

# профориентационная программа для учащихся 9 -10-х классов

## *Введение.*

### **Введение**

Грустные приметы нашей жизни — ослабление профессиональной школы, отсутствие системы развития персонала предприятий, утрата прежних связей между профессиональным образованием и профессиональным трудом. В то же время всем ясно, что профессиональный выбор, сделанный с учетом таких факторов, как запрос рынка труда, требования профессии к человеку и его индивидуальным особенностям, становится важнейшим условием успешного освоения профессии, гармоничного вхождения в трудовую деятельность, формирования конкурентноспособного профессионала, в конечном счёте — благополучия его семьи.

Проблема выбора профессии стоит перед старшеклассниками всегда, а сейчас она становится особо актуальной в связи с изменениями, происходящими в нашем обществе. О множестве новых профессий школьники практически не имеют информации, да и традиционные профессии претерпевают существенные изменения.

По данным региональных органов по труду, составивших примерный перечень дефицитных специальностей, первую десятку занимают в основном специальности ремесленников и работников сферы услуг. Однако, выпускники нашей школы несколько лет подряд на первое место ставят профессии юриста, экономиста, менеджера. По различным данным (по нашей школе) от 30% до 50% выпускников не имеют ясной жизненной перспективы.

Как показывает анализ реальных жизненных ситуаций, психологически наиболее трудными являются моменты перехода от общеобразовательной школы к сфере профессионального труда.

Предлагаемый подход к решению проблемы своевременного и точного профессионального и личностного самоопределения подростков заключается во введении в школьную учебную программу курса профориентации «Выбор». Курс построен на основе программ «Человек-труд-профессия», «Твоя профессиональная карьера» С.Н. Чистяковой, «Выбор профессии» Е.А. Климова, «Я и моя профессия» Г.В. Резапкиной, профориентационных методик Н. С. Пряжникова и А.П. Чернявской.

Целью предлагаемого курса, помимо предоставления информации о мире профессий и профессиональной ориентации, является и личностное развитие ученика, формирование у него способности соотносить свои индивидуальные

особенности и возможности с требованиями выбираемой профессии. На достижение этих задач направлены психодиагностические тесты, ролевые игры и упражнения, активизирующие самопознание и рефлекссию.

В программе тесты и задания подобраны с учетом особенностей восприятия школьников и позволяют "встраиваться" в систему ценностей современного подростка.

Программа построена с учетом информационной нагрузки школьника. Она не претендует на глубокий самоанализ. Ее цель—дать подростку почувствовать радость самопознания, помочь ему осознать свою неповторимость, задуматься о своем будущем.

В результате этих занятий у учащихся актуализируется процесс профессионального и личностного самоопределения, повышается самооценка, происходит коррекция эмоционального состояния, совершенствуются навыки самопрезентации и уверенного поведения, которые помогут в успешной социальной и профессиональной адаптации.

Занятия проходят в виде уроков, на которых учащиеся знакомятся с необходимыми теоретическими сведениями по основам психологии и профессиоведения, практическими навыками принятия решения, самопрезентации и т. п. Занятия проводятся один раз в неделю.

Специфика курса такова, что исключает традиционные для нашей школы отношения между учителем и учеником и формы преподавания. То, что на других уроках неизбежно — авторитарные способы воздействия, система оценок, контроль усвоения предмета — здесь просто недопустимо. Преподаватель этого курса должен не только любить детей, но и видеть в каждом ребенке личность, заслуживающую внимания и уважения, защищать его интересы, руководствуясь в работе принципом "не навреди". Эффективность усвоения курса следует оценивать по сформированности у учеников способности к осознанному выбору профессии.

### Тематическое планирование курса

<i>№ п/п</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Цели, задачи занятия</i>	<i>Количество уроков</i>	<i>Наименование форм работы</i>
1	Что я знаю о своих возможностях?	Установление контакта с классом; информирование о целях занятий; формирование положительной мотивации	1	Урок
2	Склонности и интересы в выборе профессии	Ознакомление с понятиями «интересы» и «склонности»; определение интересов и склонностей учащихся; определение способов управления интересами и склонностями	1	Урок

3	Классификация профессий	Дать представление о многообразии мира профессий и о его классификации; определить степень информированности учащихся о мире профессий	1	Урок
4	Что я знаю о мире профессий?	Расширить степень информированности учащихся о мире профессий и способах его классификации	1	Урок
5	Оценка профессионального личностного типа	Ознакомление с понятием профессионального личностного типа, расширить представление учащихся о мире профессий, ознакомление с понятием самооценка, определение учащимися своей самооценки	1	Урок
6	Будь готов!	Повысить у старшеклассников уровень осознания своей готовности к различным видам профессионального труда, активизировать самопознание	1	Активизирующая игра
7	Необитаемый остров	Актуализация процесса профессионального самоопределения, расширение границ восприятия самого себя и других людей, пробуждение потребности в самосовершенствовании	1	Тренинговое занятие
8	Мотивы выбора профессии	Знакомство с понятием «мотив», определение мотива выбора профессии, определение уровня развития потребности в достижении	1	Урок

9	Способности и профессиональная пригодность	Ознакомление с понятиями «способность» и «профессиональная пригодность»; обобщение полученных знаний о профессиях; соотнесение этих знаний со своими возможностями	1	Урок
10	Мой выбор	Организация условий для осознания школьниками своего способа распоряжения ресурсами (временем), выявление собственных жизненных приоритетов, ценностей	1	Активизирующая игра
11	Навыки самопрезентации	Ознакомить учащихся с основами самопрезентации	1	Урок
12	Практические навыки трудоустройства	Развитие навыков самопрезентации, актуализация процесса профессионального самоопределения, выработка навыков социально приемлемого поведения	1	Ролевая игра
13	Стажёры-инопланетяне	Познакомить старшеклассников с основными структурными подразделениями различных предприятий и организаций, помочь научиться соотносить качества личности работника с требованиями профессии	1	Тренинговое занятие
14	Достойная эпитафия	Сформировать у учащихся готовность к осознанному планированию жизненной и профессиональной перспективы	1	Активизирующая игра
15	Личный профессиональный план	Обобщение и систематизация приобретённых знаний; обучение правилам составления личного профессионального плана	1	Урок

## Занятие первое

### Что я знаю о своих возможностях?

**Цели занятия:** установление контакта с классом; информирование о целях занятий; формирование положительной мотивации.

Ребята! Вы приступаете к изучению предмета, который не похож на другие. На уроках физики изучают физические законы и явления, на уроках литературы — литературные произведения. На наших уроках вы будете изучать самих себя — свои интересы и склонности, особенности поведения. Это поможет вам лучше разобраться в себе и соотнести свои особенности с требованиями профессий.

#### Упражнение «Знакомство»

Учащимся по кругу предлагается представиться и рассказать немного о себе.

#### Игра «Самая-самая»

Учащимся даётся следующая инструкция:

Сейчас вам будут предложены некоторые необычные характеристики профессий, а вы должны назвать те профессии, которые по-вашему, в наибольшей степени соответствуют данной характеристике. Например. Характеристика – самая денежная профессия. Какие профессии являются самыми-самыми денежными?

Учащимся предлагаются следующие характеристики:

- Самая зелёная профессия;
- Самая сладкая профессия;
- Самая денежная профессия;
- Самая волосатая профессия;
- Самая детская профессия;
- Самая смешная профессия;
- Самая общительная профессия;
- Самая серьёзная профессия.

#### Задание 1

Ответьте на вопросы анкеты.

### Анкета

1. Выбрал(а) ли ты профессию; если да, то какую?
2. Что ты знаешь о своей будущей профессии?
  - а) предмет, содержание и условия труда;
  - б) профессионально важные качества;
  - в) где можно получить эту профессию;
  - г) востребованность этой профессии на рынке труда.
3. Если не выбрал(а), то почему?
  - а) плохо знаю мир профессий;
  - б) плохо знаю свои возможности;
  - в) не могу выбрать из нескольких вариантов;
  - г) не знаю, как выбирать профессию.
4. Что повлияло на твой выбор?
  - а) самостоятельно принял(а) решение;
  - б) посоветовали родители;
  - в) посоветовали друзья;
  - г) влияние оказали занятия с профконсультантом.

К этой анкете мы вернемся через несколько занятий...

В жизни каждого человека наступает момент, когда приходится задумываться над вопросами: "Кто я? Чем отличаюсь от других людей? И чем похож на них?" Ответы на эти вопросы можно искать всю жизнь.

## Задание 2

### Упражнение "Кто Я?"

В течение 10 минут ответьте на вопрос: "Кто Я?", используя для этой цели 10 слов или предложений, не стараясь отобрать удачные или неудачные, важные или неважные характеристики.

Прочитайте, что у вас получилось. Поставьте знак "+" напротив тех ответов, которые вам нравятся; знак "-" — напротив тех, которые не нравятся. Если не можете решить, нравится или нет — поставьте "?".

Наука, которая призвана помочь найти эти ответы, и с основами которой вы будете знакомиться на наших уроках, называется психология.

Кроме удовольствия от самого процесса самопознания вы получите возможность использовать эти знания в решении практических вопросов.

Каждый из вас не только неповторим, но и непознаваем до конца, потому что сложнее человека природа ничего не создала. И одно из самых увлекательных занятий — узнавать что-то новое о самом себе. Наверное, каждому из вас приходилось выполнять тесты, которые часто встречаются на страницах популярных изданий. Одни из них имеют шуточный оттенок, другие заставляют задуматься об особенностях своего поведения.

Область психологии, которая занимается "измерением" различных качеств

человека, называется психодиагностикой. Эта наука требует строгого соблюдения определенных правил. Например, психолог, как и врач, должен соблюдать **конфиденциальность**. Это означает, что информация, полученная с помощью тестов, не может разглашаться без согласия того, кого она касается. Поэтому данные тестирования будут известны только вам — ни учителя, ни родители не смогут узнать о них без вашего согласия.

Второе правило — **искренность**. Полученная информация будет достоверной только в том случае, если вы серьезно и искренне отвечаете на предложенные вопросы и выполняете предложенные задания. Иначе теряется весь смысл тестирования — узнать что-то новое о себе.

Третье правило — **добровольность**. Нельзя никого осчастливить насильно. Для того, что заглянуть в себя, необходимо определенное мужество. Кого-то может испугать возможность узнать о себе что-то новое.

Что касается тестов (по-английски тест — "короткое испытание, проба"), то их применяют для определения способностей человека и прогнозирования его поведения очень давно. Свидетельства о профессиональном отборе встречаются уже в первых письменных источниках. Так, у шумеров (У-1У век до н.э.) была традиция проверки юношей для отбора в военные дружины. Причем проверялись не только сила, быстрота и меткость, но и сила воли и готовность подчиняться вождю. Например, вождь приказывал кандидату выпустить стрелу в его любимую лошадь, и если кандидат проявлял нерешительность, то его не брали в дружину. В Древнем Египте существовала целая система подбора будущих вождей. Тех, кто прошел испытание на способность трудиться, слушать, молчать и находиться долгое время в мрачном подземелье, подвергали испытанию красивой женщиной. Только тех, кто был способен устоять перед ней, допускали к обучению жреческому искусству. Царь Соломон, известный своей мудростью, остроумно решил спор двух женщин, претендующих на одного ребенка — предложил разрезать ребенка пополам. По реакции женщин он сразу понял, кто была истинная мать. Как она повела себя?

Полководец велел своим воинам, уставшим после долгого перехода, напиться из источника. Одни, встав на четвереньки, жадно пили воду. Другие, черпали ее ладонями. Они-то и составили потом отборный отряд.

В прошлом веке английский ученый Ф. Гальтон впервые использовал тесты для измерения умственных способностей человека. С тех пор было создано около 10 тысяч тестов, с помощью которых надеются выяснить все что угодно — от профессиональной пригодности работника до степени его искренности. Но человеческий мозг пока во многом остается тайной, хотя его изучают во всем мире.

И у нас, и за рубежом разработано немало способов, которые помогают людям разобраться в своих проблемах. На наших уроках вы познакомитесь с некоторыми из них.

### Задание 3

**Инструкция:** Используя три геометрические фигуры — треугольник, круг,

квадрат — нарисуйте человечка, состоящего из 10 элементов. Должны быть использованы все три вида фигур. Качество рисунка не имеет значения. Если нарисованы лишние элементы — их надо зачеркнуть, если их не хватает — дорисовать недостающие. Рисунок выполняется трижды. На каждый дается 30 секунд.

Посмотрите, какие разные человечки у вас получились. Большие и маленькие, грустные и веселые; с головами разных форм, с головными уборами и без них; с глазами, ушами и без них; у кого-то в рисунке преобладают треугольники, у кого-то — квадраты или круги. И это все — о вас, о ваших особенностях, о вашем характере. Те, кто прорисовал лицо, более общительны, чем те, кто этого не сделал. Руки и ноги, состоящие из нескольких деталей, говорят о хорошем "ручном" или "ножном" интеллекте их хозяина — возможно, это занятия спортом, танцами, рукоделием, другими видами деятельности, требующими развитой "тонкой моторики".

Подсчитайте, сколько треугольников, кругов и квадратов содержит каждый человечек. Запишите около него полученное трехзначное число. (см. Приложение к занятию 1)

Сегодня вы узнали о возможностях, которые открывает перед вами изучение курса "Выбор".

На каждом уроке вы будете узнавать что-то новое о своих особенностях, научитесь как правильно выбирать профессию. На наших уроках не будет оценок, а успешной сдачей экзамена станет для вас своевременный и точный выбор профессии.

Желаю вам удачи в изучении самого увлекательного предмета — себя самого!

## Занятие второе

### Склонности и интересы в выборе профессии

**Цели занятия:** ознакомление с понятиями "интересы и склонности"; определение интересов и склонностей учащихся; определение способов управления интересами и склонностями.

#### Игра «Профессия на букву»

Смысл данного упражнения — расширение у участников знаний о мире профессионального труда или актуализация уже имеющихся знаний о профессиях.

Данная игровая методика очень компактна и занимает совсем немного времени (от 5—7 до 10—15 минут) и носит разминочный характер. Процедура упражнения следующая:

1. Общая инструкция: "Сейчас будет названа какая-то буква. Наша задача — показать, что мы знаем немало профессий, начинающихся с этой буквы, т.е. показать, насколько мы знаем мир профессий. Каждый по кругу будет называть по одной профессии на данную букву".

2. Ведущий называет первую букву, а участники по очереди называют профессии. Если называется совершенно непонятная профессия, ведущий просит



пояснить, о чем идет речь. Если игрок не может это объяснить, то считается, что профессия не названа и ход передается следующему по очереди игроку (по более жестким правилам, тот, кто не смог назвать профессию, выбывает из игры и выходит на время из игры). При этом совсем не обязательно требовать от участников официальных (безукоризненно "правильных") названий профессий, поскольку на данный момент ни один справочник не является исчерпывающим. Важно хотя бы приблизительно обозначить ту или иную профессиональную деятельность и суметь ответить на уточняющие вопросы.

Желательно больше 5—7 букв не предлагать, иначе игра перестанет казаться увлекательной. При проведении данной игровой методики начинать следует с простых букв, по которым легко называть профессии (буквы: м, н, о...), постепенно предлагая участникам более сложные буквы (ч, ц, я...). При работе с целым классом можно разбиться на 2—3 команды (например, по рядам парт) и уже таким образом выяснить, какая команда является более эрудированной. При этом ведущий должен фиксировать успешность действий каждой команды на доске (например, каждый удачный ответ помечается плюсом, а неудачный — минусом), тогда игра станет более наглядной и интересной.

### Ведущий:

"...Отец любил рассказывать сыну мифы и легенды о героях Гомера, об Ахилле и Гекторе, о могуществе Трои, сожженной и разрушенной. Однажды на Рождество он подарил сыну иллюстрированную "Всемирную историю для детей". Там была изображена охваченная пламенем Троя. "Где находится этот город?" — спросил мальчик. "Никому еще не удавалось найти его", — ответил отец. "Когда я вырасту большой, я найду Троию и сокровища царя!" — воскликнул сын.

Это не красивая легенда: огонь, вспыхнувший в семилетнем возрасте, 'сделал сказку былью". С 14 лет он — ученик в лавке, затем — юнга на корабле. Корреспондент, бухгалтер, основатель собственного торгового дома, банка. За 2,5 года он овладел английским, французским, голландским, испанским, португальским языками. Потом русским — за 6 недель! Затем шведским, польским, новогреческим. Он совершает путешествие вокруг света. Пишет книги. Становится миллионером. Внезапно в 46 лет все бросает и погружается в археологию. Дилетант занялся наукой. Остальное похоже на чудо. Все его сбережения отданы идее. Он трудился без сна и отдыха, преодолевая невероятные препятствия: малярию, неговорчивость рабочих, недоверие ученых всего мира, считавших его, мягко говоря, чудачком. Он буквально следовал детским впечатлениям: начал копать там, где указал Гомер. Переворочил 250 тысяч кубометров земли. И сказка стала действительностью. Руки Германа Шлимана держали сокровища царей, четыре тысячи лет пролежавшие в земле.

Миг, перевернувший душу и определивший жизненный путь...

Вот какая сила заложена в этом загадочном явлении, которое обозначается коротким словом интерес. Интересы побуждают овладевать знаниями, расширяют кругозор, помогают преодолевать препятствия. Интересы различаются по содержанию например, музыкальные, технические и т. п.), по широте (разносторонние и узкие), по глубине (глубокие и поверхностные), по длительности (устойчивые и неустойчивые).

Интересы могут переходить в **склонности** — стремление заниматься определенной деятельностью. Склонность обычно сочетает в себе устойчивый интерес к тем или иным явлениям действительности и устойчивое стремление самому действовать в этом направлении.

Между интересом и склонностью много общего, но есть и различие. Как вы думаете, какое?

Если интересы выражаются формулой "хочу знать", то склонности - "хочу делать". Можно, например, проявлять интерес к кинематографу: с удовольствием смотреть фильмы, читать книги по киноискусству, изучать биографии артистов и собирать их фотографии. Но самому при этом совершенно не стремиться к деятельности в области кино. Можно с увлечением смотреть спортивные соревнования, но не делать даже утренней зарядки.

Конечно, профессию лучше выбирать в соответствии со своими устойчивыми интересами и склонностями. И только в том случае, когда с интересами связаны жизненные профессиональные планы, говорят о профессиональных интересах.

Если интересы и склонности связываются с жизненными планами, то они переходят в профессиональные.

Определить свои интересы и склонности можно с помощью специальных методик (см. Приложение к занятию 2).

