

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ярская средняя общеобразовательная школа №1»

РАССМОТРЕНО
на заседании
педагогического Совета
Протокол № 1 от
«27» 08 2024г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
С.А. Данилова
Приказ № 20 от
«30» 08 2024г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Твоя профессиональная карьера»

Направленность программы: социально-гуманитарная

Срок реализации: 1 год

Возраст детей: 16-17 лет

Составитель: Веретенникова Т.В.
учитель математики
МБОУ «Ярская СОШ №1»

П. Яр, 2024-2025 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по дополнительному образованию составлена на основании нормативных документов:

- ✓ Уставом школы
- ✓ Положением о дополнительном образовании
- ✓ Положением о рабочей программе дополнительного образования

Данная программа имеет **социально-гуманитарную** направленность.

Программа «Твой выбор» является **одноуровневой, ознакомительной**.

Данная программа предусматривает проведение занятий в Центре образования естественно-научной и технологической направленностей «Точка роста» при МБОУ «Ярская СОШ №1»

Актуальность программы

Реформа российского общества предъявляет новые требования к системе образования: необходимо не только организовать образовательный процесс и дать знания, но и подготовить выпускника школы к жизни и профессиональной работе в новых экономических условиях. Это отражено в Концепции модернизации российского образования «Наша новая школа»

В настоящее время выпускники школ страдают от неопределенности своей будущей карьеры. Многие из них нуждаются в специальном консультировании и психологической помощи. Ученые – социологи подсчитали, что примерно 50% выпускников различных профессиональных учебных заведений реально работают не по той специальности, по которой они получили образование, около 60% выпускников средних специальных заведений и 70% выпускников профессионально – технических училищ ежегодно оказываются невостребованными предприятиями и организациями. Поэтому особое значение приобретает помощь учащимся в выборе профессии.

Новизна программы

Курс предусматривает расширение знаний учащихся о профессиях, знакомит с классификацией профессий, требованиям профессии к человеку, помогает предостеречь учащихся от типичных ошибок и затруднений при выборе профессии. В ходе посещения курса учащиеся изучают свои интересы, склонности, оценивают свои возможности, интеллектуальные способности путём выполнения тестовых заданий.

Курс даёт возможность сравнить требования, которые определяет профессия, со своими возможностями. Изменяющаяся структура экономики России влечёт за собой и изменение состава профессий. Многие из них отмирают, возникают новые, расширяются функции существующих. Всё большее место занимает в обществе сфера услуг, индивидуализируется стиль жизни и труда, усиливается взаимосвязь между обществом и личностью, развиваются рыночные отношения. Помочь учащимся ориентироваться в сложном мире труда призваны занятия дополнительного образования «Твой выбор»

Педагогическая целесообразность

Профессиональное самоопределение обучающихся является одним из наиболее важных направлений педагогической деятельности в образовательном учреждении. Работа по профессиональному самоопределению осуществляется в форме поэтапного и непрерывного формирования общих и профессиональных компетенций на основе личных возможностей и потребностей. В этой связи все более актуальными становятся вопросы

оказания помощи обучающимся в выборе профессии, в поиске ресурсов для самостоятельного формирования собственного образовательного-профессионального формата, а также обучение способам использования этих ресурсов.

Данная программа реализуется в рамках комплексного сопровождения и предполагает взаимодействие всех субъектов образовательного процесса: учеников, их родителей, педагогов, классного руководителя. Программа базируется на основных принципах гуманистической психологии и педагогики и ориентирована на реализацию собственных возможностей личности учащегося, его самостоятельность и активную позицию.

Отличительной особенностью программы является её практико-ориентированный характер. Программа «Твой выбор» создает систему педагогической, психологической, информационной и организационной поддержки обучающихся, включающей мероприятия по профессиональной ориентации и психолого-педагогической диагностики обучающихся, их анкетирование, консультирование, организацию "пробы сил", экскурсий на предприятия и учебные заведения профессионального образования, тематические часы, профориентационные игры, тренинговые занятия, мастер-классы. Профориентационная работа с обучающимися ориентирована на их индивидуализацию и с учетом реальных потребностей рынка труда.

Объем программы, срок освоения

Срок реализации: 1 год. Общее количество часов: 34 из расчета 1 час в неделю.

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по пятницам с 13.30-14.10, продолжительность занятия – 40 минут.

Формы обучения: очная. При экстренных ситуациях (карантин, низкая температура, дни дистанционного обучения) с использованием дистанционных и электронных технологий

Цель программы: создать условия для успешной социализации и профессионального самоопределения подростков в возрасте 16 - 17 лет.

Задачи:

Образовательные:

Обобщить знания учащихся о сферах трудовой деятельности, профессиях, карьере.

