**Программа ИГЗпо прфессиональному самоопределению старшеклассников «Я выбираю профессию…»**

Пояснительная записка

Цель индивидуально-групповых занятий «Я выбираю профессию»: оказание психолого-педагогической помощи старшеклассникам в выборе профессиональной деятельности, стимулирования самопознания их склонностей, способностей, а так же приобретения практического опыта, соответствующего интересам и склонностям личности.

Основными задачами курса «Я выбираю профессию…» являются:

* 1. формирование актуального для подростков «информационного поля»;
  2. обеспечение подростков средствами самопознания, развитие навыков и умений по целеполаганию и планированию;
  3. формирование мотивов саморазвития, личностного роста;
  4. раскрытие учащимися собственных познавательных интересов, склонностей, способностей;
  5. освоение понятий, характеризующих профессиональную деятельность человека по различным профилям;
  6. формирование знаний и умений объективно осуществлять самоанализ уровня развития своих профессионально важных качеств и соотношение их с требованиями профессий, сфер трудовой деятельности к человеку;
  7. определение путей и способов развития своих познавательных и личностных возможностей.

Элективный курс «Я выбираю профессию…» рассчитан на 15 академических часов и предназначен для учащимися 10-х классов общеобразовательных школ.

Для реализации поставленных целей и задач курса были выбраны как традиционные, так и активные формы и методы работы:

- беседа, которая позволяет моделировать в воображении такие проблемы, которые невозможно проиграть в традиционных игровых процедурах;

- проективные, диагностические и активизирующие методики, которые направлены не только на формирование интереса (мотивации) старшеклассников к рассмотрению своих проблем, но и на вооружение доступными и понятными средствами для планирования, корректировки и реализации своих профессиональных перспектив;

- игровые методы, в ходе которых школьники имеют возможность на практике проверить эффективность различных моделей поведения, отработать навыки принятия решения, бесконфликтного общения.

В процессе реализации курса используются активные формы работы (самодиагностика, дискуссия, ролевое моделирование и т. д.).

Цикл занятий включает 6 основных тем и осуществляется в три этапа. Первый этап – ознакомительно – ориентировочный рассчитан на 8 занятия и проводится в рамках тем «Готовность к выбору профессии» и «Мир профессий», которые ориентирует учащихся в основных целях, задачах курса, формах работы, помогает осмыслить своё отношение к теме и носит мотивирующий характер.

Второй этап – проективно – коррекционный, включает в себя темы «Профессиональные интересы и склонности», «Темперамент и выбор профессии» и рассчитан на 12 занятий, которые предполагают знакомство учащихся с понятиями «рынок труда», «предмет труда», «престижность профессии», создание схемы альтернативного выбора, самодиагностике учащимися своих профессиональных интересов, способностей, сопоставления ими своих возможностей с требованиями, предъявляемыми к профессиональной деятельности.

Следующие две темы – «Профессиональный тип личности», «Планирование профессионально-образовательного маршрута» реализуются в рамках третьего этапа – основного, развивающего и рассчитаны на 14 часов. Этот этап курса заключается в анализе возможных профессиональных предпочтений, формировании учащимися собственных позиций по отношению к проблеме выбора, формировании теоретических представлений о характере и темпераменте, изучении старшеклассниками собственного темперамента, отработке умений построения личного профессионального плана, информировании учащихся о возможных путях профессионального образования, уровнях и видах образования.

При составлении программы были использованы авторские разработки и учебно-методические пособия под авторством Н. В. Афанасьевой, Н. С. Пряжникова, М. Ю. Савченко, А. А. Чернова.

