

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Иркутской области**

**Управление образования Администрации**

**Ангарского городского округа**

**МБОУ "СОШ №3"**

Рассмотрено и согласовано на Педагогическом совете от 01.10.2024г. протокол №2	Утверждаю: Директор МБОУ «СОШ№3» Корнилова Е.М. Приказ от 02.10.2024. № 173- о
--	---

**Дополнительная общеобразовательная программа  
«Профессиональный ориентир»**

**Социально-гуманитарная направленность**

**Возраст обучающихся: 13-18 лет**

**Срок реализации: 1 год**

**Объем программы: 68 часов**

**Автор: Серебренникова А.А.,  
педагог дополнительного образования  
МБОУ «СОШ №3», г. Ангарск**

**Ангарск, 2024 г.**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школьный медиасектор» составлена на основе следующих нормативно-правовых документов: Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации» (с изм., внесенными Федеральными законами от 04.06.2014 г. №145-ФЗ, от 06.04.2015 г. №68 –ФЗ, от 19.12.2016 г. от 26.07.2019 г. N 232-ФЗ); Распоряжения Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»; Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (с изменениями и дополнениями); Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

**Направленность программы:** социально-гуманитарная.

**Новизна** программы дополнительного образования «Профессиональный ориентир» заключается в её акценте на формировании базовых универсальных компетенций специалистов XXI века, таких как критическое мышление, лидерство, тайм-менеджмент и коммуникативные навыки. Это отличает программу от других программ профориентации и позволяет учащимся развить качества, востребованные в профессиональной деятельности.

**Актуальность.** Программа «Профессиональный ориентир» представляет из себя цикл занятий, направленных на подготовку учащихся 6-11 классов к профессиональному самоопределению.

При составлении программы учитывались требования к качеству образования в рамках ФГОС нового поколения. В программе даны диагностические и информационные материалы, которые помогут учащимся при выборе профессии. Большое внимание уделено развитию универсальных

учебных действий и самоопределению личности учащихся.

Программа рассчитана на учебный год при двух часах в неделю. В занятиях используются различные методы работы: профессиональная диагностика с использованием стандартных методик, ролевые игры, деловые игры, дискуссии.

Программа состоит из тематических занятий, в каждом из которых присутствуют сквозные компоненты на развитие личностных результатов и универсальных учебных действий. Каждое занятие направлено на раскрытие какой-либо темы, связанной с профориентацией. В процессе занятий применяются различные диагностические методики, направленные на изучение индивидуальных особенностей психических процессов, личности и характера учащихся и имеющие профориентационную ценность. При завершении каждой темы учащимся дается домашнее задание для закрепления пройденного материала и развития навыка самостоятельно работать с источниками информации.

В рамках программы учащиеся делятся на три возрастные группы: 6–9 классы, 10 класс и 11 класс. Такой подход позволяет учитывать индивидуальные особенности и интересы каждой группы, а также обеспечивает преемственность между разными этапами обучения.

Дополнительное образование является этапом системы непрерывного образования и способствует решению жизненно важных проблем: организация досуга, формирование коммуникативных навыков, выбору жизненных ценностей, саморазвитию и саморегуляции, профессиональному самоопределению обучающихся.

Дополнительное образование осуществляется в целях единого образовательного пространства муниципального учреждения, повышения качества образования и воспитания, формирования социально активной, творческой, всесторонне развитой личности. Система дополнительного образования создана для педагогически целесообразной занятости детей 6-11 классов в их свободное время.

**Педагогическая целесообразность** программы «Профессиональный ориентир» заключается в следующем:

- программа разработана с учётом современных образовательных технологий и принципов обучения;
- она способствует успешной социализации и профессиональному самоопределению учащихся;
- программа помогает формировать представление о себе, своих ресурсах, возможностях и способностях;
- она знакомит учащихся с рынком труда и образовательными учреждениями региона;
- программа активизирует личностную позицию учащихся в ситуации профессионального выбора;
- программа адаптирована к условиям дополнительного образования и учитывает возрастные и психологические особенности подростков;
- в программе сочетаются теоретические и практические занятия с акцентом на практические задания;
- программа является вариативной, что позволяет педагогу адаптировать её к потребностям и возможностям учащихся.

**Цель программы:** содействие школьникам в осознанном выборе профессии, объединение усилий психологов и классных руководителей, формирование актуального информационного поля, обеспечение вариативности профильного обучения и взаимодействие старшей школы с учреждениями дополнительного и профессионального образования.

**Задачи:**

- формирование условий для создания единого образовательного пространства;
- изучение интересов и потребностей обучающихся в дополнительном образовании;

- расширение различных видов деятельности в системе дополнительного образования детей для наиболее полного удовлетворения интересов и потребностей, обучающихся в объединениях по интересам;
- создание условий для привлечения к занятиям в системе дополнительного образования детей большего числа обучающихся среднего и старшего возраста;
- определение содержания дополнительного образования детей, его форм и методов работы с обучающимися с учетом их возраста и интересов;
- развитие творческого потенциала личности и формирование нового социального опыта;
- создание максимальных условий для освоения обучающимися духовных и культурных ценностей;
- воспитания уважения к истории, культуре своего и других народов и ориентация в информационном пространстве;
- сохранение психического и физического здоровья обучающихся.

**Отличительные особенности программы:**

- практико-ориентированный характер программы, который позволяет учащимся применить полученные знания и навыки в реальных ситуациях;
- комплексный подход к профессиональной ориентации школьников, включающий диагностику, консультации, тренинги и практические занятия;
- ориентация на индивидуальные особенности и интересы каждого учащегося, учёт его склонностей и способностей;
- формирование системы знаний о себе, собственных ресурсах, возможностях и способностях, а также о рынке труда и рынке образовательных услуг;
- активизация личностной позиции учащихся в ситуации профессионального выбора;
- проведение профориентационных мероприятий, экскурсий, тренинговых занятий и мастер-классов, которые помогают учащимся лучше понять свои интересы и способности;

– возможность получения обратной связи от специалистов и сверстников, что помогает учащимся корректировать свой выбор и развиваться в выбранном направлении.