Сформировать знания и умения объективно осуществлять самоанализ развития своих профессионально важных качеств и соотносить их с требованиями профессий, сфер трудовой деятельности к человеку.

Развивающие:

Развивать представление о современном рынке труда, потребности в трудовой деятельности, самовоспитании, саморазвитии и самореализации.

Развивать интерес к трудовой деятельности.

Воспитывающие:

Воспитывать уважение к труду.

Воспитывать положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенности в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии

Воспитывать у старшеклассников качества творческой, активной и легко адаптирующейся личности, способной реализовать себя в будущей профессии в современных социально-экономических условиях

Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение				
	Предмет и задачи курса. Когда возникла «профессия». Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана. Дневник профессиональной карьеры. Анкетирование «Оптанта».				
1.1.	Что такое профессия	1	1	0	Беседа
2.	Раздел 1. Познавательные процессы и способности личности				
	Память. Внимание. Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение. Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта. Способности. Виды способностей: общие и специальные. Условия развития способностей. Диагностика познавательных процессов				
2.1.	Психические особенности личности	4	4	0	Тестирование
2.2.	Чувства и эмоции. Эмоционально-волевые качества личности	1	1	0	Тестирование
2.3.	Стресс и тревожность. Определение уровня тревожности	1	1	0	Тестирование
2.4.	Способности личности	1	1	0	Тестирование
3.	Раздел 2. Психология личности				
	Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка. Самоопределение. Профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды. Общение. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов. Психологический тип. Психологические классы профессий. Тестирование «Тип темперамента»				
3.1.	Влияние темперамента и характера на профессиональное самоопределение	1	1	0	Тестирование
3.2.	Общение, конфликт, их виды и влияние на профессиональное самоопределение	1	1	0	Тестирование
4.	Раздел 3. Профессиональное самоопределение				
	Склонности, интересы и мотивы в профессиональном выборе («хочу»). Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности. Профпригодность. Рынок труда. Предпринимательство. Потребности рынка труда в кадрах («надо»). Безработица. «Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» – «могу» – «надо». Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии. Трудоустройство: резюме, собеседование. Методика «Карта интересов» Опросник профессиональной готовности Практическая работа: составление резюме				
4.1.	Могу – хочу - надо	1	1	0	Тестирование
4.2.	Мотивы и ошибки при выборе профессии	1	1	0	Беседа
4.3.	Рынок труда и безработица	1	1	0	Беседа
4.4.	Экскурсия в службу занятости	1	0	1	Экскурсия
4.5.	Составление резюме	1	0	1	Составление резюме
4.6.	Деловая игра «Собеседование»	1	0	1	Игра

	при трудоустройстве»				
5.	Раздел 4. Мир профессий				
	<p>Понятия профессии, признаки, специальности, специализации, квалификации. Характеристика труда: характер, процесс и условия труда. Здоровье и профессия</p> <p>Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы. Типы профессий. Матрица выбора профессии.</p> <p>Характеристика профессий типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ». Профессионально важные качества (ПВК). Новые профессии, модные профессии. Встречи с представителями разных профессий. Экскурсии на предприятия поселка.</p> <p>Вопросник «Трудовой мотивационный профиль»</p> <p>Анализ психограмм.</p> <p>Тест «Профессиональный тип личности»</p> <p>Деловая игра «Арбитраж профессий»</p> <p>Круглый стол «Профессии моей семьи».</p>				
5.1.	Признаки, специальности, специализации, квалификации профессии. Формула профессии	1	1	0	Беседа
5.2.	Здоровье и выбор профессии	1	1	0	Беседа
5.3.	Профессии типа «человек - человек»	1	1	0	Беседа
5.4.	Профессии типа «человек - техника»	1	1	0	Беседа
5.5.	Профессии типа «человек – знаковая система»	1	1	0	Беседа
5.6.	Профессии типа «человек – природа»	1	1	0	Беседа
5.7.	Профессии типа «человек – художественный образ»	1	1	0	Беседа
5.8.	Новые профессии, модные профессии	1	1	0	Тестирование
5.9.	Профессии моей семьи	2	0	1	Защита проектов
5.10.	Профессии нашего поселка	2	0	3	Экскурсии на предприятия поселка
5.11.	Деловая игра «Арбитраж профессий»	1	0	1	Игра
6.	Раздел 5. Подготовка к будущей карьере				
	<p>Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Построение личного профессионального плана.</p> <p>Какие бывают профессиональные учебные заведения. Уровень профессионального образования. Формы профессионального образования.</p> <p>Практическая работа: составление личного профессионального плана.</p>				
6.1	Карьера, виды, построение	1	1	0	Беседа
6.2.	Построение личного профессионального плана	1	0	1	Практическая работа
6.3.	Виды учебных заведений	1	1	0	Беседа
6.4.	Учебные заведения Удмуртской Республики	1	1	0	Виртуальная экскурсия
6.5.	Индивидуальное консультирование	1	0	1	Консультация
	Всего:	34	24	10	

Содержание учебного плана

Введение

Предмет и задачи курса. Когда возникла «профессия». Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана. Дневник профессиональной карьеры.