**Календарно-тематическое планирование курса**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия, дата проведения | Тема занятий | Цель занятий | Формы проведения занятий | Материалы |
| 1 этап «Ознакомительно-ориентировочный»  Темы: «Готовность к выбору профессии», «Мир профессий» | | | | |
| 1  5.09 | Ориентировочное | - информирование о целях, задачах курса;  - формирование положительной мотивации, выявление ожиданий участников;  - самодиагностика | - работа в мини-группах;  - беседа;  -анкетирование;  - обсуждение итогов работы. | Доска, ватман, магниты, листы бумаги, маркер, мел, |
| 2  12.09 | Методика «Незаконченные предложения». | выявить желания учащихся относительно своей будущей профессии, их планы на будущее, а так же то, что для является для испытуемых наиболее важным и значимым сегодня и в будущем | - беседа;  - индивидуальная работа;  - обсуждение результатов самодиагностики;  - практическая работа | Бумага, ручки. |
| 3.  19.09 | Анкета «Мой выбор». Вопросы анкеты разработаны самостоятельно. | Цель: выявление намерений и желаний учащихся в отношении своей дальнейшей профессиональной деятельности, информированность о разновидностях профессий, их сложности, тягости, определение своей роли как специалиста в той или иной сфере деятельности. | - беседа;  - индивидуальная работа;  - обсуждение результатов самодиагностики;  - практическая работа | Бумага, ручки. |
| 4  26.09 | Проективная методика «Эссе на тему «Я через 20 лет» | Цель: определить видение учащимися себя через 20 лет, их цели, желания, потребности, ценности сегодня и ожидания от своей будущей профессиональной деятельности. | - беседа;  - индивидуальная работа;  - обсуждение результатов самодиагностики;  - практическая работа: методика «Дифференциально – диагностический опросник» | Бумага, ручки |
| 5-6  3.10  10.10 | «Что я знаю о мире профессий. Классификация профессий». | - познакомить с понятиями «профессия», «специальность», с классификацией профессий по отраслям труда, предметам, целям, орудиям и условиям труда. | - работа в мини-группах;  - беседа;  -анкетирование;  - обсуждение итогов работы;  - практическая работа - игра «Аукцион». | Тетрадь, ручка, стимульный материал на карточке |
| 7-8  17.10  24.10 | «Ошибки в выборе профессии». | - ознакомить учащихся с характерными ошибками, возникающими при выборе профессии. | - беседа;  - индивидуальная работа;  - обсуждение результатов самодиагностики;  - практическая работа: методика «Дифференциально – диагностический опросник» | Тетрадь, ручка, текст опросника, листы ответов. |
| 2 этап «Проективно – коррекционный»  Темы «Профессиональные интересы и склонности»,  «Темперамент и выбор профессии» | | | | |
| 9-10  7.11  14.11 | «Склонности и интересы в выборе профессии». | - раскрыть суть понятий «профессиональный интерес» и «склонности»;  - научить  осуществлять  самоанализ уровня выраженности профессиональных интересов и склонностей. | - беседа;  - индивидуальная работа по заполнению опросников;  - обсуждение результатов самодиагностики;  - групповая работа;  - моделирование дискуссии | Тетрадь, ручка. |
| 11-12  21.11  28.11 | Практическая методика «Карта интересов» | - изучение участниками собственных интересов;  - развитие навыков проведения дискуссии, рефлексии;  - анализ возможных профессиональных предпочтений;  - формирование установки на преемственность в работе, системности мышления | - индивидуальная работа по заполнению опросников;  - обсуждение результатов самодиагностики;  - групповая работа;  - моделирование дискуссии | текст опросника, листы ответов, ручка. |
| 13-14  5.12  12.12 | «Понятие о темпераменте». | - познакомить с понятием «темперамент», с его классификацией, отличительными особенностями и проявлением в профессиональной деятельности. | - беседа.  Практическая работа: «Определение типов темперамента у учащихся путем анализа зарегистрированных фактов» | Тетрадь, ручка, бланки ответов. |
| 15-16  19.12  26.12 | «Что такое характер?» | - познакомить с понятием «характер», с его классификацией, отличительными особенностями и проявлением в профессиональной деятельности. | - беседа. | Тетрадь, ручка. |
| 17-18  16.01  23.01 | Коллаж «Мой психологический портрет». | - углубление процесса самопознания и самокоррекции. | - беседа.  - практическая работа.  - коллаж. | Тетрадь, ручка, журналы с цветными иллюстрациями, ножницы, клей, цветные карандаши или фломастеры. |
| 19-20  30.01  6.02  13.02 | «Формула профессии».  Практическая работа. «Профориентационная методика»*,* разработанная Пряжниковым. | - определение наиболее подходящих для подростка профессий на основе выбора соответствующих характеристик трудовой деятельности. | - индивидуальная работа по выполнению теста; | Тетрадь, ручка, карточки. |
| 3 этап «Основной, развивающий»  Темы – «Профессиональный тип личности», «Планирование профессионально-образовательного маршрута» | | | | |
| 21-23  20.02  27.02  6.03 | «Профессии типа «человек-техника». | - познакомить учащихся с требованиями, предъявляемыми к профессиям типа «человек – техника». | -беседа.  - практическая работа. - соревнование. | Ручка, лист бумаги |
| 24-26  13.03  20.03 | «Профессии типа «человек-природа». | - познакомить учащихся с требованиями, предъявляемыми к профессиям типа «человек – природа». | - беседа. | Тетрадь, ручка. |
| 27-28  3.04  10.04 | «Профессии типа «человек-знак». | - познакомить учащихся с требованиями, предъявляемыми к профессиям типа «человек – знак». | - беседа.  - практическая работа.  - исследование особенностей распределения внимания методом корректурной пробы (методика Бурдона) | Тетрадь, ручка, бланки. |
| 29-30  17.04  24.04  1.05 | Профессии типа «человек-искусство». | - познакомить учащихся с требованиями, предъявляемыми к профессиям типа «человек – искусство». | - беседа.  - практическая работа: упражнение «Интервью». | Тетрадь, ручка. |
| 31-33  8.05  15.05 | Профессии типа «человек-человек». | - познакомить учащихся с требованиями предъявляемыми к профессиям типа «человек – человек». | - беседа.  - практическая работа: игра «Контакт». | Тетрадь, ручка, листы с заданиями. |
| 34  22.05 | Что такое профессиограмма? «Опросник профессиональной готовности». | - уточнение профессиональных интересов. | - практическая работа:  «Опросник профессио-нальной готовности» Л.Н.Кабардовой. | Тетрадь, ручка, листы ответов, текст опросника. |

**Содержание занятий элективного курса «Я выбираю профессию …»**

1 этап «Ознакомительно-ориентировочный»

Темы: «Готовность к выбору профессии», «Мир профессий»

**Занятие №1** Занятие №1 «Ориентировочное»

Цели: информирование о целях, задачах курса; формирование положительной мотивации, выявление ожиданий участников; самодиагностика.

