

## **Тренинг профессионального самоопределения для учащихся 9-11 классов.**

Вопрос выбора будущей профессии является приоритетным для старшеклассников. Каждый молодой человек в этом возрасте задумывается над тем, кем быть в этом огромном и часто меняющемся мире. Главное для старшеклассников – не растеряться, сделать правильный выбор, соответствующий их личным интересам, способностям, возможностям.

Проведение тренинга является одним из способов предоставления возможности старшеклассникам осмысления целей и планирования своей деятельности в рамках будущей профессии, а также построения системы отношений с другими людьми.

Во время занятия у старшеклассников вырабатываются навыки сотрудничества, умения, связанные с преодолением трудностей, развиваются такие качества, как доброжелательность, толерантность и эмпатия.

**Цель: формирование профориентационной компетентности старшеклассников путем включения в процесс активного планирования своего профессионального будущего, помощь в самопознании, раскрытии потенциала своих возможностей**

**Задачи:**

- активизация внутренних психологических ресурсов старшеклассников для формирования умения составлять и корректировать свою профессиональную перспективу
- осознание целей выбора будущей профессии;
- развитие навыков конструктивного взаимодействия;
- формирование класса как команды, выработка общедоступных и принимаемых всем коллективом ценностей и ориентиров для возможности дальнейшего функционирования класса как единого целого с учетом личностных особенностей всех учеников, создание благоприятных условий для групповой работы;
- развитие навыков рефлексии.

### **СТРАТЕГИЯ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ**

Выбор профессии — такая же вечная тема, как любовь. И последствия профессионального выбора для каждого человека не менее значительны, чем выбор спутника жизни. Едва ли когда-нибудь будут созданы программы, позволяющие и в том, и в другом случае сделать безошибочный выбор. И это хорошо. Потому что решение, принятое за человека, навязанное, подсказанное, пусть из самых лучших побуждений, а не выстраданное, будет вызывать отторжение, если только человек не полностью лишен воли и способен отвечать за свои поступки. Правильный выбор профессии позволит вам полностью реализовать свой потенциал, избежать разочарования, оградить себя и свою семью от нищеты и неуверенности в завтрашнем дне. Тренинг профессионального самоопределения «Профессия и карьера» дает возможность осознать мотивы будущей профессиональной деятельности и научиться ее планировать.

## В мире профессий

В мире насчитывается около сорока тысяч профессий, причем каждый год исчезают десятки старых и возникают сотни новых. Некоторые профессии кокетливо меняют названия, прикидываясь современными. Не сразу поймешь, что бармен — это буфетчик, а менеджер — управляющий. Сколько профессий знаете вы?

### Упражнение «Аукцион»

Участники по очереди называют профессии. Кто не смог в течение трех секунд вспомнить профессию или повторил уже названную, выбывает из игры. Если ребята называют не профессию, а должность (начальник, директор, президент), такие ответы не принимаются, как и слова «олигарх», «авторитет» и др. Игра идет до тех пор, пока не останется один победитель.

Существует несколько классификаций профессий. В нашей стране чаще всего используется классификация профессора Е.А. Климова по предмету труда (человек, техника, знаковая информация, природа, искусство).

Первую классификацию видов профессиональной деятельности в XVIII веке предложил известный историк и государственный деятель В.Н. Татищев:

- нужные науки (образование, здравоохранение, экономика, право),
- полезные науки (сельское хозяйство, физика, биология, математика),
- щегольские, или увеселяющие, науки (литература и искусство),
- тщетные науки (алхимия, астрология),
- вредительские науки (колдовство).

Какие профессии в наше время можно отнести к этим группам? Обоснуйте свой ответ.

Вместе с новыми предметами и явлениями возникают новые профессии. Вот некоторые самые популярные из них. Что это за профессии? Найдите правильный ответ.

1. **Логистик** — это:

а) тот, кто изучает логику; б) *специалист по организации транспортировки продукции*; в) организатор конференций и симпозиумов.

2. **Веб-дизайнер** — это:

а) тот, кто работает на компьютере; б) разработчик компьютерных программ; в) *разработчик проектов сайтов*.

3. **Фандрайзер** — это:

а) *тот, кто ищет деньги и возможности для своей организации*; б) лидер фанатов, который организует прием звезд шоу-бизнеса; в) специалист, изучающий пути развития организации.

4. **PR-агент** — это:

а) тот, кто связан с политикой; б) *специалист по рекламе и связям с общественностью*; в) посредник между организациями и людьми.

5. **Культуролог** — это:

а) тренер по культуризму; б) *исследователь взаимоотношений человека и общества*; в) предсказатель будущего.

- К каким группам по классификации Е.А. Климова можно отнести эти профессии?

**Опросник профессиональных склонностей**

(методика Л. Йовайши в модификации Г. Резапкиной)

Склонность — это влечение к какому-либо занятию. Чтобы определить свои профессиональные склонности, выберите один из трех вариантов и отметьте его в бланке.

1	А			Б		В
2		А		Б	В	
3	А	Б		В		
4			А		Б	В
5	А	Б	В			
6	А	Б				В
7		А	Б	В		
8	А				Б	В
9		А		Б	В	
10				А	Б	В
11	А	Б	В			
12			А	Б	В	
13	А				Б	В
14		А		Б	В	
15	А		Б		В	
16	А		Б			В
17				А	Б	В
18	А	Б	В			
19			А		Б	В
20	А		Б			В
21		А	Б	В		

22		А	Б	В		
23		А		Б		В
24	А				Б	В
Сумма	І	ІІ	ІІІ	ІV	V	VI

1. Мне хотелось бы в своей профессиональной деятельности:

- а) общаться с самыми разными людьми;
- б) снимать фильмы, писать книги, рисовать, выступать на сцене и т.д.;
- в) заниматься расчетами; вести документацию.

