тормозную реакцию (опускаются руки). Ему свойственны сдержанность и приглушенность моторики и речи, застенчивость, робость, нерешительность. В нормальных условиях меланхолик - человек глубокий, содержательный, может быть хорошим тружеником, успешно справляться с жизненными задачами. При неблагоприятных условиях может превратиться в замкнутого, боязливого, тревожного, ранимого человека, склонного к тяжелым внутренним переживаниям таких жизненных обстоятельств, которые вовсе этого не заслуживают.

**10. Методический материал.**

*Методический материал,* необходимый для реализации Программы описан в каждом занятии и для каждого упражнения отдельно, и находится в приложении.

**11.Содержание Программы**

**Занятие 1**

**Тема: «Знакомство и первичная диагностика».**

***Цель: создание доверительной обстановки, развитие коммуникативных на­выков, диагностика типа профессий и профессионального типа личности, типа темперамента.***

***Время: 1 академический час.***

***Материалы и оборудование: бумага формата А4, цветные карандаши, ручка, заготовка парусника, карточка с заданием, бланки к опросникам.***

**1.Упражнение «Имя и существительное».**

*Цель:* установление доверительных отношений, раскрепощение, предоставление возможности для самопрезентации, самораскрытия.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает подростку познакомиться, назвав свое имя и существительное, начальная буква которого совпадает с начальной буквой его имени.

*Инструкция:* сегодняшнее занятие мы начнем со знакомства*.* Я назову свое имя и существительное, начальная буква которого совпадает с начальной буквой моего имени. Затем ты называешь свое имя и существительное. Например, Максим и мишка или Вася и велосипед.

**2. Упражнение «Парусник настроения» (Приложение 1).**

*Цель:* создание непринужденной психологической атмосферы.

*Материалы:* заготовка парусника, цветные карандаши.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает подростку заготовку парусника. Задача обучающегося, раскрасить левый парус в цвет своего настроения, присущее на данный момент.

*Инструкция:* посмотри, перед тобой лист бумаги с изображением парусника, на котором мы отправимся в свое маленькое путешествие.Возьми цветной карандаш того цвета, какое у тебя сейчас настроение и раскрась парус слева в цвет своего настроения.

**3. Упражнение «Хочу, могу, надо» (Приложение 2).**

*Цель:* анализ ситуации профессионального самоопределения, побуждение обучающегося к активному поиску решения обозначившихся проблем.

*Материалы:* карточка с заданием.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает обучающемуся бланк-задание.

*Инструкция*: перед тобой бланк-задание. Отметь, пожалуйста, кем бы ты хотел(а) быть, затем ответь сам(а) себе на вопрос: а есть ли у меня для этого необходимые умения на данный момент. Если нет, то позволяют ли твои психофизиологические возможности их приобрести. Далее подумай и напиши для себя, какие профессии сейчас востребованы на рынке труда, является ли востребованной выбранная тобой профессия. Нет ли особых обстоятельств, препятствующих заниматься выбранным тобой видом деятельности. Если есть, то обозначь их.

**4. Первичная диагностика (оценочный материал).**

***4.1.«Дифференциально-диагностический опросник (ДДО)» Е.А.Климова.***

*Цель:* выявление типа профессии.

*Материалы:* бланк к опроснику, бумага формата А4, ручка.

***4.2.Опросник профессиональных предпочтений Дж. Голланда.***

*Цель:* определение профессионального типа личности.

*Материалы:* бланк к опроснику, бумага формата А4, ручка.

***4.3. Опросник Айзенка «Определение типа темперамента».***

*Цель:* определение типа темперамента с учетом интроверсии и экстраверсии личности, а так же эмоциональной устойчивости.

*Материалы:* бланк к опроснику, бумага формата А4, ручка.

**5. Упражнение « Похлопаем себя».**

*Цель:* устранение состояния психомышечного напряжения, повышение эмоционального фона настроения.

*Техника проведения:* подросток по команде педагога-психолога хлопает ладонью по различным частям тела.

*Инструкция:* диагностика наша закончилась, ты немного устал(а), давай себе похлопаем за хорошую работу и немного снимем напряжение с области рук, ног, т.е. со всего тела. Начнем! Похлопаем правой ладонью по левой ладони, затем левой ладонью по правой; потом правой ладонью по левому плечу (локтям, бедрам, коленям) и т.д.При этом следует хлопать так, чтобы ладоням не было слишком больно.

**6. Анкета обратной связи.**

*Цель:* развитие самопонимания, изменение и углубление представлений подростка о самом себе и присущих ему паттернах (шаблонах) поведения.

*Материал:* анкета обратной связи.

*Техника проведения:* подросток устно отвечает на вопросы анкеты.

*Инструкция:* перед тобой анкета, ответь устно на следующие вопросы.

Какой бал (от 1 до 5) поставишь нашему занятию?

Комфортно ли ты себя чувствовал во время занятия?

Как ты считаешь, повысились ли твои практические умения, связанные с выбором профессии?

Что ты можешь применить на практике из изученного материала?

**7. Упражнение «Парусник настроения».**

*Цель:* оценка эмоционального состояния в конце занятия.

*Материалы:* заготовка парусника, цветные карандаши.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает подростку взять заготовку парусника с раскрашенным левым парусом. Задача обучающегося, раскрасить правый парус в цвет своего настроения, присущее на данный момент.

*Инструкция:* возьми лист с изображением парусника, на котором раскрашен левый парус. Наше сегодняшнее путешествие завершается. Возьми цветной карандаш того цвета, какое у тебя сейчас настроение и раскрась парус справа.

**8. Упражнение «Конверт с пожеланием».**

*Цель*: выражение эмоционального отношения подростка к педагогу-психологу и наоборот.

*Материалы:* цветная бумага, ножницы, карандаши.

*Техника проведения*: на столе лежит цветная бумага, обучающийся вырезает квадрат и складывает конверт, внутри которого оставляет пожелание. Педагог-психолог делает тоже самое.

*Инструкция*: подошло к завершению наше занятие. Возьми цветную бумагу, вырежи квадрат, сложи его в конверт и напиши на нем пожелание. Я сделаю тоже самое. А теперь обменяемся конвертами.

**Занятие 2**

**Тема: «Мир профессий».**

***Цель: формирование ответственного отношения к выбору профессионального пути, развитие коммуникативных навыков.***

***Время: 1 академический час.***

***Материалы и оборудование: бумага формата А4, цветные карандаши, простой карандаш, карточки с названиями профессий, презентация, мультимедийные средства, карточки с различными эмоциями, трафарет человека.***

**1. Упражнение «Имя-профессия».**

*Цель:* настрой на работу, формирование позитивного эмоционального фона.

*Техника проведения:* педагог-психолог и ребенок называет имя и профессию на первую букву своего имени.

*Инструкция:* начнем наше сегодняшнее занятие с того, что сначала я, а потом и ты назовем свое имя и профессию на первую букву своего имени.

**2. Упражнение « Подари солнцу настроение».**

*Цель:*  определение настроения в начале занятия.

*Материалы:* лист бумаги формата А4, простой карандаш.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает подростку лист бумаги формата А4. Задача обучающегося - нарисовать солнце и изобразить на нем свое эмоциональное состояние.

*Инструкция:* сегодня мы подарим свое настроение солнцу. Посмотри, перед тобой чистый лист. Возьми простой карандаш и нарисуй солнце. А теперь нарисуй в нем глаза, брови, нос, рот так, чтобы отразить свое настроение. Какое у тебя настроение? Как ты его отобразил? Понравится ли оно солнцу?

**3. Упражнение «Моя будущая профессия».**

*Цель*: выявление предпочтений в мире профессий, развитие коммуникативных навыков.

*Материал*: лист бумаги, цветные карандаши, простой карандаш.

*Техника проведения:* подросток изображает свою будущую профессию на листе бумаги. В завершении идет обсуждение.

*Инструкция:* изобрази свою будущую профессию на бумаге.

- Какую профессию ты изобразил (а)?

- Что тебя привлекает в ней?

**4.Презентация на тему «Шаги к профессиональному выбору» (Приложение № 3).**

*Цель:* ознакомление обучающегося с теоретическими основами выбора профессии.

**5. Упражнение «Мир профессий по предмету труда»(Приложение № 4).**

*Цель:* развитие аналитического мышления, расширение кругозора обучающегося, закрепление пройденного материала.

*Материалы:* карточки с названиями 15 профессий.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает подростку карточки с 15 различными профессиями. Обучающийся должен распределить их по предмету труда.

*Инструкция:* рассмотри карточки с названиями 15 профессий и разложи их по предмету труда(«Человек – Человек», «Человек – Природа», «Человек – Техника», «Человек – Знаковая система», «Человек – Художественный образ»).

**6. Упражнение « Мои эмоции» (Приложение № 5).**

*Цель:* активизация артистических способностей, достижение состояния раскованности и свободы, выработка умений выражать эмоции адекватно ситуации.

*Материалы:* карточки с различными эмоциями, трафарет человека.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает подростку выбрать эмоцию и отметить на трафарете человека ту часть тела, с помощью которой он изобразит ее. Затем он ее демонстрирует.

*Инструкция:* рассмотри карточки, на них изображены эмоциональные состояния человека. Например, карточка «Грусть». С помощью, какой части тела ты изобразишь эту эмоцию? Отметь ее на трафарете человека. Например, «руки» - раскрась их. Затем продемонстрируй эмоцию грусти при помощи рук. Моя задача - отгадать, какую эмоцию ты хотел изобразить.

**7. Анкета обратной связи.**

*Цель:* развитие самопонимания, изменение и углубление представлений подростка о самом себе и присущих ему паттернах поведения.

Какой бал (от 1 до 5) поставишь нашему занятию?

Комфортно ли ты себя чувствовал во время занятия?

Как ты считаешь, повысились ли твои практические умения, связанные с выбором профессии?

Что ты можешь применить на практике из изученного материала?

**8. Упражнение « Подари солнцу настроение».**

*Цель:*  определение настроения в конце занятия.

*Материалы:* лист бумаги с нарисованным солнцем, цветные карандаши.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает подростку лист бумаги с уже нарисованным солнцем с эмоцией. Задача обучающегося раскрасить солнце в цвет своего настроения.

*Инструкция:* посмотри, перед тобой твое нарисованное солнце. Возьми цветные карандаши и раскрась солнце в цвет своего настроения. Какое у тебя настроение? Какого оно цвета?

**9. Упражнение «Часы прощания».**

*Цель:* выражение эмоционального отношения подростка к педагогу-психологу.

*Техника проведения:* обучающемуся предлагается зафиксировать время на часах. В соответствии с количеством часов, минуты в расчет не берутся, попрощаться таким же количеством раз, используя различные фразы прощания.

*Инструкция:* посмотри на часы. Сколько сейчас времени? Тебе предстоит прощаться со мной столько раз, сколько сейчас времени, при условии, что минуты в расчет не берем. Прощаться будешь, используя самые разные фразы. Например, сейчас «14:25» – дважды прощаешься со мной.

**Занятие 3**

**Тема: «Темперамент и профессия».**

***Цель: определить понятие темперамент, определить влияние темперамента на выбор профессии.***

***Время: 1 академический час.***

***Материалы и оборудование: бумага формата А4, цветные карандаши, ручки, лист бумаги с изображением шариков, карточка с изображением человечков, презентация, мультимедийные средства, карточки с заданием.***

**1. Упражнение «Здравствуй, это Я!».**

*Цель:* настрой на работу, формирование позитивного эмоционального фона.