**Адресат программы:** обучающиеся 13-18 лет

**Объем программы:** 68 часов.

**Срок освоения программы:** 1 год.

**Формы проведения занятий.** Для реализации программы предусматривается использование следующих методов, формы работы, образовательных технологий и методик:

- лекция;
- беседа;
- психологические упражнения;
- ролевые игры;
- деловые игры;
- диспуты, дискуссия;
- творческая работа;
- экскурсии на различные объекты и выставки города;
- тестирование и анкетирование.

**Формы организации деятельности учащихся на занятии:**

- фронтальная: работа со всеми учащимися, показ презентаций, тематические беседы, информирование по профориентационной тематике.
- групповая: организация работы в малых группах для проведения ролевых игр, разработки проектов.
- индивидуальная: посещение различных объектов города.

**Режимы занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 40 минут.

**Планируемые результаты**

Личностные:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и профессиональному личностному самоопределению;
- сформированность мотивации к непрерывному образованию и

целенаправленной познавательной деятельности в целях профессионального самосовершенствования и творческой самореализации;

- готовность к формированию системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих гуманистические гражданские позиции в профессионально-образовательной деятельности;

- сформированность социальных компетенций, правосознания как основы профессионального самоопределения и развития;

- способность ставить профессионально-образовательные цели и строить профессиональные жизненные планы в интересах личности, государства общества;

- способность к осознанию российской идентичности на рынке труда и образования в поликультурном социуме.

Метапредметные:

- освоение профессионально ориентированных межпредметных понятий и универсальных учебных действий (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в целях профессионального самоопределения;

- способность использования профессионально ориентированных межпредметных понятий в учебной, познавательной и социальной практике;

- самостоятельность планирования и осуществления деятельности, организации эффективного профессионально ориентированного сотрудничества для профессионального становления и творческой профессионально-образовательной самореализации;

- построение индивидуальной траектории профессионального становления.

Предметные:

- выстраивание профессиональной траектории на основе традиционных гуманистических ценностей и индивидуально-психологических характеристик, с учётом востребованности профессий на рынке труда;

- использование возможностей ИКТ в целях профессионального

становления и развития;

- соблюдать профессионально-деловую культуру и этику.

**Материально-техническое оснащение программы** обеспечивается использованием аудиторного фонда школы.

Материальные ресурсы: бумага формата А4 по числу участников, бланки тестов, ручки, материалы для арт-занятий. Непременным условием оформления учебных аудиторий является мультимедийные устройства (компьютер, проектор, звуковое сопровождение), мебель для проведения групповых занятий, в численном количестве равном или больше участникам группы.

**Кадровое обеспечение программы.** Программа проводится педагогом дополнительного образования. К работе могут подключаются педагоги школы: классные руководители, педагоги, ответственные за проведение профориентационной работы, завучи по УВР, социальные педагоги (по мере необходимости).

### **Социальное партнёрство школы**

Задачи образовательной программы включают создание условий для широкого использования возможностей регионального, федерального и международного образовательного пространства для профессионального самоопределения школьников, творческой самореализации в интересах личности, государства, общества; повышение качества образования и формирование ключевых компетенций; трансформация школы в открытую образовательную систему.

Средством решения этих задач нам представляется диверсификация контактов с внешними организациями; представление о системном, многоуровневом концентрическом характере образовательного пространства, включающем внутреннюю внешнюю составляющие образовательного пространства: школу, район, город и т.д., а также глобальное информационное пространство.

Социальное партнёрство школы реализуется на основе договоров о сотрудничестве в сфере профессиональной ориентации.

**Формы аттестации и контроля** в программе «Профессиональный ориентир» включают вводный, текущий, периодический и итоговый этапы.

Вводный контроль проводится в начале учебного года и состоит из инструктажа по технике безопасности и нулевого среза умений, и навыков. Текущий контроль осуществляется на каждом занятии и включает наблюдение за работой детей, выполнение онлайн-тестов и использование мониторинговых карт и портфолио. Периодический контроль проводится по основным разделам программы и состоит из контрольных заданий, творческих задач и онлайн-тестов для определения уровня знаний.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года и включает анализ результатов деятельности, презентацию достижений, собеседование и зачёт. Оценка уровня освоения программы проводится через входной, промежуточный и итоговый мониторинг.

## План работы педагога

№	Мероприятие	Участники	Сроки проведения
<b>1. Организационно-информационная деятельность</b>			
1.	Оформление стендов, наглядных пособий	Педагог, учащиеся	Октябрь
2.	Координирование работы педагогического коллектива	Педагог	Октябрь
3.	Проведение анализа результатов профориентации за прошлый год, выявление трудоустройства и поступления в учреждения среднего профессионального и высшего образования выпускников 9,11 классов	Педагог	Октябрь
4.	Выступление на педсовете по организации профориентационной работы в школе в 2024/2025 уч.г.	Педагог, администрация	Октябрь
5.	Осуществление взаимодействия с ЦЗН города, предприятиями	Педагог	В течение года
<b>2. Информационно-консультационная деятельность с педагогическими работниками</b>			
1.	Знакомство педагогов с ресурсами проекта «Билет в Будущее»	Педагог	Октябрь
	Методические совещания по организации профориентационной работы в образовательной организации.	Педагог	Октябрь
2.	Оказание помощи в разработке, организации и проведении воспитательных мероприятий	Педагог	В течение года
3.	Консультации по проблемам личности обучающихся: -«Изучение профессиональных намерений и планов обучающихся», -«Исследование готовности обучающихся к выбору профессии», -«Изучение личностных особенностей и способностей обучающихся»	Педагог	В течение года
<b>3. Профориентационные мероприятия с обучающимися</b>			
1.	Осведомление учащихся об участии школы в проекте «Билет в Будущее».	Педагог	Октябрь