2. Ход занятия. Организационный момент:

Информирование старшеклассников о …..

На занятиях вам будут предложены различные тесты, которые помогут в профессиональном определении. Вы познакомитесь с новыми профессиями, такими как промоутер, имиджмейкер и другими. Вы также узнаете о том, что влияет на выбор вами профессии, каковы типичные ошибки при профессиональном определении.

На занятиях мы будем работать в режиме сотрудничества: я обеспечиваю вас диагностическим и информационным материалом (тестами, анкетами), а вы анализируете и делаете выводы. Можете рассчитывать на мою помощь. На каждом уроке вы будете узнавать о себе что-то новое благодаря тестам, упражнениям и заданиям. Поэтому пропуск занятий для тех, кто заинтересован в самопознании и саморазвитии, нежелателен. На наших занятиях не будет традиционных оценок знаний и умений - их исключает сама специфика курса. Об успешности усвоения информации вы будете судить сами по готовности к выбору профессии в конце учебного года, когда получите профессиональную консультацию для уточнения и коррекции своего выбора.

Цель сегодняшнего занятия – познакомиться друг с другом и сформировать у каждого установку на творческую, осознанную работу. Я бы хотела акцентировать ваше внимание на необходимости ведения записей в тетради. Там же будут результаты вашей работы над тестами. Правила поведения на элективных занятиях: не давать оценок, не перебивать, не сплетничать, не опаздывать. Это важные атрибуты занятий! Встречаться мы будем каждую пятницу в кабинете №9 в 13:10.

2.1 Практическая часть.

Упражнение №1 «Оригинальное знакомство»

Теперь слово за вами. Я предлагаю провести необычное знакомство: выполнить следующее упражнение.

Участники образуют круг. В круге каждый по очереди называет имя и показывает при этом какое-либо движение. Игра проводится по принципу «снежного кома». Каждый последующий должен сначала повторить имена и движения предыдущих участников, а потом назвать своё имя и показать своё движение. Например, первый участник говорит имя Иван и делает притоп ногой. Второй повторяет имя Иван и делает притоп ногой, а затем называет свое имя и делает свое движение. Третий повторяет имена и движения первого и второго, четвертый – первого, второго, третьего и так далее.

Теперь предлагаю вам занять свои места и сделать три глубоких вдоха.

Упражнение №2 «Представление»

Сейчас в тетрадях каждый из вас ответит на следующие вопросы. Я называю вопрос, а записываете ответ.

- Ваш знак зодиака?

- Ваше любимое время года?

- Ваше любимое животное?

- Какое качество вам в себе нравится?

- Какое у вас хобби (увлечение)?

- Определились ли вы в том, куда пойдете после окончания 10-го класса?

- Чего вы ожидаете от занятий?

Условие: каждый работает самостоятельно, не советуется и не советует, так как после я соберу работы и по очереди буду зачитывать, а вы отгадывать, кому принадлежит та или иная запись. Время выполнения 10 минут.

Работы собираются и зачитываются, а учащиеся отгадывают.

3.Заключение: подведение итогов занятия и осуществление ритуала прощания в форме аплодисментов.

Исследование готовности профессионального самоопределения старшеклассников

**Занятие №2** Методика «Незаконченные предложения».

Цель: выявить желания учащихся относительно своей будущей профессии, ихтпланы на будущее, а так же то, что для является для испытуемых наиболее важным и значимым сегодня и в будущем.

Процедура: учащимся были предложены незаконченные предложения, которые необходимо было завершить. Вопросы методики находятся в приложении 1.

Результаты методики «Неоконченное предложение».

|  |  |
| --- | --- |
| Предложения | Ответ |
| В будущем я вижу себя… |  |
| После окончания школы я планирую… |  |
| Быть счастливым, значит… |  |
| Моя жизнь сегодня… |  |
| Моя жизнь завтра … |  |
| В будущем «Я как личность»… |  |

**Занятие №3**

Анкета «Мой выбор». Вопросы анкеты разработаны самостоятельно.

Цель: выявление намерений и желаний учащихся в отношении своей дальнейшей профессиональной деятельности, информированность о разновидностях профессий, их сложности, тягости, определение своей роли как специалиста в той или иной сфере деятельности.