*Техника проведения:* педагог-психолог и подросток приветствуют друг друга фразой: «Здравствуй, это Я!».

*Инструкция:* давай поздороваемся друг с другом, произнося по очереди фразу: «Здравствуй, это Я!».

**2. Упражнение «Шарики моего настроения» (Приложение № 6).**

*Цель:* определение настроения в начале занятия.

*Материалы:* лист бумаги с изображением шариков, цветные карандаши.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает подростку взять лист бумаги с нарисованными шариками. Раскрасить в цвет своего настроения все верхние шарики.

*Инструкция:* посмотри, перед тобой лист бумаги с изображением шариков. Возьми цветной карандаш того цвета, какое у тебя сейчас настроение и раскрась все шарики расположенные в верхнем ряду.

**3. Упражнение «Мой темперамент»**.

*Цель*: формирование представления о темпераменте, развитие аналити-ческих способностей.

*Материалы:* бумага формата А4, цветные карандаши.

*Техника проведения:* обучающийся на листе бумаги изображает свой темперамент.

*Инструкция:* как ты думаешь, что такое темперамент? Попробуй изобразить его на листе бумаге.

Анализ:

Что ты нарисовал?

На что он (темперамент) похож?

Какие твои черты отражает рисунок?

**4. Презентация на тему «Темперамент и профессия» (Приложение № 7).**

*Цель:* формирование представления о типах темперамента, формирование понимания взаимосвязи типа темперамента и типа профессии при ее выборе.

**5. Упражнение «Темпераментные человечки» (Приложение № 8).**

*Цель:* отработка полученной информации о типах темперамента, развитие аналитических способностей.

*Материалы:* карточка с изображением человечков, ручка, цветные карандаши.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает обучающемуся рассмотреть карточку с изображением человечков. Его задача: определить тип темперамента каждого человечка, раскрасить цветом, который выражает настроение, чувства и эмоции этого типа, а затем написать соответствующий девиз.

*Инструкция:* перед тобой изображения человечков. Определи тип темперамента каждого человечка, раскрась цветом, который выражает настроение, чувства и эмоции данного типа темперамента, и напиши соответствующий девиз. Затем рядом с человечком напиши положительные и отрицательные стороны темперамента.

**6. Упражнение «Проявление темперамента в профессиональных ситуациях» (Приложение № 9).**

*Цель:* формирование представления о влиянии темперамента на выбор профессии, развитие аналитических способностей.

*Материалы:* карточки с заданием.

*Техника проведения:* подросток выполняет задание по карточкам.

*Инструкция:* выбери любую карточку-задание. По описанию данному ниже, определи тип темперамента человека и объясни свой выбор.

**7. Упражнение «Тянемся к солнышку».**

*Цель:* снятие психоэмоционального напряжения.

*Техника проведения:* подросток встает, ноги на ширине плеч, руки опущены. На вдохе медленно поднимает руки вверх, постепенно растягивая всё тело: начиная с пальцев рук, потом тянется запястьями, локтями, плечами, грудным отделом, поясницей и ногами, но без особого напряжения и, не отрывая пяток от пола. Задерживает дыхание – кончиками пальцев рук тянется вверх. Делает выдох, опускает руки, расслабляется.

*Инструкция:* встань, ноги на ширине плеч, руки опущены. На вдохе медленно подними руки вверх, постепенно растягивая всё тело: начинай с пальцев рук, потом потянись запястьями, локтями, плечами, грудным отделом, поясницей и ногами, но без особого напряжения и, не отрывая пяток от пола. Задержи дыхание – кончиками пальцев рук тянись к солнышку. Выдохни, опуская руки, расслабься.

**8. Анкета обратной связи.**

*Цель:* развитие самопонимания, изменение и углубление представлений подростка о самом себе и присущих ему паттернах поведения.

Какой бал (от 1 до 5) поставишь нашему занятию?

Комфортно ли ты себя чувствовал во время занятия?

Как ты считаешь, повысились ли твои практические умения, связанные с выбором профессии?

Что ты можешь применить на практике из изученного материала?

**9. Упражнение «Шарики моего настроения».**

*Цель:* определение настроения в конце занятия.

*Материалы:* лист бумаги с изображением шариков, цветные карандаши.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает подростку взять лист бумаги с нарисованными шариками, среди которых верхний ряд уже раскрашен. Задача обучающегося, раскрасить шарики снизу в цвет своего настроения, присущее на данный момент.

*Инструкция:* возьми лист с изображением шариков, на котором верхние шарики уже тобой раскрашены. Возьми цветной карандаш того цвета, какое у тебя сейчас настроение и раскрась шарики нижнего ряда. Какое у тебя настроение?

**10. Упражнение «Темпераментное прощание».**

*Цель:* развитие внимания, уважительного отношения друг к другу.

*Техника проведения:* обучающийся прощается с учетом своего типа темперамента.

*Инструкция:* вот и подошло к концу наше занятие, давай прощаться. А будем это делать, как темпераментные человечки. Какой у тебя тип темперамента? Придумай прощание от человека, твоего темперамента

**Занятие 4**

**Тема: «Профессии типа «Человек-Человек».**

***Цель: формирование ответственного отношения к выбору профессионального пути, представления о профессиях данного типа, развитие аналитических способностей, расширение кругозора обучающегося.***

***Время: 1 академический час.***

***Материалы и оборудование: бумага формата А 4, простой карандаш, цветные карандаши, карточки-задания, презентация, карточки с названиями профессий, мультимедийные средства.***

**1. Упражнение «Странный город».**

*Цель:* формирование позитивного эмоционального фона, настрой на рабочий лад.

*Техника проведения:* подросток и педагог-психолог здороваются необычным способом – правой рукой дотрагиваются до левого уха встречного, левой – до правого и т.д.

*Инструкция:* давай представим, что мы с тобой жители странного города, где все здороваются необычно – правой рукой дотрагиваются до левого уха друг друга, левой рукой до правого уха, затем правой рукой до левого плеча и левой рукой до правого плеча и т.д. Давай и мы поприветствуем друг друга таким способом.

**2. Упражнение «Цветок настроения».**

*Цель:* оценка эмоционального состояния вначале занятия.

*Материалы:* лист бумаги формата А4, цветные карандаши.

*Техника проведения:* обучающийся на листе бумаги рисует луг и на нем цветок. Затем раскрашивает цветок в цвет своего настроения.

*Инструкция:*  нарисуй зеленый луг и цветок твоего настроения, который растет на нем. Раскрась его. Что это за цветок? Расскажи о нем. Какое у тебя настроение?

**3. Упражнение «Отгадай профессию» (Приложение № 10).**

*Цель*: выявление знаний по данной проблеме, расширение кругозора ребенка, развитие аналитичеких способностей.

*Материалы:* карточки-задания.

*Техника проведения:* педагог-психолог предъявляет обучающемуся карточки с описанием той или иной профессии. Задача - назвать профессию.

*Инструкция:* сейчас я буду зачитывать характеристику профессии, твоя задача назвать профессию, к которой относится данная характеристика.

**4. Презентация на тему «Профессия типа «Человек-Человек» (Приложение № 11).**

*Цель:* формирование представления о профессиях данного типа, развитие аналитического мышления, расширение кругозора обучающегося.

**5. Упражнение «Пантомима» (Приложение № 12).**

*Цель:* формирование представления о профессиях, вызвать положительные эмоции, хорошее настроение.

*Материалы:* карточки с названиями профессий.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает карточки с названиями профессий, которые необходимо изобразить при помощи мимики и жестов.

*Инструкция:* выбери карточку с названием профессии, твоя задача изобразить профессию, указанную в карточке при помощи жестов и мимики, без слов. Моя задача – отгадать, что это за профессия. Теперь я изображаю, а ты отгадываешь.

**6. Упражнение «Число».**

*Цель:* снятие психоэмоционального напряжения.

*Техника проведения*: подросток считает на время, но при определенном условии: если в названии числа есть цифра 7, то встает и хлопает в ладоши, не произнося этого числа. Затем продолжает называть числа.

*Инструкция:* сейчас мы будем просто считать: 1, 2 ,3 и т.д. Постарайся считать как можно быстрее, так как я буду засекать время. В процессе счета надо будет соблюдать одно условие: если тебе предстоит назвать число, в которое входит цифра 7, то, произнося это число, ты должен будешь встать и хлопнуть в ладоши, не произнося число. Затем садишься и продолжаешь считать.

**7. Анкета обратной связи.**

*Цель:* развитие самопонимания, изменение и углубление представлений подростка о самом себе и присущих ему паттернах поведения.

Какой бал (от 1 до 5) поставишь нашему занятию?

Комфортно ли ты себя чувствовал во время занятия?

Как ты считаешь, повысились ли твои практические умения, связанные с выбором профессии?

Что ты можешь применить на практике из изученного материала?

**8 . Упражнение «Цветок настроения».**

*Цель:* оценка эмоционального состояния в конце занятия.

*Материалы:* лист бумаги формата А4, цветные карандаши.

*Техника проведения:* обучающийся на листе бумаги рисует цветок своего настроения.

*Инструкция:* вернемся к зеленому лугу. Пусть вырастит еще один цветок настроения, который будет отражать твое настроение в конце нашего занятия. Нарисуй и раскрась его. Что это за цветок? Расскажи о нем. Какое у тебя настроение?

**9. Упражнение «Чечетка».**

*Цель:* развитие внимания, уважительного отношения друг к другу.

*Техника проведения:* подросток отбивает ногами чечетку на любой мотив песни, сопровождая фразой «До новых встреч!».

*Инструкция:* вот и подошло к концу наше занятие, давай прощаться. Прощаться будем ногами. Ты когда-нибудь отбивал чечетку? Сейчас нам с тобой предстоит набивать любой мотив, произнося фразу «До новых встреч!».

**Занятие 5**

**Тема: «Профессия типа «Человек - Природа».**

***Цель: формирование ответственного отношения к выбору профессионального пути, представления о профессиях данного типа, развитие аналитических способностей, расширение кругозора обучающегося.***

***Время: 1 академический час.***

***Материалы и оборудование: лист бумаги формата А4, заготовка трафарета хамелеона, цветные карандаши, простой карандаш, карточки с названиями профессий, презентация, мультимедийные средства.***

***1.* Упражнение «Ах, какой ты молодец!».**

*Цель:* настрой на работу, формирование позитивного эмоционального фона.

*Техника проведения:* подросток говорит о себе что-то хорошее (комплименты), а педагог-психолог считает эти комплименты. И наоборот.

*Инструкция:* сейчас каждый из нас будет осыпать себя комплиментами. Например, ты говоришь что-то хорошее о себе, а я буду считать эти комплименты: «Ах, какой ты молодец – раз!..Ах, какой ты молодец – два!..» и т.д. Потом мы поменяемся местами.

**2. Упражнение «Хамелеон» (Приложение № 13).**

*Цель:* оценка эмоционального состояния вначале занятия.

*Материалы:* лист бумаги формата А4, заготовка трафарета хамелеона, цветные карандаши.

*Техника проведения:* обучающемуся предлагается обвести по трафарету и раскрасить хамелеона в цвет своего настроения.

*Инструкция:* посмотри перед тобой трафарет животного. Кто это? Возьми трафарет хамелеона и обведи его на листе бумаги. Какую особенность этого животного ты знаешь? Раскрась хамелеона в цвет своего настроения. Какое у тебя настроение?

**3. Упражнение «Профессия – необходимое качество» (Приложение № 14)**.

*Цель*: формирование представлений о разных профессиях, развитие аналитического мышления, расширение кругозора обучающегося.