Анкетирование «Оптанта».

Раздел 1. Познавательные процессы и способности личности

Память. Внимание. Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение. Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта. Способности. Виды способностей: общие и специальные. Условия развития способностей. Диагностика познавательных процессов

Раздел 2. Психология личности

Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка. Самоопределение. Профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды. Общение. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов. Психологический тип. Психологические классы профессий.

Тестирование «Тип темперамента»

Раздел 3. Профессиональное самоопределение

Склонности, интересы и мотивы в профессиональном выборе («хочу»). Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности. Профпригодность. Рынок труда. Предпринимательство. Потребности рынка труда в кадрах («надо»). Безработица. «Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» – «могу» – «надо». Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии. Трудоустройство: резюме, собеседование.

Методика «Карта интересов»

Опросник профессиональной готовности

Практическая работа: составление резюме

Раздел 4. Мир профессий

Понятия профессии, признаки, специальности, специализации, квалификации. Характеристика труда: характер, процесс и условия труда. Здоровье и профессия

Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы. Типы профессий. Матрица выбора профессии.

Характеристика профессий типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ». Профессионально важные качества (ПВК).

Новые профессии, модные профессии. Встречи с представителями разных профессий. Экскурсии на предприятия поселка.

Раздел 5. Подготовка к будущей карьере

Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Построение личного профессионального плана.

Практическая работа: составление личного профессионального плана. Какие бывают профессиональные учебные заведения. Уровень профессионального образования. Формы профессионального образования. Знакомство с средними специальными учебными заведениями. Порядок поступления в профессиональные учебные заведения. Индивидуальные консультации с родителями и обучающимися

Планируемые результаты

Личностные:

- основы социально ценных личностных и нравственных качеств: трудолюбие, организованность, добросовестное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда;
- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга; способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Метапредметные:

- умение высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, работать по предложенному педагогу плану;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков);
- уметь донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста);
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Предметные:

- уметь самостоятельно готовить развернутое описание профессии, определить способности, которые необходимы данной профессии, и подобрать задания для проверки этих способностей;
- описывать признаки предметов, профессий и узнавать предметы и профессии по их признакам;
- осуществлять поисково-аналитическую деятельность для практического решения прикладных задач с использованием знаний, полученных при изучении учебных предметов, способность добывать новую информацию из различных источников;
- иметь представление о профессионально значимых способностях и личностных качествах, представления о мире профессий.

Календарный учебный график

Начало занятий – 5 сентября 2024 г.

№	Наименование группы/Год обучения	Срок учебного года (продолжительность обучения, даты начала и окончания учебных периодов/этапов)	Количество занятий в неделю, продолжительность одного занятия (мин)	Наименование дисциплин (модуля, раздела)	Всего акад. ч. в год	Количество акад. ч. в неделю
1.	«Твой выбор»	С 5 сентября по 26 мая	1 занятие по 40 минут	Введение Раздел 1 Познавательные процессы и способности личности Раздел 2 Психология личности Раздел 3 Профес-ое самоопределение Раздел 4 Мир профессий Раздел 5 Подготовка к будущей карьере	1 7 2 6 13 5	1 7 2 6 13 5

Условия реализации дополнительной образовательной программы

Для реализации программы необходимо наличие школьного кабинета, вмещающего необходимое количество обучающихся.

Наличие информационного обеспечения (фотокамеры, ноутбука, доступа к сети интернет)

Кадровое обеспечение (педагог дополнительного образования)

Формы аттестации/ контроля, оценочные материалы

- Контроль входной (сентябрь), промежуточный (декабрь), итоговый (май).
- Защита индивидуальных профориентационных проектов.

Основной формой контроля является творческий проект по теме: «Профессии моей семьи». Сроки проведения контроля – май.

Методические материалы

- Опросники (Климова, Голланда), тест Айзенка, методики Эллерса, Деллингера;
- Тестирование (тесты промежуточные, итоговые).

Программа воспитания

Цель: формирование у обучающихся духовно-нравственных ценностей, способности к осуществлению ответственного выбора собственной индивидуальной образовательной траектории, способности к успешной социализации в обществе.

Задачи:

- поддерживать традиции образовательной организации и инициативы по созданию новых в рамках уклада школьной жизни, реализовывать воспитательные возможности общешкольных ключевых дел;

- реализовывать воспитательный потенциал и возможности на занятиях, поддерживать использование интерактивных форм занятий с обучающимися на занятиях;

- организовывать профориентационную работу с обучающимися;

- развивать предметно-эстетическую среду школы и реализовывать ее воспитательные возможности, формирование позитивного уклада школьной жизни и положительного имиджа и престижа Школы;

- организовать работу с семьями обучающихся, их родителями или законными представителями, направленную на совместное решение проблем личностного развития обучающихся.