2.	Профориентационные мероприятия (по плану школы)	Педагог, учащиеся	В течение года
3.	Профориентационные мероприятия (по плану проекта «Билет в Будущее»)	Педагог, учащиеся	В течение года
4.	Организация и проведение классных часов по профориентации	Педагог, учащиеся	В течение года
5.	Вовлечение обучающихся общественно-полезную деятельность в соответствии с познавательными профессиональными интересами: обеспечение участия в проектно-исследовательской деятельности (конкурсах, выставках, фестивалях, конференциях и др.)	Педагог, Классные руководители, учащиеся	В течение года
6.	Беседы, дискуссии, мастер-классы, коммуникативные и деловые игры	Педагог, учащиеся	В течение года
7.	Экскурсии на предприятия города.	Педагог, учащиеся	В течение года
8.	Встречи с представителями различных профессий	Педагог, учащиеся	В течение года
9.	Участие обучающихся в днях открытых дверей учреждений среднего профессионального и высшего образования	Педагог, учащиеся	В течение года
10.	Участие обучающихся в работе ярмарки вакансий ЦЗН с целью знакомства с учреждениями среднего профессионального и высшего образования и рынком труда	Педагог, учащиеся	В течение года
11.	Участие во Всероссийских проектах по профориентации (моделирующие профессиональные пробы в онлайн-формате) «Билет в будущее»	Педагог, учащиеся	В течение года
12.	Создание мобильных групп обучающихся	Педагог	В течение года
<b>4. Профориентационная деятельность с родителями</b>			
1.	Родительские собрания	Педагог, родители	2 раза в год
2.	Проведение воспитательных мероприятий совместно с родителями, связанных с профориентацией	Педагог, родители	2 раза в год

## Учебно-тематический план занятий для учащихся 6-9 классов

№	Блоки	Количество часов (академические часы)			
		всего	теоретические	практические	Форма зачета
1	Вводное занятие	1		1	Устный опрос
2	Мир профессий	1	1		Устный опрос
3	Выбор профессии – профессиональный выбор	1	1		Устный опрос
4	Профессиональные и жизненные планы	2	1	1	Анкетирование и тестирование
5	Я выбираю профессию	1		1	Ролевая игра
6	Профессия человеку-человек-профессии	1	1		Устный опрос
7	Классификации профессий, специальностей и должностей	4	2	2	Анкетирование и тестирование
8	Жизненные ценности	2	1	1	Творческая работа «Карта ценностей»
9	Характер, личность и профессия	2	1	1	Анкетирование и тестирование
10	Профориентационная игра «Кто есть кто»	1		1	Ролевая игра
11	Профессионально важные качества	2	1	1	Творческая работа
12	Основные направления и специальности среднего специального образования	1	1		Устный опрос
13	Виды учебных заведений	2	1	1	Карта учебных заведений
14	Мы выбираем или нас выбирают	1	1		Устный опрос
15	Профориентационная игра «Вакансии»	1		1	Ролевая игра
16	Новое время – новые профессии	1	1		Устный опрос
17	Выбор профессии: умение принимать решение.	2	1	1	Деловая игра
18	Как помочь себе подготовиться к экзаменам	2	1	1	Ролевая игра

19	Профориентационные экскурсии (выставки, форумы, семинары, дни открытых дверей, предприятия города)	4		4	Творческая работа (эссе, рисунок). Устный опрос
20	Познакомьтесь-профессиограмма	1		1	Устный опрос
21	Защита проекта «Моя профессиограмма»	2		2	Защита проекта
22	Итоговое занятие	1	1		Устный опрос
	Всего: 36 часов				

### Учебно-тематический план занятий для учащихся 10 класса

№	Название раздела и тем	Количество часов				Формы контроля
		Всего	Теория	Практика		
1	Вводное занятие. Мир профессий	2	1	1	Устный опрос	
2	Возможности выбора	2	1	1	Творческая работа на тему: «Мой выбор»	
3	С чего начинается профессиональный путь	2	1	1	Деловая игра	
4	Профессиональные области	4	2	2	Анкетирование и тестирование	
5	Ваш выбор: «могу-хочу-надо».	2	1	1	Тестирование	
6	Мои интересы и выбор профессии	2	1	1	Анкетирование	
7	Мои способности и выбор профессии	2	1	1	Анкетирование и тестирование	
8	Карта движения к профессии	1		1	Игра	
9	Профессия, специальность, должность.	1	0,5	0,5	Устный опрос	
10	Призвание и профессия	2	1	1	Деловая игра	
11	Пути получения профессии уровни образования в России	1	1		Устный опрос	
12	Популярные профессии: мифы и реальность	1	1		Устный опрос	
13	Рынок труда в Санкт-Петербурге	1	1		Устный опрос	
14	Социальный статус и профессия	2	1	1	Ролевая игра	
15	Все профессии важны	1		1	Деловая игра	
16	Выбор профессии	1	1		Устный опрос	

17	Ошибки в выборе профессии	1	1		Устный опрос
18	От мечты к реальности	1		1	Ролевая игра
19	Профориентационные экскурсии (выставки, форумы, семинары, дни открытых дверей, предприятия города)	4		4	Творческая работа (эссе, рисунок). Устный опрос
20	Защита проекта «На пути к профессиональному выбору»	2		2	Защита проекта
21	Итоговое занятие	1		1	Устный опрос
Всего: 36 часов					