*Материалы:* карточки с названиями профессий.

*Техника проведения:* педагог-психолог называет профессию, задача подростка подобрать необходимые качества.

*Инструкция:* сейчас я буду называть профессии, твоя задача подобрать необходимые качества, которыми должен обладать представитель данной профессии.

**4. Презентация на тему «Профессия типа «Человек-Природа» (Приложение № 15).**

*Цель:* формирование представления о профессиях данного типа, развитие аналитического мышления, расширение кругозора обучающегося.

**5. Упражнение «Детективы» (Приложение № 16).**

*Цель:* формирование представлений о разных профессиях, расширение кругозора, развитие аналитических способностей.

*Материалы:* карточки с названиями профессий.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает подростку выбрать карточку с названием профессии и нарисовать шесть предметов, которыми пользуется представитель данной профессии. Задача педагога-психолога отгадать.

*Инструкция:* выбери любую карточку, но мне не показывай. Нарисуй шесть предметов, которыми пользуется представитель выбранной профессии. Моя задача угадать профессию.

**6. Упражнение «Ушки».**

*Цель:* снятие психоэмоционального напряжения.

*Техника проведения*: подросток ладонями рук растирает уши в разном направлении, используя технику растирания, которая помогает расслабиться.

*Инструкция:* подними ладони обеих рук и начинай растирать ими уши, как будто они замёрзли. Растираем сверху вниз – по вертикали. Трижды. Теперь растираем возвратно-поступательным движением в другом направлении - по горизонтали (пальцы, исключая большие, соединены и направлены к затылку, локти вперёд). Затем закрой уши ладонями, а пальцы приложи к затылку, сблизив их. Указательными пальцами слегка постукивай по затылку до трёх раз.

**7. Анкета обратной связи.**

*Цель:* развитие самопонимания, изменение и углубление представлений подростка о самом себе и присущих ему паттернах поведения.

Какой бал (от 1 до 5) поставишь нашему занятию?

Комфортно ли ты себя чувствовал во время занятия?

Как ты считаешь, повысились ли твои практические умения, связанные с выбором профессии?

Что ты можешь применить на практике из изученного материала?

**8. Упражнение «Хамелеон».**

*Цель:* оценка эмоционального состояния в конце занятия.

*Материалы:* лист бумаги формата А4, заготовка трафарета хамелеона, цветные карандаши.

*Техника проведения:* обучающийся обводит по трафарету хамелеона и раскрашивает его в цвет своего настроения.

*Инструкция:* перед тобой опять трафарет хамелеона. Обведи его на листе бумаги и раскрась в цвет своего настроения. Какое у тебя настроение?

**9. Упражнение «Пока».**

*Цель:* развитие внимания, уважительного отношения друг к другу.

*Материалы:* лист бумаги формата А4, карандаши.

*Техника проведения:* обучающемуся предлагается совместно с педагогом-психологом написать на листе бумаги фразу, с помощью которой они попрощаются. Не договариваясь, подросток пишет первую букву фразы, педагог-психолог вторую и т.д.

*Инструкция:* подошло время прощаться. Возьми лист бумаги и начни писать фразу или слово, с помощью которых ты хотел(а) со мной попрощаться. Но при условии, каждую новую букву слова будем писать по очереди, не договариваясь о том, что пишем. Например, ты пишешь букву «П» и отдаешь листок мне, а я пишу следующую букву и после передаю тебе листок и т.д.

**Занятие 6**

**Тема: «Профессия типа «Человек – Знаковая система».**

***Цель: формирование ответственного отношения к выбору профессионального пути, формирование правильного представления о профессиях данного типа, развитие аналитических способностей, расширение кругозора обучающегося.***

***Время: 1 академический час.***

***Материалы и оборудование: лист бумаги формата А4, простой карандаш, цветные карандаши, лист бумаги формата А4 с нарисованной палитрой, ножницы, карточки с заданием, презентация, мультимедийные средства.***

***1.* Упражнение «Футболка с приветствием».**

*Цель:* формирование позитивного эмоционального фона.

*Материалы:* бумага формата А4, цветные карандаши, ножницы, простой карандаш.

*Техника проведения:* на листе предлагается нарисовать футболку, вырезать ее и написать приветствие.

*Инструкция*: давай сегодня поздороваемся необычным образом. Нарисуй на листе бумаги футболку, вырежи ее и напиши приветствие.

**2. Упражнение «Палитра настроения» (Приложение № 17).**

*Цель:* оценка эмоционального состояния вначале занятия.

*Материалы:* лист бумаги формата А4 с нарисованной палитрой, на которой изображено две кляксы, цветные карандаши.

*Техника проведения:* обучающийся раскрашивает в палитре одну из клякс в цвет своего настроения.

*Инструкция:*  перед тобой палитра, на которой нарисованы кляксы. Раскрась кляксу, которая расположена ближе к тебе, в цвет своего настроения. Какое у тебя настроение?

**3. Упражнение «Профессия на букву»(Приложение № 18).**

*Цель:* расширение кругозора ребенка, формирование представления о разных профессиях.

*Материалы:* карточки с заданием.

*Техника проведения:* подросток придумывает профессии, начинающиеся на заданную букву.

*Инструкция:* выбери любую букву и назови профессии, начинающиеся на нее. Названия профессий должны относится к типу «Человек - Знаковая система».

**4. Презентация на тему «Профессии типа «Человек - Знаковая система» (Приложение № 19).**

*Цель:* формирование представления о профессиях данного типа, развитие аналитического мышления, расширение кругозора обучающегося.

**5. Упражнение «Самая - самая» (Приложение № 20).**

*Цель:* развитие аналитических способностей.

*Материалы:* карточка с заданием.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает необычные характеристики профессии, а обучающийся называет профессии, которые в наибольшей степени соответствуют данной характеристики.

*Инструкция:* я предлагаю необычные характеристики профессий, а ты называешь те профессии, которые, по твоему мнению, в наибольшей степени соответствуют  данной характеристике. Например, самая денежная – банкир.

**6. Упражнение «Звезда».**

*Цель:* снятие психоэмоционального напряжения.

*Техника проведения*: педагог-психолог предлагает обучающемуся расслабиться, выполняя растяжки диагонально.

*Инструкция:* встань в позе «звезды» (ноги немного шире плеч, руки подняты вверх и слегка разведены в стороны). Выполни растяжки диагонально. Подними и оттяни назад правую ногу, одновременно растягивая вверх левую руку – по диагонали, при этом левая нога и правая рука расслаблены. Расслабься. Затем, то же выполняем по другой диагонали.

**7. Анкета обратной связи.**

*Цель:* развитие самопонимания, изменение и углубление представлений подростка о самом себе и присущих ему паттернах поведения.

Какой бал (от 1 до 5) поставишь нашему занятию?

Комфортно ли ты себя чувствовал во время занятия?

Как ты считаешь, повысились ли твои практические умения, связанные с выбором профессии?

Что ты можешь применить на практике из изученного материала?

**8. Упражнение «Палитра настроения»**.

*Цель:* оценка эмоционального состояния в конце занятия.

*Материалы:* лист бумаги формата А4 с нарисованной палитрой, на которой изображены две кляксы, цветные карандаши.

*Техника проведения:* обучающийся раскрашивает в палитре оставшуюся кляксу в цвет своего настроения.

*Инструкция:*  перед тобой палитра в ней уже одна из клякс раскрашена. Раскрась оставшуюся кляксу в цвет своего настроения. Какое у тебя настроение?

**9. Упражнение «Звездочка на прощание».**

*Цель:* развитие внимания, уважительного отношения друг к другу.

*Материалы:* лист бумаги формата А4, простой карандаш, цветные карандаши, ножницы.

*Техника проведения:* подростки педагог-психолог рисуют звезды, вырезают их. После чего каждый в середине своей звезды пишет слова прощания и на каждом острие - пожелание друг другу. Затем обмениваются.

*Инструкция:* вот и подошло к концу занятие. Будем прощаться. Возьмем по листу бумаги и нарисуем по звезде. Теперь вырежем их. В середине звезды напишем слова прощания, а на каждом ее острие пожелания друг другу. Затем обменяемся звездами. Спасибо!

**Занятие 7**

**Тема: «Профессии типа «Человек - Техника».**

***Цель: формирование ответственного отношения к выбору профессионального пути, представления о профессиях данного типа, расширение кругозора обучающегося.***

***Время: 1 академический час.***

***Материалы и оборудование: бумага формата А4, цветные карандаши, овал белого цвета, цветные геометрические фигуры, клей-карандаш, карточки с заданием, презентация, мультимедийные средства.***

**1. Упражнение «Многонациональное приветствие».**

*Цель:*  расширение кругозора, создание доброжелательной атмосферы.

*Техника проведения:* педагог-психолог здоровается с ребенком, используя ритуалы приветствия, принятые в разных культурах.

*Инструкция:* сегодня поздороваемся необычным образом. Ты знаешь, как приветствуют друг друга люди разных национальностей? Давай попробуем это сделать:

- сложить ладони лодочкой на уровне груди и поклониться (Япония);

- рукопожатие обеими руками (Европа);

- мягко потремся ногам (Африка);

- показать язык (Тибет).

**2. Упражнение «Карта настроения» (Приложение № 21).**

*Цель:* оценка эмоционального состояния в начале занятия.

*Материалы:* овал белого цвета, цветные геометрические фигуры, клей-карандаш.

*Техника проведения:* обучающийся из цветных геометрических фигур выбирает фигуру, которая расскажет о его настроении, а затем наклеивает ее на карту настроения.

*Инструкция:*  перед тобой овал – карта настроения. Рядом лежат разного цвета и формы фигуры. Выбери ту геометрическую фигуру, которая бы отразила твое настроение. Приклей ее на карту. Какое у тебя настроение?

**3. Упражнение «Цепочка».**

*Цель*: развитие умения выделять общее в различных видах трудовой деятельности, развитие аналитических способностей.

*Техника проведения:* педагог-психолог называет профессию. Задача обучающегося на последнюю букву данной профессии назвать следующую.

*Инструкция:* давай поиграем в города, только вместо городов будем называть профессии. Усложним немного нашу задачу – профессии выбираем по типу «Человек – Техника». Например, строитель – летчик.

**4. Презентация типа профессии «Человек-Техника» (Приложение № 22).**

*Цель:* формирование представления о профессиях данного типа, расширение кругозора обучающегося.

**5. Упражнение «Реклама» (Приложение № 23).**

*Цель:* проработка полученной информации, развитие аналитических способностей.

*Материалы:* карточки с заданием, лист бумаги формата А4, цветные карандаши.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает обучающемуся «прорекламировать» выбранную профессию.

*Инструкция:* выбери профессию из предлагаемого списка и создай презентацию рекламы своей профессии. Это может быть лозунг, рисунок.

**6. Упражнение «Упрямая шея».**

*Цель:* снятие психоэмоционального напряжения.

*Техника проведения*: обучающийся расслабляется, выполняя инструкцию педагога-психолога.

*Инструкция:* скрести пальцы на затылке (локти в стороны), подними голову, смотри вверх. Руками старайся наклонить голову вперёд, шея сопротивляется. Выполнить 3-5 раз. Аналогично – ладони на лоб.

**7. Анкета обратной связи.**

*Цель:* развитие самопонимания, изменение и углубление представлений подростка о самом себе и присущих ему паттернах поведения.

Какой бал (от 1 до 5) поставишь нашему занятию?