Личностные результаты:

Формирование любознательности, аккуратности, усидчивости, уважения и любви к труду.

Календарный план воспитательной работы

№	Месяц	Мероприятие	Место проведения
1	Сентябрь	Знакомство с детьми, вновь принятыми в объединение (игры на знакомство, викторины, чаепитие)	Школа
2	Декабрь	Новогодние чудеса. (Участие в конкурсах, подготовка подарков друг другу)	Школа
3	Март	Февромарт. Поздравление с праздниками 23 февраля и 8 марта	Школа
4	Май	Праздник «Здравстуй, лето!»	Школа

Список литературы

1. Пряжникова Е.Ю. Психология труда: теория и практика. – М.: Юрайт, 2018. - 520 с.
Волков, Б. С. Выбираем профессию. Основы профориентации / Б.С. Волков. - М.: Говорящая книга, 2015. - 171 с.
2. Шмидт Классные часы и беседы по профориентации для старшеклассников. 8-11 класс / Шмидт. - М.: Сфера, 2016. - 311 с.
3. Интернет-ресурсы по профориентации
4. <http://www.trudvsem.ru/> Информационный портал Федеральной службы по труду и занятости РФ
5. http://www.garant.ru/student/law_abc.htm"Правовая Азбука" молодежи в вопросах и ответах <http://vsetesti.ru/> Все профессиональные психологические тесты <http://festival.1september.ru/> Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://azps.ru/> Психология: описания психологических тестов, тестирование онлайн, тренинги, упражнения, статьи, советы психологов
6. <http://www.imaton.ru> - сайт Института практической психологии «ИМАТОН» <http://www.ucheba.ru/prof> Профессии: выбор профессии, описание профессии, рейтинг самых востребованных профессий
7. <http://rodn-i-k.narod.ru/>Выбор профессии, умение решать конфликты, написать резюме, быть готовым к тестированию и собеседованию с работодателем... <http://www.metodkabi.net.ru/index.php?id=2> Методический кабинет профориентации Резапкина Г.В.
8. <http://www.profor.ru/> Персональный сайт психолога Юрия Тюшева <http://www.proforient.ru/>Профориентирование детей-сирот <http://psy.1september.ru/> Газета "Школьный психолог"
9. <http://www.profcareer.ru/> Центр тестирования и развития «Гуманитарные технологии» <http://profguide.ru/> Ваш гид по профессиям
10. <http://www.rabotka.ru/infoworker/> Справочник профессий <http://www.effecton.ru/770.html> Профориентация и профильное обучение <http://www.profvibor.ru/> Электронный музей профессий

Дифференциально-диагностический опросник (ДДО; Е.А.КЛИМОВ)

Шкалы: типы профессий - человек-человек, человек-техника, человек-знаковая система, человек-художественный образ, человек-природа.

Назначение теста

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

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

Время обследования не ограничивается. Хотя, испытуемого следует предупредить о том, что над вопросами не следует долго задумываться и обычно на выполнение задания требуется 20–30 мин.

Возможно использование методики индивидуально и в группе.

Экспериментатор может зачитывать вопросы группе испытуемых, но в этом случае ограничивается время ответа. Такой способ применяется, когда экспериментатор должен работать в ограниченном временном интервале.

Инструкция к тесту

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

ТЕСТ

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

(машины, одежду), строить здания	карты
20а. Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада	20б. Работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе, наборной машине и др.)

Обработка и интерпретация результатов

Ключ к тесту

Типы профессий

Номера вопросов

Человек-природа 1а, 3б, 6а, 10а, 11а, 13б, 16а, 20а

Человек-техника 1б, 4а, 7б, 9а, 11б, 14а, 17б, 19а

Человек-человек 2а, 4б, 6б, 8а, 12а, 14б, 16б, 18а

Человек-знаковая система 2б, 5а, 9б, 10б, 12б, 15а, 19б, 20б

Человек-художественный образ 3а, 5б, 7а, 8б, 13а, 15б, 17а, 18б

За каждое совпадение с ключом начисляется один балл.

Интерпретация результатов теста

Испытуемому рекомендуется выбрать тот тип профессий, который получил максимальное количество знаков баллов.

Название типов профессий:

- «человек–природа» – все профессии, связанные с растениеводством, животноводством и лесным хозяйством;

- «человек–техника» – все технические профессии;

- «человек–человек» – все профессии, связанные с обслуживанием людей, с общением;

- «человек–знак» – все профессии, связанные с обсчетами, цифровыми и буквенными знаками, в том числе и музыкальные специальности;

- «человек–художественный образ» – все творческие специальности.