Процедура: учащимся необходимо ответить на 9 вопросов анкеты.

|  |  |
| --- | --- |
| Вопросы анкеты | Ответы |
| 1 | 2 |
| 1.Является ли вопрос о выборе профессии актуальным для Вас? |  |
| 2. Какой вид деятельности Вы бы предпочли в будущем? |  |
| 1. Считаете ли Вы, что проявляете способности в той предметной области, которая необходима для получения будущей специальности? |  |
| 1. Считаете ли Вы, что Вам необходима специальная подготовка к будущей профессии? |  |
| 1. Считаете ли Вы, что в рамках школьных предметов Вы получаете достаточную подготовку к будущей профессии? |  |
| 1. Нуждаетесь ли Вы, в помощи при выборе профессионального пути? |  |
| 8. Кто влияет на выбор вами профессии: родители, друзья, учителя, близкие родственники? |  |
| 9. Считаете ли Вы, что в рамках школьной программы необходимо ввести курс по профессиональной ориентации учащихся? Если да, то на что он должен быть ориентирован? |  |

**Занятие №4** Проективная методика «Эссе на тему «Я через 20 лет»

Цель: определить видение учащимися себя через 20 лет, их цели, желания, потребности, ценности сегодня и ожидания от своей будущей профессиональной деятельности.

Процедура: учащиеся пишут мини-сочинение о том, кем они видят себя через 20 лет, чего хотели бы достичь, результаты своей будущей трудовой деятельности.

**Занятие №5-6** «Что я знаю о мире профессий. Классификация профессий».

1. Беседа. Имеющая определенные границы применения отрасль труда называется сферой профессиональной деятельности.

По результатам трудовой деятельности, продуктам труда различают две крупные сферы экономики:

-сферу материального производства (промышленность, строительство, сельское хозяйство, грузовой транспорт и т. д.);

-непроизводственную сферу (наука, образование, культура, здравоохранение, торговля, органы правопорядка и т. д.).

Необходимо различать понятия «профессия» и «специальность».

Профессия – род трудовой деятельности, требующий специальных знаний и опыта, обеспечивающий условия существования человека.

Специальность – более узкая область приложения физических и духовных сил человека в рамках той или иной профессии.

В мире тысячи профессий. Как сориентироваться в их многообразии? Выбрать среди них ту, с которой начнется трудовой жизненный путь? Помочь в этом может классификация профессий.

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

Во многих тысячах профессий нельзя разобраться без классификации. Вот почему профессор Е.А.Климов разработал классификацию профессий, построенную на основании существенных признаков. Каждый вид труда человека имеет следующие компоненты: предмет труда, цель труда, орудия труда и условия деятельности - и именно они обусловливают эти требования. В соответствии с этими четырьмя признаками и строится классификация профессий, удобная для профессионального самоопределения. Что может быть предметом труда?

По первому признаку - предмету труда - все существующие профессии и специальности можно разделить на пять типов: «человек-техника», «человек-природа», «человек-знак», «человек-искусство», «человек-человек».

2. Практическая работа. Игра «Аукцион».

Ребятам предлагается игра «Аукцион», цель которой - актуализация имеющихся знаний о профессиях и подготовка к более сложным игровым взаимодействиям.

Класс делится на три команды. От участников требуется назвать профессии, относящиеся к определенному типу. Названные профессии записываются на доске (желательно, чтобы каждая команда записывала «свою» профессию «своим» цветом). Выигрывает та команда, игрок которой до третьего удара молотка (хлопка в ладоши) успел последним назвать необходимую профессию, или игроки которой назвали большее число профессий.

«Аукцион» 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 в атмосфере информационного голода. При этом удлинение и уменьшение интервалов между хлопками, веселые реплики, подсказки ведущего должны способствовать поддержанию высокого темпа игры, мобилизации имеющихся знаний участников, углублению интересов, связанных с различными профессиональными областями.

**Занятие №7-8** «Ошибки в выборе профессии».

1. Беседа. Что самое главное при выборе профессии? Чтобы твоя работа в будущем была успешной и приносила удовлетворение. Все, что способствует такому выбору, хорошо; все, что противодействует - плохо.

Можно выделить две ошибки, приводящие к неверному выбору профессии. Это, во-первых, неправильное отношение к различным обстоятельствам выбора (к области деятельности, к советам и поведению окружающих), включая и недостаточную самостоятельность в принятии решения; во-вторых, недостаточность знаний, опыта, информированности о существенных обстоятельствах этого выбора. Встречались ли вам взрослые, которые, на ваш взгляд, ошиблись в выборе профессии? Почему это произошло?

В отношении ряда профессии существуют предубеждения, которые заключаются в том, что некоторые виды деятельности воспринимаются как непрестижные. Список этих профессий может меняться в течение одного или нескольких поколений. Так, профессия учителя, полвека считавшаяся престижной, с начала 90-х годов перешла в разряд непрестижных. Как вы думаете, почему это произошло? Какие профессии вы считаете престижными и почему?

Довольно часто выпускники выбирают профессию «за компанию». Хорошо, если у друзей совпадают интересы, склонности и способности к одной и той же профессиональной деятельности. Плохо, если один их них руководствуется только этим принципом. В этом случае его, как правило, постигает разочарование, и после долгих мучительных поисков он вынужден менять первоначальный выбор. Это в лучшем случае. В худшем он будет всю оставшуюся жизнь заниматься нелюбимым делом. Какие последствия это будет иметь для карьеры?

Нередко интерес к профессии формируется под влиянием книг, кинофильмов, знакомства с интересным человеком, которому хочется подражать.

Ошибок можно избежать, если реально сопоставлять собственные возможности, знать особенности своей нервной системы, памяти, внимания, мышления, реально оценивать уровень подготовленности, интересы, склонности.