Комфортно ли ты себя чувствовал во время занятия?

Как ты считаешь, повысились ли твои практические умения, связанные с выбором профессии?

Что ты можешь применить на практике из изученного материала?

**8. Упражнение «Карта настроения».**

*Цель:* оценка эмоционального состояния в конце занятия.

*Материалы:* овал белого цвета, цветные геометрические фигуры, клей-карандаш.

*Техника проведения:* обучающийся выбирает и наклеивает на карту настроения ту геометрическую фигуру, которая отражает его настроение.

*Инструкция:* перед нами карта настроения с уже наклеенной тобой фигурой. Рассмотри оставшиеся фигуры и выбери ту, которая бы отразила твое настроение. Приклей ее на карту. Какое у тебя настроение?

**9. Упражнение «Прощание от лица».**

*Цель:* развитие внимания, уважительного отношения друг к другу.

*Техника проведения:* подросток попрощается с педагогом-психологом от лица профессии типа «Человек – Техника».

*Инструкция:* попрощаемся сегодня необычно – от лица профессии типа «Человек – Техника». Например, от лица водителя: «Всего хорошего! Пусть всегда горит зеленый свет!».

**Занятие 8**

**Тема: «Профессии типа «Человек – Художественный образ».**

***Цель: формирование ответственного отношения к выбору профессионального пути, формирование правильного представления о профессиях данного типа, расширение кругозора обучающегося.***

***Время: 1 академический час.***

***Материалы и оборудование: лист бумаги формата А4, цветные карандаши, макет бабочки, карточки с заданием, презентация, мультимедийные средства, карточки с названием профессий, журналы, ножницы, клей-карандаш.***

**1. Упражнение «Имя в движении».**

*Цель:* настрой на работу, формирование позитивного эмоционального фона.

*Техника проведения*: подросток произносит свое имя и показывает движение, педагог-психолог повторяет за ним и наоборот.

*Инструкция:* я произнесу свое имя и покажу любое простое движение, которое больше всего соответствует моему характеру. Ты в свою очередь громко повторишь мое имя и показанное мною движение. И наоборот.

**2. Упражнение «Бабочка настроения» (Приложение № 24).**

*Цель:* оценка эмоционального состояния в начале занятия.

*Материалы:* макет бабочки, цветные карандаши.

*Техника проведения:* обучающийся раскрашивает бабочке крыло справа в цвет своего настроения.

*Инструкция:* перед тобой лежит бабочка вырезанная из бумаги. Это бабочка настроения. Раскрась правое ее крыло в цвет своего настроения. Какое оно у тебя?

**3. Упражнение «Угадай профессию» (Приложение № 25).**

*Цель:* расширение знаний о мире профессий ребенка.

*Материалы:* карточка с заданием.

*Техника проведения:* педагог-психолог перечисляет предметы, которыми пользуются люди той или иной профессии. Задача обучающегося – отгадать профессию.

*Инструкция:* я буду перечислять предметы, которыми пользуются люди той или иной профессии. Сначала назову один предмет, затем каждый раз буду добавлять еще по одному, пока не отгадаешь, что за профессия.

**4.Презентация на тему «Профессии типа Человек - Художественный образ» (Приложение № 26).**

*Цель:* формирование представления о профессиях данного типа, расширение кругозора обучающегося.

**5. Упражнение «Кто ты?» (Приложение № 27).**

*Цель:* развитие аналитического мышления, расширение кругозора обучающегося.

*Материалы:* карточки с названием профессий.

*Техника проведения:* обучающемуся на голову крепится карточка с названием профессии. Педагог-психолог предлагает подростку по наводящим вопросам отгадать, какая профессия написана на его карточке.

*Инструкция:* у тебя на голове я закреплю карточку с названием профессии. По наводящим вопросам ты должен угадать, какая профессия написана на карточке. Я могу только отвечать «да» или «нет». Будь внимателен.

**6. Упражнение «Обезьяна расчесывается».**

*Цель:* снятие психоэмоционального напряжения.

*Техника проведения*: педагог-психолог предлагает обучающемуся расслабиться, выполняя массаж головы.

*Инструкция:* массируй пальцами правой руки голову левого виска к правой части затылка и обратно. Затем левая рука – от правого виска к левой части затылка. В более сложном варианте руки перекрещиваем у основания волос (большие пальцы – по средней линии). В такой позе интенсивно массируй голову ото лба к шее и обратно.

**7. Анкета обратной связи.**

*Цель:* развитие самопонимания, изменение и углубление представлений подростка о самом себе и присущих ему паттернах поведения.

Какой бал (от 1 до 5) поставишь нашему занятию?

Комфортно ли ты себя чувствовал во время занятия?

Как ты считаешь, повысились ли твои практические умения, связанные с выбором профессии?

Что ты можешь применить на практике из изученного материала?

**8. Упражнение «Бабочка настроения».**

*Цель:* оценка эмоционального состояния в конце занятия.

*Материалы:* макет бабочки, цветные карандаши.

*Техника проведения:* обучающийся раскрашивает бабочке крыло слева в цвет своего настроения.

*Инструкция:* перед тобой лежит бабочка, вырезанная из бумаги. Правое крыло уже раскрашено. Выбери цвет своего настроения и раскрась в него левое крыло бабочки. Какое у тебя настроение?

**9. Упражнение «Наклей пожелания».**

*Цель:* развитие внимания, уважительного отношения друг к другу.

*Материалы:* лист бумаги формата А4, журналы, ножницы, клей-карандаш.

*Техника проведения:* подросток создает небольшой коллаж на прощание.

*Инструкция:* сегодня попрощаемся так – перед тобой много разных журналов, создай из них мини коллаж-прощание на листе бумаги.

**Занятие 9**

**Тема: «Выбор осуществил».**

***Цель: итоговая диагностика типа профессий.***

***Время: 1 академический час.***

***Материалы и оборудование: лист бумаги формата А4 с нарисованным вулканом с искрами, цветные карандаши, бланки диагностических методик, бумага формата А4, ручка, карточка-ситуация, картинки различных профессий, зашифрованная фраза в виде пустых клеточек, простой карандаш.***

**1. Упражнение «Здравствуйте я…».**

*Цель:* настрой на работу, формирование доверительного отношения.

*Техника проведения:* педагог-психолог с подростком здороваются от лица человека какой-либо профессии.

*Инструкция:* начнем наше занятие с приветствия. Сегодня мы представим себя в роли человека какой-либо профессии, и поздороваемся от его лица. Один из нас здоровается, а другой отвечает, от лица кого он поздоровался. А затем наоборот (учитель, полисмен, врач, продавец и т.д.).

**2. Упражнение «Вулкан настроения» (Приложение №28).**

*Цель:* оценка эмоционального состояния в начале занятия.

*Материалы:* лист бумаги формата А4 с нарисованным вулканом с искрами, цветные карандаши.

*Техника проведения:* обучающийся раскрашивает одну из искр вулкана в цвет своего настроения.

*Инструкция:* посмотри, извергается вулкан, поднимается столб дыма и летят в стороны искры. Выбери любую искру и раскрась ее в цвет своего настроения. Какое оно у тебя?

**3. Упражнение «Хвастовство».**

*Цель*: определение взаимосвязи выбора профессии и личностных характеристик, развитие аналитических способностей.

*Техника проведения:* подростку предлагается продолжить фразу.

*Инструкция:* тебе нужно продолжить фразу «Я лучше всех знаю..., умею..., могу….». И ты будешь самый большой хвастунишка.

А тебе эти умения, знания пригодятся в выборе профессии?

**4. Повторная диагностика (см. оценочный материал).**

***4.1.«Дифференциально-диагностический опросник (ДДО)» Е.А.Климова.***

*Цель:* выявление типа профессии.

*Материалы:* бланки диагностических методик, бумага формата А4, ручка.

***4.2.Опросник профессиональных предпочтений Дж. Холланда (Дж. Голланда).***

*Цель:* определение профессионального типа личности.

*Материалы:* бланки диагностических методик, бумага формата А4, ручка.

**5. Упражнение « Защити свой выбор» (Приложение № 29).**

*Цель:* овладение навыками аргументировано отстаивать свой профессиональный выбор перед родителями (товарищами, педагогами и т.д.).

*Материал:* карточка-ситуация.

*Техника проведения:* педагог-психолог и обучающийся распределяет между собой роли «учащийся» и «родитель», затем проигрывают ситуацию, в которой необходимо аргументировать свой выбор профессии.

*Инструкция:* представим ситуацию. «Учащийся» (в роли – обучающийся) приходит домой и заявляет о своих профессиональных намерениях (если профессия еще не выбрана, «учащийся» может заявить, что ему все равно и думать об этом вообще он не собирается). «Родитель» (в роли – педагог-психолог) не согласен с позицией «учащегося» и пытается его отговорить. Разыгрывается домашний конфликт, при этом выигрывает тот, чьи аргументы убедительнее.

**6. Упражнение «Напряглись - расслабились».**

*Цель:* снятие психоэмоционального, телесного напряжения.

*Техника проведения*: обучающийся поочерёдно напрягает и расслабляет свои части тела.

*Инструкция:* в положении стоя (сидя) напряги всё тело как можно сильнее, через несколько секунд напряжение сбрось, расслабься. Проделай то же самое с каждой частью своего тела, останавливаясь на каждом сегменте в отдельности. Напряги правую руку – расслабь ее, напряги шею – расслабь ее и т.д. (спину, живот, поясницу, правую ногу).

**7. Анкета обратной связи.**

*Цель:* развитие самопонимания, изменение и углубление представлений подростка о самом себе и присущих ему паттернах поведения.

Какой бал (от 1 до 5) поставишь нашему занятию?

Комфортно ли ты себя чувствовал во время занятия?

Как ты считаешь, повысились ли твои практические умения, связанные с выбором профессии?

Что ты можешь применить на практике из изученного материала?

**8. Упражнение «Вулкан настроения».**

*Цель:* оценка эмоционального состояния в конце занятия.

*Материалы:* лист бумаги формата А4 с нарисованным вулканом с искрами и раскрашенной одной искрой, цветные карандаши.

*Техника проведения:* обучающийся раскрашивает одну из искр вулкана в цвет своего настроения.

*Инструкция:* вулкан продолжает извергаться. Искры летят. Ты одну из искр уже раскрасил. Выбери следующую искру и раскрась ее в цвет своего настроения. Какое оно у тебя?

**9. Упражнение «Зашифрованное пожелание» (Приложение № 30).**

*Цель:* развитие внимания друг к другу, уважительного отношения.

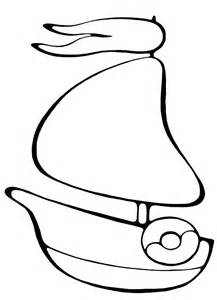
*Материалы*: картинки различных профессий, зашифрованная фраза в виде пустых клеточек, простой карандаш.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает подростку расшифровать фразу-пожелание. Используется принцип кроссворда. Обучающийся отгадывает профессию на предоставленной картинке с подписанным номером и первую букву записывает в пустую клетку под этим номером. И так каждую картинку отгадывает и записывает букву. Таким образом, появляется фраза-пожелание.

*Инструкция:* ты любишь отгадывать ребусы? Сейчас тебе предстоит этим заняться. Перед тобой пронумерованные картинки профессий и пустые клетки. Отгадай профессию и запиши первую букву этой профессии в первую клетку. Например, №1 почтальон - в клетку под № 1 вписать букву «П» и т.д. Так у нас получится фраза-пожелание.