### Учебно-тематический план занятий для учащихся 11 класса

№	Название раздела и тем	Количество часов				Формы контроля
		Все го	Теория	Практика		
1	Вводное занятие	1	1		Устный опрос	
2	Я выбираю профессию	2	1	1	Творческая работа	
3	Классификация профессий и профессии «на стыке»	4	2	2	Анкетирование и тестирование	
4	Популярные профессии и рынок труда	1	1		Устный опрос	
5	Прицельный взгляд	1		1	Деловая игра	
6	Слагаемые успеха	1		1	Деловая игра	
7	Профессионально важные качества	2	1	1	Ролевая игра	
8	Мотивы выбора профессии	2	1	1	Анкетирование и тестирование	
9	Личность и профессия	4	2	2	Анкетирование и тестирование	
10	Планирование профессиональной карьеры	2	1	1	Деловая игра	
11	Уровни образования в Российской Федерации	1	1		Устный опрос	
12	Как выбрать учебное заведение	1	0,5	0,5	Устный опрос	
13	Самообразование и повышение квалификации	2	1	1	Творческая работа «Вектор самообразования»	
14	Мы выбираем или нас выбирают?	1	0,5	0,5	Портфолио	
15	Навыки самопрезентации	2	1	1	Ролевая игра	

16	Стрессоустойчивость при прохождении испытаний	2		2	Ролевые игры
17	Профориентационные экскурсии (выставки, форумы, семинары, дни открытых дверей, предприятия города)	4		4	Творческая работа (эссе, рисунок). Устный опрос
18	Защита проекта «Моя будущая профессия»	2	1	1	Защита проекта
19	Итоговое занятие	1		1	Устный опрос
	Всего: 36 часов				

## Содержание учебного плана для 6-9 классов

№	Тема	Краткое содержание	Методический материал
1	Вводное занятие.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знакомство</li> <li>2. Правила</li> <li>3. Анкетирование</li> <li>4. Игры на знакомство и сплочение коллектива</li> </ol>	Ручки, бумага, доска, мел, мячик, мультимедийный проектор, компьютер
2	Мир профессий	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Представление о мире профессий, профессии семьи, семейных династий</li> <li>2. Творческое задание «Мое имя»</li> <li>3. Ответы на вопросы учащихся</li> <li>4. Обсуждение</li> </ol>	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер, цветные карандаши, ручки
3	Выбор профессии – профессиональный выбор	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Презентация на тему</li> <li>2. Игра «Самая-самая»</li> <li>3. Обсуждение</li> </ol>	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
4	Профессиональные и жизненные планы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Презентация на тему</li> <li>2. Диагностика «Мотивы выбора профессий», «Ориентир», «Ценностные ориентации»</li> <li>3. Обсуждение и выдача рекомендаций</li> </ol>	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
5	Я выбираю профессию	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ролевая игра «Карьера»</li> <li>2. Обсуждение</li> </ol>	Методический материал, ручки, бумага
6	Профессия человеку-человек профессии	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Презентация на тему</li> <li>2. Обсуждение</li> </ol>	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
7	Классификация профессий, специальностей, должностей	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Презентации на тему</li> <li>2. Диагностики по отраслям и направлениям (Климов, Ориентир, Голланд, Карта интересов)</li> <li>3. Обсуждения</li> </ol>	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер, бланки диагностики
8	Жизненные ценности	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Презентации на тему</li> <li>2. Диагностика мотивации (ИКО, Реан)</li> </ol>	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер, бланки диагностики

		3. Творческая работа «Карта ценностей» 4. Обсуждение	
9	Характер, личность и профессия	1. Презентации на тему 2. Диагностики (Айзенк, КОС, оценка психических функций) 3. Профориентационная ролевая игра 4. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер, бланки диагностики
10	Профориентационная игра «Кто есть кто»	1. Ролевая игра 2. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел
11	Профессионально-важные качества	1. Презентация на тему 2. Составление «Карты профкачеств своей профессии»	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
12	Основные направления и специальности средне-специального образования	1. Презентация на тему 2. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
13	Виды учебных заведений	1. Презентация на тему 2. Карта учебных заведений 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
14	Мы выбираем или нас выбирают	1. Презентация на тему 2. Ролевая игра «Собеседование» 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
15	Профориентационная игра «Вакансии»	1. Проведение игры 2. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел
16	Новое время-новые профессии	1. Презентация на тему 2. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
17	Выбор профессии: умение принимать решение	1. Презентация на тему 2. Профориентационная игра «Сотворение мира» 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел
18	Как помочь себе подготовиться к экзаменам	1. Презентация на тему 2. Тренинг по психологической готовности к экзаменам 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
19	Профориентационные экскурсии (выставки, форумы, семинары, дни открытых дверей, предприятия города)	Посещение экскурсий с последующим представлением эссе или рассказа о проведенной экскурсии	
20	Познакомьтесь-профессиограмма	1. Презентация на тему 2. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
21	Защита проекта «Моя профессиограмма»	1. Защита каждым учеником своего проекта 2. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер

22	Итоговое занятие	Подведение итогов пройденного материала	Ручки, бумага, доска, мел
Итого: 36 часов			

### Содержание учебного плана для 10 класса

№	Тема	Краткое содержание	Методический материал
1	Вводное занятие	1. Знакомство 2. Правила 3. Анкетирование 4. Игры на знакомство и сплочение коллектива	Ручки, бумага, доска, мел, мячик, мультимедийный проектор, компьютер
2	Возможности выбора	1. Разминка «Мой выбор» 2. Презентация на тему 3. Творческая работа «Мой выбор» 4. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мячик, мультимедийный проектор, компьютер
3	С чего начинается профессиональный путь	1. Презентация на тему 2. Деловая игра «Перспектива» 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
4	Профессиональные области	1. Презентация на тему 2. Диагностики (Голланд, Соломин) 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер, диагностический материал
5	Ваш выбор «хочу-могу-надо»	1. Презентация на тему 2. Составление своей схемы профвыбора 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
6	Мои интересы и выбор профессии	1. Презентация на тему 2. Диагностика (Голомшток, Йовайш) 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер, диагностический материал
7	Мои способности и выбор профессии	1. Презентация на тему 2. Диагностика (Айзенк, «Компасы») 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер, диагностический материал
8	Карта движения к профессии	Деловая игра «Профи+»	Материалы для проведения игры
9	Профессия-специальность-должность	1. Презентация на тему 2. Игра на распределение «профессия-специальность-должность» 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер, игровые карточки
10	Призвание и профессия	1. Презентация на тему 2. Профориентационная игра «Призвание» 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер, материалы для проведения игры