Опросник Голланда

Каждый человек по своим личностным качествам подходит к определенному типу профессий. Методика Голланда, основанная на соотношении типов профессии с индивидуальными особенностями человека, призвана помочь Вам выбрать профессию с учетом, в первую очередь, личностных особенностей.

1 этап Инструкция:

Вам необходимо как бы "примерить" на себя шесть утверждений, касающихся различных типов профессий, найти им место в таблице и отметить.

	Абсолютно верно	Скорее верно	Неверно	Не знаю
1				
2				
3				
4				
5				
6				

Утверждение 1. Ты - практик, склонный заниматься конкретными делами. Предпочитаешь работу, приносящую конкретные, осязаемые результаты для себя и для других. Тебя не пугает физический труд. Тебя интересует работа с техникой, требующая практического склада ума, хорошо развитых двигательных навыков.

Утверждение 2. Ты, скорее, теоретик, чем практик. Тебе нравится заниматься изучением, исследованием какой-либо проблемы, получением новых знаний. Ты предпочитаешь работу, приносящую радость познания, а иногда и радость открытия, работу, требующую абстрактного склада ума, способностей к анализу и систематизации информации, широкого кругозора.

Утверждение 3. Ты - "коммуникатор", любящий работать с людьми и для людей, поэтому тебя, вероятно, заинтересует работа, связанная с обучением, воспитанием, обслуживанием клиентов, оказанием помощи нуждающимся и т.п. Тебе интересна эмоционально насыщенная, живая работа, предполагающая интенсивное взаимодействие с людьми и умение общаться.

Утверждение 4. Тебе нравится работать с документами, текстами, цифрами, в том числе с использованием компьютерных средств. Работа спокойная, без особого риска, с четким кругом обязанностей. Она может быть связана с обработкой информации, с расчетами, вычислениями, требующими точности, аккуратности, усидчивости. Тебе хотелось бы избежать частого общения, необходимости управлять другими людьми и отвечать за их действия.

Утверждение 5. Ты - организатор, ориентированный на активную преобразовательную деятельность. Ты предпочитаешь работу, дающую относительную свободу, самостоятельность, обеспечивающую положение в обществе, превосходство над другими, материальное благополучие; работу азартную и рискованную, требующую инициативности, предприимчивости, воли, умения брать ответственность на себя. Утверждение 6. Ты, вероятно, "свободный художник". Тебе подходят виды деятельности, дающие возможность

творческого самовыражения, где нет жесткого режима, формальностей; работу, дающую простор фантазии, воображению, требующую развитого эстетического вкуса, специальных способностей (художественных, литературных, музыкальных).

2 этап Инструкция: Предположим, что после соответствующего обучения ты сможешь выполнять любую работу. Из предложенных ниже пар профессий надо выбрать одну, которая тебе больше подходит (исходя из твоих способностей и возможностей). Рядом с названием профессии в скобках стоит код. В бланке ответов, напротив кода выбранной профессии, поставь знак "+". Подсчитай количество плюсов в каждой строке.

Например, из пары "инженер" - "социолог" тебе интереснее профессия социолога. Код этой профессии - 2. Значит, в бланке ответов в графе "код профессий" надо поставить "+" рядом с цифрой 2. Если содержание профессии не совсем понятно, пользуйся атласом профессий.3

Код профессии Выбор (фиксировать плюсом) Сумма плюсов

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.

Инженер (1) - Социолог (2)

Кондитер (1) - Священнослужитель(3)

Повар (1) - Статистик (4)

Фотограф (1) - Торговый администратор (5)

Механик (1) - Дизайнер (6)

Философ (2) - Врач (3)

Эколог (2) - Бухгалтер (4)

Программист (2) - Адвокат (5)

Кинолог (2) - Литературный переводчик (6)

Страховой агент (3) - Архивист (4)

Тренер (3) - Телерепортер (5)

Следователь (3) - Искусствовед (6)

Нотариус (4) - Брокер (5)

Оператор ЭВМ (4) - Манекенщица (6)

Фотокорреспондент (5) - Реставратор (6)

Озеленитель (1) - Биолог-исследователь (2)

Водитель (1) - Бортопроводник (3)

Метролог (1) - Картограф (4)

Радиомонтажник(1) - Художник по дереву (6)

Геолог (2) - Переводчик-гид (3)

Журналист (5) - Режиссер (6)

17 Библиограф (2) - Аудитор (4)

Фармацевт (2) - Юрисконсульт (3)

Генетик (2) - Архитектор (6)

Продавец (3) - Оператор почтовой связи (4)

Социальный работник (3) - Предприниматель (5)

Преподаватель вуза (3) - Музыкант-исполнитель (6)