## Занятие третье

### Классификация профессий

**Цели занятия:** дать представление о многообразии мира профессий и его классификации; определить степень информированности учащихся о мире профессий.

#### Игра "Цепочка профессий"

Упражнение используется для развития умения выделять общее в различных видах трудовой деятельности. Данное умение может оказаться полезным в случаях, когда человек, ориентируясь на конкретные характеристики труда, сильно ограничивает себя в выборе (как бы "защелкиваясь" на одной-двух профессиях с этими характеристиками, но ведь такие же характеристики могут встречаться во многих профессиях).

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

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

3. При обсуждении игры важно обратить внимание участников, что между самыми разными профессиями иногда могут обнаруживаться интереснейшие общие линии сходства. К примеру, если в начале цепочки называются профессии, связанные с металлообработкой (как в нашем примере), в середине — с автотранспортом, а в конце — с балетом (для подтверждения сказанного приводим пример подобной цепочки: металлург—повар - мясник - слесарь (тоже— рубит, но металл) - автослесарь — таксист - сатирик эстрадный (тоже "зубы заговаривает") -

артист драмтеатра - артист балета и т.д.). Такие неожиданные связи между самыми разными профессиями свидетельствуют о том, что не следует ограничиваться только одним профессиональным выбором, ведь очень часто то, что Вы ищите в одной (только в одной!?) профессии, может оказаться в других, более доступных профессиях...

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

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

### **Ведущий:**

У библиотекарей есть такая заповедь: поставить книгу не на свое место — это значить ее потерять. В библиотеке многие тысячи томов. Но любую из них можно найти за считанные минуты, если все в порядке с классификацией и описанием книжного фонда.

**Классификация** — это осмысленный порядок вещей, явлений, разделение их на разновидности по каким-то важным признакам.

С классификацией вы сталкиваетесь начиная с 1 класса: разновидности частей речи, геометрических фигур, животных, растений...

Во многих тысячах профессий нельзя разобраться без классификации. Можно, конечно, распределить профессии по такому признаку, как первая буква алфавита. Это тоже одна из возможных классификаций. Но пользоваться ею не совсем удобно. Чтобы выбрать профессию по алфавиту, надо прежде каким-то образом узнать ее название. Но ведь в том-то и дело, что выбирающему оно неизвестно. Например, кто-то любит рисовать и хотел бы этим заниматься. Но откуда ему знать, что в производстве тканей есть профессия "копировщик рисунков", а в полиграфии — колорист, ретушер?

Можно распределить профессии по отраслям промышленности. Вот, например, швейная промышленность. Каких только профессий там нет — и модельеры, и наладчики оборудования, и слесари, и художники, и швей-мотористки разных специальностей, и экономисты, и бухгалтеры.

Как можно примерить к своим интересам и склонностям отрасль промышленности? Примерить можно только профессию. Вот почему важно знать классификацию профессий, построенную на основании существенных признаков (по книге Е.А. Климова "Как выбрать профессию").

Каждый вид труда человека включает в себя: предмет труда, цель труда, орудия труда и условия деятельности, и именно они обуславливают эти требования. В соответствии с этими признаками и строится классификация профессий, удобная для профессионального самоопределения. В профориентации широко используется классификация профессора Е.А. Климова.

### **Что может быть предметом труда?**

Типы профессии. По первому признаку — предмету труда — все существующие профессии и специальности можно разделить на пять типов:

"человек-техника", "человек-человек", "человек-природа", "человек-знак" и "человек-искусство".

Для того чтобы освоить определенную профессию и затем успешно трудиться, человек должен обладать конкретными качествами, отвечающими тем требованиям, которые предъявляет эта профессия к человеку. Поэтому очень важно, выбирая профессию, знать эти требования.

Выполнение диагностической методики Е.А. Климова « Дифференциально-диагностический опросник» (см. приложение к занятию 3).

### **Профессии типа "человек-техника". Мышление**

Особенность технических объектов в том, что они, как правило, могут быть точно измерены по многим признакам. При их обработке, преобразовании, перемещении или оценке от работника требуется точность, определенность действий.

Техника как предмет труда представляет широкие возможности для новаторства, выдумки, творчества. Поэтому важное значение приобретает такое качество, как практическое мышление. Техническая фантазия, способность мысленно соединять и разъединять технические объекты и их части — важные условия успеха в данной области.

### **Профессии типа "человек-знак". Внимание**

Мы встречаемся со знаками чаще, чем обычно представляем себе. Это цифры, коды, условные знаки, естественные или искусственные языки, чертежи, таблицы, формулы. В любом случае человек воспринимает знак как символ реального объекта или явления. Поэтому специалисту, который работает со знаками, важно уметь, с одной стороны, абстрагироваться от реальных физических, химических, механических свойств предметов, а с другой — представлять и воспринимать характеристики реальных явлений или объектов, стоящих за знаками. Чтобы успешно работать по какой-нибудь профессии данного типа, необходимо уметь мысленно погружаться в мир, казалось бы, сухих обозначений и сосредотачиваться на сведениях, которые они несут в себе. Особые требования профессии этого типа предъявляют к вниманию.

### **Профессии типа "человек-природа"**

Представителей этих профессий объединяет одно очень важное качество — любовь к природе. Но любовь не созерцательная, которой обладают практически все люди, считая природу наиболее благоприятной средой для отдыха, а деятельная, связанная с познанием ее законов и применением их.

Одно дело — любить животных и растения, играть с ними и радоваться им. И совсем другое — регулярно, день за днем ухаживать за ними, наблюдать, лечить, выгуливать, не считаясь с личным временем и планами. Специалист должен не просто все знать о живых организмах, но и прогнозировать возможные изменения в них и принимать меры. От человека требуется инициатива и самостоятельность в решении конкретных задач, заботливость, терпение и дальновидность.

Какие профессионально важные качества необходимы?

Вы, наверное, замечали, что животные тонко чувствуют состояние человека: боится он или сам представляет угрозу; нервничает или уверен в себе. К одним людям животные относятся с доверием, а других ненавидят или боятся. Исследования показывают, что так же реагируют на людей растения, только эти проявления не столь очевидны.

Человек, работающий в сфере "человек-природа", должен быть спокойным и уравновешенным. Иначе он передаст свое состояние "клиентам". Впрочем, работа, связанная с природой, сама служит средством нормализации состояния человека. Она успокаивает, вносит в душу гармонию, служит источником вдохновения для людей творческих.

### **Профессии типа "человек-искусство"**

Важнейшие требования, которые предъявляют профессии, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельности человека, — наличие способности к искусствам, творческое воображение, образное мышление. И, конечно, талант и трудолюбие. Ваши друзья и близкие могут быть в восторге от ваших литературных, музыкальных или сценических талантов, но объективную оценку может дать только профессионал. Только профессиональный художник может оценить, есть ли у вас талант живописца или графика. Настоящий музыкант или композитор определит, стоит ли вам петь или писать музыку или лучше направить свои усилия в другое русло. Ужас редакторов газет и журналов — графоман, человек, испытывающий маниакальную страсть к писательству при полном отсутствии таланта.

### **Профессии типа "человек-человек"**

Даже выбирая профессию, не связанную непосредственно с общением, вы поступите правильно, если обратите внимание на общительность и контактность. В психологии есть понятие: продуктивное общение. Если вы звоните и просите к телефону Ивана Ивановича, а в ответ слышите "Нет такого" и потом короткие гудки, то такое общение продуктивным не назовешь, потому что вам придется звонить еще раз. В зависимости от темперамента — раздраженно, обиженно или стесняясь своей бестолковости — вы будете выяснять, что значит этот загадочный ответ: то ли вы ошиблись номером, то ли у Ивана Ивановича обед, то ли он в отпуске... Впрочем, может, это вы успели отбить у собеседника на другом конце провода охоту к общению, когда робко сопели в трубку, забыв, что хотели сказать. Поэтому поставим вопрос шире: куда вы обращены — к людям или к себе? С кем бы вы предпочли общаться — с собой или с другими?

Главное содержание труда в профессиях типа "человек-человек" сводится к взаимодействию между людьми. Если не ладится это взаимодействие, значит, не ладится и работа.

#### **Какие качества необходимы для работы с людьми?**

Устойчивое, хорошее настроение в процессе работы с людьми; потребность в общении; способность мысленно ставить себя на место другого человека; быстро понимать намерения, помыслы, настроение людей; умение разбираться в человеческих взаимоотношениях; хорошая память (держать в уме имена и особенности многих людей); умение находить общий язык с различными людьми; терпение.

## Занятие четвертое

### Что я знаю о мире профессий

**Цели занятия:** расширить представление учащихся о многообразии мира профессий и способах его классификации.

#### Игра "Аукцион"

**Инструкция:** Запишите как можно больше профессий, относящихся к различным типам.

Класс делится на 3 команды. От участников требуется называть профессии, относящиеся к определенному типу. Названные профессии записываются на доске (желательно, чтобы каждая команда записывала "свою" профессию "своим" цветом). Выигрывает команда, игроки которой назвали большее число профессий.

Ход игры представляет собой живой диалог ведущего с игроками в условиях дефицита времени на обдумывание. Игра позволяет легко и непринужденно обнаружить степень общей информированности о мире профессий, выявить направленность профессиональных интересов учащихся.

Во время игры многие школьники часто впервые ощущают, насколько мало они осведомлены о мире профессий. Главная задача ведущего — помочь "пожить" какое-то время этим информационным голодом. При этом удлинение и уменьшение интервалов между хлопками, веселые реплики, подсказки ведущего должны способствовать поддержанию высокого темпа игры.

Профессии какой группы было вспомнить легче всего? Как вы думаете, почему?

#### Задание

#### Методика "Формула профессии" (Пряжников Н.С.)

**Инструкция:** Выпишите наиболее привлекательные цели, предмет, средства, условия труда (15-20 минут).

##### 1. Цели труда:

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

##### 2. Предмет труда:

- 2.1. Технические объекты.
- 2.2. Тексты, графики, числа.
- 2.3. Экономика и политика.
- 2.4. Искусство.
- 2.5. Наука.
- 2.6. Растения и микроорганизмы.

- 2.7. Животный мир.
- 2.8. Люди.
- 2.9. Детали и материалы.
  - 3. Средства труда:
    - 3.1. Ручные.
    - 3.2. Механические.
    - 3.3. Автоматические.
    - 3.4. Компьютеры.
    - 3.5. Интеллект.
    - 3.6. Выразительные движения, мимика.
    - 3.7. Творческое мышление.
    - 3.8. Возможности организма и органов чувств.
    - 3.9. Голос, интонация.
  - 4. Условия и организация труда:
    - 4.1. Бытовой микроклимат.
    - 4.2. Помещения с большим числом людей.
    - 4.3. Разъезды.
    - 4.4. Самостоятельность.
    - 4.5. Открытый воздух.
    - 4.6. Экстремальные условия.
    - 4.7. Особые условия.
    - 4.8. Изысканные отношения.
    - 4.9. Работа на дому.

Если вы уже выбрали профессию, подумайте, соответствует ли она наиболее привлекательным для вас характеристикам (см. задание). Если нет — попробуйте сами смоделировать ее по этим признакам.

### **Рефлексия занятия.**

## Занятие пятое

### **Оценка личностного профессионального типа**

**Цели занятия:** ознакомление с понятием личностного профессионального типа, расширить представление учащихся о мире профессий и его классификации, ознакомление с понятием самооценка, определение учащимися своей самооценки.

#### **Игра «Профессия - специальность»**

Данная игровая методика направлена на повышение у участников уровня осознания таких понятий как специализация в рамках той или иной профессии и на расширение информированности о многообразии профессионального труда.

Игровое упражнение может проводиться как в круге (от 6—8 до 15—20 участников), так и в работе с целым классом. По времени оно занимает от 10 до 15—20 минут. Общая процедура следующая:

1. Участникам объясняется, как соотносятся понятия профессия и

специальность: профессия — группа родственных специальностей (например, профессия—учитель, специальность — учитель физкультуры и т.п.).

**2. Инструкция:** "Сейчас будут называться профессии, а вам нужно будет по очереди называть соответствующие специальности".

Если кто-то из игроков называет сомнительные специальности или откровенно ошибается, ему можно задавать уточняющие вопросы. Допускаются небольшие обсуждения и дискуссии. Желательно, чтобы ведущий сам ориентировался в обсуждаемых профессиях, т. е. еще перед игрой сам попытался бы назвать соответствующие специальности.

Можно несколько усложнить игровую процедуру, предложив участникам называть специальности не по очереди, а по принципу "пинг-понга" (только что назвавший специальность игрок сам определяет, кто должен назвать следующую специальность, и т.д.). Такое усложнение хотя и вносит в игру некоторый сумбур, но заставляет многих находиться в творческом напряжении. Откровенно говоря, данное упражнение не является очень интересным, поэтому долго проводить его не следует. Для ведущего важно не упустить момент, когда следует остановиться. Но польза от упражнения несомненна и совсем от него отказываться не следует. По аналогичному принципу можно построить другие игровые упражнения:

**ПРОФЕССИЯ — УЧЕБНОЕ ЗАВЕДЕНИЕ** (называется профессия, а участники должны сказать, где реально можно ее приобрести); **ПРОФЕССИЯ — МЕДИЦИНСКИЕ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ** (для данной профессии);

**ПРОФЕССИЯ—ТРЕБУЕМЫЕ КАЧЕСТВА** (проблема профессионально важных качеств) и т.д.

Для повышения активизирующих возможностей данного упражнения можно разбить группу (класс) на команды и устроить соревнование между ними, кто больше назовет соответствующих названной профессии специальностей (учебных заведений, медицинских противопоказаний, профессионально важных качеств...).

**ВЫБОР ПРОФЕССИИ** (тест Д. Голланда)

Д. Голланд — американский психолог, разработавший модель профессиональных интересов личности. Он условно делит людей и соответственно все профессии на шесть типов (реалистический, интеллектуальный, социальный, конвенциональный, предприимчивый, артистический). Последние одновременно, но в разной степени присутствуют в человеке. Данная методика позволяет определить, в какой степени в человеке проявляется каждый из этих типов.

Представители той или иной профессии — однотипные личности с однородным процессом развития (по Д. Голланду). Определенная профессия привлекает к себе однородные личности, поэтому члены каждой профессиональной группы обладают определенным сходством и во многих ситуациях реагируют одинаково.

Выполнение теста Д. Голланда (см. приложение к занятию 5).

**Ведущий:**

Наблюдая за людьми мы можем заметить, что они ведут себя по-разному: одни всегда уверены в себе, способны отстаивать свою точку зрения в любой дискуссии, критику в свой адрес принимают как конструктивное предложение по совершенствованию своей деятельности; вторые всегда сомневаются в



правильности своих действий, стараются подстроиться под других; третьи часто страдают от чувства собственной неполноценности – «ну, почему я не такой как ..», «ну, почему у меня получаются не так как у...», болезненно реагируют на критику, всегда стараются считаться с мнением других. Как вы думаете с чем связаны такие особенности в поведении людей? Верно, с тем как человек оценивает сам себя – с самооценкой.. Самооценка начинает складываться в детстве и формируется, может изменяться в течении всей жизни человека. Как вы думаете, что влияет на формирование самооценки? Действительно, на формирование самооценки влияет не только то, как мы сами оцениваем себя. Но в большей степени то, как другие оценивают нас, нашу деятельность. Как вы думаете, каким образом влияет низкая самооценка на личность человека? Высокая самооценка? Какой должна быть самооценка для того, чтобы человек чувствовал себя комфортно? Сегодня мы узнаем свою самооценку.

Выполнение темпинг-пробы Шванцванда (см. приложение к занятию 5).

## Занятие шестое

### **Будь готов!**

**Цель:** повысить у старшеклассников уровень осознания своей готовности к различным видам профессионального труда, активизировать самопознание.

#### ***Игра «Цепочка профессий»***

Смысл данного упражнения – расширение у участников знаний о мире профессионального труда, актуализация уже имеющихся знаний о профессиях.

Данная игровая методика очень компактна и занимает совсем немного времени (от 5—7 до 10—15 минут) и носит разминочный характер. Процедура упражнения следующая:

1. Общая инструкция: "Сейчас будет названа какая-то профессия. Каждый участник назовёт профессию на ту букву, которой кончается слово. Каждый по кругу будет называть по одной профессии".

2. Ведущий называет профессию, а участники по очереди называют профессии на букву, которой заканчивается слово. Если называется совершенно непонятная профессия, ведущий просит пояснить, о чем идет речь. Если игрок не может это объяснить, то считается, что профессия не названа и ход передается следующему по очереди игроку (по более жестким правилам, тот, кто не смог назвать профессию, выбывает из игры и выходит на время из игры). При этом совсем не обязательно требовать от участников официальных (безукоризненно «правильных») названий профессий, поскольку на данный момент ни один справочник не является исчерпывающим. Важно хотя бы приблизительно обозначить ту или иную профессиональную деятельность и суметь ответить на уточняющие вопросы.

#### ***ПРОЦЕДУРА ПРОВЕДЕНИЯ***

Учащиеся на чистом листе в клеточку рисуют бланк ответов (см. Приложение к занятию 6), а психолог при этом показывает на доске, как это лучше сделать (см. приложение 1). Затем ведущий разъясняет учащимся инструкцию. Он говорит, что

сейчас учащимся будет предложен перечень различных трудовых действий. Учащиеся должны оценить, смогли бы они на данном этапе своего развития успешно выполнить каждое из этих действий. Для этого нужно использовать для самооценки шкалу от 0 до 16 баллов. Если то или иное действие представляется учащимся трудным, то напротив него ставится невысокий балл. Если они считают, что легко справились бы с этим действием, то напротив ставится высокий балл. Нужно обратить внимание учащихся на то, что здесь идет речь не об их желаниях, а только об их возможностях и способностях. Все баллы проставляются справа от номера утверждения в графе «Самооценка». Ведущий зачитывает «Перечень трудовых действий» (см. приложение 2), а учащиеся на бланках оценивают, насколько они также готовы выполнить каждое из этих действий. Как и при работе с другими активизирующими методиками, психолог может уточнять и комментировать отдельные утверждения. Это отличает данную методику от «настоящих» тестов, где подобные комментарии недопустимы. Следует отметить, что при зачитывании некоторых утверждений, например «Выполнять «грязную» работу (которая может сопровождаться неприятным запахом, пылью, сыростью, шумом)» (№17), целесообразно напомнить учащимся, что речь идет именно об их способностях. Даже если «грязная» работа (или другие явно непривлекательные действия) кому-то очень неприятны, но он всё-таки легко их выполняет, то следует ставить высокий балл. И наоборот, если какое-либо действие нравится, но хорошо выполнять его сейчас человек не может, то в бланк проставляется невысокий балл.