**Методический материал.**

**Приложение № 1.**



**Приложение № 2.**

**Упражнение «Хочу, могу, надо».**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Профессия(кем бы вы хотели быть) | Необходимые умения (если нет, то позволяя-ют ли ваши психофизиологические возмож-ности их приобрести) | Какие профессии сейчас востребованы (является ли востребованной выбранная вами профессия) | Иные обстоятельства, препятствующие занятием выбранным видом деятельности (если есть, то обозначьте их) |
|  |  |  |  |

**Приложение № 3.**

***Презентация на тему «Шаги к профессиональному выбору!»***

**Слайд № 1. Шаги к профессиональному выбору!**

*Кем быть?      
У меня растут года,  
будет и семнадцать.  
Где работать мне тогда,  
чем заниматься?*

*В. Маяковский*

**Слайд № 2.Что такое профессия?**

***Профессия***- это род трудовой деятельности, требующий определенной подготовки и являющейся обычно источником существования.

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

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

**Слайд № 3.Специальность.**

***Специальность*** – это вид занятия в рамках одной профессии.

Специализация.

***Специализация***– это более узкая сфера деятельности в рамках конкретной специальности, приобретение более глубоких знаний и навыков и концентрация деятельности в этой области.

**Слайд № 4. Профессия, специальность, специализация.**

Врач – профессия

Хирург – специальность

Пластический хирург – специализация

**Слайд № 5. Пора задуматься!**

В каком направлении я буду успешен?

**Слайд № 6. Формула успешного выбора профессии:**

Хочу:

* Жизненные ценности
* Мои увлечения и профессиональные интересы
* Профессиональные склонности

Могу:

* Способности: *общие* (интеллектуальные, коммуникативные, способность к саморегуляции); *специальные* (математические, литературные, художественные и т.п.);
* Личностные особенности (темперамент, характер);
* Состояние здоровья (медицинские противопоказания к труду).

Надо:

* Рынок труда (востребованность профессии на рынке труда, содержание профессии, условия и характер труда, требования к качеству по подготовки профессионала, требования профессии к личностным качествам.
* Рынок образования (перечень учебных заведений региона, условия поступления в учебные заведения профессионального заведения).

**Слайд № 7. Зона оптимального выбора.**

**Слайд № 8. Способы выбора профессии:**

* Метод проб и ошибок
* Осмысленный выбор

Изучить свои особенности, ознакомиться с миром профессий, соотнести требования профессий со своими особенностями.

**Слайд № 9. Ошибки, допускаемые при выборе профессии:**

* Незнание самого себя
* Незнание мира профессий
* Незнание правил выбора профессии

**Слайд № 10. Психология профессионального самоопределения поможет:**

* Узнать, какая профессия тебе подходит;
* Избежать ошибок и принять верное решение;
* Повысить уровень профессиональной зрелости;
* Узнать профессии, пользующиеся спросом на рынке труда.

**Слайд № 11. Многообразие мира профессий**

* В мире огромное количество разнообразных профессий. Существует несколько классификаций. Общепризнанной и наиболее используемой в профориентации является классификация профессий, предложенная профессором Е. А. Климовым. В её основе разделение профессий по предмету труда.

**Слайд № 12. Классификация профессий по Е.А. Климову**

* **По условиям труда (группы профессий)**

Бытовой микроклимат

Открытый воздух

Необычные условия

Повышенная моральная ответственность

* **По средствам (орудиям) труда (отделы профессий)**

Профессии ручного труда

Профессии механизированного труда

Профессии автоматизированного труда

Профессии с функциональными орудиями труда

* **По цели труда (классы профессий)**

Гностические

Преобразующие

Изыскательские

* **По предмету труда (типы профессий)**

Человек-природа

Человек-техника

Человек-человек

Человек-знаковая система

Человек-художественный образ

**Слайд № 13. Типы профессий по предмету труда**

Человек-природа

Человек-техника

Человек-человек

Человек-знаковая система

Человек-художественный образ

**Слайд № 14. Примеры профессий по предмету труда**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Предмет труда** | **Ведущие предметы труда** | **Примеры профессий по предмету труда** |
| Человек | Социальные системы, сообщества, группы населения, люди разного возраста | Медсестра  Менеджер  Психолог |
| Техника | Техника или неживая природа | Монтажник  Инженер  Космонавт |
| Информация | Естественные и искусственные языки, цифры, символы, формулы, т.е. различные знаковые системы | Кассир  Корректор  Бухгалтер |
| Художественный образ | Явления, факты художественного отражения действительности. | Парикмахер  Дизайнер  Архитектор |
| Природа | Растительные и животные организмы и условия их существования | Садовод  Агроном  Ветеринар |

**Слайд № 15. Формула профессии**

* По условным обозначениям записать формулу профессии из нескольких букв. Эти буквы соответствуют типу, классу, отделу, группе профессии.

**Слайд № 16. Темперамент и выбор профессии**

На успешность овладения профессией влияют особенности темперамента, его соответствие условиям профессиональной деятельности.

Каждый тип психики больше подходит для одних дел и профессий и меньше — для других.

*Меланхолики* — это часто люди искусства. Зато из них получаются плохие водители и никудышные монтажники-верхолазы.

*Холерики* — великолепные летчики-испытатели (именно поэтому, кстати, в работе приемных комиссий в летных училищах обязательно принимает участие и врач-психолог), но они плохие счетные работники.

*Флегматики,* напротив, прекрасные бухгалтера, расчетчики, но, как правило, неважные поэты.

*Сангвиники* — хорошие водители, саперы, инженеры, но они не так терпеливы, как флегматики.

Темперамент дается человеку на всю жизнь. Его не переделаешь. Однако не отчаивайтесь! Психология профессионального самоопределения поможет сделать правильный выбор.

**Слайд № 17. До встречи! Но помни, что**

* Выбор профиля обучения - это выбор жизненного пути.
* СДЕЛАЙ ПРАВИЛЬНЫЙ ВЫБОР!!!

**Приложение № 4.**

Распредели профессии по предмету труда (Ч-Ч; Ч-Х.О; Ч-Т; Ч-3; Ч-П)

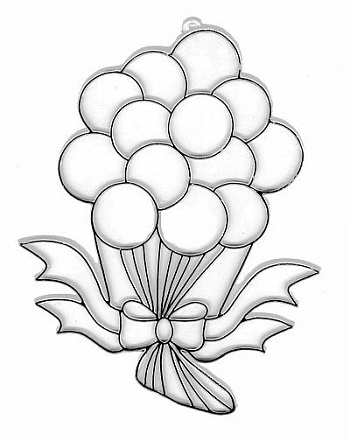
|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Массажист** | **Переводчик** | **Бухгалтер** | **Дизайнер** | **Ветеринарный врач** |
| **Овощевод** | **Кондитер** | **Тракторист** | **Электромонтер** | **Газосварщик** |
| **Рыболов** | **Столяр** | **Художник** | **Ювелир** | **Программист** |
| **Ч-Ч** | **Ч-Х.О** | **Ч-Т** | **Ч-П** | **Ч-3** |

**Приложение № 5.**

Изобрази эмоцию с помощью отмеченной части тела человека.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Горе – Лицо** | **Радость – Губы** | **Чванство - Правая рука** |
| **Гордость - Спина** | **Страх - Ноги** | **Удивление - Брови** |

**Приложение № 6.**



**Приложение № 7.**

***Презентация на тему «Темперамент и профессия».***

**Слайд № 1. Темперамент и профессия.**

В будничных радостях и горестях жизни нужно быть сангвиником,

в важных событиях жизни – меланхоликом, относительно влечений, глубоко

затрагивающих наши интересы,- холериком, и, наконец, в исполнении решений – флегматиком. В. Вундт.

**Слайд № 2.Понятие темперамента.**

***Темперамент*** - особенности психики, объясняющие образ действий человека в той или иной ситуации.

Выделяются две ведущие характеристики:

* ***Активность***, в которой человек взаимодействует с окружающим миром. Она проявляется в темпе, быстроте, интенсивности действий;
* ***Эмоциональность***, которая выражается в чувствительности, импульсивности и впечатлительности.

**Слайд № 3. Темперамент.**

Свойства темперамента, определяя динамическую сторону личности, наиболее устойчивы и постоянны по сравнению с другими психическими особенностями человека.

Основные компоненты:

* Общая психологическая активность.
* Моторика.
* Эмоциональность.

От темперамента зависит:

* Темп и ритм деятельности и поведения.
* Накладывает отпечаток на другие особенности психики.
* Интенсивность психических процессов.
* Скорость возникновения психических процессов и их устойчивость.

**Слайд № 4. Темперамент.**

* Качество врожденное, а не приобретенное.
* Проявляется в мышлении, речи, манере общения.
* Не влияет на интересы, успешность, интеллект, деловые качества.

**Слайд № 5. Типы темперамента.**

* ***Меланхолик***

слабый неуравновешенный инертный

* ***Холерик***

сильный неуравновешенный подвижный

* ***Сангвиник***

сильный уравновешенный подвижный

* ***Флегматик***

сильный уравновешенный инертный

**Слайд № 6. Интроверт-экстраверт.**

***Интроверты* -** тип личности (или поведения), ориентированный вовнутрь или на себя.

Для интровертов характерно поведение, больше связанное с комфортным одиночеством, внутренними размышлениями и переживаниями, творчеством или наблюдением за процессом.

*Интроверт может быть превосходным ученым, исследователем, наблюдателем, писателем или индивидуальным предпринимателем.*

***Экстраверты*** - это тип личности (или поведения), который ориентирован в своих проявлениях вовне, на окружающих.

Для экстравертов характерно поведение, при котором человек стремится:

* к общению с людьми,
* вниманию со стороны окружающих,
* участию в публичных выступлениях,
* участию в многолюдных мероприятиях и вечеринках.

Экстраверт может быть превосходным тамадой, организатором, чиновником, управляющим людьми, артистом или конферансье.

Если экстраверту для комфорта необходимо присутствие других людей, то интроверту комфортно трудиться и в одиночестве.

**Слайд № 7. Уравновешенный-неуравновешенный.**

* ***Эмоциональная стабильность* -** выдержанность; человек эмоционально зрелый, спокойный, устойчив в интересах, работоспособный, может быть ригидным, ориентирован на реальность, его не задевают досадные мелочи.
* ***Эмоционально нестабильный -*** импульсивность, человек находится под влиянием чувств, переменчив в настроениях, легко расстраивается, неустойчив в интересах. Низкая толерантность по отношению к фрустрации, раздражительность, утомляемость.

****

**Слайд № 8.**

Чистые темпераменты встречаются очень редко. Существуют не только смешанные типы темпераментов, но и промежуточные, переходные. Для определения типа темперамента разработано множество методик, тестов.

**Слайд № 9. Характеристика типов темперамента (в картинках).**

**Слайд № 10. Сангвиник.**

Живой, горячий, подвижный человек, с частой сменой настроения, впечатлений, с быстрой реакцией на все события, происходящие вокруг него, довольно легко примиряющийся со своими неудачами и неприятностями. Он очень продуктивен в работе, когда ему интересно, приходя в сильное возбуждение от этого, если работа не интересна, он относится к ней безразлично, ему становится скучно.

Известные сангвиники: Б.Наполеон, М.Ю.Лермонтов.

**Слайд № 11. Холерик.**

Быстрый, страстный, порывистый, однако совершенно неуравновешенный , с резко меняющимся настроением с эмоциональными вспышками, быстро истощаемый. У него нет равновесия нервных процессов, это его резко отличает от сангвиника. Холерика, увлекаясь, безалаберно растрачивает свои силы и быстро истощается.