Экономист (4) - Менеджер (5)

Корректор (4) - Дирижер (6)

Инспектор таможни (5) - Художник-модельер (6)

Телефонист (1) - Орнитолог (2)

Агроном (1) - Топограф (4)

Лесник (1) - Директор (5)

Мастер по пошиву одежды (1) - Хореограф (6)

Историк (2) - Инспектор ГАИ (4)

Антрополог (2) - Экскурсовод (3)

Вирусолог (2) - Актер (6)

Официант (3) - Товаровед (5)

Главный бухгалтер (4) - Инспектор уголовного розыска (5)

Парикмахер-модельер (6) - Психолог (3)

Пчеловод (1) - Коммерсант (5)

Судья (3) - Стенографист (4)

Подсчитай количество плюсов в бланке ответов. Максимальное количество плюсов указывает на принадлежность к одному из шести профессиональных типов.

1. Реалистический тип. Профессионалы данного типа склонны заниматься кон конкретными вещами и их использованием, отдают предпочтение занятиям, требующим применения физической силы, ловкости.

Ориентированы в основном на практический труд, быстрый результат деятельности. Способности к общению с людьми, формулировке и изложению мыслей развиты слабее. Чаще люди этого типа выбирают профессии механика, электрика, инженера, агронома, садовода, кондитера, повара и другие профессии, которые предполагают решение конкретных задач, наличие подвижности, настойчивости, связь с техникой. Общение не является ведущим в структуре деятельности.

2. Интеллектуальный тип. Профессионалы данного типа отличаются аналитичностью, рационализмом, независимостью, оригинальностью, не склонны ориентироваться на социальные нормы. Обладают достаточно развитыми математическими способностями, хорошей формулировкой и изложением мыслей, склонностью к решению логических, абстрактных задач. Люди этого типа предпочитают профессии научно-исследовательского направления: ботаник, физик, философ, программист и другие, в деятельности которых необходимы творческие способности и нестандартное мышление. Общение не является ведущим видом деятельности. Ков, такие как: бухгалтер, патентовед, нотариус, топограф, корректор и другие, направленные на обработку информации, предоставленной в виде условных знаков, цифр, формул, текстов. Сфера общения в таких видах деятельности ограничена и не является ведущей, что вполне устраивает данный тип личности. Коммуникативные и организаторские способности развиты слабо, но зато прекрасно развиты исполнительские качества.

3. Социальный тип. Профессионалы данного типа гуманны, чувствительны, активны, ориентированы на социальные нормы, способны к сопереживанию, умению понять эмоциональное состояние другого человека. Обладают хорошими вербальными (словесными) способностями, с удовольствием общаются с людьми. Математические способности развиты слабее. Люди этого типа ориентированы на труд, главным содержанием которого является взаимодействие с другими людьми, возможность решать задачи, предполагающие анализ поведения и обучения людей. Возможные сферы деятельности: обучение, лечение, обслуживание и другие, требующие постоянного контакта и общения с людьми, способностей к убеждению.

4. Артистический тип. Профессионалы данного типа оригинальны, независимы в принятии решений, редко ориентируются на социальные нормы и одобрение, обладают необычным взглядом на жизнь, гибкостью и скоростью мышления, высокой эмоциональной чувствительностью. Отношения с людьми строят, опираясь на свои ощущения, эмоции, воображение, интуицию. Обладают хорошей реакцией и обостренным восприятием. Любят и умеют общаться. Профессиональная предрасположенность в наибольшей степени связана с актерско-сценической, музыкальной, изобразительной деятельностью.

5. Предприимчивый тип. Профессионалы данного типа находчивы, практичны, быстро ориентируются в сложной обстановке, склонны к самостоятельному принятию решений, социальной активности, лидерству; имеют тягу к приключениям (возможно, авантюрным). Обладают достаточно развитыми коммуникативными способностями. Не предрасположены к занятиям, требующим усидчивости, большой и длительной концентрации внимания. Предпочитают деятельность энергичную, требующую энергии, организаторских способностей. Профессии: предприниматель, менеджер, продюсер и другие, связанные с руководством, управлением и влиянием на разных людей в разных ситуациях.

6. Конвенциональный тип. Профессионалы данного типа практичны, конкретны, не любят отступать от задуманного, энергичны, ориентированы на социальные нормы. В основном выбирают профессии, связанные с канцелярскими и расчетными работами, со зданием и оформлением документов, установлением количественных соотношений между числами, системами условных знаков.

Опросник Айзенка (подростковый)

Данная методика рассчитана на контингент испытуемых в возрасте от 12 до 17 лет. Соответственно может использоваться: при выявлении особенностей личности подростка, формировании классных коллективов, в профессиональном отборе молодежи на различные типы профессий (в частности на профессии типа «человек — человек»), в педагогической практике в целях коррекции взаимоотношений в системах: «ученик — учитель», «ученик — класс».