Далее ведущий зачитывает примерные нормы по каждому трудовому действию, отдельно для девушек и отдельно для юношей. Учащиеся же в это время проставляют в бланке ответа в графе «Соответствие норме» баллы своего соответствия этим нормам: если они попадают в норму (включительно), то ставится «0», если больше нормы – «+1», если меньше – «-1». Например, если по первому вопросу кто-то из юношей оценил свои возможности в шесть баллов, а норма для юношей по этому вопросу соответствует интервалу от 4 до 8 баллов, то проставляется «0».

Затем каждый учащийся подсчитывает алгебраическую сумму своих баллов (+1, -1, 0) и записывает её в нижней части бланка ответов. Полученный таким образом результат также сопоставляется с общей для всех нормой. Такой нормой является результат от -5 до +6 баллов.

Если полученный результат попадает в данную норму (включительно), то, скорее всего, общая самооценка подростка адекватная («нормальная»), если результат выше нормы – самооценка несколько завышенная, а если ниже нормы – заниженная. (Конечно, такие выводы о завышенной или заниженной самооценке носят условный характер, ведь некоторые подростки способны с успехом выполнять самые разные действия. Тем более что представленные в методике нормы далеки от совершенства и служат не столько для психодиагностики, сколько для самопознания подростков.) Однако эти выводы о самооценке пригодятся в дальнейшем — при общей оценке готовности учащихся конкретным профессиям.

Ведущий обращается к классу и просит назвать те профессии, готовность к которым учащиеся хотели бы проверить. В результате на доске должен появиться список из 8—12 профессий.

Далее с помощью «Меню профессий» определяется, имеются ли такие профессии в методике, и если имеются, то рядом с выписанными профессиями проставляются их порядковые номера из этого списка. Если тех профессии, которые интересуют подростков, не окажется в списке, то можно по согласованию с

учащимися рассматривать близкие к ним профессии.

В «Меню профессий» включены некоторые виды деятельности, которые традиционно в подобные списки не включают: бомж, бродяга, попрошайка, квартирный вор, проститутка, рэкетир, торговец наркотиками. Но в современных условиях именно такие способы зарабатывания денег вызывают у подростков повышенный интерес, и педагог-психолог должен проявить к этим «профессиям» очень даже нешуточное внимание, иначе такие виды деятельности будут обсуждать с подростками совсем иные «педагоги» и «психологи»... Не нужно бояться говорить с учащимися о подобных «профессиях», ведь все равно подростки живо обсуждают их в своей среде. Так пусть лучше профессиональные психологи держат эти обсуждения хоть под каким-то своим контролем... Психологи мы, в конце концов, или нет!

### **В качестве примера.**

Далее ведущий показывает на примере, каким образом определяется готовность к профессии. Учащиеся повторяют за ведущим соответствующие подсчёты, а в дальнейшем самостоятельно определяют готовность к тем профессиям, которые их интересуют.

Каждый школьник может проверить свою готовность как минимум к четырём профессиям.

Правая часть бланка ответов делится на четыре части, в каждой из которых оценивается готовность к какой-то профессии (в нашем заполненном бланке приведён пример определения готовности к профессии «программист»).

Подробный расчёт готовности к профессии «программист» приведён в таблице «Пример расчёта готовности к профессии «программист». (см. приложение 5)

Сначала в бланк записывается название профессии - «программист». Затем в списке «Набор профессий» (см. приложение 6) отыскивается профессия «программист», где отмечены номера соответствующих данной профессии трудовых действий и значимость этих действий для успешной работы, выраженная в баллах. Всё это записывается в бланк ответов в соответствующую графу.

Далее справа, рядом с показателями значимости действий, записываются те ответы (баллы самооценок), которые ранее выставил в своём бланке учащийся. Например, первое трудовое действие (следить за показаниями приборов) – 7 баллов; третье (выполнять расчеты) — 5 баллов; восемнадцатое (переносить монотонную работу) — 3 балла и т.д. После этого показатели значимости перемножаются на соответствующие баллы самооценок подростка, затем полученные результаты суммируются. Общий показатель готовности подростка к профессии, выраженный в процентах, записывается внизу. Если он ниже 60—70%, то могут возникнуть сомнения в готовности ученика к данной профессии.

Нужно также учесть самооценку подростка. Если она — повышенная, то полученный показатель готовности к профессии «программист» умножается на корректировочный коэффициент 0,7, если пониженная — на 1,3, а если самооценка оказалась нормальной, то никаких корректировок можно не делать. (Естественно, такая корректировка является условной и служит не столько для получения более «объективного» диагноза, сколько для знакомства подростка с логикой размышлений о своей готовности к той или иной профессии.)

В нашем примере первоначальный, невысокий показатель готовности, равный 47%, был умножен на корректировочный коэффициент 1,3, и в итоге получилось 61,1%, что говорит о хорошей готовности к профессии «программист». Аналогичным образом учащиеся самостоятельно подсчитывают свою готовность к

другим, наиболее интересным для себя профессиям. Иногда оказывается, что у кого-то появляется желание рассмотреть таким образом 6—8 и более профессий (тогда учащиеся выполняют расчеты не на бланке ответов, а на дополнительных листочках). Психолог в этом случае просто зачитывает показатели по интересующим подростков профессиям в индивидуальном порядке.

## Занятие седьмое

### Сценарий тренинга «Необитаемый остров»

**Цель:** актуализация процесса профессионального самоопределения, расширение границ восприятия самого себя и других людей, пробуждение потребности в самосовершенствовании.

**Ведущий:** Сегодня у нас немного необычное занятие. Для того, чтобы было удобно и приятно общаться друг с другом, нам необходимо выполнение нескольких несложных правил:

"Здесь и теперь"— важно только то, что с нами происходит в круге; постарайтесь отвлечься от всего, что еще вчера вас сближало или разъединяло, и взгляните по-новому на себя и своих товарищей.

"Умей слушать другого"— не перебивай, не оценивай, не комментируй.

"Храни тайну"— не делай достоянием других то, что касается только присутствующих.

(Правила желательно написать на плакате и закрепить на видном месте.)

Если все будут соблюдать эти несложные правила, каждый сумеет быть самим собой, даже играя избранную роль. И значит, что это позволит вам обогатить себя новым опытом общения, который вы получите на сегодняшнем занятии.

**Разминка.** Для начала я прошу каждого не просто представиться, а изобразить с помощью мимики и жестов какую-нибудь профессию. Остальные постараются ее отгадать. (Упражнение рассчитано на 5-7 минут.)

Участники тренинга по очереди выполняют упражнение. Ученика, которому трудно сразу выполнить это задание, можно пропустить и вернуться к нему тогда, когда более уверенные в себе одноклассники закончат свою работу. Если всем ребятам трудно выполнить упражнение, ведущий показывает, как это делается. Цели тренинга могут быть достигнуты только в атмосфере доверия и непринужденности. Необходимо поощрять даже самые незначительные успехи, причем рекомендуется использовать как вербальные, так и невербальные способы поощрения (мимика и жесты). Критические замечания в адрес участников тренинга недопустимы.

### Упражнение "Мы отправляемся в плавание"

Для проведения этого упражнения необходимо выбрать троих помощников (лучше по желанию). Они выходят за дверь, где им объясняется их роль. Они решают, кого из ребят "взять в плавание". Со словами: "Что ты возьмешь с собой?" они протягивают сидящему рядом ручку или карандаш, и, выслушав его ответ, вслух решают, брать его или нет.

Как правило, карандаш совершает несколько кругов, пока самые наблюдательные сообразят, по какому принципу отбирают путешественников.

Дело в том, что "посвященные" передают карандаш со словами "пожалуйста", а берут со словами "спасибо". Поэтому на самом деле ответы ребят на вопрос "Что ты возьмешь с собой?" не имеют никакого значения. Берется в плавание тот, кто машинально или осознанно говорит "спасибо". Но чтобы остальные не сразу догадались, помощники создают видимость обсуждения — брать или не брать. Если долгое время ребята не могут установить закономерность, можно голосом выделять слова "спасибо" и "пожалуйста". Упражнение развивает наблюдательность, умение слышать другого, заставляет задуматься, насколько естественно для каждого говорить эти простые слова — "спасибо" и "пожалуйста".

**Ведущий:** Представьте, что мы плывем на корабле по Тихому океану. Прямо по курсу — остров. Все уже предвкушают, какие интересные приключения ждут нас на берегу. Неожиданно прибрежные рифы пропарывают обшивку корабля, и он начинает стремительно тонуть. У нас есть только 10 минут, чтобы собрать минимум необходимых вещей и на плоту добраться до острова. У каждого из вас есть список из 20 предметов. Любой из них пригодился бы на острове. Но вы можете выбрать из них только 10 — больше плот не выдержит. Участникам тренинга раздаются бланки, на которых напечатан перечень предметов, из которых нужно выбрать только 10:

#### **Перечень предметов:**

1. Две коробки шоколада.
2. Фляга с ромом.
3. Канистра с горючим.
4. Карта Тихого океана.
5. Канат.
6. Транзистор.
7. Противомоскитная сетка.
8. Брезент.
9. Рыболовная снасть.
10. Топорик.
11. Канистра с водой.
12. Спички.
13. Ружье и патроны.
14. Репеллент (от акул).
15. Зеркало для бритья.
16. Спасательный круг.
17. Бинокль.
18. Спальный мешок.
19. Секстант.
20. Гарпун.

#### Пояснения для ведущего:

Самыми необходимыми предметами являются те, которые служат для

привлечения внимания и помогают выжить до прибытия помощи. Средства навигации в этих условиях имеют второстепенное значение, так как знание места кораблекрушения не может улучшить положение потерпевших. Следовательно, самыми важными являются зеркало для бритвы (для сигнализации воздушным и морским спасателям) и канистра с горючей смесью, а также бинокль.

Вторыми по значимости являются канистра с водой, шоколад и фляга с ромом (для дезинфекции и профилактики возможных болезней).

Третьими по значению можно считать те средства, с помощью которых в ближайшем будущем можно добыть пищу — гарпун, ружье и патроны, рыболовная снасть, а также те подручные средства, которые могут способствовать выживанию (спальный мешок, брезент, топорик, канат).

Противомоскитная сетка не пригодится, так как в Тихом океане нет moskitov. Транзисторный приемник без передатчика практически бесполезен.

Приведенная классификация является приблизительной и допускает изменения при условии достаточной аргументации.

**Ведущий:** Сначала каждый из вас сделает самостоятельный выбор. Затем группа должна принять коллективное решение. Если вы хотите сделать обсуждение более конструктивным, придерживайтесь следующих правил:

— избегайте защиты своих индивидуальных суждений: подходите к задаче логически;

— не надо менять свое мнение только ради достижения согласия; поддерживайте

только решения, с которыми можете согласиться хоть отчасти;

— избегайте таких методов сглаживания конфликтов, как голосование;

— рассматривайте множество мнений не как помеху, а как помощь.

**Ведущий:** Итак, наш плот причалил к берегу, и мы ступили на землю острова. Давайте перенесем вещи на песок и заодно подумаем, как их еще можно использовать. На листочках запишите примеры нетрадиционного применения этих предметов. Через 10 минут каждый прочитает, что придумал.

Кому удалось придумать больше всего таких примеров? Назовите самые неожиданные и остроумные; самые практичные примеры.

После короткого (5 - 7 минут) обсуждения переходим к следующему упражнению.

### **Упражнение "Встреча с аборигеном"**

**Задача** — с помощью мимики и жестов за одну минуту объяснить аборигену, что вы пришли с добрыми намерениями. Стоит напомнить, что в первую минуту общения мы создаём о себе впечатление, которое потом бывает трудно исправить (6 минут).

**Обсуждение:** Удалось ли продемонстрировать уверенное поведение? Возникло ли у "аборигена" ощущение безопасности и доверия к незнакомцу?

**Рефлексия занятия.** Что вам сегодня больше всего запомнилось?

Какие открытия вы сделали?

Что было самым трудным?

Сегодня у нас был очень трудный день. Произошла масса событий, в которых каждый из вас принял непосредственное участие. У вас появилась уникальная

возможность проявить те свои способности, которые в обычной жизни остаются не востребуемыми. Все вы по-разному реагировали на предложенные задания: кто-то выполнял их с удовольствием, кто-то чувствовал неловкость, кого-то они раздражали. Это все — обычные реакции на необычные ситуации. Вас не должно смущать то, что вы воспринимаете какие-то вещи не так, как другие, что вы испытываете разные эмоции по одному и тому же поводу. Вы просто должны осознать это как условие неповторимости каждого человека и всегда помнить об этом, общаясь с людьми.

## Занятие восьмое

### Мотивы выбора профессии

**Цель:** знакомство с понятием «мотив», определение мотива выбора профессии, определение уровня развития потребности в достижениях.

#### Игра «Лучший мотив»

**Цель упражнения:** помочь участникам на практике понять особенности осознанного выбора профессии.

**Инструкция:** "Наша задача - выбрать наиболее правильный мотив выбора профессии, то есть ту главную причину, по которой все люди должны выбирать себе профессию.

Для этого я буду зачитывать по 2 мотива. Вы путем обсуждения и, возможно, голосования должны прийти к мнению, какой мотив лучше"

Список мотивов включает 16 фраз:

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

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

**Ведущий:** При попытке объяснения поведения человека, его поступков мы ищем ответы на вопросы типа: «почему?», «зачем?», «для какой цели?», «ради чего?», «какой смысл?». Обнаружение и описание причин поведения человека и есть ответ на вопрос о мотивах поведения. Мотив - это то, что изнутри побуждает человека к совершению определённых действий. Чем руководствуется человек, выбирая профессию? Что побуждает выбирать его конкретную профессию? Каковы ваши мотивы выбора профессии?

Выполнение анкеты «Мотивы выбора профессии» (см. Приложение к занятию 8).

Следующее задание относится к определению у подростков стремления к достижению успеха и осуществлению намеченных целей. Известно, что существует определенная связь между уровнем этого стремления и результатами деятельности. Определить его можно с помощью анкеты «Потребность в достижении» (см. Приложение к занятию 8).

### **Рефлексия занятия.**

## **Занятие девятое**

### **Способности и профессиональная пригодность**

**Цели занятия:** ознакомление с понятиями "способность" и "профессиональная пригодность"; обобщение полученных знаний о профессиях; соотнесение этих знаний со своими возможностями.

**Ведущий:** Как заметил один шутник, бывают люди, ни на что не способные, а бывают — способные на все. На самом деле понятно, что каждый человек на что-то способен. Может быть, не так уж много дел, в которых он мог бы проявить себя наилучшим образом, но они всегда есть. Чтобы их найти, надо разобраться со своими способностями — выявить их и измерить.

Надо ли этим заниматься? Всегда найдутся люди, уверенные в том, что способности, если они есть, рано или поздно проявятся. Способности, конечно, проявятся, но порой человеку не хватает на это его жизни. Самая большая ошибка при выборе профессии — не знать, на что ты способен.

Если требования, предъявляемые профессией к человеку, совпадают с его личными качествами и возможностями, то говорят о профессиональной пригодности. Профпригодность — это гармония человека и его дела.

Пригодность к профессии характеризуют успешность овладения профессией и удовлетворенность человека своим трудом. Наличием способностей объясняется легкость и быстрота приобретения этих знаний и умений.

Если человек быстро усваивает новые движения и позы, можно ли это считать способностью?

Да, потому что:

- во-первых, это его психологическая способность (двигательная память),
- во-вторых, она способствует его успеху в занятиях, например, танцами,
- в-третьих, эта особенность не сводится к знаниям и умениям.

В основе одинаковых достижений могут лежать разные способности, ведь мы не знаем, сколько труда потратил тот или иной человек.

Мы говорим, что ученик обладает хорошими математическими способностями, если он быстрее, чем другие, усваивает доказательства теоремы,



находит новое решение задачи. Литературные способности проявляются в том, что человек оригинально излагает свои мысли.

### Секреты успеха профессиональной деятельности

Н.А. Добролюбов сказал: "Нет неспособных людей, а есть только неуместные". Слово "неуместные" надо понимать здесь в буквальном смысле — не на своем месте. Значит, и в прошлом веке лучшие умы задумывались о соответствии человека и его профессии.

Нетрудно заметить, что с точки зрения успешности освоения конкретной профессиональной деятельности важными являются не только сложные специальные, но и другие виды способностей. Например, глазомер необходим закройщику, а высокая обонятельная чувствительность — парфюмеру и т.д. Хорошо развитая речевая способность необходима преподавателю, а развитая способность к общению — воспитателю.

В основе развития способностей лежат природные (биологические) предпосылки — задатки. Это некоторые врожденные особенности анализаторов и свойства нервной системы. Задатки не содержат в себе способностей и не служат гарантией их развития — они являются одним из условий формирования способностей.

Задатки многозначны — на основе одних и тех же задатков могут развиваться различные способности в зависимости от характера требований, предъявляемых профессией к человеку. Так, например, хорошее цветоразличение способствует развитию способностей художника и контролера ОТК полиграфического производства или текстильной фабрики.

Развитый музыкальный слух обеспечивает успешность в профессиональной деятельности музыканта-исполнителя, настройщика музыкальных инструментов, является профессионально важным качеством музыкального критика.

Среди прочих других качеств внимания для машинистки наиболее важны его переключение и устойчивость, для газоэлектросварщика — устойчивость, а для контролера ОТК это, как правило, концентрация внимания. Если говорить о мышлении, то для математика важно абстрактно-логическое невербальное (несловесное) мышление и аналитический склад ума, для писателя — хорошее развитие вербального мышления и художественный склад ума.

Таким образом, способности в различных их видах, проявлениях и качествах являются одним из важнейших условий освоения и реализации профессиональной деятельности. Однако они не являются единственным таким условием.

Вторым условием успешности профессиональной деятельности выступают собственно личностные особенности человека:

направленность личности, особенности эмоционально-волевой сферы, темперамента и особенности, сформированные той культурной и социальной средой, в которой росла и развивалась личность.

Представим себе учителя старших классов, обладающего ярко выраженной интровертированностью, малой эмоциональностью, пессимистичностью — его профессиональная успешность представляется весьма проблематичной. Если высокий профессионализм и будет им достигнут — то ценой огромной работы над собой и, что очень вероятно, за счет ухудшения состояния здоровья. Непростым будет и профессиональное становление врача, отличающегося повышенной тревожностью и эмоциональной подвижностью, а также — экстравертированного импульсивного водителя, обладающего выраженной потребностью в двигательной активности.