11	Пути получения профессии и уровни образования в России	1. Презентация на тему 2. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
12	Популярные профессии: мифы и реальность	1. Презентация на тему 2. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
13	Рынок труда в Санкт-Петербурге	1. Презентация на тему 2. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
14	Социальный статус и профессия	1. Презентация на тему» 2. Ролевая игра «Кто есть кто» 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер, материалы для проведения игры
15	Все профессии важны	1. Деловая игра «Спящий город» 2. Обсуждение результатов	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
16	Выбор профессии: умение принимать решение	1. Презентация на тему 2. Деловая игра «Собеседование» 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
17	Ошибки при выборе профессии	1. Презентация на тему 2. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
18	От мечты к реальности	1. Ролевая игра «Наша компания» 2. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, материал для проведения игры
19	Профорientационные экскурсии (выставки, форумы, семинары, дни открытых дверей, предприятия города)	Посещение экскурсий с последующим представлением эссе или рассказа о проведенной экскурсии	
20	Защита проекта «На пути к профессиональному выбору»	1. Презентация своего проекта учащимися 2. Подведение итогов	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
21	Итоговое занятие	Подведение итогов пройденного материала	Ручки, бумага, доска, мел
Итого: 36 часов			

### Содержание учебного плана для 11 класса

№	Тема	Краткое содержание	Методический материал
1	Вводное занятие	1. Знакомство 2. Правила 3. Анкетирование 4. Игры на знакомство и сплочение коллектива	Ручки, бумага, доска, мел, мячик, мультимедийный проектор, компьютер
2	Я выбираю профессию	1. Презентация на тему 2. Творческая работа «Путь к профессии» 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер

3	Классификация профессий и профессии «на стыке»	1. Презентации на тему 2. Диагностики и игры по проф направлениям 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
4	Популярные профессии и рынок труда	1. Презентация на тему 2. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
5	Прицельный взгляд	1. Деловая игра «Прицельный взгляд» 2. Обсуждение 3. Подведение итогов	Материалы для проведения игры, бумага, ручки, доска, мел
6	Слагаемые успеха	1. Деловая игра «Лестница успеха» 2. Обсуждение 3. Подведение итогов	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
7	Профессионально важные качества	1. Презентация на тему 2. Ролевая игра «Мои качества» 3. Обсуждение 4. Подведение итогов	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
8	Мотивы выбора профессии	1. Презентация на тему 2. Диагностика мотивации 3. Обсуждение результатов 4. Подведение итогов	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер, бланки анкет для диагностики
9	Личность и профессия	1. Презентация на тему 2. Диагностика личностных особенностей 3. Обсуждение результатов 4. Подведение итогов	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер, бланки анкет для диагностики
10	Планирование профессиональной карьеры	1. Презентация на тему 2. Деловая игра «Мое будущее» 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер, материалы для деловой игры
11	Уровни образования в Российской Федерации	1. Презентации на тему (среднее, НПО, СПО, ВПО, бакалавриат, магистратура, аспирантура, переквалификация, переобучение, повышение квалификации) 2. Обсуждение 3. Подведение итогов	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
12	Как выбрать учебное заведение	1. Презентация на тему 2. Ролевая игра «Я против» 3. Обсуждение	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер

13	Самообразование и повышение квалификации	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Презентация на тему</li> <li>2. Творческая работа «Вектор самообразования»</li> <li>3. Презентация работы</li> <li>4. Обсуждение</li> </ol>	Ручки, бумага, ватман, доска, мел, цветные карандаши/фломастеры, мультимедийный проектор, компьютер
14	Мы выбираем или нас выбирают?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Презентация на тему</li> <li>2. Формирование портфолио</li> <li>3. Обсуждение</li> </ol>	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
15	Навыки самопрезентации	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Навыки самопрезентации</li> <li>2. Отработка навыков. Ролевая игра «Самопрезентация»</li> <li>3. Обсуждение</li> </ol>	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер, материалы для игры
16	Стрессоустойчивость при прохождении испытаний	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Психологический тренинг стрессоустойчивости</li> <li>2. Подведение итогов</li> </ol>	Материалы для тренинга, бумага, ручки, мультимедийный проектор, компьютер
17	Профориентационные экскурсии (выставки, форумы, семинары, дни открытых дверей, предприятия города)	Посещение экскурсий с последующим представлением эссе или рассказа о проведенной экскурсии	
18	Защита проекта «Моя будущая профессия»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Презентация своего проекта учащимися</li> <li>2. Подведение итогов</li> </ol>	Ручки, бумага, доска, мел, мультимедийный проектор, компьютер
19	Итоговое занятие	Подведение итогов пройденного материала	Ручки, бумага, доска, мел
Итого: 36 часов			