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

Текст опросника

1. Любишь ли ты шум и суету вокруг себя?
2. Часто ли ты нуждаешься в друзьях, которые могли бы тебя поддержать или утешить?
3. Ты всегда находишь быстрый ответ, когда тебя о чем-нибудь спрашивают, если это не на уроке?
4. Бывает ли так, что ты раздражен чем-нибудь, сердит, злишься?
5. Часто ли у тебя меняется настроение?
6. Верно ли, что тебе легче и приятнее с книгами, чем с ребятами?
7. Часто ли тебе мешают уснуть разные мысли?
8. Ты всегда делаешь так, как тебе говорят?
9. Любишь ли ты подшутить над кем-нибудь?
10. Ты когда-нибудь чувствовал себя несчастным, хотя для этого не было настоящей причины?
11. Можешь ли ты сказать о себе, что ты веселый, живой человек?
12. Ты когда-нибудь нарушал правила поведения в школе?
13. Верно ли, что многое раздражает тебя?

14. Нравится ли тебе такая работа, где надо делать все быстро?
15. Ты переживаешь из-за всяких страшных событий, которые чуть было не произошли, хотя все кончилось хорошо?
16. Тебе можно доверить любую тайну?
17. Можешь ли ты без особого труда внести оживление в скучную компанию сверстников?
18. Бывает ли так, что у тебя без всякой причины (физической нагрузки) сильно бьется сердце?
19. Делаешь ли ты обычно первый шаг для того, чтобы подружиться с кем-нибудь?
20. Ты когда-нибудь говорил неправду?
21. Ты легко расстраиваешься, когда критикуют тебя и твою работу?
22. Ты часто шутишь и рассказываешь смешные истории своим друзьям?
23. Ты часто чувствуешь себя усталым без всякой причины?
24. Ты всегда сначала делаешь уроки, а все остальное потом?
25. Ты обычно весел и всем доволен?
26. Обидчив ли ты?
27. Любишь ли ты разговаривать и играть с другими ребятами?
28. Всегда ли ты выполняешь просьбы родных о помощи по хозяйству?
29. У тебя бывают головокружения?
30. Бывает ли так, что твои действия и поступки ставят других людей в неловкое положение?
31. Ты часто чувствуешь, что тебе что-нибудь очень надоело?
32. Любишь ли ты иногда похвастаться?
33. Ты чаще всего сидишь и молчишь, когда попадаешь в общество незнакомых людей?
34. Волнуешься ли ты иногда так, что не можешь усидеть на месте?
35. Ты обычно быстро принимаешь решения?
36. Ты никогда не шумишь в классе, даже когда нет учителя?
37. Тебе часто снятся страшные сны?
38. Можешь ли ты забыть обо всем и повеселиться в обществе друзей?
39. Тебя легко огорчить?
40. Случалось ли тебе плохо говорить о ком-нибудь?
41. Верно ли, что ты обычно говоришь и действуешь быстро, не задерживаясь особенно на обдумывание?
42. Если оказываешься в глупом положении, то потом долго переживаешь?
43. Тебе очень нравятся шумные и веселые игры?
44. Ты всегда ешь то, что тебе подают?
45. Тебе трудно ответить «нет», когда тебя о чем-нибудь просят?
46. Ты любишь часто ходить в гости?
47. Бывают ли такие моменты, когда тебе не хочется жить?
48. Был ли ты когда-нибудь груб с родителями?
49. Считают ли тебя ребята веселым и живым человеком?
50. Ты часто отвлекаешься, когда делаешь уроки?
51. Ты чаще сидишь и смотришь, чем принимаешь активное участие в общем веселье?
52. Тебе обычно бывает трудно уснуть из-за разных мыслей?
53. Бываешь ли ты обычно уверен, что сможешь справиться с делом, которое должен выполнить?
54. Бывает ли, что ты чувствуешь себя одиноким?
55. Ты стесняешься заговорить первым с незнакомыми людьми?
56. Ты часто спохватываешься, когда уже поздно что-нибудь исправить?
57. Когда кто-нибудь из ребят кричит на тебя, ты тоже кричишь в ответ?
58. Бывает ли так, что ты иногда чувствуешь себя веселым или печальным без всякой причины?
59. Ты считаешь, что трудно получить настоящее удовольствие от оживленной компании сверстников?
60. Тебе часто приходится волноваться из-за того, что ты сделал что-нибудь не подумав?

Методика мотивации к успеху (Т. Элерс)

Опросник предназначен для диагностики мотивационной направленности личности на достижение успеха. Стимульный материал представляет собой 41 утверждение, на которые испытуемому необходимо дать один из 2 вариантов ответов «да» или «нет».