Важное место среди личностных особенностей занимает направленность личности, т. е. ее потребности, интересы и склонности. Они образуют мотивационный компонент профессиональной пригодности — ту движущую силу, которая побуждает человека реализовывать в конкретной профессиональной деятельности свои способности и личностные особенности.

Каждому человеку свойственны определенные способности. По тому, насколько они соответствуют требованиям, предъявляемым конкретной профессией к человеку, обычно и судят о его профессиональной пригодности.

О профессиональной непригодности человека к определенному труду можно говорить, если у него имеются отклонения в состоянии здоровья, которые будут усугубляться в процессе этой деятельности или мешать ей.

Противопоказания могут быть не только медицинскими. Существует широкий спектр специальностей и профессий, для которых важно иметь специальные способности, причем отсутствие их нельзя компенсировать.

Какие это профессии и какие способности?

Высший уровень профессиональной пригодности подразумевает наличие у человека ярко выраженных качеств. Тогда говорят о призвании.

В том случае если у человека нет необходимых для избираемой профессии способностей, он может пойти по одному из двух путей: либо отказаться от своего выбора и переключиться на что-либо другое, либо вспомнить о замечательном свойстве человеческой психики — компенсации.

Компенсация способностей — это возмещение недостающих или плохо развитых качеств за счет других.

Как вы думаете, каким образом?

Профессиональная пригодность — формируемое качество. Вы знаете, что физически слабый, малорослый А.В. Суворов смог стать выдающимся полководцем, а страдающий дефектом речи Цицерон — знаменитым оратором.

Компенсация — явление необходимое для человека, который хочет добиться высокого профессионализма. Активная учебная деятельность позволяет каждому развить ясность, логичность, самостоятельность мышления.

Важно развивать и волевые качества: решительность, настойчивость, дисциплинированность, уверенность в себе и самообладание.

На какие пять групп делятся профессии по предметам труда? Какие профессии затрагивают два или более предметов труда? Какие не вписываются в эту схему?

### **Задание 1**

Успешность выбора профессии зависит от вашей способности оценивать себя объективно и прогнозировать профессионализм в конкретных видах деятельности: управление, обслуживание, образование, оздоровление, творчество, производство, конструирование, исследование, защита, контроль.

Как вы понимаете значение этих слов? Запишите свои ответы и оцените свои способности к этим видам деятельности по пятибалльной шкале, обведя одну из пяти цифр.

На выполнение задания дается 10 минут, затем вслух зачитываются точные формулировки:

Управление — это руководство чьей-то деятельностью.

Обслуживание — это работа по удовлетворению чьих-то потребностей.

Образование — это процесс передачи знаний и навыков, формирования личности.

Оздоровление — это избавление от болезней и их предупреждение.

Творчество — это создание оригинальных произведений,

Производство — это изготовление какой-либо продукции.

Конструирование — это проектирование деталей и объектов для последующего их производства.

Исследование — это научное изучение чего-либо (кого-либо).

Защита — это охрана от враждебных действий.

Контроль — проверка, наблюдение с целью проверки.

Насколько похожи ваши формулировки на приведенные?

**Ведущий:** Вы попробовали спрогнозировать свою успешность в этих видах деятельности. Насколько точны ваши прогнозы, покажет время, потому что профессиональная пригодность выявляется только в практической деятельности. Наша задача — сузить это поиск, сделать его целенаправленным и осознанным. "Кто" и "что" — это сфера вашей деятельности, то есть то, с чем или с кем вы предпочитаете работать. В предложенной методике этот список в два раза больше, чем в уже известной вам типологии Е.А. Климова: человек, информация, финансы, техника, искусство, животные, растения, продукты, изделия, природные ресурсы. Подумайте, в какой сфере вы хотели бы работать?

## Задание 2

### Матрица выбора профессии

В таблице по горизонтали расположены названия десяти сфер деятельности, а по вертикали — названия десяти видов деятельности (см. Приложение к занятию 9).

Заполните "Матрицу выбора профессии" (см. Таблицу 1), вписав в пустые клетки на пересечении горизонтальных и вертикальных столбцов соответствующие профессии.

"Матрица выбора профессии" — экспериментальная методика, разработанная специалистами Московского областного центра профессиональной ориентации молодежи и психологической поддержки населения. В данном пособии приведены некоторые примеры перспективных профессий. Смысл методики — активизация познавательной деятельности школьников, осмысление ими некоторых характеристик профессии и соотнесение их со своими возможностями.

Поскольку заполнение всей таблицы потребует значительного времени и усилий, целесообразно выполнять это задание в микрогруппах по 3—4 человека, распределив между группами все десять видов или объектов деятельности. На работу в группе отводится 10-15 минут, после чего представитель каждой группы зачитывает список найденных профессий, а остальные учащиеся могут занести эти профессии в свои матрицы, если у них нет возражений. По окончании работы можно зачитать авторский вариант заполнения матрицы (см. Таблицу 2) и сравнить с тем, что получилось у ребят.

## Задание 3

Если вы уже выбрали профессию, найдите ее в таблице. Какая это профессия?

Если еще не выбрали, попробуйте смоделировать ее по двум параметрам:

сфера деятельности и вид деятельности, учитывая свои склонности и способности.

## Занятие десятое

### Мой выбор

**Цель:** организация условий для осознания школьниками своего способа распоряжения ресурсами (временем), выявление собственных жизненных приоритетов, ценностей.

#### Упражнение «Дядюшкино завещание»

**Ведущий:** Ваш дядюшка был очень необычным человеком. Он скончался и оставил вас своим наследником, завещав вам 900 тысяч рублей, но с одним необычным условием. Вы должны в течение одного часа решить, на что вы потратите свои деньги и записать все это в вашей бланке. Вы можете покупать все, что сочтете нужным, придерживаясь современного курса цен.

Участники в течение 15 минут решают, как распределить деньги, записывая свое решение в таблицу:

Дядино завещание, 900 тысяч рублей

1.		СТОИМОСТЬ
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		

**Ведущий:** Деньги – это ресурс, это возможность получить то, что вам нужно, чего хотелось бы. Но деньги, которых у нас нет, – это не единственный наш ресурс. У нас есть другой ресурс – время. 900 – это количество дней, которые у вас остались до начала вступительных экзаменов через 1,5 года.

А теперь проанализируйте, на что вы потратили ваш ресурс: вложили ли вы его в удовольствия, конкретные вещи, образование, недвижимость? Напишите результат вашего анализа под табличкой с вашими тратами – сформулируйте, что явилось главной ценностью при планировании расхода денег.

Считаете ли вы, что инвестировали деньги правильно?

Как именно вы собираетесь распорядиться ресурсом времени, который не мал, но и не слишком велик?

#### Упражнение «Две жизни»

**Ведущий:** Приходя к знакомым в гости или размышляя о своих знакомых, мы иногда делаем вывод о том, что «и я хотел бы жить так же...». Или, напротив, «я ни за что не хотел бы, чтобы у меня была такая жизнь».

Я прошу вас вспомнить и рассказать нам о человеке, жизнь которого кажется вам наиболее удачной счастливой. И вы могли бы пожелать себе похожей жизни. Пять минут на воспоминания, затем расскажите об этом человеке.

(участники тренинга рассказывают, ведущий старается зафиксировать жизненные ценности этого человека, проявляющиеся в его видении и оценке другого)

**Ведущий:** Сейчас я попрошу вас вспомнить и рассказать о знакомом вам человеке, жизнь которого вам ни за что не хотелось бы повторить. Прошу вас вспомнить отнюдь не преступника, алкоголика или другого представителя дна общества, а совершенно нормального человека – но что-то в его жизни вас категорически не устраивает. Расскажите, пожалуйста, об этом человеке, не называя его имени.

(теперь ведущий фиксирует внимание участников на «антиценностях» - на том образе жизни, которого школьник хочет избежать).

После рассказов ведущий говорит: сформулируйте и запишите в тетради свои «цели-плюс» и «цели-минус» - то, что вы хотели бы, чтобы произошло в вашей жизни – и то, что вам решительно не хочется. Можно записывать в зашифрованном виде, главное, чтобы вы помнили, что вам необходимо в жизни, что для вас ценно, а что – неприемлемо.

### **Рефлексия занятия.**

## Занятие одиннадцатое

### **Навыки самопрезентации**

**Цель занятия:** ознакомить учащихся с основами самопрезентации.

**Ведущий:** Самопрезентация — это умение человека подать себя с лучшей стороны, произвести благоприятное впечатление на окружающих и сохранять его.

Самопрезентация происходит независимо от наших желаний. В любом случае мы производим какое-то впечатление на окружающих, хотим мы этого или нет. Но этими впечатлениями можно управлять сознательно.

Важность самопрезентации понимали еще наши предки. Вспомните пословицы и поговорки на эту тему ("Встречают по одежке — провожают по уму", "По одежке протягивай ножки", "По Сеньке шапка", "Не в свои сани не садись" и т.д.)

Как вы понимаете эти пословицы?

Впервые человек сознательно заявляет о себе, требуя внимания к своей персоне, в трехлетнем возрасте. "Я — сам!"— это категоричное высказывание

является девизом кризиса трех лет, когда ребенок стремится к самоутверждению.

Но успешно самопрезентация реализуется далеко не у всех.

Человеку с негативным самовосприятием труднее преподнести себя в выгодном свете. Однако, влияние воспитания и уровня образования, подкрепленное специальными навыками, способно "перевесить" все остальное.

Резюме — информация о ваших профессиональных и личностных качествах, которые могут заинтересовать потенциального работодателя.

### Памятка. Как правильно составить резюме

— текст должен быть четким, предпочтительно отпечатанным на машинке;

— текст необходимо уместить на одной, в крайнем случае, двух страницах;

— будьте как можно точнее в формулировках, помните, что нечеткое описание себя и своих профессиональных возможностей создаст о вас столь же неопределенное впечатление;

— опишите, какой опыт вы имеете, даже если это опыт работы на общественных началах или во время практики в период обучения;

— опыт работы лучше излагать в порядке, обратном хронологическому;

— не стоит указывать ничего негативного о себе, но вы должны быть готовы в позитивном тоне обсуждать эти вопросы в ходе собеседования;

— проверьте, нет ли в тексте орфографических ошибок;

— дайте прочитать текст кому-нибудь еще.

## Задание 1

### Упражнение "Резюме"

В течение 10-15 минут составьте свое резюме. Не забудьте указать следующую информацию:

1. Фамилия, имя, отчество.

2. Дата и место рождения (указать число, месяц, год рождения).

3. Образование (последнее место учебы: название учебного заведения, время обучения с ... по ... специальность и квалификация, номер диплома; курсы повышения квалификации).

4. Дополнительные навыки:

— дополнительное образование (курсы 2-3 месячные);

— знание языков (родной, иностранный);

— компьютерная грамотность (какие программы знает);

— водительские права (на какую категорию машин);

— участие в конференциях и семинарах и др.

5. Опыт работы (начиная с последнего места работы: укажите срок работы, название и адрес организации, в качестве кого работал(а), временно или постоянно, сколько человек было в подчинении и т.п.).

6. Навыки и умения, которые приобретены в процессе работы. Основные черты характера, которые Вы цените в себе. Награды, грамоты, степени,

звания.

7. Для связи: домашний адрес и телефон.

8. Дата и подпись.

## **Как пройти интервью**

Интервью — это беседа с потенциальным работодателем, в ходе которой желательно произвести на него хорошее впечатление.

Далеко не всегда при приеме на работу солидные рекомендации и впечатляющие резюме гарантируют удачу. Главное — это собеседование, или интервью. Это своеобразная психологическая дуэль, в которой обе стороны останутся в выигрыше, если вам удастся найти общий язык с работодателем. От впечатления, которое вам удалось произвести в первые 30 секунд, зависит успех вашего предприятия.

Обдумайте ответы на вопросы, которые вам обязательно зададут.

Какие это вопросы?

Будьте готовы к сюрпризам. Это может быть вполне обычный вопрос, заданный в неожиданной форме: "Какие у вас преимущества по сравнению с другими претендентами?" Не считайте, что в ваших способностях сомневаются. Просто о них недостаточно информированы. Приготовьте краткие и убедительные примеры, свидетельствующие, что у вас есть необходимые для данной вакансии качества. Ваша речь должна быть предельно корректна и стилистически нейтральна.

Чаще всего вакансия достается человеку, который не только компетентен, но и способен устанавливать контакты. Поэтому ваша основная задача — найти общий язык с работодателем, произвести на него благоприятное впечатление.

## **Памятка. Правила поведения на собеседовании**

— Постарайтесь заранее как можно больше узнать об организации, в которую вы нанимаетесь на работу. Если есть возможность, посетите организацию, не привлекая к себе внимания. Взгляните своими глазами, как выглядит офис, как одеты сотрудники, постарайтесь почувствовать дух этой организации. Ведь может случиться так, что она вам совсем не подходит.

— Постарайтесь побольше узнать о характере предстоящей работы. Вопросы о режиме работы, зарплате и прочем вы сможете задать на собеседовании, но если удастся поговорить с рядовыми сотрудниками, то вы узнаете много полезной информации.

— Составьте список всего того, что может вам понадобиться на собеседовании. При встрече надо иметь с собой документы: паспорт, документы об образовании, трудовую книжку, а также ручку и записную книжку.

— Все документы и их копии уложите в приличную папку, на которой написаны ваша фамилия и номер телефона, по которому с вами можно связаться.

— Продумайте заранее ответы на вопросы, которые наиболее часто встречаются на собеседовании.

— Хорошо выспитесь.

— Лучше всего одеться так, как принято в организации, в которую вы идете.

— Если у вас не было возможности оценить, как одеваются сотрудники этой организации, то ваша одежда должна быть достаточно официальной.

— Очень важно прибыть на собеседование вовремя.

— Придя в организацию, осмотритесь вокруг — возможно, вы заметите то, что вам поможет при собеседовании.

— Когда вас пригласят, входите спокойно, без спешки, сохраняя уверенный и деловой вид.

— Пр продемонстрируйте хорошие манеры. Это означает, что вы должны вежливо приветствовать своего собеседника, по возможности назвав его по имени и отчеству, не жевать резинку и не курить во время беседы, показать, что вы внимательно слушаете все, о чем вам говорят, отвечать спокойным ровным голосом и только по делу.

— Заканчивая собеседование, вам следует выяснить, каковы будут ваши последующие действия.

— Постарайтесь закончить вашу встречу в позитивном тоне, подтвердите свою заинтересованность в получении данной работы. Поблагодарите своего собеседника за то, что он уделил вам часть своего времени.

## **Задание 2**

### **Ролевая игра "Интервью"**

В течение 1-2 минут побудьте в роли работодателя и соискателя. В ходе беседы вы можете воспользоваться следующими рекомендациями:

<b><i>О чем может спросить работодатель</i></b>	<b><i>Чего не следует говорить в ответ</i></b>	<b><i>Как лучше ответить</i></b>
<i>Почему Вам нужна именно эта вакансия? Почему Вы считаете, что справитесь с этой работой?</i>	Рассказывать свою биографию	Сообщить о том, что Вы умеете и способны сделать для фирмы на искомом месте
<i>Как бы Вы себя описали? (Охарактеризуйте себя как личность.)</i>	Распространяться о своих религиозных и политических убеждениях, планах на личную жизнь.	Рассказать о себе, делая упор на качествах, которые Вам понадобятся на этом посту.



<p><i>Какой у Вас опыт? Чем Вы можете быть здесь полезны?</i></p>	<p>Перечислять все места, где Вы работали.</p>	<p>Подробнее рассказать о своих достижениях в интересующем фирму направлении.</p>
<p><i>Как Вам удалось справиться с какой-нибудь трудной ситуацией?</i></p>	<p>Сообщать незначительные подробности.</p>	<p>"Мне удалось изменить то-то и то-то, что принесло значительную прибыль фирме".</p>
<p><i>Ваша самая большая слабость</i></p>	<p>Торопиться с самокритикой.</p>	<p>Упомяните недостатки, никак не влияющие на Ваши профессиональные качества.</p>
<p><i>Что Вам известно о нашей компании?</i></p>	<p>"Я собирался навести подобные справки, но руки не дошли".</p>	<p>"Я знаю, чем она занимается и торгует, какое место принадлежит ей в отрасли".</p>
<p><i>У Вас в резюме написано то-то и то-то... Расскажите подробнее.</i></p>	<p>"К сожалению, резюме было мной составлено столет назад, и я уже не помню деталей".</p>	<p>Давайте четкие и короткие ответы по существу. Подготовьтесь подкрепить фактами каждое утверждение.</p>
<p><i>Вы готовы пойти на курсы повышения квалификации?</i></p>	<p>"Нет, это не слишком меня интересует".</p>	<p>"Да, я мечтаю быть в курсе новейших достижений в данной области".</p>

<i>Вам нравится работать в "команде"?</i>	"Я с гораздо большим удовольствием, показал бы, на что способен в одиночку".	"Очень нравится — и вот конкретный пример..." (Приведите.)
<i>Каким Вы себя видите через пять лет?</i>	"Я занимаю должность, созданную специально "под меня".	"Я собираюсь работать все эти годы в вашей фирме и надеюсь, что новые навыки помогут моему продвижению по службе".
<i>Какой стартовый заработок Вас устроит?</i>	"Я готов согласиться на нижний предел зарплаты, положенный для этой должности".	"Мне хотелось бы больше узнать об этой работе и моих обязанностях".

*Ведущий:* Что вы чувствовали, находясь в роли работодателя и соискателя работы?

Довольны ли вы результатами собеседования?

Изменилось ли ваше отношение к выбору профессии и трудоустройству?

### Памятка. Как получить хорошую работу в новой России

1. За получение хорошей работы нужно бороться. Никто вам ничего не должен.

2. Различие между "везунчиком" и неудачником определяется тем, как они ведут свои дела, а не какими-то внешними факторами, вроде кризиса на рынке труда.

3. Чем больше времени вы потратите на определение того, чем вы выгодно отличаетесь от десятка других людей, тем выше ваши шансы.

4. Если вам окончательно ясно, какая именно работа вам нужна, объясните это всем вокруг. Чем больше людей об этом знают, тем больше шанс найти именно то, что надо.

5. Солидные фирмы стремятся нанимать победителей — преподнесите себя как подарок судьбы их фирме.