2. Практическая работа. Методика «Диференциально – диагностический опросник» [38, с.292].

**Занятие №9-10** «Склонности и интересы в выборе профессии».

1. Беседа. Под интересом понимается активная познавательная направленность человека на тот или иной предмет. Применительно к выбору профессии интересы - это положительное отношение к определенной области труда, стремление к познанию и деятельности.

Интересы различаются по содержанию (музыкальные, технические), широте (разносторонние или узкие, направленные только на один предмет или на одну его сторону), глубине (глубокие или поверхностные), длительности (устойчивые или неустойчивые). Значение интересов в жизни человека велико: они побуждают овладевать знаниями, расширять кругозор, помогают преодолевать препятствия.

Интересы могут переходить в склонности - стремление заниматься определенной деятельностью. Между интересом и склонностью много общего, но есть и различие. Как вы думаете, какое?

Интересы выражаются формулой «хочу все знать», а склонности- «хочу делать».

Может ли человек управлять своими интересами, и если да - то как?

Обратимся к роману Марка Твена «Приключения Тома Сойера». К тому эпизоду, где Тома заставляют красить забор. Вспомните, какой выход из положения он нашел?

Может ли человек управлять своими интересами и склонностями?

Вот некоторые соображения, как сделать скучную работу интересной, как управлять своими интересами и склонностями.

1. Препятствие, которое человек должен преодолеть для достижения своей цели, должно быть преодолимым.

2. Что происходит, когда нам предстоит взяться за скучную работу? На нас действует установка - это скучно. Однако ее можно изменить. Например, вообразить, что это не скучно, а интересно, тогда вы внутренне настроитесь на интересную работу, а это как раз и нужно на первых порах.

3. Одной установки мало. Нужно приложить чуть- чуть старания и выполнить работу более тщательно, чем всегда.

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. Единого мнения на этот счет нет.

5. Интересы и склонности проявляются и формируются только в деятельности, связанной с ними. Поэтому надо не ждать, когда проявиться интерес, а активнее включаться в разнообразную деятельность. Именно такое поведение позволит вам выявить и сформировать интересы и склонности.

**Занятие №11-12** «Карта интересов»

1 . Практическая работа. Методика «Карта интересов» [38, с.296].

Учащимся предлагается выполнить тест, с помощью которого они смогут выявить свои интересы и определить степень их устойчивости.

**Занятие №13-14** «Понятие о темпераменте»

1. Беседа. Темперамент – совокупность индивидуальных особенностей личности, характеризующих динамическую и эмоциональную сторону ее деятельности и поведения.

Само слово «темперамент» в переводе с латинского означает соотношение частей, соразмерность. Впервые это понятие в обиход ввел древнегреческий врач Гиппократ. Он полагал, что различия между людьми объясняются соотношением в их теле жидкостей (кровь, лимфа, желчь). По его убеждению, у сангвиников преобладает кровь (по латыни «сангвис»), у холериков – желтая желчь («холе»), у флегматиков – слизь или лимфа («флегма»), у меланхоликов – черная желчь («меланхоле»).

Особенности проявления типов темперамента:

Холерический тип. Действия холерика обычно порывисты, он отличается повышенной возбудимостью, большой эмоциональностью.

Сангвинический тип. Сангвиник быстро приспосабливается к новым условиям, сходится с людьми, общителен. Чувства у сангвиника легко возникают и сменяются, мимика богатая, выразительная.

Флегматический тип. У этого типа новые формы поведения формируются медленно, но являются стойкими. Флегматик редко выходит из себя, ровен и спокоен в общении, в некоторых случаях могут проявляться пассивность, вялость и безучастность к окружающему.

Меланхолический тип. Повышенная чувствительность, сдержанность и обстоятельность. Это, как правило, малообщительные, тревожные люди.

Типы темперамента и выдающиеся исторические личности

Сангвиник Холерик Флегматик Меланхолик

Б. Наполеон

Петр 1

М.Ю. Лермонтов

А.И. Герцен А.В. Суворов

А.С. Пушкин

Павел 1

И.П. Павлов М.И. Кутузов

И.А. Крылов Н.В. Гоголь

П.И. Чайковский

Последний в этой классификации - меланхолик. Среди людей этого типа нет прославленных полководцев. Как вы думаете, почему?

2. Практическая работа. Определение типов темперамента у учащихся путем анализа зарегистрированных фактов [39, с.57].

**Занятие №15-16** «Что такое характер?»

1. Беседа. С темпераментом тесно связан характер. Древнегреческое слово «характер» в переводе на русский язык означает чеканка, печать.

У каждого человека есть все те психологические качества, о которых мы говорили, и еще многие другие. Соединяясь вместе, они образуют характер. Говоря о характере, мы подразумеваем типичные, часто повторяющиеся в поступках действия, проявления индивидуальных свойств человека, привычные формы его поведения в тех или иных жизненных ситуациях.

Характером называется индивидуальное сочетание устойчивых психических особенностей человека, которые определяют типичный для него способ поведения. Поэтому о характере человека можно судить по тому, как он ведет себя в обществе, какие действия и поступки являются для него определяющими. Характер не приобретается по наследству, он формируется в процессе всей жизни человека под влиянием обучения и воспитания.