Степень выраженности мотивации к успеху оценивается количеством баллов, совпадающих с ключом.

Результат теста «Мотивация к успеху» желателен сопоставить с результатами теста «Мотивация к избеганию неудач».

Инструкция: «Вам будет предложен 41 вопрос, на каждый из которых ответьте «да» или «нет».

Стимульный материал:

1. Когда имеется выбор между двумя вариантами, его лучше сделать быстрее, чем отложить на определенное время.
2. Я легко раздражаюсь, когда замечаю, что не могу на все 100 % выполнить задание.
3. Когда я работаю, это выглядит так, будто я все ставлю на карту.
4. Когда возникает проблемная ситуация, я чаще всего принимаю решение одним из последних.
5. Когда у меня два дня подряд нет дела, я теряю покой.

6. В некоторые дни мои успехи ниже средних.
7. По отношению к себе я более строг, чем по отношению к другим.
8. Я более доброжелателен, чем другие.
9. Когда я отказываюсь от трудного задания, я потом сурово осуждаю себя, так как знаю, что в нем я добился бы успеха.
10. В процессе работы я нуждаюсь в небольших паузах для отдыха.
11. Усердие - это не основная моя черта.
12. Мои достижения в труде не всегда одинаковы.
13. Меня больше привлекает другая работа, чем та, которой я занят.
14. Поращение стимулирует меня сильнее, чем похвала.
15. Я знаю, что мои коллеги считают меня дельным человеком.
16. Препятствия делают мои решения более твердыми.
17. У меня легко вызвать честолюбие.
18. Когда я работаю без вдохновения, это обычно заметно.
19. При выполнении работы я не рассчитываю на помощь других.
20. Иногда я откладываю то, что должен был сделать сейчас.
21. Нужно полагаться только на самого себя.
22. В жизни мало вещей, более важных, чем деньги.
23. Всегда, когда мне предстоит выполнить важное задание, я ни о чем другом не думаю. 24. Я менее честолюбив, чем многие другие.
25. В конце отпуска я обычно радуюсь, что скоро выйду на работу.
26. Когда я расположен к работе, я делаю ее лучше и квалифицированнее, чем другие.
27. Мне проще и легче общаться с людьми, которые могут упорно работать.
28. Когда у меня нет дел, я чувствую, что мне не по себе.
29. Мне приходится выполнять ответственную работу чаще, чем другим.
30. Когда мне приходится принимать решение, я стараюсь делать это как можно лучше. 31. Мои друзья иногда считают меня ленивым.
32. Мои успехи в какой-то мере зависят от моих коллег.
33. Бессмысленно противодействовать воле руководителя.
34. Иногда не знаешь, какую работу придется выполнять.
35. Когда что-то не ладится, я нетерпелив.
36. Я обычно обращаю мало внимания на свои достижения.
37. Когда я работаю вместе с другими, моя работа дает большие результаты, чем работы других.
38. Многого, за что я берусь, я не довожу до конца.
39. Я завидую людям, которые не загружены работой.
40. Я не завидую тем, кто стремится к власти и положению.
41. Когда я уверен, что стою на правильном пути, для доказательства своей правоты я иду вплоть до крайних мер.

Ключ:

По 1 баллу начисляется за ответы «да» на следующие вопросы: 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 21, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 37, 41.

Также начисляется по 1 баллу за ответы «нет» на вопросы: 6, 19, 18, 20, 24, 31, 36, 38, 39. Ответы на вопросы 1, 11, 12, 19, 28, 33, 34, 35, 40 не учитываются. Далее подсчитывается сумма набранных баллов.

Анализ результата. От 1 до 10 баллов: низкая мотивация к успеху; от 11 до 16 баллов: средний уровень мотивации; от 17 до 20 баллов: умеренно высокий уровень мотивации; свыше 21 балла: слишком высокий уровень мотивации к успеху.

Исследования показали, что люди, умеренно и сильно ориентированные на успех, предпочитают средний уровень риска. Те же, кто боится неудач, предпочитают малый или, наоборот, слишком большой уровень риска. Чем выше мотивация человека к успеху - достижению цели, тем ниже готовность к риску. При этом мотивация к успеху влияет и на надежду на успех: при сильной мотивации к успеху надежды на успех обычно скромнее, чем при слабой мотивации к успеху.

К тому же людям, мотивированным на успех и имеющим большие надежды на него, свойственно избегать высокого риска.

Те, кто сильно мотивирован на успех и имеют высокую готовность к риску, реже попадают в несчастные случаи, чем те, которые имеют высокую готовность к риску, но высокую мотивацию к избеганию неудач (защиту). И наоборот, когда у человека имеется высокая мотивация к избеганию неудач (защита), то это препятствует мотиву к успеху - достижению цели.