6. Не жалейте времени на поиск новой работы: тратьте на это по 40 и более часов в неделю. Хорошую работу имеет тот, кто способен ее упорно искать.

7. Настраивайтесь на то, что вы можете получить сотни отказов. Это

нормально. При правильном настрое очередной отказ не будет выбивать вас из колеи. Возможно, ваша новая попытка станет успешной.

## Занятие двенадцатое

### Практические навыки трудоустройства

**Цель:** развитие у учащихся навыков самопрезентации, актуализация процесса профессионального самоопределения, выработка навыков социально приемлемого поведения.

#### Упражнение "А вот и Я"

Упражнение в шуточной форме позволяет смоделировать некоторые элементы собеседования при приеме на работу и при поступлении в учебное заведение и, таким образом, повысить уровень готовности поступающих к подобным собеседованиям.

1. Участникам игры объясняется ее общий смысл — проверить и повысить свою готовность к прохождению собеседования при трудоустройстве. Предполагается, что итоги собеседования являются решающим фактором зачисления на работу или поступления на учебу.

2. Каждый участник на отдельном листочке выписывает 5—7 самых главных правил поведения для поступающего и 5—7 главных правил проведения беседы для члена приемной комиссии, которые позволили бы ему не ошибиться при выборе претендента. (Целесообразность включения в игру роли руководителя (члена Приемной комиссии) объясняется тем, что претендент на работу или поступающий в учебное заведение должны понимать позицию руководителей фирмы (заведения), а также лучше осознавать, чего от них ожидают при собеседовании. Все это повышает шансы претендента произвести хорошее впечатление и быть зачисленным). На это отводится примерно 5—7 минут.

3. Все садятся в круг. Ведущий предлагает двум игрокам-добровольцам выполнить первое игровое задание: в течение 7—10 минут разыграть сценку собеседования. Сразу же уточняется, кто будет играть претендента на вакантное место, а кто руководителя заведения.

4. После этого обязательно следует уточнить, что это за заведение (конкретный вуз, фирма и т.п.), а также, какая именно вакансия предлагается для претендента, т.е. о чем пойдет речь. Желательно, чтобы заведение и вакантное место в нем был и достаточно престижным и, но в то же время реалистичными для трудоустройства. Уточнить это должен игрок, изображающий руководителя.

5. Другой игрок — претендент — сразу же уточняет, какими основными характеристиками и качествами обладает его герой, например, его возраст, образование, пол, жизненный опыт и т.п.

6. Во время проигрывания остальные участники внимательно наблюдают за действиями руководителя и претендента, отмечая для себя, насколько их действия соответствуют выписанным на их листочках правилам поведения для руководителя и претендента.

7. После первого проигрывания всем (включая главных игроков) дается задание: по 5-балльной шкале оценить успешность действий отдельно для претендента и для руководителя.

8. Первое слово предоставляется главным игрокам. Сначала они по очереди называют свои оценки (и самооценки), а потом кратко комментируют их, не забыв соотнести свои оценки с выписанными ранее правилами поведения для руководителя и для претендента. После этого могут кратко высказываться и остальные участники. Желательно завершить первое обсуждение за 5—7 минут. При наличии большего времени можно даже быстро подсчитать, сколько баллов набрали руководитель и претендент по оценкам остальных игроков.

### **Упражнение "Советчик"**

Данное упражнение является не столько игрой, сколько специально организованной упрощенной процедурой группового экспертирования с элементами игры.

Целью процедуры является получение обобщенных представлений о профессиональном будущем каждого из участников на основании групповых рекомендаций, сделанных товарищами-одноклассниками.

Процедура включает следующие этапы:

1. Все участники вырывают из тетрадей чистые листочки.
2. Листочки кладутся вертикально и делятся на три равные колонки, т.е. учащиеся делают бланк (см. Таблицу 1).
3. Каждый участник выписывает в своем бланке фамилии и имена всех присутствующих в классе (или в группе) под диктовку ведущего. Важно, чтобы все присутствующие были выписаны в одном и том же порядке.
4. Всем дается задание, напротив каждой фамилии (включая собственную) проставить наиболее подходящие профессии и соответствующие учебные заведения, которые можно было бы порекомендовать данному человеку. Желательно не пропускать никого. Желательно также относиться к этому заданию как можно серьезнее и не писать глупости. На все это отводится примерно 5—7 минут.
5. Ведущий собирает листочки и начинает подведение итогов. Берется первый листочек и зачитывается первая по списку фамилия. Сразу же зачитывается рекомендуемая профессия и учебное заведение. После этого берется второй листочек, зачитывается эта же фамилия и соответствующие рекомендации и т.д. После того, как зачитывается всё по первому человеку, ведущий переходит ко второму и т.д.

Таблица 1.

Образец бланка для упражнения "Советчик"

Ф.И.О. всех уч-ся в классе (в строго определенном порядке и по номерам)	Рекомендуемая профессия	Рекомендуемое учебное заведение (или место работы) после школы
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7. и т.д.		

*Примечания:* Всем присутствующим ведущий может посоветовать, повнимательнее прислушаться к советам своих товарищей, а что-то может для себя и пометить в тетрадях. К сожалению, и здесь возможны глупые шутки, когда кто-то “рекомендует” своим товарищам “туалеты чистить” и т.п. Ведущий просто это не зачитывает и не обращает на это никакого внимания.

Если все же окажется, что кто-то в классе попросит не зачитывать рекомендации своих одноклассников, то ведущий должен спокойно удовлетворить эту просьбу, предложив по желанию после урока самому посмотреть на советы, которые выписали ему товарищи.

## Рефлексия занятия

### Занятие тринадцатое

## Стажёры-инопланетяне

*Цель:* Познакомить старшеклассников с основными структурными подразделениями различных предприятий и организаций, помочь научиться соотносить качества личности работника с требованиями профессий.

Ещё до того как будет объявлено название игры, следует выбрать двух добровольцев на главные роли.

Далее оглашается название игры и ведущий дает учащимся следующую инструкцию.

Планета Земля недавно установила контакт с другой цивилизацией. Начался период интенсивного изучения друг друга: наши специалисты посещают открытую планету, а специалисты оттуда прилетают к нам. Представьте, что два специалиста-инопланетянина, изучающие профессии, прибывают на какое-либо типичное земное предприятие (учреждение, фабрику, завод, фирму). Они хотят не только понаблюдать за работой различных профессионалов, но, по возможности, и сами попробовать поработать, как бы «постажироваться». Посмотрим, насколько это получится у наших гостей из космоса. В роли инопланетян выступят два наших добровольца, а все остальные будут исполнять роли руководителей различных служб предприятия. Что это за предприятие, мы определим с вами немного позже.

После этого все вместе (и руководители, и инопланетяне) уточняют, какое предприятие (учреждение, фабрику, завод, фирму) они хотели бы рассмотреть в игре. Ведущий записывает название этого предприятия на доске и обязательно уточняет, что именно производит данное предприятие.

Далее участники вместе определяют, какие основные службы функционируют на данном предприятии. Ведущий может подсказать учащимся названия типичных подразделений: дирекция, планово-экономический отдел, бухгалтерия, отдел кадров, отдел сбыта и снабжения, транспортная служба, охрана и т.п.

Необходимо учитывать интересы учащихся, их ориентацию на определенные профессии.

В зависимости от профиля организации могут быть выделены: вычислительный центр, конструкторские отделы, конкретные производственные цеха и участки, а также склады, столовые, рекламные службы, пожарная охрана и даже социально-психологические подразделения.

Ведущий выписывает названия 10 – 15 таких подразделений на доске в таблице (пример заполненной таблицы для предприятия «Автомобильный завод» см. в приложении). Можно также отдельно представить основные структуры предприятия в виде несложной схемы, но на доске основные подразделения (и соответствующие профессии) обязательно должны быть представлены в виде перечня. Ведущему следует помнить, что из-за ограниченного времени игры просто невозможно записать все возможные службы, поэтому рассматривается лишь то, что интересует учащихся.

После этого двум главным игрокам (инопланетянам) предлагается выйти на 2—3 минуты в коридор и подумать над тем, какой внешний облик имеют инопланетяне. По условию игры он не должен сильно отличаться от облика жителей нашей планеты. Рост инопланетян не может превышать трех метров, а вес — пятисот килограмм. Затем игроки должны быстро и схематично нарисовать на доске, как они выглядят, и кратко рассказать о некоторых своих особенностях (достоинствах и недостатках).

Пока инопланетяне находятся в коридоре, ведущий с оставшимися игроками обсуждает, каким образом можно определить готовность инопланетных существ к работе на земле. Для этого он быстро рисует на доске необычное существо и предлагает одному из учащихся представить себя на месте начальника службы нашего предприятия. Этот учащийся должен попытаться объяснить, сможет ли такое существо успешно

трудиться в его службе.

Далее приглашаются «инопланетяне», быстро рисуют свое изображение на доске, кратко объясняют, что они изобразили, и отвечают на уточняющие вопросы. Ведущий должен проследить за тем, чтобы вопросов было немного, иначе игра превратится в пресс - конференцию.

После этого игроки высказываются о пригодности стажеров-инопланетян к работе по земным профессиям.

Сначала говорят «руководители» подразделений. Порядок высказывания следующий:

- учащийся просит слова (поднимает руку, как это часто делается и на «взрослых» производственных совещаниях);

— называет свое подразделение (он выбирает его самостоятельно из перечня, записанного на доске);

— говорит, смогут ли инопланетяне работать по типичной для данного подразделения профессии, и обязательно объясняет, почему он так считает.

В таблице, нарисованной на доске, ставятся соответствующие знаки напротив конкретных подразделений (например, если, по мнению «руководителя», инопланетяне не подходят для данной профессии, то ставится знак «минус», если подходят — «плюс», а если мнение неопределенное — знак вопроса).

Далее по этому поводу кратко могут высказаться и остальные игроки (насколько они согласны с доводами только что выступившего «руководителя»).

Только потом, в завершение, кратко высказываются и основные игроки: смогут они работать в качестве стажеров по рассматриваемой профессии или нет и почему. В таблице, нарисованной на доске, ставятся соответствующие знаки напротив конкретных подразделений (например, если по мнению инопланетян, они не подходят для данной профессии, то ставится знак «минус», если подходят — «плюс», а если мнение неопределенное — знак вопроса).

Свое мнение может выразить и ведущий, корректируя ошибочные представления учащихся. Но если их мнения и обоснования окажутся в основном верными, то

ведущему лучше промолчать. Мнение ведущего также отмечается в отдельной колонке в таблице.

Разобравшись с одной профессией, ведущий предлагает перейти к другому подразделению и просит кого-нибудь выступить в роли «руководителя» и т.д.

Обычно за одну игру удается рассмотреть 7—10 профессий.

Необычная игровая инструкция, а главное, использование необычных «возможностей» привносят в занятие дополнительный интерес и интригу. Если в ходе игры будут возникать шутки и смех, следует отнестись к ним с пониманием, ведь сама игра провоцирует воображение. Спокойно надо относиться и к ситуации, когда главные игроки (инопланетяне), «хохмы ради» изобразят на доске нелепое существо — затем может оказаться, что и для него подойдут некоторые профессии. Естественно, шутки могут касаться представленных образов инопланетян и существующих земных профессий, но не должны быть направлены на личности участников. Ведущий должен обязательно следить за этим.

Если учащиеся проявят пассивность и не будут стремиться выступать в

роли «руководителей» подразделений, ведущий может использовать следующие приемы. Уважительно обращаться к конкретным учащимся по именам и отчествам, например: «А что нам скажет Иван Иванович, начальник транспортного отдела?» Не нужно «застрывать» на каком-то подразделении, если оно не вызывает интереса.

В заключение игры участники обсуждают, явилась ли в целом удачной «стажировка» инопланетян на земле. Часто обнаруживается, что даже инопланетяне (сильно отличающиеся от обычных людей) все-таки пригодны для многих земных профессий.

**Пример заполненной таблицы для предприятия «Автомобильный завод»**

Подразделения и профессии автомобильного завода	Мнения инопланетян	Мнения класса	Мнения ведущего игры
Цех сборки автомобилей	+	+ + + - -	?
Испытательный полигон	+ ?	+ + +	+
Отдел технического контроля	+	+	+
Планово-экономический отдел	+	+	+
Администрация предприятия	- ?	- - ?	?
Бухгалтерия	+	+ -	+
Охранное подразделение	+	. + + ?	+
Столовая	- ?	? - - - -	-

**Занятие четырнадцатое**  
**Достойная эпитафия**

**Цель:** Сформировать у учащихся готовность к осознанному планированию жизненной и профессиональной перспективы.



Участники рассказываются в круг и ведущий “загадочным голосом” рассказывает такую притчу:

Говорят, где-то на Кавказе есть старое кладбище, где на могильных плитах можно встретить примерно такие надписи: " Сулейман Бабашидзе. Родился в 1820 году, умер в 1858 году. Прожил 3 года...", или "Нугзар Гаприндашвили. Родился в 1840 году, умер в 1865 году. Прожил 120 лет..." Далее ведущий может спросить у группы: "Что на Кавказе считать не умеют? Может со смыслом делались эти приписки на могильных плитах? А с каким смыслом?".

После обсуждения ведущий разъясняет учащимся, что смысл приписок состоит в следующем: таким образом односельчане оценивали насыщенность и общую ценность жизни данного человека. (Данный пример в несколько видоизмененном виде взят из книги Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. - Киев: Наукова думка, 1984. - 208 с., где авторы разводят время паспортное (физическое) и время психологическое. Протяжённость последнего зависит от смысла жизни человека. Авторами развивается также идея "событийного подхода" в планировании и оценке жизненных и профессиональных перспектив.)

**Ведущий:** Сейчас мы совместными усилиями составим рассказ о некотором человеке, который в наше время (например, в 1995 году) закончил школу и стал жить дальше, прожив ровно до 75 лет. Каждый должен будет по очереди назвать важное событие в жизни данного человека — из этих-то событий и сложится его жизнь. Обращаю особое внимание на то, что события могут быть внешними (поступил туда-то, поработал там-то, сделал то-то), а могут быть и внутренними, связанными с глубокими размышлениями и переживаниями (например, некоторые люди стали великими, почти не выходя из своего дома...). Желательно предлагать события, соответствующие реальности (без всяких встреч с инопланетянами и прочими "веселыми ребятами-суперменами").

В конце игры каждый попробует оценить, насколько удалась жизнь главного героя, насколько она оказалось интересной и ценной: каждый как бы сделает приписку на могильной плите нашего главного героя, сколько же лет он прожил не по паспорту, а по-настоящему.

Ведущий называет первое событие, например, “наш герой окончил среднюю школу с двумя тройками”. Далее, остальные игроки по очереди называют свои события. Ведущий должен проследить за тем, чтобы никто не подсказывал и не мешал очередному участнику. Если участников игры немного, целесообразно пройтись по второму кругу, т.е. дать каждому участнику возможность назвать и по второму событию.

Когда последний игрок называет свое событие, предполагается, что главный игрок умирает в 75 лет, согласно условию игры.

Ведущий предлагает всем немного подумать и по очереди, и пока без каких-либо комментариев, просто сказать, сколько лет можно было бы

приписать на могильной плите героя. Все по очереди называют свои варианты (лет, прожитых не напрасно).

Далее ведущий предлагает прокомментировать названные годы тем игрокам, которые назвали наибольшее и наименьшее количество лет для главного героя. Здесь возможна небольшая дискуссия, в которой ведущему совсем не обязательно высказывать свою точку зрения (или хотя бы подождать с этим, дав возможность высказаться остальным участникам). Довольно часто многие игроки оценивают судьбу первого героя не очень высоко, называя 20, 30, 45 и т.п. лет (хотя по паспорту — 75). Нередко группа высказывает желание “еще разок попробовать”. Но часто и после второго проигрывания (даже с несколько иным героем) получается не очень-то интересно. Обычно при втором проигрывании группа начинает излишне фантазировать и многие, потом сами заявляют, что “все это не похоже на правду — чушь какая-то (или "...мрак какой-то")...”. Таким образом, построить интересную жизнь даже в воображении оказывается совсем непросто.

Завершить игру можно напоминанием о том, что события бывают внешние и внутренние (нередко игра получается неинтересной как раз потому, что называются в основном внешние события, и жизнь оказывается похожей на биографию для отдела кадров). Ведущий предлагает каждому по очереди назвать какое-нибудь действительно интересное и достойное событие, которое могло бы украсить любую жизнь.

Немного подумав, участники игры по очереди называют такие события. Задача ведущего — не столько критиковать (а многие по-прежнему называют внешние события), сколько хвалить игроков, поощряя их вообще размышлять об этом.

Можно даже предложить участникам “задание на дом”: “Если у Вас будет соответствующее настроение, то тихо и спокойненько подумать, какие события могли бы украсить конкретно ваши будущие жизни”.

Если позволяет время, после завершения игры можно попросить игроков на отдельных листочках выписать 15—20 основных событий жизни некоего воображаемого героя (мальчика или девочки — определяет сам игрок), который так же окончил школу в настоящее время и прожил (по паспорту) 75 лет, после чего внизу каждый должен просто написать, сколько же он прожил в психологическом смысле. Опыт показывает, что это дополнительное задание выполняется большинством игроком очень серьезно и заинтересованно.

По опыту проведения данной игры, типичный сценарий жизни примерно такой (для девушек): после школы поступает в институт (часто в экономический или юридический); в институте знакомится с парнем, встречается" (иногда появляется ребенок); ссорится с парнем; знакомится с иностранцем (реже с “новым русским”) и, почти всегда,— уезжает за границу (Европа—Америка); как ни удивительно, часто попрощается через

некоторое время в Россию; далее очень просто — устраивается на работу, работает...; иногда — снова выходит замуж, создает семью; очень часто — появляются внуки; часто ближе к старости — пишет мемуары; умирает обычно в окружении любящих детей и внуков. Для молодых людей (парней) жизненный сценарий примерно такого же плана, только чаще едут не за границу, а в Сибирь или на Дальний Восток, а потом “открывают свое дело” и зарабатывают огромные деньги (“состояния”) Иногда случается, что главный герой получает богатое наследство, но часто его “проматывает”. Нередко на каком-то этапе (ближе к зрелому возрасту) спиваются, ссорятся с сыном, но потом обычно мирятся и также умирают в окружении любящих родственников... Таким образом, можно предположить, что даже в коллективном рассказе часто проецируются (проявляются) реальные проблемы, присутствующие в типичных отношениях подростков с родителями и сверстниками. И хотя игра служит не столько для проекции и рефлексии этих отношений, но совсем не учитывать (недооценивать) этого при ее проведении не следует. Особый такт надо проявлять при оценке качеств жизни главных героев (при назывании психологического времени, характеризующего насыщенность и общую ценность смоделированной в игре жизни). Иногда ведущему следует даже немного подыграть участникам, самому назвав больше психологических лет для главного героя, чем он того заслуживает.