Не следует смешивать черты характера и свойства темперамента. Честным, смелым, вежливым или лживым, трусливым и грубым человек может быть при любом типе темперамента.

Выделяют четыре группы черт характера: отношение к другим людям (общительность, замкнутость, равнодушие, чуткость, и пр.); отношение к своему делу (трудолюбие, лень, ответственность, инициативность, халатность, и пр,); отношение к самому себе (скромность, тщеславие, самокритичность); отношение к вещам (аккуратность, бережливость, и пр.).

Черты характера во многом определяют поведение человека- способы действий в типичных ситуациях. Большое влияние на поведение человека оказывают индивидуальные особенности психических процессов. В зависимости от того, какая из них преобладает, в характере человека выделяют интеллектуальные, эмоциональные и волевые черты. Говоря об интеллектуальных чертах, имеют прежде всего в виду сложившиеся качества ума (сообразительность, наблюдательность и пр.). В эмоциональных чертах проявляется отношение к явлениям действительности (возбудимость, рассудочность, и пр.), а также преобладающие настроения. Волевые черты характера определяют умение и готовность человека сознательно регулировать свою деятельность, связанную с преодолением трудностей (решительность, целеустремленность).

Какие из перечисленных свойств характера вы отмечаете у себя?

Насчитывается более тысячи наименований черт характера. Давайте попробуем составить словарь черт характера.

Восточная пословица гласит: «Посеешь поступок - пожнешь привычку, посеешь привычку - пожнешь характер, посеешь характер - пожнешь судьбу». Для воспитания характера важны хорошие привычки, а их каждый человек может сформировать сам. Привычки возникают, укрепляются и держатся на повторении. Чтобы возникла привычка, должна быть потребность в ней. Как быть с плохими привычками, которые зачастую формируются куда легче хороших?

Перечислим несколько упражнений на развитие силы воли, которые вы должны выполнять дома.

1. «Прогулка». Выйдя из дома, вернитесь ровно через час (допустимая ошибка- 2 минуты). Это упражнение развивает чувство времени и ответственности. Продолжительность прогулки может меняться.

2. «Будильник». После звонка будильника сосчитайте до 35 и встаньте. Каждый день убавляйте счет на 5 и через неделю вставайте на счет «3». Упражнение будет считаться освоенным, если три недели подряд вы будете вставать на счет «3».

3. «Зарядка». Начинайте зарядку с 10 минут. Прибавляя каждый день по 1 минуте, доведите ее до 17 минут. Упражнение будет освоено, если в течение 3-4 недель вы регулярно будете делать зарядку.

**Занятие №17-18.** Коллаж «Мой психологический портрет».

1. Беседа. Подведем некоторые итоги. На протяжении предыдущих занятий вы узнавали что-то новое о себе, невольно сравнивали себя с другими людьми. Возможно, не всегда эти сравнения вас радовали. Но зато вы еще раз могли убедиться, насколько все мы разные. А еще вы узнали, как развивать свои способности. И теперь только от вас зависит, как вы этими знаниями распорядитесь.

2. Практическая работа. Ребятам предлагается на принесенных листах бумаги выполнить коллаж, изображающий себя самого. Желательно не слишком углубляться в расшифровку темы, так как при выполнении этого задания особое значение имеет спонтанность и способность к свободным ассоциациям.

Упражнение очень важно в плане самопознания и самокоррекции, поэтому для его выполнения важна раскованность учащихся и творческая атмосфера. Во время работы учитель может общаться с детьми, задавать им вопросы по ходу работы, если это будет уместно. Работа имеет психодиагностический и психотерапевтический смысл, служит мощным стимулом для дальнейшего самопознания и самосовершенствования.

Работы дети забирают с собой. На них время от времени полезно смотреть.

**Занятие №19-20** «Формула профессии».

1. Практическая работа. «Профориентационная методика», разработанная Пряжниковым [18, с.27].

После выполнения работы, можно попросить кого-нибудь прочитать вслух полученные признаки, а остальным предлагается угадать - какая профессия загадана.

На какую профессию вам удалось выйти в результате? Соответствует ли эта профессия вашему выбору, если он есть? Запишите полученные характеристики и профессию.

**Занятие №21-23** «Профессии типа «человек-техника».

1. Беседа. 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. Специалистам профессий типа «человек-техника» присущи:

-точное зрительное, слуховое, вибрационное и кинестетическое восприятие;

-хорошая координация движений;

-развитое техническое и творческое мышление и воображение;

-умение переключать и концентрировать внимание;

-наблюдательность.

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. Нужна и высокая исполнительская дисциплина, аккуратность. Последние качества важны, конечно, везде, но в технике с ее точностью, дробным делением труда им уделяется особое внимание.

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.

Специалистами являются: электромонтажник, радиомонтажник, слесарь по ремонту электрооборудования, фотограф, киномеханик и т. д.

2. Практическая работа. Для этой части занятия необходим куб Линка, или «Уникуб» Никитина. Если есть два комплекта «кубов»: соревновательность упражнения будет выражена ярче.