## Список литературы

1. Афанасьева Н.В., Малухина Н.В., Пашнина М.Г. Профориентационный тренинг для старшеклассников «Твой выбор»/ под ред. Н.В. Афанасьевой. – СПб.: Речь, 2008.
2. Бендюков М.А., Соломин И.Л. Ступени карьеры: азбука профориентации. СПб, Речь, 2006.
3. Завьялова Ж.В., Фарба Е.О., Каденильяс-Нечаева Е., Авдюнина М.Н. Энергия бизнес-тренинга. Путеводитель по разминкам: Пособие для практикующего бизнес- тренера. – СПб.: Речь, 2008.
4. Немов Р.С. психология. Учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений. В 3 кн. Кн.  
2. Психология образования. – 2-е изд. – М.: Просвещение, ВЛАДОС, 1995.
5. Планируемые результаты начального общего образования/ [Л.Л. Алексеева, С.В. Анащенкова, М.З. Биболетова и др.]; под. Ред. Г.С. Ковалевой, О.Б. Логиновой. – 3- е изд. – М.: Просвещение, 2011.
6. Психология: Учебник/ В.М. Аллахвердов, С.И. Богданова и др.; Отв. ред. А.А. Крылов.- 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ТК Верби, изд-во Проспект, 2004.
7. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. Программа предпрофильной подготовки. [http://metodkabi.net.ru/index.php?id=strat\\_rin#ur](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=strat_rin#ur)
8. Тундалева В. «Как выбрать профессию в 17 лет». - Ростов н/Д: Феникс, 2013.
9. Шеховцова Л., Шеховцов О. «Психологическое сопровождение выбора профессии в школе: Учебное пособие» - СПб, 2006.
10. Фундаментальное ядро содержания общего образования/ Рос. акад. образования; под. Ред. В.В. Козлова, А.М. Кондакова. – 4-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 2011
11. Федеральный образовательный стандарт. Официальный сайт: <http://standart.edu.ru/>.

**МАТЕРИАЛЫ К ПРОВЕДЕНИЮ ЗАНЯТИЙ:  
Упражнения и игры**

**Упражнение «Воздушный шар»**

*Цель:* сплочение группы, исследование коммуникативных и организаторских навыков.

*Инструкция:* Время – 20-25 мин. Участники садятся в круг, ведущий описывает им следующую ситуацию: «Представьте себе, что вы – экипаж научной экспедиции, которая возвращается на воздушном шаре после выполнения научных изысканий. Вы осуществили аэрофотосъемку необитаемых островов. Вся работа выполнена успешно. И вы уже готовитесь к встрече с родными и близкими. Вы летите над океаном и до ближайшей земли 500-550 км.

Но произошло непредвиденное – в оболочке воздушного шара по неизвестным причинам образовалось отверстие, через которое выходит газ. Воздушный шар из-за этого начал снижаться. Вы сразу же выбросили за борт все мешки с балластом (песком), которые были припасены на этот случай. На некоторое время снижение замедлилось, но не прекратилось.

Через 5 мин шар стал падать с прежней, очень большой скоростью. Весь экипаж собрался в центре гондолы, чтобы обсудить создавшееся положение.

Нужно принять решение, что и в какой последовательности выбрасывать за борт. Вот перечень вещей, которые остались в гондоле:

1. Канат – 50 м.
2. Аптечка с медикаментами – 5 кг.
3. Компас гидравлический – 6 кг.
4. Консервы мясные и рыбные – 20 кг.
5. Секстант (прибор для определения местонахождения по звездам) – 5 кг.
6. Винтовка с оптическим прицелом и запасом патронов – 25 кг.
7. Конфеты разные – 20 кг.
8. Спальные мешки (по одному на каждого члена экипажа).
9. Ракетница с комплектом сигнальных ракет – 8 кг.
10. Палатка 10-местная – 20 кг.
11. Баллон с кислородом – 50 кг.
12. Комплект географических карт – 25 кг.
13. Канистра с питьевой водой – 20 л.
14. Транзисторный приемник – 3 кг.
15. лодка резиновая надувная – 25 кг.

Для начала примите это важное решение самостоятельно. Для этого возьмите лист с перечнем предметов и отметьте справа степень значимости каждого предмета для вас. Нужно иметь в виду, что выбрасывается весь предмет полностью, а не какая-то его часть (например, нельзя выбросить 5 кг конфет).

Когда вы примите индивидуальное решение, нужно собраться в круг и приступить к выработке группового решения, руководствуясь следующими правилами:

1. Высказывать свое мнение может любой член экипажа;
2. Количество высказываний одного человека не ограничивается;
3. Решение принимается, когда за него проголосуют все члены экипажа без исключения;
4. Если хотя бы один член экипажа возражает против принятия данного решения, то оно не принимается, и группа должна искать другой выход;
5. Решения должны быть приняты в отношении всего перечня предметов и вещей.

Время, которое есть в распоряжении экипажа неизвестно. Сколько ещё будет продолжаться падение? Во многом это зависит от того, как быстро вы будете принимать решения. Если экипаж проголосует за то, чтобы выбросить какой-либо предмет, он считается выброшенным, и это может замедлить падение шара. Если вы не сможете договориться, вы разобьётесь».

*Комментарии:* Ведущий подробно описывает ситуацию, отвечает на вопросы, но не подсказывает выход из создавшейся ситуации. Во время работы группы ведущий уже не вмешивается в ход обсуждения и не отвечает на вопросы. Он только следит за соблюдением всех правил, особенно – за голосованием всех, без исключения. Если группа сумела принять все 15 решений при 100%-ом голосовании, ведущий поздравляет участников и просит их подумать, что помогло им успешно выйти из ситуации. Если учащиеся не смогли принять за отведенное время 15 решений, то ведущий объявляет, что они разбились, и просит подумать над причинами, которые привели к этой трагедии. Далее высказываются в круг все желающие.

### **Профессиональная мастерская «Чемоданчик успеха»**

**Цель:** Познакомить учащихся с требованиями, которые различные профессии предъявляют к личности человека.

#### **Задачи:**

1. Расширение у учащихся представлений о том, какие качества нужны человеку, чтобы освоить ту или иную специальность.
2. Дать учащимся представление, какие профессии могут подойти им в соответствии с их способностями и особенностями характера.

#### **Ход занятия.**

##### **1. Упражнение «Веер».**

Приготовление: раздаются небольшие листочки и ручки (простые карандаши).

Ребята, в верхней части листа напишите своё имя и фамилию (или просто имя),

передайте затем сидящему слева от вас, он пишет профессию, которая у него ассоциируется с вами и складывает лист гармошкой так, чтобы можно было прочесть имя, а профессию закрывало. После этого передайте лист сидящему слева от вас. И так до тех пор, пока ваш лист (с вашим именем) не вернётся к вам. В помощь для выполнения этого задания я написала список специальностей.