## Занятие пятнадцатое

### Личный профессиональный план

**Цели занятия:** обобщение и систематизация приобретенных знаний; обучение правилам составления личного профессионального плана.

**Ведущий:** На предыдущих занятиях вы познакомились с особенностями своей личности; учились ориентироваться в мире профессий и соотносить требования профессии со своими личностными особенностями. Вы накопили опыт, который поможет вам правильно выбрать профессию. Попробуйте теперь составить прогноз относительно своей будущей профессиональной деятельности, используя данные диагностики, соотнося их с требованиями своей будущей профессии. Для этого необходимо внести данные диагностики в подготовленный бланк.

Бланк «Прогноз»

Карта интересов	ДДО	Голланд	Мотивы выбора профессии	Само-оценка	Потребность в достижении	Профессия	Прогноз

**Ведущий:** Сегодня вы составите представление о своей профессиональной деятельности на ближайшее и отдаленное будущее, так называемый личный профессиональный план.

Профессиональный план — не вещь, а представление, поэтому его построение зависит от склада ума, характера и опыта человека. Планы могут быть смутными, отрывочными или полными, ясными; устойчивыми или изменчивыми, реалистическими или фантастическими. Отдельные части планов могут быть согласованными или несогласованными. Ошибки, пока они еще только в планах, исправимы. Важно их вовремя заметить.

Постарайтесь при составлении личного профессионального плана проявить максимум самостоятельности. Правда, одной самостоятельности мало, нужен строительный материал. Это — те знания о себе и о мире профессий, которые вы получили на наших занятиях. Осознанным выбор может стать только тогда, когда учитываются все обстоятельства дела.

Подлинно свободный выбор — это выбор с учетом реальных возможностей и ограничений. Свободен тот, кто предвидит возможность среди ограничений. Еще более свободен тот, кто ищет и находит пути преодоления ограничений, скрытые возможности решения поставленных задач.

Человек в отличие от компьютера решает стоящие перед ним задачи не строго по порядку, перебирая возможные варианты, а иначе. Выполнив, скажем, первое действие, человек не обязательно берется за второе, он сначала мысленно прикидывает, предвосхищает возможный результат. Поэтому к излагаемому порядку действий при проектировании будущего профессионального пути надо относиться именно как к примерному.

В жизни человека представления о близком и далеком будущем играют такую же важную роль, какую проложенный штурманом на карте курс играет в движении морского судна или самолета. Будет ли судно наткнуться на неожиданные мели, забредать в непредусмотренные гавани или нет, зависит от четкости, ясности, подробности и обоснованности этого плана.

Планируя свою профессиональную карьеру, необходимо выделить следующие моменты:

- 1) главная цель (кем хочу стать, чего достичь, каким хочу быть);
- 2) цепочка ближних и дальних конкретных целей;
- 3) пути и средства достижения ближних целей;
- 4) внешние условия достижения целей;
- 5) внутренние условия достижения целей;
- 6) запасные варианты и пути их достижения.

### **Задание**

Представьте, что вы — режиссер. Какой фильм о своей будущей жизни вы бы сняли? В каком жанре (боевик, комедия, мелодрама)? Каких актеров пригласили бы на главные роли? Напишите сценарий этого фильма (15 -20 минут). Прочитайте вслух, если хотите.

## Рефлексия занятия

Сегодня последнее занятие нашего курса. Вы многое узнали за это время, совершили множество личных открытий. Прошу вас оценить то, что вы получили на этих занятиях и свой собственный вклад в них, ответив на несколько вопросов.

- Какие изменения в вас произошли за это время?
- Как повлияли наши занятия на ваш выбор?
- Что нового удалось узнать о себе и о мире профессий?
- Что вы хотите пожелать себе, своим друзьям, родителям?

*Приложение к занятию 1*

## Идеографический тест (модификация методики Э. Махони)

**Нарушение условий задания** означает тревожность, озабоченность. Отсутствие треугольников — нежелание доминировать над другими. Отсутствие кругов — слабо развита способность к сопереживанию. Отсутствие квадратов — неконструктивное поведение.

### Интерпретация рисунков.

#### Предпочтение фигур.

**ТРЕУГОЛЬНИК.** Склонность к организаторской деятельности, доминированию, стремление к успеху, повышенный уровень притязаний. Устойчивость к стрессу, быстрота, решительность, активность.

**КРУГ.** Легко устанавливает поверхностные контакты. Возбудимый, истощаемый, мягкий, чувствительный тип.

**КВАДРАТ.** Интровертированный тип, последовательность в принятии решений, склонность к техническим видам деятельности.

**НЕТ РУК ИЛИ НОГ** — защитные реакции, отказ от контактов. **РУКИ ИЛИ НОГИ СОСТОЯТ ИЗ НЕСКОЛЬКИХ ЭЛЕМЕНТОВ** — высокая двигательная активность, хорошо развитый "ручной интеллект"; склонность к занятиям спортом, танцами, рукоделием (тонкая моторика).

**РУКИ ПОДНЯТЫ ВВЕРХ** — агрессия.

**ПРЕДМЕТ НА ГОЛОВЕ** — тревожность, скрытая агрессия.

**ПРЕДМЕТ НА ЖИВОТЕ** — заботливость.

**ЛИЦО** — непрорисованное — снижена потребность в общении; прорисованное — общительность, эмоциональность.

**ТОЛЬКО ГЛАЗА ИЛИ УШИ** — тревожность.

**ГОЛОВА** — в норме в виде круга. Разные головы на трех рисунках или в виде треугольника и квадрата — протестные реакции.

**НАЛИЧИЕ ШЕЙ** говорит о чувствительности, ранимости, обидчивости.

**РАСЧЛЕНЕННОЕ ТЕЛО ИЛИ ЕГО ОТСУТСТВИЕ** — психотравмирующий фактор.

**МЕЛКИЙ РИСУНОК, ОСОБЕННО РАСПОЛОЖЕННЫЙ В НИЖНЕЙ ЧАСТИ**

ЛИСТА — заниженная самооценка, скованность.

Подсчитывается количество треугольников, кругов и квадратов и записывается в виде трехзначного числа.

К ПЕРВОМУ ТИПУ относятся все формулы, начинающиеся на 9, 8, 7 и 6. Это люди с высоким уровнем притязаний, стремлением к доминированию, и хорошими коммуникативными способностями. У них сильная нервная система. Они разбираются в людях, умело классифицируют и перерабатывают информацию. Тип руководителя, хорошие преподаватели.

ВТОРОЙ ТИП. Формулы, начинающиеся на 5. Это ответственный исполнитель, обладающий организаторскими способностями. Профессионал, до мелочей продумывающий свою деятельность. Неконфликтен. Интуитивен. Проявляет высокую требовательность к себе и другим, часто работают за пределами своих возможностей. Характерна психологическая защита по типу самообвинения. Склонны к заболеваниям психосоматического характера.

ТРЕТИЙ ТИП. Формулы, начинающиеся на 4. Тревожно-мнительный тип. Отличается разнообразием интересов и талантов. Возможны трудности адаптации, склонность к индивидуальной работе. Нерешительность, неуверенность в себе, ранимость. Свойственны сомнения в своих силах и возможностях, несмотря на то, что у него получается все, за что берется.

ЧЕТВЕРТЫЙ ТИП. Формулы, начинающиеся на 3. Тип ученого. Легко абстрагируется от реальности, рационален, объективен. Свойственна спонтанность и противоречивость поведения и деятельности. Продуктивен в условиях жесткой регламентации. Хорошо переключается с одного вида деятельности на другой. Психологическая защита по типу рационализации.

ПЯТЫЙ ТИП. Формула начинается на 2. Интуитивный тип. Отличается чувствительностью и истожаемостью нервной системы. Стремление к приукрашиванию, эстетизации действительности. Интерес к искусству и человеку. Легко вживается в различные социальные роли. Тонко чувствует все новое и необычное. Отзывчив. Не выносит посягательств на свою свободу.

ШЕСТОЙ ТИП. Формула начинается на 1. Эмотивный тип. Изобретатель, конструктор, художник. Эмоционален. Одержим оригинальными идеями. Самооценка неустойчива. Демонстративность в поступках. Обладает богатым воображением. Также, как интуитивный тип, часто живет по своим законам, не приемлет контроля со стороны, предпочитает самоконтроль.

СЕДЬМОЙ ТИП. Отсутствие кругов. Противоположность эмотивному типу. Эмоциональная холодность, неспособность понять переживания других людей. Но при этом прекрасные организаторские способности: может заставить других людей работать эффективно.

*Приложение к занятию 2*

### **Методика "Карта интересов"**

**Инструкция:** На предложенные вопросы дайте ответ таким образом: если нравится то, о чем говорится в утверждении, то в бланке для ответов поставьте рядом с этим утверждением знак "+", если не нравится — "-"; если сомневаетесь — поставьте "0".

Запишите те направления профессиональной деятельности, по которым

набралось большее количество баллов.

Материалы к заданию.

### **Методика "Карта интересов"**

Профессиональные интересы проявляются в эмоционально окрашенном отношении личности к предпочитаемому труду и в стремлении больше узнать о нем. Они могут формироваться на основе учебных интересов, многообразных увлечений и склонностей, проявляющихся во внеурочное время. Активные и устойчивые интересы перерастают в склонность — стремление к занятию понравившейся деятельностью. Одно дело — интересоваться новинками радиотехники, наблюдать за работой мастера, а другое — попытаться самому разобраться в устройстве, например, магнитофона, починить его или собрать какой-либо прибор.

Таким образом, для того, чтобы интересы закрепились и получили свое развитие, необходимо приобщать учащихся к определенным видам деятельности. Например, у школьника появился интерес к моделированию. Успешные занятия в соответствующем кружке будут способствовать закреплению этого интереса и положительного отношения к выполняемой работе.

Характерными признаками наличия интереса являются познавательная активность и положительные эмоциональные реакции.

Познавательная активность выражается в постоянном стремлении воспринимать, познавать интересующий предмет, думать о нем. Эмоциональные реакции проявляются в увлеченности практической деятельностью, которая сопровождается такими чувствами, как радость, глубокая удовлетворенность в случае успеха или огорчения при неудаче.

По предметной направленности интересы могут быть техническими, гуманитарными, художественными и др. Существует и более тонкая дифференциация интересов к различным видам научной и практической деятельности, искусства, спорта.

Интересы и склонности в какой-либо области знаний или практической деятельности не всегда переходят в профессиональные. Они становятся профессиональными только в том случае, если с ними связаны жизненные планы человека. Развитие интересов и склонностей учащегося — это длительный процесс, который предполагает:

- 1) повышение информированности об интересующем предмете деятельности (чтение специальной литературы, подготовка рефератов, докладов, сочинений о выборе профессии, участие в днях открытых дверей и др.);
- 2) практическую деятельность с учетом возрастных особенностей (факультативные занятия по предметам, кружковая работа, занятия в специальных детских школах и т. д.);
- 3) самопознание и развитие индивидуальных качеств (анализ устойчивости и степени выраженности интересов и склонностей, их соответствие профессиональным намерениям, индивидуальным особенностям).

### **Описание методики**

"Карта интересов" состоит из 78 вопросов, обращенных к учащемуся с целью узнать, как распределяются его интересы.

Во время проведения исследования экспериментатор должен дополнительно следить за эмоциональными реакциями школьников на различные утверждения.

**Инструкция.** Дайте ответ следующим образом: если нравится то, о чем

говорится в утверждении, то поставьте рядом с этим утверждением знак "+", если не нравится — "-"; если сомневаетесь — поставьте "0".

### **Любите ли вы, нравится ли вам, хотели бы вы?..**

1. Читать книги по занимательной физике, занимательной математике.
2. Читать об открытиях в химии.
3. Выяснять устройство электроприборов.
4. Читать технические журналы.
5. Узнавать о жизни людей в разных странах.
6. Знакомиться с жизнью растений и животных.
7. Читать произведения мировой литературы.
8. Обсуждать политические события в стране и за рубежом.
9. Читать книги о жизни школы.
10. Знакомиться с работой врача.
11. Создавать уют в доме, классе, школе.
12. Посещать театры, музеи, выставки.
13. Читать книги о войнах и сражениях.
14. Читать об открытиях в физике и математике.
15. Выполнять домашние задания по химии.
16. Исправлять бытовые электроприборы.
17. Посещать технические выставки, знакомиться с новинками техники.
18. Ходить в походы, изучать родной край.
19. Изучать зоологию, ботанику, биологию.
20. Читать критические статьи по литературе.
21. Участвовать в школьных делах.
22. Объяснять товарищам домашнее задание.
23. Читать о том, как люди борются с болезнями.
24. Шить, вышивать, готовить.
25. Читать об искусстве.
26. Принимать активное участие в жизни школы.
27. Проводить опыты по физике.
28. Проводить опыты по химии.
29. Читать статьи о радиотехнике.
30. Собирать и ремонтировать механизмы (часы, велосипед).
31. Собирать коллекцию минералов.
32. Работать в саду, на огороде.
33. Письменно излагать свои мысли.
34. Читать книги по истории.
35. Рассказывать детям сказки, играть с ними.
36. Ухаживать за больными.
37. Помогать дома по хозяйству.
38. Принимать активное участие в концертах, выставках.
39. Участвовать в военно-спортивных играх.



40. Посещать дополнительные занятия по физике и математике.
41. Готовить химические растворы, проводить опыты.
42. Ремонтировать компьютеры.
43. Изготавливать модели кораблей, самолетов.
44. Участвовать в географических и геологических экспедициях.
45. Наблюдать за живой природой.
46. Изучать иностранный язык.
47. Выступать с докладами на исторические темы.
48. Организовывать общешкольные мероприятия.
49. Ухаживать за детьми.
50. Делать разные покупки.
51. Беседовать с другими людьми об искусстве.
52. Заниматься в спортивных секциях.
53. Участвовать в физико-математических олимпиадах.
54. Решать задачи по химии.
55. Выполнять работы с измерительными приборами.
56. Выполнять работы по механике.
57. Разбираться в географических, геологических картах.
58. Проводить опыты по биологии.
59. Обсуждать прочитанные книги и увиденные фильмы.
60. Изучать политику и экономику других стран.
61. Обсуждать вопросы воспитания и обучения.
62. Знакомиться со строением человеческого организма.
63. Убеждать людей в чем-либо.
64. Знакомиться с историей искусств.
65. Быть организатором в походах и играх.
66. Производить математические действия.
67. Отмечать химические явления в природе.
68. Разбираться в радиосхемах.
69. Выполнять чертежи.
70. Производить топографическую съемку местности.
71. Ухаживать за животными.
72. Выступать с докладами по вопросам литературы.
73. Знакомиться с историей культуры.
74. Давать объяснения младшим школьникам.
75. Изучать причины возникновения различных болезней.
76. Знакомиться, общаться с разными людьми.
77. Участвовать в спектаклях, концертах.
78. Соблюдать режим дня.

### Бланк для ответов

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26

	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39
	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65
	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78
+													
-													

**Обработка результатов.** Тринадцать колонок в бланке — это тринадцать направлений профессиональной деятельности (1. физика и математика; 2. химия; 3. радиотехника и электроника; 4. механика и конструирование; 5. география-геология; 6. биология; 7. филология; 8. история и политика; 9. педагогика и воспитание; 10. медицина; 11. домоводство; 12. искусство; 13. спорт и военное дело). По каждой из колонок подсчитывается арифметическая сумма плюсов и минусов. Вопросы сгруппированы таким образом, что первые два в каждом вертикальном столбце дают возможность выяснить, есть ли у школьника желание ознакомиться с той или иной областью знаний и видом деятельности. Вторые два означают стремление к углубленному познанию предмета своих интересов, а последние два — практическую деятельность в этой области.

### Памятка.

#### Как управлять своими интересами и склонностями.

1. Цели, которые мы ставим перед собой, должны быть достижимыми.
2. Что происходит, когда нам предстоит взяться за скучную работу? Мы заранее знаем, что она скучна. Действует установка, как, например, в цирке. Клоун только вышел, а мы уже смеемся. Потому, что у нас установка на веселье. Однако установку можно изменить по собственной воле. Если вообразить, что это будет интересно, то внутренне настроишься на интересную работу, а это как раз и нужно на первых порах.
3. Одной установки мало. Надо приложить чуть-чуть старания (после психологической подготовки сделать это легче) и выполнить работу более тщательно, чем всегда. Потому что тщательность — основной источник увлечения работой. Если внимание не сосредоточено полностью на работе, она покажется скучной, т. к. интерес — это и есть сосредоточение внимания.
4. Сколько времени надо работать, чтобы сформировался интерес? Теоретически даже один поступок может стать основой полезной привычки. Но не всегда. Некоторые психологи на основании наблюдений утверждают, что для образования привычки нужно три недели. Вернее всего, опыт по формированию у себя интереса необходимо продолжать до первого успеха и дальше.

5. Интересы и склонности проявляются и формируются только в работе. Поэтому не ждите, когда проявится интерес, а активнее включайтесь в разнообразную деятельность. Только так можно выявить и сформировать интересы и склонности.

Приложение к занятию 3

ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНО-ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ОПРОСНИК  
(Е.А. КЛИМОВА)

С помощью этого опросника определяется *степень выраженности у подростков интересов к разным группам профессий*. Таких групп выделено пять в зависимости от объектов, с которыми человек предпочитает иметь дело (природа, техника, люди, знаковые системы, художественные образы).

**Инструкция**

«Предположим, что после соответствующего обучения вы сможете выполнять любую работу. Однако, если бы вам пришлось выбирать только одну из двух возможностей, какой вид деятельности вы предпочтете?»

Ниже предложено 20 пар утверждений, обозначенных индексами А, Б, раскрывающими в краткой форме различные виды деятельности. Внимательно прочитав оба утверждения, выберите то, которое соответствует вашему желанию. Выбор нужно сделать в каждой паре утверждений. Для этого в бланке ответов обведите кружком номер выбранного вами ответа».