Известные холерики: А.С.Пушкин, Суворов А.

**Слайд № 12. Флегматик.**

Медлителен, невозмутим, имеет устойчивые стремления, внешне скуп на проявление эмоций и чувств. Он проявляет упорство и настойчивость в работе, оставаясь спокойным и уравновешенным. В работе он производителен, компенсируя свою медлительность прилежанием.

Известные флегматики: М.И. Кутузов, И.А. Крылов.

**Слайд № 13.Меланхолик.**

Человек легко ранимый, склонный к постоянному переживанию различных событий, он мало реагирует на внешние факторы. Свои астенические переживания он не может сдерживать усилием воли, он повышенно впечатлителен, легко эмоционально раним. Эти черты эмоциональной слабости.

Известные меланхолики: С. Есенин, И.Ньютон.

**Слайд № 14. Темперамент и профессия.**

*Сангвиник* быстро переключается с одного вида деятельности на другой. Легко управляет своей работоспособностью, которая обычно очень высокая не зависимо от внешних и внутренних причин. Привычки у него образуются быстро и легко, а сформированные навыки закрепляются и долго сохраняются. В работе, как и в личных отношениях, сангвиник склонен, прежде всего, ориентироваться на «человеческий фактор».

Наилучшими сферами для самореализации сангвиника являются *воспитательско - преподавательская работа*, где упор делается не на техническую сферу, косметология, общественное питание, рекрутинг, знакомства и т.д.

Сангвиник является, пожалуй, самым *приятным и душевным руководителем* с точки зрения подчиненных. Однако технические моменты в работе часто вызывают у сангвиников затруднение. Его сильная черта – уговоры и расположение к себе – не всегда срабатывает в условиях, например, планового производства.

**Слайд № 15.**

Для *холериков* при принятии решений на первом месте стоит человеческий фактор, эмоции и отношения. Это делает их очень полезными в сферах, связанным с личным общением, знакомствами и услугами. С другой стороны переменчивость делает холерика трудно управляемым как работника и непредсказуемым.

Работоспособность холерика высокая, но неустойчивая. Ко всему новому холерик привыкает легко и быстро, но устойчивые навыки формируются у него долго и с большим трудом.

*Сильные стороны руководителя* этого темперамента — умение быстро выдать свежую идею в неожиданно изменившейся ситуации, зажечь и повести за собой окружающих, не важно, подчиненный это, клиент или вышестоящий руководитель.

*Недостатком холерика* – руководителя является его отстранённость от технических аспектов производства и ориентация в первую очередь на людей.

**Слайд № 16.**

***Флегматика*** наверно можно назвать рекордсменом по работоспособности и производительности, что делает его незаменимым во всех областях, связанных с производством. При всей внешней ленивости и медлительности флегматик достигает лучших результатов по объему и качеству работы по сравнению с людьми любых других темпераментов в сходных условиях. Однако для успеха ему требуются стабильные условия работы, если же ситуация постоянно меняется, работоспособность флегматика падает. Эти свойства делают флегматика ***незаменимым в сферах производства, администрирования*** и везде, где востребовано умение поддерживать текущие процессы в стабильном состоянии.

**Слайд № 17.**

Умственные способности *меланхолика* обычно столь же хорошие, сколь и неустойчивые. Он с одинаковой легкостью и быстротой схватывает материал и забывает его.

Меланхоликам рекомендуется, в первую очередь, *интеллектуальная сфера деятельности*, где они чувствуют себя наиболее уверенно. Это программирование, Интернет, аналитика, конструирование, планирование, работа с большими объёмами «виртуальной информации».

Меланхоликам следует *избегать большой эмоциональной нагрузки* и не перегружать себя контактами с людьми.

**Слайд № 18.**

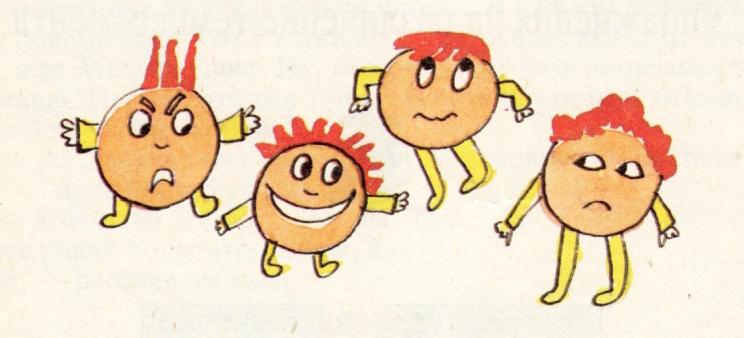
Любая группа людей работает эффективней, если в ней есть представители всех темпераментов. *Меланхолики* первыми чувствуют, в каком направлении надо начинать поиск. *Холерики* выполняют функции бесстрашных разведчиков. *Сангвиники* являются источником положительных эмоций и постоянно генерируют неожиданные идеи. *Флегматики* анализируют информацию и предлагают взвешенное решение.

**Слайд № 19.В заключении.**

Природные особенности необходимо учитывать при выборе профессии, их игнорирование может привести к потере интереса в работе, к перегрузкам.

Темперамент дается человеку на всю жизнь. Его не переделаешь. Однако пусть не отчаиваются те, кому как будто достался неподходящий темперамент для выбранной ими профессии.

**Приложение № 8.**



**Приложение № 9.**

Определите тип темперамента, объясните почему.

|  |
| --- |
| Светланасчитается лучшим секретарем-референтом в организации. В общении с коллегами и посетителями всегда приветлива, доброжелательна. Уравновешенность характера позволяет ей избежать конфликтных ситуаций. Светлана исполнительна, полученные задания выполняет без суеты и вовремя, так как умеет распределить рабочее время. |
| Андрей работает программистом. Всевремя спокоен, одинок и пасмурен. Если он обижен, долго сердится. Если поссорится с коллегой, целый день не разговаривает с ним. Предпочитает работать в спокойном темпе, выполнять знакомые операции. Повышена утомляемость — к концу дня работоспособность уменьшается. |
| Евгений работает чертежником-конструктором. Порученные задания выполняет медленно, но обстоятельно, последовательно, аккуратно. Его трудно рассмешить или рассердить. Молчалив. На рабочем столе всегда порядок, все на своих местах. С товарищами по работе дружен. |

**Приложение № 10.**

|  |
| --- |
| **Секретарь-референт** (Регистрирует и систематизирует письма, документы, ведет телефонные переговоры; выполняет поручения руководителя; участвует в подготовке заседаний и совещаний, тиражирует необходимую документацию, использует ПК в работе, оргтехнику). |
| **Психолог**(Предмет его работы не психика человека, а его душевное состояние, внутренний мир. Не лечит, в прямом смысле этого слова, а помогает человеку обрести гармонию, как с самим собой, так и окружающими его людьми. Это специалист, занимающийся изучением душевной жизни и законов коррекции поведения человека, использующий эти знания для оказания помощи людям и для оптимизации их деятельности). |
| **Менеджер по персоналу** (Организация производства или коммерческой деятельности; изучает спрос и предложение на рынке, обновляет продукцию; регулирует процессы приема, подбора и профессионально-квалифицированного роста работников, их перемещение по вертикали и горизонтали). |
| **Полицейский** (Главный страж общественного порядка. Ни одно крупное мероприятие невозможно представить без него. Патрулируют улицы каждого города. Следит за тем, чтобы здоровье и имущество законопослушных граждан было в полной безопасности. Несёт полную ответственность за правонарушителя и потому не может наносить ему телесные увечья (силу применять разрешено только в крайних случаях). Проводит лекции и беседы в различных организациях (в том числе, среди школьников), рассматривает поступающие к нему обращения с жалобами. |
| **Администратор** (Любое общественное заведение: ресторан, театр, коммерческая фирма, складской комплекс, гараж и др. имеют в своем штате эту должность. Даже у отдельных граждан (например, певцов) есть свои ... Разновидностей данной профессии огромное множество, но все они являются по своей сути «персоналом управления» и в их обязанности входит распоряжение имуществом и управление персональными кадрами фирмы или организации). |
| **Тренер (**Воспитанниками представителей данной профессии могут быть и дети, и взрослые, а занятия могут проходить как индивидуально, так и в группе. Определяет, насколько часто должны проходить тренировки, разрабатывает упражнения в соответствии с возможностями и уровнем обучаемого. Он помогает воспитанни-ку  грамотно составить режим дня, а иногда и подобрать рацион питания. Основная задача – это выявить и раскрыть способности своих воспитанников, а также научить их использовать все ресурсы и возможности организма на максимальном уровне. Учит управлять не только своим телом, но и эмоциями. |

**Приложение № 11.**

***Презентация на тему «Особенности типа профессий   
«Человек-Человек» (Ч-Ч).***

***Слайд № 1.* Особенности типа профессий «Человек-Человек»(Ч-Ч).**

Относятся те профессии, где «предметом» труда является человек: его лечат, учат, обслуживают и защищают.

**Слайд № 2. «Человек – Человек» (люди, группы, коллективы).**

* Виды деятельности:

- Мед. обслуживание (врач, медсестра, санитарка);

- воспитание и обучение (воспитатель, учитель, мастер, тренер, дефектолог);

- бытовое обслуживание (продавец, проводник, стюардесса, парикмахер);

- информационное обслуживание (библиотекарь, лектор, экскурсовод, телефонистка);

- защита общества и государства (юрист, следователь, инспектор).

**Слайд № 3.Профессионально важные качества (ПВК).**

Профессионально важные качества (ПВК) – это те качества личности, характера, особенности познавательной сферы человека, которые необходимы для успешного освоения данной профессии.

**Слайд № 4. ПВК профессий типа «Человек-Человек».**

Способности

* высокая способность к анализу фактов;
* способность к сопереживанию;
* хорошее развитие образной памяти;
* высокий уровень развития словесно-логической памяти;
* способность управлять эмоциями;
* гибкость мышления;
* способность переносить физическое и психическое напряжение.

Личностные качества, интересы и склонности

* высокий уровень личной ответственности;
* общительность;
* наблюдательность;
* любознательность;
* твердость;
* терпимость;
* выносливость;
* оригинальность;
* активность;
* подвижность;
* находчивость.

**Слайд № 5. Требования к качествам работника.**

Профессии этого типа выдвигают **требования** к таким чертам работника, как:

* умение устанавливать и поддерживать деловые контакты;
* понимать состояние людей;
* влиять на других;
* проявлять выдержку, спокойствие и доброжелательность;
* коммуникативность (общительность).

**Слайд № 6. Список профессии.**

|  |  |
| --- | --- |
| Педагог  Психолог  Социолог  Продавец | Врач  Медицинская сестра  Юрист  Экскурсовод |

**Слайд № 7. Темперамент и профессия типа «Человек – Человек».**

Для данного типа профессий наиболее подходящий тип темперамента «сангвиник».

**Сангвиникам подходят профессии данного типа:**

менеджер, учитель, врач, психолог, воспитатель, организатор, продавец, официант.

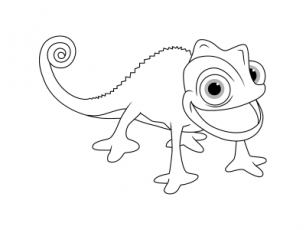
**Холерикам -** телерепортер, дипломат, журналист, тренер, следователь.