Показать образец!

Обсуждение упражнения с предстоящим выводом, что именно данные профессии ассоциируются с конкретным человеком, потому что он обладает определёнными чертами характера, способностями, необходимыми для данной профессии.

##### **2. «Чемоданчик успеха».**

Впереди вас ожидает увлекательный профессиональный путь. Давайте соберём в дорогу чемодан. В него необходимо положить прежде всего то, что понадобится нам для освоения профессионального олимпа.

- Ребята, попрошу вас разбиться на пары.

- В этом чемоданчике успеха лежат очень много нужных всему человечеству специальностей. Сейчас каждая пара вытянет по 2 (3 или 4) названия специальностей. (ТЯНУТ) Теперь, в течении 5 минут вы должны с обратной стороны листа написать 5-7 качеств личности человека, которые необходимы ему для того, чтобы стать специалистом в этой профессии.

#### **Список специальностей:**

Автослесарь, Агроном, Юрист, Администратор, Библиограф, Режиссёр, Ландшафтный дизайнер, Ветеринар, Педагог, Военный, Дрессировщик, Инкассатор, Манекенщица, Стюардесса, Журналист, Парикмахер, Продавец, Повар, Пожарный, Следователь, Секретарь, Социальный работник, Тренер, Фармацевт, Эколог,

Экскурсовод, Ювелир, Горный инженер, Фермер, Тренер.

По окончании этого задания участники в парах должны зачитать список качеств и объяснить, почему именно эти черты характера необходимы человеку, чтобы овладеть данной специальностью.

Раздаются памятки «Правила подбора качеств»

- Качества личности могут повторяться в разных специальностях;
- Начни свой рассказ со слов: «в чемоданчик успеха для ..... я прежде всего положу.....».

### 3. Завершение работы. Итог.

- Расскажи о своих впечатлениях.
- Что вы думаете сейчас о своём профессиональном выборе (если он есть) или с какой позиции вы будете подходить к своему профессиональному выбору.
- Кто сможет сказать несколько слов о работе нашей группы.

Большое спасибо!

### Профессиональная мастерская «От мечты к реальности!»

**Цель занятия:** развитие у учащихся навыков планирования своей деятельности.

**Задачи:**

1. предоставить учащимся возможность самостоятельно оценить, насколько реальны те цели, которые они ставят перед собой в жизни.
2. предоставить учащимся возможность рассмотреть собственные ресурсы в достижении поставленных целей.
3. предоставить учащимся возможность оценить те препятствия, которые их ожидают на пути достижения целей и поразмышлять над путями их преодоления.

*Ход занятия.*

#### 1. Приветствие.

*Психолог:* Здравствуйте, ребята! В ходе данной мастерской мы с вами обратимся к своей мечте о том, кем бы вы хотели быть после окончания школы.

#### 2. Рисунок «Профессия моей мечты».

*Психолог:* Ребята, возьмите, пожалуйста, по листу формата А 4 и карандаши (можете выбрать какой-то один цвет, потом можно будет поменять его). Готовы?

Сейчас на этом листе я предлагаю вам нарисовать ту профессию или деятельность, о которой вы мечтаете. Это может быть какая-то реальная профессия или профессия, название которой вы не знаете. Представьте себя через 10 лет. Не обязательно, чтобы это было что-то реальное. Я предлагаю вам помечтать и нарисовать себя в идеальном окружении. Может быть, это будет кресло президента или полет в космос. Подумайте, чем бы вам хотелось заниматься. Давайте возьмем на эту работу 15 мин. Начинайте.

*Учащиеся рисуют.*

*Психолог:* Теперь, когда у вас перед глазами рисунок, я прошу вас рассмотреть его и ответить на несколько вопросов. Запишите свои ответы на обратной стороне рисунка, работайте молча.

Вопросы будут такие:

- Напишите название профессии, если оно существует.
- Что вам нужно, чтобы ваша мечта воплотилась в реальность? Напишите конкретно: какие качества характера вам будут помогать в этом, какие качества характера нужно развивать? От каких людей зависит, воплотится ли ваша мечта в жизни? Какие материальные ресурсы вам потребуются?
- Что вам может помешать воплотить свою мечту? Опять же, напишите конкретно, что это: люди, ресурсы?

- Когда вы намерены достичь воплощения своей мечты в реальность (сколько вам будет лет)?

### 3. Подведение итогов.

*Психолог:* А теперь я хочу предложить самым смелым поделиться, получилось ли у вас нарисовать свою мечту, и что это за мечта.

*Учащиеся рассказывают о своих рисунках.*

Психолог в ходе рассказа использует активные методы слушания, подбадривает застенчивых ребят. Кроме того, важно подчеркивать, если учащийся уже что-то делает для воплощения своей мечты, уточнять ресурсы учащегося. В случае же, если учащийся затрудняется подробно описать, каким образом он будет воплощать мечту в реальность, использовать помощь одноклассников, попросить их помочь товарищу или подсказать, с чего можно начать.

*Психолог:* Вы можете оставить рисунок у себя или оставить мне на память. Если у вас есть вопросы или вам бы хотелось получить индивидуальную консультацию по профориентации, приходите к нам в Центр «Здоровье». После заполнения анкеты обратной связи вам выдадут буклеты с номером телефона, по которому можно записаться к нам в Центр. Спасибо!

### Анкета обратной связи

1. Какая мастерская понравилась вам больше всего?
  - Чемоданчик успеха.
  - Слагаемые успеха.
  - От мечты к реальности!
2. Оцените ваши впечатления от мероприятия по шкале от 1 до 10 (обведите цифру кружочком):  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
3. О каких новых профессиях вы узнали на занятии?  
\_\_\_\_\_
4. Что вам понравилось больше всего?  
\_\_\_\_\_
5. О каких слагаемых успеха при выборе профессии вы узнали?  
\_\_\_\_\_
6. Ваши пожелания организаторам мероприятия:  
\_\_\_\_\_

Спасибо!