Бланк ответов:

п	Т	Ч	З	Х
1А	1Б	2А	2Б	3А
3Б	4А	4Б	5А	5Б
6А	*****	6Б	*****	7А
*****	7Б	8А	*****	8Б
*****	9А	*****	9Б	*****
10А	*****	*****	10Б	*****
11А	11Б	12А	12Б	13А
13Б	14А	14Б	15А	15Б
16А	*****	16Б	*****	17А
*****	17Б	18А	*****	18Б
*****	19А	*****	19Б	*****
20А	*****	*****	20Б	*****

Вопросы:

**Что бы вы выбрали?**

- А) Ухаживать за животными;  
Б) Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать).
- А) Помогать больным людям, лечить их;

- Б) Составлять таблицы, схемы программы вычислительных машин.
3. А) Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок  
Б) Следить за состоянием, развитием растений.
4. А) Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т.п.);  
Б) Доводить товары до покупателя (рекламировать, продавать).
5. А) Обсуждать научно-популярные книги, статьи;  
Б) Обсуждать художественные книги (пьесы, концерты).
6. А) Выращивать молодняк (животных какой-либо породы);  
Б) Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий  
(трудовых, учебных, спортивных).
7. А) Копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты);  
Б) Управлять каким-либо грузовым (подъемным или транспортным) средством: подъемным краном, трактором, тепловозом.
8. А) Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т. д.);  
Б) Художественно оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов).
9. А) Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику), жилище;  
Б) Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках.
10. А) Лечить животных;  
Б) Выполнять вычисления или расчеты.
11. А) Выводить новые сорта растений;  
Б) Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины или одежду, дома, продукты питания и т. п.).
12. А) Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, поощрять, наказывать;  
Б) Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок).
13. А) Участвовать в работе кружков художественной самодеятельности;  
Б) Наблюдать, изучать жизнь микробов.
14. А) Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты;  
Б) Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах.
15. А) Составлять точные описания, отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.;  
Б) Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые или представляемые).
16. А) Делать лабораторные анализы в больнице;  
Б) Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение.
17. А) Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий;  
Б) Осуществлять монтаж зданий или сборку машин, приборов.
18. А) Организовывать культпоходы сверстников младших (в театры, музеи),

экскурсии, туристские походы и т. п.;

Б) Играть на сцене, принимать участие в концертах.

19. А) Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания;

Б) Заниматься черчением, копировать чертежи, карты.

20. А) Вести борьбу с болезнями растений, вредителями леса и сада;

Б) работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе, наборной машине и др.).

### **Обработка результатов**

После заполнения бланка ответов подсчитайте число обведенных кружком ответов в каждом вертикальном ряду (таких рядов пять в соответствии с типами профессий). Это число и будет показателем склонности к одному из типов профессий:

П — Человек-Природа,

Т — Человек-Техника,

Ч — Человек-Человек,

З — Человек—Знаковая система,

Х — Человек—Художественный образ.

Все значения могут быть от нуля до восьми баллов. Максимальное количество баллов в определенной степени указывает на преобладающее проявление профессиональных склонностей к данной группе профессий.

При получении одинакового количества баллов (шесть-семь) к двум и более группам профессий можно делать вывод о том, что интересы выражены во всех этих областях.

При получении четырех-пяти баллов к трем и более типам профессий можно говорить о том, что ваши интересы широки, не ярко выражены и ваши профессиональные склонности осознаются вами недостаточно.

### **Интерпретация результатов**

#### **1. Человек-Природа**

Вас, видимо, могут заинтересовать профессии, труд в которых направлен на объекты живой природы: животный мир, растения, микроорганизмы.

Человеку, выбирающему профессию типа «Человек-Природа», необходимы любовь к животным и растениям, хорошее воображение, наблюдательность, физическая выносливость, высокая работоспособность.

Примеры профессий этого типа:

агроном, биолог, биохимик, механизатор, садовод, животновод, тепличница, птицевод, зоотехник, ветеринар, семеновод, ботаник и др.

#### **2. Человек-Техника**

Вас, видимо, могут заинтересовать профессии, связанные с техникой, различными техническими системами, машинами, механизмами, аппаратами, объектами неживой природы.

Человеку, выбирающему профессию типа «Человек-Техника», необходимы физическая и психологическая выносливость, хорошее зрительное и слуховое восприятие, развитое образное и пространственное мышление, хорошая

координация движений.

Примеры профессий этого типа:

шофер, токарь, слесарь, инженер-конструктор, киномеханик, инженер-радиотехник, инженер-строитель и др.

### **3. Человек-Человек**

Вас, видимо, могут заинтересовать профессии, труд в которых направлен на человека. Эти профессии связаны с обучением, воспитанием, обслуживанием людей, с руководством людьми, профессии типа «Человек-Человек».

Человеку, выбирающему профессию такого типа, необходимы высокие моральные качества, вежливость, выдержка, общая культура, доброжелательность, внимательность, общительность.

Профессии этого типа требуют от человека умений устанавливать и поддерживать контакты с людьми, понимать людей, разбираться в их особенностях, подготовки к какой-либо области производства, науки, техники, искусства.

Примеры таких профессий:

работник медицины, юрист, работник культуры, педагог, тренер, журналист, работник сферы обслуживания и др.

### **4. Человек—Знаковая система**

Вас, видимо, могут заинтересовать группы профессий, труд в которых направлен на обработку информации, представленной в виде условных знаков, цифр, формул, текстов, графиков, на создание систем условных знаков, на оформление документов и схематическое изображение объектов.

Человеку, выбирающему профессию типа «Человек—Знаковая система», необходимы устойчивое внимание, хорошая память, аккуратность, дисциплинированность, усидчивость, способность к логическому мышлению.

Примеры профессий этого типа:

программист, наборщик, кассир, экономист, геодезист, бухгалтер, телеграфист, библиограф, фармацевт, секретарь-машинистка, ученый-теоретик и другие.

### **5. Человек—Художественный образ**

Вас, видимо, могут заинтересовать профессии, направленные на художественные объекты или условия их создания. Сюда относятся специальности, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью.

Профессии типа «Человек—Художественный образ» требуют развитого художественного вкуса, воображения, фантазии, эмоциональности, наблюдательности, способностей к художественному творчеству.

Примеры профессий этого типа:

художник-оформитель, музыкант, фотограф, ювелир, ретушер, хореограф, маляр, вышивальщица, расписчик дерева, керамики, архитектор, садовод-декоратор и др.

## Тест Д. Голланда

### Инструкция:

«Ниже попарно представлены различные профессии. Ваша задача — из каждой пары выбрать одну профессию «для себя», в бланке ответов отметить, что же выбрано — «а» или «б» (для этого поставьте знак «+» или «-» в соответствующем столбике).

Если вам не подходит ни одна из двух профессий, поставьте себя в ситуацию вынужденного выбора: из двух зол выбирайте меньшее».

№ п/п	а	б	№ п/п	а	б	№ п/п	а	б
1			14			27		
2			15			28		
3			16			29		
4			17			30		
5			18			31		
6			19			32		
7			20			33		
8			21			34		
9			22			35		
10			23			36		
11			24			37		
12			25			38		
13			26			39		

А теперь можно отвечать:

1. а) инженер-строитель, б) конструктор;
2. а) электротехник, б) санитарный врач;
3. а) токарь, б) наборщик;
4. а) фотограф, б) заведующий магазином;
5. а) чертежник, б) дизайнер;
6. а) философ, б) психиатр;

7. а) редактор научного журнала, б) адвокат;
8. а) лингвист, б) переводчик художественной литературы;
9. а) педиатр, б) статистик;
10. а) спортивный врач, б) фельетонист;
11. а) нотариус, б) снабженец;
12. а) перфораторщик, б) карикатурист;
13. а) политический деятель, б) писатель;
14. а) садовник, б) метеоролог;
15. а) водитель автобуса, б) фельдшер;
16. а) инженер-электронщик, б) секретарь-машинистка;
17. а) маляр, б) художник по дереву или металлу;
18. а) биолог, б) глазной врач;
19. а) телеоператор, б) режиссер;
20. а) гидролог, б) ревизор;
21. а) зоолог, б) главный зоотехник;
22. а) математик, б) архитектор;
23. а) инспектор детской комнаты, б) счетовод;
24. а) учитель, б) профсоюзный лидер;
25. а) воспитатель, б) художник по керамике;
26. а) экономист, б) заведующий отделом;
27. а) корректор, б) критик;
28. а) заведующий хозяйством, б) дирижер;
29. а) радиооператор, б) физик-ядерщик;
30. а) наладчик, б) монтажник;
31. а) агроном-семеновод, б) менеджер;
32. а) закройщик, б) декоратор;
33. а) археолог, б) эксперт;
34. а) научный работник музея, б) консультант;
35. а) ученый, б) актер;
36. а) логопед, б) стенографист;
37. а) врач, б) дипломат;
38. а) главный бухгалтер, б) директор;
39. а) поэт, б) психолог.

### **Обработка и анализ результатов.**

Закончив отвечать на вопросы, воспользуйтесь ключами, данными для каждого типа отдельно. Соотнесите ваши результаты с содержанием ключа. За каждое совпадение с ключом присваивайте соответствующему ответу балл. Вам необходимо подсчитать общую сумму баллов по каждому из типов.

Заключение о ведущем типе можно делать в том случае, если по шкале набрано не меньше пяти баллов. Анализ производится по всем шкалам. Окончательный вывод делается по типам, набравшим максимальное количество баллов.

### **Ключи:**

1. Реалистический тип:



1а, 2а, 3а, 5а, 11а, 15а, 17а, 19а, 29а, 30а, 31 а, 32а.

2. Интеллектуальный тип:

1б, 6а, 7а, 8а, 14б, 18а, 20а, 21а, 24а, 29б, 33а, 34а, 35а.

3. Социальный тип:

2б, 6б, 9а, 10а, 15б, 18б, 23а, 24а, 25а, 34б, 36а, 37а, 39б.

4. Конвенциональный тип:

3б, 9б, 11а, 12а, 16б, 20б, 23б, 26а, 27а, 30б, 33б, 36б, 38а.

5. Предприимчивый тип:

4б, 7б, 11б, 13а, 19б, 21б, 24б, 26б, 28а, 31б, 35б, 37б, 38б.

6. Артистический тип:

4а, 5б, 8б, 10б, 12б, 17б, 22б, 25б, 27б, 28б, 32б, 39а.

### **Описание типов:**

1. Вас можно отнести к **реалистическому** типу. Такой человек предпочитает занятия, связанные с конкретными объектами — вещами, инструментами, животными, машинами. Предпочитает занятия, требующие двигательных навыков, ловкости, конкретности. Избегает руководящих ролей и любой другой деятельности, в которой необходимы контакты с людьми. Охотно избирает профессии механика, инженера, электрика, агронома, садовника, шофера и т.д.

2. Вас можно отнести к **интеллектуальному** типу.

Такой человек отличается чувствительностью и богатым воображением. Предпочитает размышлять о проблеме, а не заниматься практической реализацией той или иной идеи. Ему нравится решать задачи, требующие абстрактного мышления. Выбирает научные профессии: биолог, ботаник, астроном, физик.

3. Вас можно отнести к **социальному** типу. Такой человек при решении проблем опирается больше на эмоции и чувства, чем на интеллектуальные ресурсы. Избегает «мужских» ролей, требующих моторных навыков, занятий с механизмами.

Наиболее, предпочитаемые области — обучение и лечение: врач, учитель, психолог. Добивается успехов в основном в сфере общения, управления, искусства и учебы.

4. Вас можно отнести к **конвенциональному** типу.

Такой человек трудно приспосабливается, и ему нравятся занятия пассивного характера и специальности, требующие четко структурированной деятельности, которая позволяет точно установить, что правильно, а что нет. Предпочитает профессии, связанные с канцелярией и вычислениями: машинопись, бухгалтерия, экономика. Слабый оратор и руководитель, его решения зависят от окружающих людей.

5. Вас можно отнести к **предприимчивому** типу.

Такой человек предпочитает «мужские» руководящие роли. Ему не нравятся занятия, связанные с ручным трудом, а также требующие усидчивости и большой концентрации внимания. Выбирает профессии типа: заведующий, директор, телеоператор, товаровед, артист, дипломат, журналист.

6. Вас можно отнести к **артистическому (креативному)** типу.

У такого человека хорошо развиты интуиция и воображение. Ему присущи сложные взгляды на жизнь, гибкость, независимость решений. Его не привлекают

«мужские» виды деятельности, такие, как спорт, авторемонт и т. д. Предпочитает занятия творческого характера: музыку, рисование, литературное творчество, фотографирование и т. д. Часто добивается больших успехов в искусстве.

### Темпинг-проба Шванцванда

Для выполнения темпинг-пробы Шванцванда необходимо приготовить бланки, для этого понадобятся тетради или листочки в клеточку. Нужно начертить 4 прямоугольника длиной в 24 клеточки, шириной в 4 клеточки. В каждом прямоугольнике отчертить столбец шириной в 4 клеточки. Этот столбец разделить горизонтальной линией на 2 строчки. Каждая строчка получится длиной в 2 клеточки. В первой строчке первого прямоугольника напишите П1, во второй – Д1. В первой строчке второго прямоугольника напишите П2, во второй – Д2. И т.д.

**Инструкция:** по моему сигналу вы начнёте ставить крестики в первом прямоугольнике в каждой клеточке. Не останавливайтесь, не отвлекайтесь. По моему сигналу вы остановитесь. Сейчас напишите в П1 сколько вы предполагаете поставить крестиков. Начали! (После выполнения). Посчитайте количество поставленных крестиков и напишите это число в Д1.

**Примечание:** Аналогично даётся инструкция для заполнения всех остальных прямоугольников. На выполнение каждого задания отводится 20 секунд. Но при выполнении третьего задания даётся 18 секунд, однако, испытуемые не должны знать об этом. Перед выполнением данной процедуры, при подготовке к данному занятию, ведущему желательно потренироваться в выполнении этой процедуры.

**Обработка результатов:** Подсчитывается коэффициент самооценки по формуле:

$$K = \frac{(П2 - Д1) + (П3 - Д2) + (П4 - Д3)}{3}$$

1 К 3 – уровень адекватной самооценки (для взрослых);

1 К 5 - уровень адекватной самооценки (для школьников);

3 К 7 – завышенная самооценка;

0 К 1 – заниженная самооценка;

К = 0 – человек, остановившийся в развитии (бесперспективный руководитель);

К 0 – комплекс неполноценности.

***Бланк темпинг-пробы***

П1	
Д1	
П2	
Д2	
П3	
Д3	
П4	
Д4	

Приложение 1.

Бланк ответов.

Ф.И.О. учащегося \_\_\_\_\_ класс: \_\_\_\_\_ дата: \_\_\_\_\_

Номера действий	Самооценка	Соответствие норме	Четыре профессии	
			1. _____	2. _____
1.			1. _____	2. _____
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.			3. _____	4. _____
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				
32.				
33.				
34.				
		<b>Итого</b>		

## ПЕРЕЧЕНЬ ТРУДОВЫХ ДЕЙСТВИЙ.

1. Следить за показаниями приборов, за информацией на экране (дисплее).
2. Работать с текстами (много читать, изучать что-либо).
3. Выполнять расчеты (на ЭВМ, микрокалькуляторе, в уме).
4. Много чертить, рисовать.
5. Вести записи, печатать на машинке, на компьютере.
6. Много говорить, выступать перед аудиторией, беседовать с людьми.
7. Быть услужливым, уметь нравиться и угождать клиентам.
8. Соблюдать дисциплину труда и субординацию (правила подчинения).
9. Управлять техникой (машинами, станками, агрегатами).
10. Обработать что-либо вручную или с помощью простых приспособлений.
11. Часто работать на открытом воздухе, на природе (в любую погоду).
12. Много запоминать по ходу работы.
13. Часто разъезжать (командировки, экспедиции).
14. Быстро реагировать на меняющуюся ситуацию, уметь переключать внимание.
15. Проверять, контролировать, оценивать что-либо и кого-либо, ставить диагноз.
16. Быть осторожным и предусмотрительным, соблюдать правила безопасности (рисковать, но по-умному).
17. Выполнять «грязную» работу (которая может сопровождаться неприятным запахом, пылью, сыростью, шумом).
18. Переносить однообразную, монотонную работу.
19. Терпеть насмешки, грубость.
20. Испытывать длительные физические нагрузки (много ходить, выполнять разнообразные движения, давление, переносить вибрацию, перепады температуры).
21. Уметь организовывать, руководить людьми.
22. Владеть иностранным языком.
23. Уметь постоять за себя, с честью выходить из конфликтных ситуаций.
24. Не обманывать других и самого себя (говорят, это не каждому дано).
25. Уметь не принимать все близко к сердцу (не волноваться, что от вашей работы кому-то будет плохо).
26. Часто работать по вечерам и без выходных.
27. Уметь самостоятельно принимать важные решения (и отвечать за них тоже самостоятельно).
28. Уметь взаимодействовать с коллегами, работать в коллективе (без скандалов и склок).
29. Уметь тихо и спокойно размышлять, мечтать на работе (и так зарабатывать себе на хлеб насущный).
30. Постоянно следить за собой» тренироваться, репетировать, быть в хорошей форме.
31. Свято верить во что-то (в великую идею, в Бога, в обожаемого человека, в начальника).
32. Постоянно придумывать на работе что-то новое и необычное.
33. Создавать красоту, уметь ценить прекрасное.
34. Быть проворным, уметь работать быстро.

Таблица «Примерные нормы».

Номера трудовых действий (в соответствии с перечнем)	Диапазон баллов для девушек	Диапазон баллов для юношей
1	4 – 8	4 – 8
2	3 – 7	3 – 7
3	2 – 6	4 – 7
4	2 – 7	5 – 8
5	6 – 9	5 – 9
6	5 – 8	2 – 6
7	6 – 9	4 – 7
8	3 – 8	2 – 8
9	5 – 8	6 – 9
10	3 – 7	4 – 8
11	5 – 8	6 – 9
12	3 – 6	3 – 7
13	5 – 9	4 – 8
14	5 – 8	5 – 7
15	4 – 8	3 – 6
16	6 – 9	4 – 8
17	1 – 6	1 – 5
18	1 – 6	2 – 6
19	2 – 5	2 – 6
20	3 – 7	4 – 8
21	4 – 7	3 – 6
22	6 – 9	2 – 6
23	6 – 9	5 – 7
24	3 – 6	2 – 6
25	3 – 7	3 – 6
26	2 – 5	3 – 7
27	4 – 7	4 – 8
28	6 – 9	4 – 8
29	6 – 9	6 – 8
30	5 – 8	6 – 8
31	6 – 9	4 – 8
32	5 – 8	4 – 8
33	6 – 9	4 – 7
34	4 – 8	5 – 8

Пример заполненного бланка.