**Приложение № 12.**

Изобрази профессию, указанную в карточке при помощи жестов и мимики, без слов.

|  |
| --- |
| **Журналист** |
| **Продавец** |
| **Официант** |
| **Учитель** |
| **Парикмахер** |
| **Врач** |

**Приложение № 13.**



**Приложение № 14.**

|  |
| --- |
| **Агроном** - инициативность, оперативность, творческое отношение к труду, умение быть наблюдательным, замечать и учитывать в своей работе происходящие в природе изменения, при необходимости принимать экстренные и нестандартные решения, воля, развитое чувство ответственности за принятые решения. |
| **Ветеринар** - любовь к животным, обладать ответственностью, решительностью, быстрой реакцией, отличной памятью, интеллектом, развитым логическим мышлением, интуицией, наблюдательностью, психической уравновешенностью, физической выносливостью, эмоциональной устойчивостью. |
| **Лесник** - любовь к природе и чувство ответственности за неё, принципиальность и смелость, без которых невозможна борьба с браконьерами; лёгким на подъём, выносливым человеком, готовым к физическим нагрузкам и ручному труду; хорошая память, в том числе зрительная, умение планировать своё время, распределять внимание. |
| **Эколог** - аналитический ум, умение находить взаимосвязи в природных явлениях, основываясь на фундаментальных науках: физике, биологии, химии; умение командной работы и самостоятельность, коммуникабельность и способность к самопожертвованию во имя научной деятельности, гибкость и непреклонность; дипломатичность, сформированная гражданская позиция, ответственность (знания экологического законодательства, методов экологических исследований и экспертиз, компьютерной грамотности). |
| **Животновод -** любовь к животным и природе вообще, ответственность, внимательность и наблюдательность, проявления заботы, терпения, доброты и отсутствия всякой брезгливости, физическая и эмоциональная выносливость. |

**Приложение № 15.**

***Презентация на тему: Особенности профессий типа «Человек – Природа» (Ч-П).***

**Слайд № 1.Особенности профессий типа «Человек – Природа» (Ч-П).**

Если вы любите ухаживать за растениями, животными, работать в саду, огороде, любите предмет биологию, предлагаем вам ознакомиться с профессиями типа «человек-природа».

Если вы любите ухаживать за растениями, животными, работать в саду, огороде, любите предмет биологию, предлагаем вам ознакомиться с профессиями типа «человек-природа».

**Слайд № 2. «Человек – Природа».**

Специалистам в этой области приходится выполнять следующие виды деятельности:

* изучать, исследовать, анализировать состояние, условия жизни растений или животных (агроном, микробиолог, зоотехник, гидробиолог, агрохимик, геолог);
* выращивать растения, ухаживать за животными (лесовод, полевод, цветовод, овощевод, птицевод, животновод, садовод, пчеловод, фермер, зоотехник);
* проводить профилактику заболеваний растений и животных (ветеринар, врач карантинной службы, лаборант химико-бактериологического анализа).

**Слайд № 3.Склонности и способности.**

Склонности и предпочтения:

* ухаживать и наблюдать за животными;
* разводить растения или животных;
* заготавливать продукты (грибы, ягоды, рыбу и пр.);
* бороться с болезнями, вредителями;
* выращивать овощи и фрукты;
* ориентироваться в природных явлениях;
* наблюдать, изучать различные природные явлениями.

Выраженные способности

* наблюдательность;
* склонность к систематизации;
* устойчивость внимания;
* потребность в двигательной активности.

**Слайд № 4. ПВК профессий типа «Человек – Природа».**

* наблюдательность;
* склонность к систематизации;
* устойчивость внимания;
* потребность в двигательной активности;
* развитое воображение;
* наглядно-образное мышление;
* хорошая зрительная память;
* способность предвидеть и оценивать изменчивые природные

факторы;

* терпение, настойчивость, готовность работать в сложных погодных

условиях и т. п.

**Слайд № 5. Список профессий.**

|  |  |
| --- | --- |
| Агроном  Биолог, микробиолог  Ветеринар  Генетик  Геодезист  Геолог  Животновод, зоотехник  Кинолог  Медицинский лабораторный техник | Метеоролог  Океанолог  Селекционер  Фармацевт, провизор  Физик  Флорист  Химик  Эколог |

**Слайд № 6. Темперамент и профессия типа «Человек – Природа».**

* Холерикам подходят следующие профессии данного типа: геолог.
* Флегматикам: агроном, научные – ботаник.

**Приложение № 16**.

Выбери карточку и нарисуй шесть предметов, которыми пользуется представитель данной профессии.

|  |
| --- |
| **Кинолог** |
| **Специалист по ландшафтному дизайну** |
| **Геолог** |
| **Пчеловод** |
| **Лаборант-микробиолог** |

**Приложение № 17.**



**Приложение № 18.**

|  |  |
| --- | --- |
| П | Программист, переводчик |
| Э | Экономист |
| Б | Бухгалтер |
| Ч | Чертежник |

**Приложение № 19.**

***Презентация на тему: Особенности профессий типа « Человек – Знаковая система» (Ч-З).***

**Слайд № 1.Особенности профессий типа «Человек – Знаковая система» (Ч-З).**

Профессии, связанные с работой со знаковыми системами - текстами, цифрами, формулами, таблицами, чертежами, картами, схемами, со звуковыми, световыми сигналами.

Основная задача - понимание, воспроизведение, перевод, создание знаково-символьной информации.

**Слайд № 2. «Человек – Знаковая система».**

Условно профессии подразделяются на несколько групп:

1. Работа с текстами, книгами, словами, связанная с языком – наиболее всеобъемлющей и развитой знаковой системой (лингвист, корректор, юрист).

2. Работа с числами, знаками, формулами (фармацевт, бухгалтер, физик). Представители этих профессий переносят в мир чисел мир реальной промышленности, придают всему числовую меру или получают новые знания об окружающей действительности через исследования в сфере химии и физики.

3. Работа со схемами, картами, изображениями (диспетчер, логист). Данная группа профессий предполагает использование или создание географических карт, а также схематическое изображение предметов (чертежи, графики).

4. Работа с информационными системами (программист, оператор ПК). Самый широкий круг специальностей, для которых требуется знание компьютера и умение быстро осваивать новые программы. Кроме того, может оказаться в высшей степени полезным опыт работы в Интернете.

**Слайд № 3. Склонности и способности.**

Склонности и предпочтения:

* обрабатывать тексты и таблицы;
* производить расчеты и вычисления;
* Перерабатывать информацию;
* работать с чертежами, картами и схемами;
* принимать и передавать сигналы и сообщения;
* хорошо считать в уме;
* оперировать знаками и символами;
* искать и исправлять ошибки.

Выраженные способности:

* способность к математике;
* развитое абстрактное мышление;
* высокая устойчивость внимания;
* склонность к общению;
* аккуратность и усидчивость.

**Слайд № 4. ПВК профессий типа «Человек – Знаковая система».**

* терпение,
* организованность,
* аккуратность,
* способность принимать нестандартные решения,
* выполнять рутинную работу.
* хорошо оперировать числами,
* длительно концентрировать внимание,
* умозрительно мыслить,
* уметь с интересом работать с формулами, схемами, цифрами и прочим.

**Слайд № 5. Требования к качествам работника.**

* С одной стороны, являются важными такие черты, как способность абстрактно мыслить, оперировать числами, концентрировать внимание на протяжении длительного времени.
* С другой, профессии данного типа предлагают социальную нишу для людей, имеющих речевые дефекты, негативные личностные особенности, такие, как зажатость, неуверенность, повышенная раздражительность, утомляемость.

**Слайд № 6. Список профессий.**

|  |  |
| --- | --- |
| Лингвист  Инженер Чертежник  Картограф Программист  Оператор ЭВМ  Нотариус  Печатник  Корректор  Секретарь  Делопроизводитель Кассир Маркетолог | Телеграфист  Механик  Конструктор  Штурман  Топограф  Историк  Переводчик  Наборщик  Телефонист  Архивист  Бухгалтер  Экономист |

**Слайд № 7. Темперамент и профессия типа «Человек – Знаковая система».**

* Флегматикам подходят следующие профессии данного типа: механик, инженер, научные – астроном, физик, математик.
* Холерикам: товаровед, летчик, диспетчер.

**Приложение № 20.**

Назови профессии, которые, по твоему мнению, в наибольшей степени соответствуют  данной характеристике:

Самая зеленая (садовод, лесник, специалист по ландшафтному дизайну, цветовод-декоратор ...)

Самая сладкая (кондитер, продавец в кондитерском отделе ...)

Самая денежная (банкир, профессиональные теннисисты, боксеры, модель...)

Самая волосатая (парикмахер...)

Самая детская (воспитатель, педиатр, детский психолог, учитель...)

Самая смешная (юморист, клоун, пародист...)

Самая общительная (журналист, экскурсовод, тренер, учитель, массовик-затейник...)

Самая серьезная (не имеет право на ошибку) (сапер, хирург, разведчик, полицейский, политик, психолог...)

**Приложение № 21.**

**Приложение № 22.**

***Презентация на тему:Особенности профессий типа « Человек – Техника» (Ч-Т).***

**Слайд № 1.Особенности профессий типа «Человек – Техника» (Ч-Т).**

Это профессии, где труд работников направлен на технические объекты (машины, механизмы, материалы, виды энергии). В профессиях этого типа помогают ориентироваться такие учебные предметы, как физика, химия, математика, черчение. Следует учесть, что к области технических объектов относятся не только «железки», но и всевозможные неметаллические материалы, - ткани, пластмассы, пищевое сырье, полуфабрикаты.

Область техники нужно понимать широко.

**Слайд № 2.«Человек – Техника».**

Относятся профессии, связанные с :

* изобретением, монтажом, комплектацией и наладкой технических средств (монтажник, сварщик, инженер-конструктор);
* эксплуатацией технических средств (водитель, оператор котельной, крановщик, токарь, швея);
* ремонтом техники (слесарь-ремонтник, механик, электромонтер по ремонту оборудования).

**Слайд № 3.Подтипы профессий данного типа.**

* Профессии, связанные с обработкой, добычей грунтов, горных пород (проходчик, машинист бульдозера, техник геофизик, инженер по опробованию и испытанию скважин).
* Профессии, связанные с обработкой и использованием неметаллических промышленных материалов, изделий (сборщик верха обуви, столяр, плотник, оптик, ткач).
* Профессии, связанные с производством и обработкой металла, механической сборкой, монтажом машин, приборов, оборудования (горновой, токарь, фрезеровщик, шлифовщик, оператор станков с программным управлением).
* Профессии, связанные с ремонтом, наладкой, обслуживанием механического оборудования, технологических машин, установок, транспортных средств (слесарь-ремонтник, осмотрщик-ремонтник вагонов, механик).
* Профессии, связанные с монтажом, ремонтом зданий, сооружений, конструкций (каменщик, электросварщик, строитель, архитектор, слесарь-судоремонтник, арматурщик).
* Профессии, связанные с монтажом, сборкой электрорадиооборудования, приборов, аппаратов (электромонтажник, сборщик электронных часов, техник по производству вычислительных машин, сборщик микросхем, монтажник-вакуумщик).
* Профессии, связанные с ремонтом, наладкой, обслуживанием электрооборудования, приборов, аппаратов (радиомеханик, регулировщик радиоэлектронной аппаратуры и приборов, инженер радиосвязи, техник-электрик, часовщик).
* Профессии, связанные с применением подъемных и транспортных средств, управлением ими (водитель, пилот, техник водолазного дела, машинист тепловоза, судоводитель, инженер по транспорту, багермейстер).
* Профессии, связанные с переработкой продуктов сельского хозяйства (маслодел, повар, кондитер, пекарь, техник-технолог по мясным продуктам).