2. В книге или кинофильме меня больше всего привлекает:

- а) возможность следить за ходом мыслей автора;
- б) художественная форма, мастерство писателя или режиссера;
- в) сюжет, действия героев.

3. Меня больше обрадует Нобелевская премия:

- а) за общественную деятельность;
- б) в области науки;
- в) в области искусства.

4. Я скорее соглашусь стать:

- а) главным механиком;
- б) начальником экспедиции;
- в) главным бухгалтером.

5. Будущее людей определяют:

- а) взаимопонимание между людьми;
- б) научные открытия;
- в) развитие производства.

6. Если я стану руководителем, то в первую очередь займусь:

- а) созданием дружного, сплоченного коллектива;
- б) разработкой новых технологий обучения;
- в) работой с документами.

7. На технической выставке меня больше привлечет:

- а) внутреннее устройство экспонатов;
- б) их практическое применение.
- в) внешний вид экспонатов (цвет, форма);

8. В людях я ценю прежде всего:

- а) дружелюбие и отзывчивость;
- б) смелость и выносливость;
- в) обязательность и аккуратность.

9. В свободное время мне хотелось бы:

- а) ставить различные опыты, эксперименты;
- б) писать стихи, сочинять музыку или рисовать;
- в) тренироваться.

10. В заграничных поездках меня скорее заинтересует:

- а) возможность знакомства с историей и культурой другой страны;
- б) экстремальный туризм (альпинизм, виндсерфинг, горные лыжи);
- в) деловое общение.

11. Мне интереснее беседовать:

- а) о человеческих взаимоотношениях;
- б) новой научной гипотезе;
- в) технических характеристиках новой модели машины, компьютера.

12. Если бы в моей школе было всего три кружка, я бы выбрал:

- а) технический; б) музыкальный; в) спортивный.

13. В школе следует обратить особое внимание:

- а) на улучшение взаимопонимания между учителями и учениками;
- б) поддержание здоровья учащихся, занятия спортом;
- в) укрепление дисциплины.

14. Я с большим удовольствием смотрю:

- а) научно-популярные фильмы;
- б) программы о культуре и искусстве;
- в) спортивные программы.

15. Мне хотелось бы работать:

- а) с детьми или сверстниками;
- б) с машинами, механизмами;
- в) с объектами природы.

16. Школа в первую очередь должна:

- а) учить общению с другими людьми;
- б) давать знания;
- в) обучать навыкам работы.

17. Главное в жизни:

- а) иметь возможность заниматься творчеством;
- б) вести здоровый образ жизни;
- в) тщательно планировать свои дела.

18. Государство должно в первую очередь заботиться:

- а) о защите интересов и прав граждан;
- б) достижениях в области науки и техники;
- в) материальном благополучии граждан.

19. Мне больше всего нравятся уроки:

- а) труда; б) физкультуры; в) математики.

20. Мне интереснее было бы:

- а) заниматься сбытом товаров;
- б) изготавливать изделия;
- в) планировать производство товаров.

21. Я предпочитаю читать статьи:

- а) о выдающихся ученых и их открытиях;
- б) интересных изобретениях;
- в) жизни и творчестве писателей, художников, музыкантов.

22. В свободное время я люблю:

- а) читать, думать, рассуждать;
- б) что-нибудь мастерить, шить, ухаживать за животными, растениями;
- в) ходить на выставки, концерты, в музеи.

23. Большой интерес у меня вызовет сообщение:

- а) о научном открытии;
- б) о художественной выставке;
- в) об экономической ситуации.

24. Я предпочту работать:

- а) в помещении, где много людей;
- б) в необычных условиях;
- в) в обычном кабинете.

Подсчитайте число обведенных букв в каждом из шести столбцов и запишите эти шесть чисел в пустых клетках нижней строчки.

10–12 баллов — ярко выраженная профессиональная склонность.

7–9 баллов — склонность к определенному виду деятельности.

4–6 баллов — слабо выраженная профессиональная склонность.

0–3 балла — профессиональная склонность не выражена.

Шесть столбцов — это шесть видов деятельности. Обратите внимание на те, которые набрали большее количество баллов. Совпадает ли ваш выбор профессии с полученными результатами?

I — склонность к работе с людьми. Профессии, связанные с управлением, обучением, воспитанием, обслуживанием (бытовым, медицинским, справочно-информационным). Людей, успешных в профессиях этой группы, отличает способность находить общий язык с разными людьми, понимать их состояние, знать и помнить их особенности.

II — склонность к исследовательской деятельности. Профессии, связанные с научной работой. Такие люди отличаются рациональностью, независимостью и оригинальностью суждений, аналитическим складом ума. Как правило, им больше нравится размышлять о проблеме, чем заниматься ее реализацией.

III — склонность к практической деятельности. Круг этих профессий очень широк: монтаж, ремонт, наладка, обслуживание электронного и механического оборудования; строительство; обработка материалов; управление транспортом; изготовление изделий.

IV — склонность к эстетическим видам деятельности. Профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью. Людей творческих профессий отличает оригинальность и независимость.

V — склонность к экстремальным видам деятельности. Профессии, связанные с занятиями спортом, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельностью, службой в армии. Все они предъявляют особые требования к физической подготовке и здоровью.

VI — склонность к плано-экономической деятельности. Профессии, связанные с расчетами и планированием; делопроизводством, анализом текстов и их преобразованием; схематическим изображением объектов. Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности.

- Насколько полученные результаты соответствуют вашим представлениям о себе?