Учащимся демонстрируется собранный куб и дается задание: разрушить его и собрать так же как можно быстрее.

Доброволец или двое перед классом собирают куб. Засекается время, за которое они справятся с этой задачей. Целесообразно дать возможность выполнить это задание 3-4 учащимся. Отмечается не только скорость решения задачи, но и стратегия.

**Занятие №24-26** «Профессии типа «человек-природа».

1. Беседа. Представителей этих профессий объединяет одно очень важное качество - любовь к природе. Но любовь не созерцательная, а деятельная.

Особенность биологических объектов состоит в том, что они сложны, изменчивы, нестандартны. И растения, и животные, и микроорганизмы развиваются безо всяких выходных и праздников. Они живут, болеют и гибнут. Специалисту нужно не просто очень многое знать о живых организмах, но предвидеть возможные изменения в них, которые подчас необратимы. От человека требуется инициатива и самостоятельность в решении конкретных задач, заботливость, терпение и дальновидность.

Вы, наверное, замечали, что животные тонко чувствуют состояние человека: боится ли он, или сам представляет угрозу; нервничает или уверен в себе. Одних они любят, других - ненавидят или боятся. Исследования показали, что также реагируют на людей и 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 мощным средством нормализации состояния человека. Она успокаивает, вносит в душу гармонию, служит источником вдохновения для людей творческих.

Поскольку результаты деятельности выявляются по прошествии довольно длительного времени, специалист обязан обладать терпением, настойчивостью, должен быть готовым к работе в небольших коллективах, иногда в трудных погодных условиях.

Специалистам этой области приходится:

-изучать, исследовать, анализировать состояние, условия жизни растений или животных;

-выращивать растения, ухаживать за животными;

-проводить профилактику заболеваний растений и животных, бороться с вредителями растений.

Специалистами являются: агроном, микробиолог, зоотехник, лесовод, птицевод, полевод, пчеловод, ветеринар, агроном по защите растений и пр.

**Занятие №27-28** «Профессии типа “человек-знак».

1. Беседа. 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. Другими словами, нужно обладать хорошо развитым абстрактным мышлением и воссоздающим воображением. Учитывая, что знаки сами по себе часто имеют малозаметные различия, необходимы такие качества, как сосредоточенность, усидчивость и хорошее внимание, требуется хорошая оперативная и механическая память.

Особенности предметов труда:

-тексты на родном и иностранных языках;

-цифры, формулы, таблицы;

-чертежи, карты, схемы;

-звуковые сигналы.

Специалисты: редактор, делопроизводитель, программист, бухгалтер, конструктор, штурман, радист, звукооператор и пр.

2. Практическая работа. Исследование особенностей распределения внимания методом корректурной пробы (методика Бурдона) [37, с.75].

Ребятам предлагается проверить свое внимание с помощью специальной методики. Смысл задания не только диагностический. Невысокий по сравнению с другими результат может подтолкнуть ребят к работе по развитию внимания.

**Занятие №29-30** «Профессии типа «человек-искусство».

1. Беседа. Важнейшие требования, которые предъявляют профессии этого типа:

-художественные способности, развитые эстетические чувства;

-развитое зрительное восприятие, наблюдательность, зрительная память;

-наглядно- образное мышление, творческое и воссоздающее воображение;

-знание законов эмоционального воздействия на людей;

-аналитическое, нестандартное мышление.

Как вы думаете, какой темперамент преобладает у людей искусства? Почему среди поэтов, музыкантов и художников так много меланхоликов? «Составляющие» этого темперамента- склонность к одиночеству и впечатлительность, чувствительность нервной системы. Эти чувства находят выражение в произведениях искусства.

Большинство профессий этого типа связано:

-созданием, проектированием, моделированием художественных произведений (сочетание линий, форм, звуков, движений);

- с воспроизведением, изготовлением различных изделий по эскизу;

-с воспроизведением, копированием, размножением художественных произведений в массовом производстве.

Специалисты: писатель, художник, модельер, хореограф, ювелир, реставратор, маляр, журналист, актер, гравер, архитектор и пр.

2. Практическая работа. Упражнение «Интервью».

Отработка навыков спонтанного поведения. Участникам предлагается попробовать себя в роли журналистов, задающих неожиданные, острые вопросы, и известных людей (артистов, художников), которым на эти вопросы приходится отвечать. Затем провести обсуждение.

**Занятие №31-33** «Профессии типа «человек-человек».

1. Беседа. Не так уж много на земле профессий, позволяющих обходиться без общения с людьми. Поэтому вы поступите правильно, если обратите внимание на такие качества, как общительность, контактность.

Главное содержание труда в профессиях типа «человек- человек» сводится к взаимодействию между людьми. Если не ладится это взаимодействие, значит - не ладится и работа. Поэтому существенное значение имеет умение устанавливать и поддерживать контакты с людьми, доброжелательность и отзывчивость. Должна присутствовать способность мысленно ставить себя на место другого человека, умение слушать и слышать, учитывать мнение другого человека. Какие качества, по-вашему, необходимы для работы с людьми?