Номера действий	Самооценка	Соответствие норме	Четыре профессии	
			1. программист	2. руководитель
1	7	0	1 → 2*7=14 3 → 4*5=20 18 → 2*3=6 28 → 1*2=2 32 → 1*5=5	<u>2. руководитель</u>
2	5	0		
3	5	0		
4	8	+1		
5	6	0		
6	2	-1		
7	5	0		
8	7	0		
9	2	-1		
10	5	0		
11	3	-1		
12	2	0		
13	1	-1		
14	4	-1		
15	6	0		
16	8	0		
17	2	0		
18	3	0		
19	3	0		
20	2	0		
21	1	-1		
22	3	-1		
23	6	0		
24	2	0		
25	1	-1		
26	1	0		
27	3	-1		
28	2	-1		
29	8	0		
30	4	0		
31	7	0		
32	5	0		
33	2	-1		
34	4	0		
<b>Итого</b>		<b>-10</b>		

В итоге сумма баллов (-10) меньше нормы (диапазон которой от -5 до +6 баллов), что свидетельствует о возможной недооценке подростком своих возможностей.

ПРИМЕР РАСЧЕТА ГОТОВНОСТИ К ПРОФЕССИИ «ПРОГРАМИСТ»

Номера действий	Действия	Значимость действий		Самооценка готовности к действиям	Вероятность готовности к действиям	
1	следить за приборами	2	X	7	=	14
3	выполнять расчеты	4	X	5	=	20
18	переносить монотонную	2	X	3	=	6
28	уметь работать в	1	X	2	=	2
32	придумывать новое	1	X	5	=	5
		Сумма произведений		по всем действиям		= 47%



## НАБОР ПРОФЕССИЙ.

Числа слева показывают, какими трудовыми действиями нужно владеть, чтобы быть успешным в данной профессии. Эти числа соответствуют порядковому номеру действий в «Перечне трудовых действий».

Числа справа — это значимость этих действий для успешной работы по рассматриваемой профессии. Заметим, что сумма этих чисел всегда равно 10 (что соответствует 100%), это позволяет подсчитать вероятность успешной работы по профессии в целом.

Каждый психолог, использующий данную методику, может по своему усмотрению совершенствовать соотношение действий и показателей их значимости для той или иной профессии.

### 1. Автослесарь

7 – 2  
9 – 1  
10 – 3  
15 – 2  
17 – 2

### 2. Агроном

2 – 2  
5 – 2  
11 – 2  
20 – 2  
21 – 1  
26 – 1

### 3. Артист драматического театра

2-1  
6-2  
13-1  
17-1  
19-1  
26-1  
30-2  
33-1

### 4. Археолог, этнограф

2-2  
5-2  
13-1  
18-1  
20-1  
22-1

### 5. Библиотекарь

2-2  
5-2  
7-2

### 7. Водитель городского автобуса

9-2  
14-2  
16-2  
19-1  
20-1  
23-1  
26-1

### 8. Водитель-«дальнобойщик»

9-1  
10-1  
12-1  
13-1  
14-1  
16-1  
18-2  
22-1

### 9. Воспитатель в детском саду, яслях

6-3  
14-2  
21-3  
24-1  
32-1

### 10. Врач-терапевт

5-1  
6-2  
7-1  
12-1  
15-2  
17-1  
19-1  
26-1

18-3

22-1

**6. Бомж, бродяга, попрошайка**

6-1

7-1

16-2

17-3

19-2

20-1

27-1

**12. Геолог**

5-1

10-1

11-1

13-1

16-1

17-1

2-2

28-1

**13. Дизайнер (техническая эстетика)**

3-3

4-4

18-1

32-1

33-1

**14. Домохозяйка**

(воспитание детей, создание уюта в доме, обслуживание мужа)

7-1

17-2

19-1

21-1

23-1

26-1

30-1

33-1

34-1

**15. Животновод (зоотехник)**

10-1

16-1

17-4

20-1

26-2

34-1

**16. Инженер на промышленном производстве**

1-1

**11. Врач-хирург**

6-1

10-2

14-1

15-1

16-1

19-1

20-1

26-1

**19. Квартирный вор**

10-2

12-1

15-1

16-2

19-1

23-1

25-2

**20. Коммерсант**

3-2

7-2

13-1

16-1

19-1

21-1

27-2

**21. Конструктор (чертёжник-конструктор)**

3-2

4-2

9-1

10-1

13-1

15-1

32-2

**22. Продавец в коммерческом ларьке**

3-1

7-1

12-1

13-1

14-1

16-3

19-2

**23. Лесник, инспектор рыбнадзора**

10-3

11-3

3-3  
9-1  
15-1  
18-1  
28-3

**17. Инспектор ГИБДД**

6-1  
11-2  
14-2  
15-1  
16-2  
19-1  
26-1

**18. Кассир-оператор кассовых аппаратов  
(в магазине, в банке)**

3-4  
7-1  
19-3  
23-1  
24-1

**26. Мастер телеателье**

7-1  
10-2  
15-3  
18-1

**27. Матрос, рыбак на сейнере**

8-1  
10-2  
11-1  
13-2  
16-1  
17-1  
20-1  
18-1

**28. Машинист поезда**

1-1  
9-3  
10-2  
13-1  
17-2  
18-1

**29. Металлург**

9-1  
10-1  
16-2  
17-2  
20-3  
28-1

16-1  
17-1  
20-2

**24. Лётчик (пилот  
гражданской авиации)**

1-1  
9-2  
13-2  
16-1  
18-1  
20-2  
28-1

**25. Манекенщица,  
фотомодель**

6-2  
13-2  
19-1  
26-1  
30-3  
33-1

**33. Парикмахер**

7-2  
10-1  
17-1  
19-1  
20-2  
32-1  
33-2

**34. Переводчик  
(текстовый перевод)**

2-1  
5-2  
12-1  
15-1  
18-2  
22-3

**35. Писатель, поэт,  
публицист, журналист**

2-1  
5-1  
6-1  
13-1  
19-1  
24-1  
26-1  
29-1  
31-1  
33-1

**30. Монах, человек-отшельник,  
послушник**

8-1  
11-1  
17-1  
18-1  
29-2  
30-1  
31-3

**31. Офицер армии (десантные войска)**

6-1  
8-1  
9-1  
11-1  
16-1  
20-1  
26-1  
27-1  
30-1

**32. Официант**

3-2  
7-3  
12-1  
17-1  
19-1  
22-1  
30-2

**39. Политический деятель,  
дипломат**

6-1  
13-2  
16-1  
19-2  
22-1  
23-1  
24-1  
27-1

**40. Портной по пошиву  
верхней одежды**

4-1  
7-3  
10-4  
15-1  
33-1

**41. Приёмщица белья в  
прачечной, химчистке**

3-2

**36. Повар (в престижном  
ресторане)**

7-1  
10-3  
15-1  
17-3  
20-1  
34-1

**37. Пограничник (сухопутная  
граница)**

8-2  
9-1  
11-1  
16-2  
20-1  
26-1  
27-1  
30-1

**38. Пожарник, спасатель**

8-1  
9-1  
14-1  
16-2  
17-1  
20-1  
27-1

**46. Психолог, психотерапевт**

6-3  
7-1  
15-1  
19-1  
21-1  
24-1  
32-2

**47. Редактор, корректор**

2-3  
5-1  
15-1  
18-2  
22-1  
24-1  
33-1

**48. Руководитель, менеджер**

6-1  
13-1  
15-1

7-2	19-2
15-5	21-3
19-1	23-1
<b>42. Программист</b>	26-1
1-2	<b>49. Рэкетир</b>
3-4	3-1
18-2	8-1
28-1	14-2
32-1	16-2
<b>43. Продавец</b>	19-1
3-1	25-2
7-2	30-1
11-1	<b>50. Священнослужитель</b>
15-1	2-1
17-1	6-1
19-2	7-1
20-1	19-1
24-1	24-1
<b>44. Проводник железнодорожных составов</b>	26-1
6-1	29-1
7-3	30-1
10-1	31-2
13-2	<b>51. Секретарь-референт</b>
17-1	2-1
19-1	3-1
20-1	5-2
<b>45. Проститутка</b>	7-1
7-2	12-2
16-1	19-1
17-1	22-1
19-2	26-1
20-1	
22-1	
25-1	
30-1	
<b>52. Сельский механизатор (комбайнёр, тракторист)</b>	<b>59. Телохранитель, охранник</b>
9-2	7-1
10-1	8-1
11-2	14-3
17-1	16-2
20-2	19-1
26-1	25-1
34-1	30-1
<b>53. Слесарь-ремонтник</b>	<b>60. Торговец наркотиками</b>
9-1	7-2
	8-1

10-3	12-1
15-1	16-2
16-2	17-1
17-2	19-1
20-1	25-2
<b>54. Спортсмен-профессионал (командный спорт)</b>	<b>61. Участковый милиционер</b>
13-2	6-1
14-1	12-2
16-1	15-1
19-1	16-2
20-3	19-2
26-1	23-1
28-1	26-1
<b>55. Станочник широкого профиля (токарь, фрезеровщик)</b>	<b>62. Учёный-теоретик (биолог)</b>
3-1	2-2
9-5	5-2
10-1	22-1
15-2	26-1
34-1	29-1
<b>56. Строитель-монтажник экспериментатор</b>	31-1
10-2	32-2
11-1	<b>63. Учёный- (научный сотрудник метеостанции)</b>
16-1	2-2
17-2	3-1
20-3	5-1
26-1	11-1
<b>57. Стюардесса</b>	15-1
6-1	24-1
7-2	29-1
13-2	32-1
14-1	<b>64. Учитель средней школы</b>
19-1	2-1
20-2	5-2
22-1	6-3
<b>58. Таксист</b>	15-1
7-2	19-1
9-1	21-1
12-1	23-1
14-2	<b>65. Фотокорреспондент</b>
16-1	11-1
19-1	12-1
23-1	14-2
26-1	16-2
	20-1
	22-1
	24-1

**66. Художник, скульптор**

2-1  
4-1  
7-1  
17-1  
24-1  
26-1  
29-1  
31-1  
33-2

**67. Чиновник, служащий, инспектор**

2-2  
5-3  
7-1  
13-1  
15-1  
18-1  
21-1

**68. Шахтёр, проходчик**

9-1  
10-1  
16-3  
17-2  
20-2  
34-1

**69. Экономист**

3-3  
12-1  
18-3  
28-2  
34-1

**70. Экскурсовод-переводчик**

2-1  
6-2  
7-1  
13-1  
19-1  
22-2  
26-1  
33-1

**71. Ювелир**

7-1  
10-3  
15-2  
18-2  
33-2

**72. Юрист (адвокат)**

2-1  
6-1  
7-2  
12-1  
13-1  
16-1  
19-1  
24-2

**Анкета «Мотивы выбора профессии»**

1. Интерес к содержанию профессии, желание узнать, в чем заключаются обязанности специалиста в избираемой профессии.
2. Стремление к самосовершенствованию, развитию навыков и умений в избираемой сфере трудовой деятельности.
3. Убеждение, что данная профессия имеет высокий престиж в обществе.
4. Влияние семейных традиций.
5. Желание приобрести материальную независимость от родителей.
6. Хорошая успеваемость в школе по предметам, соответствующим избираемой сфере
7. профессиональной деятельности.
8. Желание руководить другими людьми.
9. Привлекает индивидуальная работа.
10. Мечта заниматься творческой, работой, желание открывать новое и неизведанное.
11. Уверенность, что избранная профессия соответствует Вашим способностям.
12. Возможность удовлетворить свои материальные потребности.
13. Стремление сделать свою жизнь насыщенной, интересной, увлекательной.
14. Возможность проявить самостоятельность в работе.
15. Привлекает предпринимательская деятельность.
16. Необходимость материально помогать семье.
17. Желание приобрести экономические знания.
18. Стремление получить диплом о высшем образовании независимо от
19. специальности.
20. Привлекает профессия, которая не требует длительного обучения.
21. Желание работать в престижном месте.
22. Стремление найти удачный способ зарабатывать себе на хлеб.
23. Привлекают модные профессии (менеджер, коммерсант, брокер).
24. Желание приносить пользу людям.
25. Интерес к материальной стороне профессиональной деятельности.
26. Привлекают внешние свойства профессии (быть в центре внимания, иметь
27. возможность путешествовать, носить специальную форму одежды.



## Лист ответов:

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

Требования к выполнению: Из перечисленных мотивов необходимо выбрать те, которые больше других отвечают личной точке зрения. На листе ответов напротив цифры вопроса поставьте «+», если данный мотив значим, и «-», если не имеет значения.

Анализ результатов. Подсчитайте количество плюсов в каждом столбце (А, Б, В) отдельно. Если наибольшее количество плюсов в столбце А, то преобладают мотивы выбора престижной профессии, ярко выражено стремление занять видное положение в обществе, реализовать свой высокий уровень притязаний.

Если наибольшее количество плюсов в столбце Б, то больше привлекает материальное благополучие, желание заработать; интересы, склонности, и практическая подготовленность учитываются в меньшей степени.

В случае если наибольшее количество плюсов в третьем столбце В, имеет место стремление к творческой работе, интерес к новым технологиям, приобретению необходимых навыков и умений, которые требует избираемая профессия.

### **Анкета «Потребность в достижении»**

1. Думаю, что успех в жизни зависит скорее от упорного труда, чем от случая.
2. Если я лишусь любимого занятия, то моя жизнь будет скучной.
3. Для меня в любом деле важен успешный результат.
4. Обычно я настойчив в достижении своих целей.
5. По моему мнению, я легко переживаю неудачи и неприятности.
6. В жизни у меня больше успехов, чем неудач.
7. Деятельные люди мне нравятся больше, чем эмоциональные.
8. Даже в обычной работе я стараюсь придумать что-то новое.
9. Поглощенный мыслями об успехе, я могу забыть о еде.
10. Мои родители считали меня талантливым ребенком.
11. Думаю, что в моих неудачах повинны скорее обстоятельства, чем я сам.
12. Обычно я довожу начатое дело до конца.
13. Решительность и инициативность важнее, чем кропотливая работа.

14. Лень, а не сомнение в успехе, вынуждает меня часто отказываться от своих намерений.
15. Думаю, что я уверенный в себе человек.
16. Ради успеха я могу рискнуть, если даже шансы не в мою пользу.
17. Я целеустремленный человек.
18. Когда идет все гладко, мое желание достичь успеха усиливается.
19. Мне больше нравятся книги об изобретениях людей, чем о путешествиях.
20. Мои близкие обычно одобряют мои планы.
21. Уровень моих требований к жизни выше, чем у моих товарищей.
22. Мне кажется, что настойчивости во мне больше, чем способностей.

К этому Заданию также прилагается «Лист ответов».

«Лист ответов».

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

**Требования к выполнению.** Из перечисленных высказываний необходимо выбрать те, которые в наибольшей степени отражают вашу точку зрения. На «Листе ответов» напротив цифры вопроса поставьте «+», если согласны с высказыванием, и «-», если не согласны.

**Анализ результатов.** Подсчитайте общее количество плюсов по всем столбцам. Если набрали от 16 до 22 плюсов, то налицо высокий уровень потребности в достижении поставленной цели, человек проявляет упорство, настойчивость, стремление довести начатое дело до конца.

9—15 плюсов означают средний уровень потребности в достижении намеченной цели (сомнения в ее успешном осуществлении, растерянность в ситуации неожиданных препятствий, недостаточное упорство в ситуации преодоления препятствий).

Ответы в интервале от 1 до 8 плюсов свидетельствуют о низком уровне потребности в достижении целей (за многое берутся и не доводят начатое до конца).

Вид деятельности	Сфера деятельности						
	Человек 1	Информация 2	Финансы 3	Техника 4	Искусство 5	Животные 6	Растения 7
Управление 1							
Обслуживание 2							
Образование 3							
Оздоровление 4							
Творчество 5							
Производство 6							
Конструирование 7							
Исследование 8							
Защита 9							
Контроль 10							

Таблица 2.

Авторский вариант заполнения матрицы

Вид деятельности	Сфера деятельности						
	Человек 1	Информация 2	Финансы 3	Техника 4	Искусство 5	Животные 6	Растения 7
Управление 1	Менеджер по персоналу	Редактор СМИ	Банкир	Авиа-диспетчер	Импрессарио	Кинолог	Агроном
Обслуживание 2	Официант	Телефонист	Бухгалтер	Механик	Гримёр	Конюх	Овощевод
Образование 3	Педагог	Методист	Бизнес-консультант	Инструктор по вождению	Хореограф	Дрессировщик	Преподаватель биологии

<b>Оздоровление 4</b>	<i>Врач</i>	<i>Рентгенолог</i>	<i>Антикризисный управляющий</i>	<i>Мастер автосервиса</i>	<i>Реставратор</i>	<i>Ветеринар</i>	<i>Фитотерапевт</i>
<b>Творчество 5</b>	<i>Режиссёр</i>	<i>Программист</i>	<i>Биржевой аналитик</i>	<i>Конструктор</i>	<i>Художник</i>	<i>Дрессировщик – артист цирка</i>	<i>Фитодизайнер</i>
<b>Производство 6</b>	<i>Менеджер по производству</i>	<i>Журналист</i>	<i>Экономист</i>	<i>Станочник</i>	<i>Ювелир</i>	<i>Животновод</i>	<i>Растениевод</i>
<b>Конструирование 7</b>	<i>Стилист</i>	<i>Картограф</i>	<i>Плановик</i>	<i>Инженер-конструктор</i>	<i>Архитектор</i>	<i>Генный инженер</i>	<i>Селекционер</i>
<b>Исследование 8</b>	<i>Психолог</i>	<i>Статистик</i>	<i>Аудитор</i>	<i>Лётчик-испытатель</i>	<i>Искусствовед</i>	<i>Зоопсихолог (зоолог)</i>	<i>Ботаник</i>
<b>Защита 9</b>	<i>Милиционер</i>	<i>Патентовец</i>	<i>Инкассатор</i>	<i>Инженер по безопасности</i>	<i>Каскадёр</i>	<i>Егерь</i>	<i>Лесник</i>
<b>Контроль 10</b>	<i>Таможенник</i>	<i>Корректор</i>	<i>Ревизор</i>	<i>Техник-контролёр</i>	<i>Художественный редактор</i>	<i>Эксперт по экстерьеру</i>	<i>Садовник</i>