**Слайд № 4. Склонности и способности.**

Склонности и предпочтения:

* исследовать, наблюдать;
* создавать и испытывать новые образцы;
* планировать, конструировать, проектировать, разрабатывать, моделировать;
* придумывать новые способы деятельности;
* самостоятельно организовывать свою работу и работу

Выраженные способности:

* технический склад ума;
* пространственное воображение;
* склонность к практическому труду;
* эмоциональная устойчивость.

**Слайд № 5. Требования к качествам работника.**

* высокий уровень развития наглядно-образного мышления;
* высокий уровень развития пространственного воображения;
* высокий уровень технического мышления и сообразительности;
* ловкие и точные движения;
* сенсомоторная координация (координация движений);
* хорошо развитые особенности внимания;
* динамический глазомер.

**Слайд № 6. Список профессий.**

|  |  |
| --- | --- |
| Машинист  Токарь  Оптик  Фрезеровщик  Строгальщик  Шлифовщик | Техник-строитель  Слесарь-ремонтник  Модельщик  Инженер-конструктор  Затончик  Водитель  Монтажник |

**Слайд № 7. Темперамент и профессия типа «Человек – Техника».**

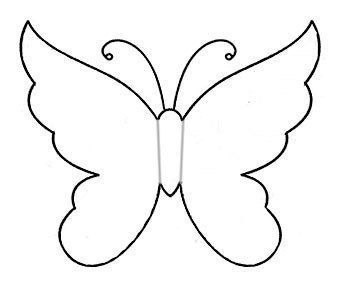
Флегматикам подходят следующие профессии данного типа:

* механик, электрик, инженер, водитель.

**Приложение № 23.**

|  |
| --- |
| **Электрик** |
| **Водитель** |
| **Швея** |
| **Автомеханик** |
| **Конструктор** |

**Приложение № 24.**



**Приложение № 25.**

**1. Холст, кисть, палитра, мольберт……….(художник)**

**2. Пачка, пуанты, сцена, танец……………(балерина)**

**3. Вдохновение, музыкальный инструмент, ноты………..(композитор)**

**4. Черный плащ, шляпа, кролик, магия……………(фокусник)**

**5. Новый образ, перевоплощение, театр………….(актер)**

**6. Эскиз, выкройка, ткань, манекен, подиум……….(модельер)**

**Приложение № 26.**

***Презентация на тему: Особенности профессий типа « Человек – Художественный образ»(Ч-ХО).***

**Слайд № 1.Особенности профессий типа « Человек – Художественный образ» (Ч-ХО).**

Профессии, связанные с творчеством - созданием, проектированием, моделированием произведений искусств, а также воспроизведением, изготовлением различных изделий по эскизу, образцу).

Виды искусства:

- временные   (звуковые (музыка), словесные (литература);

- пространственно-временные (зрелищные (кино, эстрада, хореография, цирк, телевидение, театр), прикладные (декоративно-прикладное, архитектура);

- пространственные (изобразительные (фотография, графика, живопись, скульптура).

**Слайд № 2. «Человек – Художественный образ».**

Профессии данного типа включают:

* профессии, связанные с изобразительной деятельностью,
* профессии, связанные с музыкальной деятельностью,
* профессии, связанные с литературно-художественной деятельностью,
* профессии, связанные с актерско-сценической деятельностью.

Виды деятельности:

* создание, проектирование художественных произведений (писатель, художник, композитор, модельер, архитектор, скульптор, журналист, хореограф);
* воспроизведение, изготовление различных изделий по образцу (ювелир, реставратор, гравер, музыкант, актер, столяр-краснодеревщик);
* «размножение» художественных произведений в массовом производстве (мастер по росписи фарфора, шлифовщик по камню и хрусталю, маляр, печатник).

**Слайд № 3. Склонности и способности.**

Склонности и предпочтения:

* заниматься художественным оформлением;
* заниматься художественным творчеством (живопись, скульптура, фотография, кино и пр.);
* сочинять (стихи, прозу и др.);
* выступать на сцене;
* изготавливать своими руками красивые вещи;
* петь, играть на музыкальных инструментах.
* Выраженные способности:
* яркое воображение;
* образное мышление;
* склонность к творчеству;
* гибкость чувств;
* специальные способности;
* развитость функциональных способностей (слух, зрение, речь, вкус и т.п.).

**Слайд № 4. ПВК профессий типа «Человек - Художественный образ».**

* яркое творческое воображение;
* художественные способности;
* склонность к творчеству;
* образное мышление;
* гибкость чувств;
* развитость функциональных способностей (слух, зрение, речь, вкус и т.п.);
* наблюдательность, зрительная память;
* знание психологических законов эмоционального состояния.

**Слайд № 5. Требования к качествам работника.**

* развитый художественный вкус;
* высокие эстетические ощущения;
* богатое и яркое воображение;
* образная память;
* образное мышление;
* эстетические чувства.

**Слайд № 6.Список профессий.**

|  |  |
| --- | --- |
| Декоратор  Живописец  Скульптор  Ювелир  Дизайнер одежды, интерьера  Парикмахер  Гравер  Фотограф | Повар  Музыкант  Кондитер  Флорист  Писатель  Композитор  Художник  Актер  Архитектор  Искусствовед |

**Слайд № 7. Темперамент и профессия типа «Человек – Художественный образ».**

Меланхоликам подходят следующие профессии: деятель искусств, художник, швея-модельер, копировщик рисунков, композитор, писатель.

Холерикам - артист, режиссер, повар.

**Приложение № 27.**

|  |
| --- |
| **Пианист** |
| **Режиссер** |
| **Фотограф** |
| **Поэт** |
| **Скульптор** |

**Приложение № 28.**



**Приложение № 29.**

Ситуация №1.

Елизавета хорошистка. Учится в 8-м классе и уже задумывается о своем профессиональном будущем. И вот накануне заявила родителям, что она хочет быть юристом.

Ситуация №2.

Артем учащийся 9-го класса. Однажды, придя домой родители поинтересовались, кем бы он хотел стать. Какой профессией овладеть? На что сын отвечает, что он еще не решил, ему все равно и вообще не собирается учиться дальше.

**Приложение № 30.**

1. 2.

3.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | 2. | 3. | 4. | 5. |

5.  4.

***Глоссарий.***

**Арттерапия** - метод, основанный на невербальном выражении чувств. Это обеспечивает более свободное раскрытие подростками своего внутреннего мира и высокий уровень психологической защищенности, комфорта в процессе занятий.

**Востребованность**- необходимость, потребность в ком-либо, чём-либо.

**Интерес –** это индивидуальная психологическая особенность человека, которая характеризуется избирательной направленностью к явлениям действительности.

**Интроверты -** тип личности (или поведения), ориентированный вовнутрь или на себя.

**Мотива́ция**(от лат. movere) **-** побуждение к действию; динамический процесс психофизиологического плана, управляющий поведением человека, определяющий его направленность, организованность, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности.

**Презента́ция** (от [лат.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) *Praesento* - [представление)](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%80%D0%B5%D0%B7%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F_(%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1_%D0%BF%D1%80%D0%B5%D0%B4%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F_%D0%B8%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8)) мультимедийная - набор слайдов и спецэффектов (слайд-шоу), текстовое содержимое презентации, заметки докладчика, а также раздаточный материал для аудитории, хранящиеся в одном файле.

**Противопоказание** (к чему и против чего) - признак, данные, указывающие на вредность, нецелесообразность применения какого-н. средства, действия (обычно в медицине).

**Профессия -** это род трудовой деятельности, требующий определенной подготовки и являющейся обычно источником существования.

**Саморегуляция** (лат. regulare - приводить в па-рядок, налаживать) - это заранее осознанное и системно организованное воздействие индивида на свою психику с целью изменения ее характеристик в желаемом направлении.

**Склонности –** стремление заниматься определенной деятельностью.

**Способности –** это возможность достижения высокого уровня мастерства в том или ином деле.

**Специальность –** это вид занятия в рамках одной профессии.

**Специализация –** это более узкая сфера деятельности в рамках конкретной специальности, приобретение более глубоких знаний и навыков и концентрация деятельности в этой области.

**Темперамент** – совокупность индивидуальных особенностей личности, характеризующих динамическую и эмоциональную сторону его деятельности и поведения.

**Психологическаядиагностика** (психодиагностика) - оценка индивидуально-психологических особенностей личности и психической деятельности человека.

[**Психологическое консультирование**](http://dic.academic.ru/dic.nsf/enc_psychotherapeutic/301/) - профессиональная помощь пациенту в поиске решения проблемной ситуации. Профессиональное консультирование могут проводить психологи, социальные работники, педагоги или врачи, прошедшие специальную подготовку.

[**Психологическая коррекция**](http://dic.academic.ru/dic.nsf/enc_psychotherapeutic/299/) - направленное психологическое воздействие на определенные психологические структуры с целью обеспечения полноценного развития и функционирования индивида.

**Экстраверты** - это тип личности (или поведения), который ориентирован в своих проявлениях вовне, на окружающих.

***Список литературы:***

1. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. С.П.б Питер, 2005г.

2. Афанасьева Н.В.  Профориентационный тренинг для старшеклас-сников «Твой выбор» Санкт – Петербург 2007г.

3. Безус Ж.Н., Жукова Ю.П., Кузнецова И.В. Путь к профессии. Ярославль. 2002г.

4. Бендюков М.А., Соломин И.Л. Ступени карьеры: азбука профориентации. - Спб.: Речь, 2006. - 240 с.

5. Вершинина О.А. Групповые занятия и тренинги со старшеклассниками. (Развитие внимания, воображения,логического мышления). Волгоград, Издательство «Учитель»,2010г.

6. Врублевская М.М., Зыкова О.В. Профориентационная работа в школе: Методические рекомендации. - Магнитогорск: МаГУ, 2004. - 80 с.

7. Игры – обучение, тренинг, досуг… (под ред. В.В. Петрусинского). – М.: Новая школа 1994. – 368 с.

8. Климов Е.А. Как выбрать профессию. – М.: Просвещение, 1984г.

9. Обозова И.С. Возрастная психология: юность и зрелость. ЛНПП «Облик», 2002. 113 с.

10. Прощицкая Е.Н. Практикум по выбору профессии: Учеб. Пособие для 8-11 кл. общеобразоват. Учреждений. – М.: Просвещение, 1995. – 191 с.: ил.

11. Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю. Игры и методики для профессионального самоопределения старшеклассников.

12. Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. - М.: Издательство «Институт практической психологии». Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. – 256 с.

13. Психологическая профилактика и коррекционно-развивающие занятия (из опыта работы)/ авт.-сост. Е.Д. Шваб. – 2-е изд. – Волгоград: Учитель, 2011. – 167 с.

14. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. М., 2005.

15. Рогов Е.И. Выбор профессии: Становление профессионала. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. - 336 с.

16. Технология. Профориентация: Тесты/авт.-сост. И.П. Арефьев. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2005. – 96 с.

***Интернет-ресурсы.***

1. <http://psycabi.net/testy/60-metodika->
2. <http://psycabi.net/testy/369>
3. http://prof-buro.ru
4. http://womanadvice.ru
5. http://proftester.ru
6. http://trepsy.net/prof
7. http://mirrosta.ru
8. http://psyoffice.ru
9. <http://knowledge.allbest.ru>
10. <http://cpms-smol.ru>
11. https://kopilkaurokov.ru