Большинство профессий этого типа связано:

-с воспитанием и обучением;

-с медицинским обслуживанием;

-с бытовым обслуживанием;

-с информационным обслуживанием;

-с защитой общества и государства.

Специалисты: воспитатель, учитель, спортивный тренер, врач, вахтер, продавец, библиотекарь, юрист, военнослужащий и пр.

2. Практическая работа. Игра «Контакт» - эффективное средство в приобретении школьниками навыков культуры общения.

Участники делятся на пары. Каждая пара получает листок с описанием ситуации, которую предстоит разыграть:

1. Воспитатель детского сада – мать (отец) ребенка. Ребенок провинился, воспитатель рассказывает об этом матери. Она защищает малыша, не вникая в суть дела и считая, что ее ребенок просто не может быть не прав. Какова позиция воспитателя?

2. Врач-пациент. Молодой врач при посещении больного (пожилого человека) ставит диагноз и назначает лечение. Но пациент сам имеет медицинское образование и с диагнозом и методами лечения не согласен. Как поступит молодой врач?

3. Следователь-свидетель. По ходу расследования преступления следователь допрашивает свидетеля. Тот говорит неправду (придумайте сами, почему). Как убедить его дать правдивые показания?

4. Учитель-ученик. Ученик-эрудит просит разрешения дополнить учителя истории после объяснения нового материала. Он рассказывает любопытные, но неизвестные педагогу факты и интересуется его мнением по этому поводу. Какова реакция учителя?

5. Парикмахер-клиент. Клиент заказывает стрижку, которая ему явно не подойдет (придумайте сами, почему). Парикмахер предлагает другой вариант, но клиент не согласен. Какую позицию займет парикмахер?

Игра заставляет самостоятельно мыслить и брать на себя ответственность за принятые решения. Задача учителя- помочь школьникам вжиться в роль, встать на место тех, кого они изображают. Иногда учащиеся боятся принимать неординарные решения потому, что незнакомы со своими правами и обязанностями. Они, например, могут не знать, что в случае сомнения при постановке диагноза (ситуация 2) врач может собрать консилиум. Подсказка учителя, возможно, подтолкнет ребят к правильному решению. Итогом игры должен стать вывод о том, что нужно быть готовым почти все свое рабочее время общаться с людьми, в любых условиях сохраняя выдержку, спокойствие и доброжелательность.

По завершении игры учитель записывает на доске правила, которые ученики должны переписать в тетрадь:

1. Единственный способ добиться успеха в споре - уклониться от него.

2. Проявляйте уважение к мнению другого.

3. Если не правы - признайте это сразу и чистосердечно.

4. Дайте собеседнику возможность выговориться.

5.Честно попытайтесь взглянуть на проблему с точки зрения другого.

Пятнадцатое занятие Профессиограмма. «Опросник профессиональной готовности».

**Занятие №34** Беседа. Одним из важнейших источников информации о профессии являются профессиограммы.

Профессиограмма - это характеристика профессии, в которой описаны ее особенности, содержание и характер труда. Все профессиограммы построены примерно по такой схеме:

Цель профессиограммы- создать целостное представление об особенностях данного вида труда. Ядром профессиограммы является психограмма профессии.

Психограмма включает описание требований, которые предъявляет профессия к психологическим качествам человека (мышлению, вниманию, памяти, восприятию, и т.д.).

Все профессиограммы построены примерно по такой схеме:

1. Общая характеристика профессии.

2. Требования к индивидуальным особенностям специалиста.

3. Медицинские противопоказания.

4. Требование к профессиональной подготовке.

5. Пути получения профессии.

6. Родственные профессии (специальности).

2. Практическая работа. Игра «Аукцион».

В начале игры школьники объединяются в две численно равные команды – «Оптимистов» и «Скептиков». Предварительно уточняется значение этих слов. Затем учитель называет несколько профессий разных типов (по типологии Е.А.Климова) и предлагает участникам команд с учетом своей роли назвать максимальное количество их позитивных или негативных характеристик.

Для подготовки дается не более 10 минут. За это время участники могут посоветоваться друг с другом, навести необходимые справки в заранее подобранной литературе. При ответе им необходимо осветить следующее (составить профессиограмму): какое значение имеет данная профессия для общества? Какой труд - автоматизированный, механизированный или ручной - в ней используется? Назвать объект труда, конечный результат работы, примерную зарплату. Охарактеризовать условия работы. Предполагает ли эта профессия интенсивное общение с людьми? Имеет ли она медицинские противопоказания? Какими качествами должен обладать человек, выбравший эту профессию? Где ее можно получить?

Учитель может использовать доску или стенд для записи вопросов. Команды выступают по очереди. За каждую обоснованную характеристику получают 1 балл. Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество баллов.

Нередко при разборе профессий одна и та же характеристика рассматривается и как положительная, и как отрицательная. В этом случае побеждает команда, аргументы которой более весомы. Для того, чтобы представление о профессии было более полным, учитель может задать наводящие вопросы или назвать недостающие характеристики.

3. Практическая работа. Методика «Опросник профессиональной готовности» Л.Н.Кабардовой [37, с.139].

Определить сферу своей будущей деятельности по этому тесту учащиеся могут самостоятельно.