### Информационный блок «Ценности, мотивы, стремления».

В основе любой деятельности лежат цели, мотивы и потребности. Человек делает что-то только тогда, когда есть побудительная причина – мотив.

**Мотивация** – процесс управляющий поведением человека, определяющий его направленность, способность человека деятельно удовлетворять свои потребности.

Известный психолог А.Маслоу предложил восходящий принцип потребностей:

- физиологические потребности (питание, сон, сексуальные потребности)
- экзистенциальные потребности (чувство безопасности)
- социальные потребности (привязанность, принадлежность к определенной социальной или профессиональной группе)

- потребность в уважении (служебный рост, уважение, успех, статус)
- духовные потребности

По Маслоу, потребности удовлетворяются в определенном порядке. Физиологические потребности и потребность в безопасности – это первичные потребности, которые должны быть удовлетворены прежде, чем потребности более высокого уровня смогут определять поведение. Например, чувство голода ставит потребность в пище на центральное место в поведении человека, отодвигая в сторону другие (например, удовлетворяющие потребности в собственном развитии). Если потребности одинаковы по силе, то доминирует потребность более низкого уровня.



С точки зрения профессиональной деятельности можно выделить следующие виды мотивации:

*Ценностная* («работа важна и интересна сама по себе»);

*Смешанная* («работа дело важное, но есть вещи, которые занимают меня гораздо больше»);

*Инструментальная*, в том числе *материальная* (работа - источник средств к существованию);

*Статусная* мотивация (работа - средство достижения успеха, положения в обществе);

*Мотивация развития и самореализации* (работа - средство самовыражения).

*Демотивация*, или отсутствие мотивации (работа - неприятная обязанность, если бы я мог, то вообще бы не работал).

- ✓ Какие из этих видов мотивации, по-вашему, наиболее эффективны и почему?
- ✓ Какие из перечисленных подходов вам ближе всего?

✓ Предложите свои методы повышения мотивации.

### **Упражнение «Что думаю я»**

*Цель:* соотнесение мотива достижения каждым участником со своим идеалом, со своими основными духовными ценностями.

*Ход упражнения.*

Упражнение проводится при помощи тестового материала из методики Шмальта (см. приложение 37). Всем участникам раздается картинка с темой достижения и перечень восемнадцати утверждений («Он считает, что справится с этим» и т.д.); затем каждый по очереди выбирает то утверждение, которое, на его взгляд, соответствует изображению на картинке; после этого ведущий предоставляет участникам полученные результаты.

## ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### Анкета «Сформированность профессионального плана»

1. Сколько классов ты планируешь закончить?       9 классов       11 классов
  2. Выбрал ли ты профессию (специальность)?       Да       Нет
  3. Если ты выбрал профессию (специальность), то какую? \_\_\_\_\_
  4. В каком учебном заведении ты планируешь учиться после окончания школы?  
Напиши, пожалуйста, конкретное учебное заведение. (Если это училище или лицей,  
то какой у него номер?) \_\_\_\_\_
  5. Сколько лет необходимо учиться, чтобы получить данную специальность? \_\_\_\_\_
  6. Нужно ли сдавать вступительные испытания, чтобы поступить туда?       Да       Нет
  7. Если «Да», то какие учебные предметы необходимо подготовить, чтобы поступить в  
это учебное заведение? \_\_\_\_\_
- 
8. Есть ли у тебя запасной вариант профессии?       Да       Нет  
Если «Да», то какой? \_\_\_\_\_
- 9. Занятия по профориентации:**
- Изменили моё отношение к выбору профессии.       Да
- Нет** Сориентировали меня в мире профессий.       Да
- Нет** Помогли мне лучше узнать свои способности.       Да
- Нет**
10. Выбери один вариант продолжения фразы, который кажется тебе подходящим, и подчеркни его:
- Занятия по профориентации ...**
- ... не сыграли никакой роли при выборе мной профессии.*
- ... помогли мне, но незначительно.*
- ... помогли мне выбрать профессию, которая подходит именно мне.*
- Занятия по профориентации ...**
- ... показались мне скучными и неинтересными.*
- ... мне понравились, но некоторые темы были неинтересны.*
- ... показались мне познавательными и интересными.*

**Спасибо!**

### Анкета жизненного и профессионального самоопределения учащихся

**(П. С. Лернер, Н. Ф. Родичев)**

Уважаемый девятиклассник!

В конце этого учебного года вам предстоит сделать важный выбор траектории своего дальнейшего образования: либо продолжить его в среднем специальном профессиональном учебном заведении, либо в профильных 10-11-х классах. Во всех случаях этот выбор связан с выбором вашей будущей профессии, с вашим жизненным и профессиональным самоопределением – другими словами, есть необходимость задуматься над довольно большим рядом непростых вопросов.

Просим вас ответить на вопросы анкеты. При ответе на вопросы отметьте выбранный вами ответ или запишите его в отведенном для этого месте.

**1. Ваши будущие профессиональное образование и деятельность будут постоянно связаны с освоением различных областей знания. Выберите такие области из нижеперечисленных и укажите, насколько они вам нравятся.**

№ п/п	Предмет	Очень нравится	Нравится	Не нравится	Очень не нравится
1	Математика	1	2	3	4
2	Русский язык	1	2	3	4
3	Литература	1	2	3	4
4	История	1	2	3	4
5	Обществознание	1	2	3	4
6	География	1	2	3	4
7	Биология	1	2	3	4
8	Физика	1	2	3	4
9	Химия	1	2	3	4
10	Технология	1	2	3	4
11	Иностранные языки	1	2	3	4
12	Информатика, программирование	1	2	3	4

**2. Чем вы собираетесь заниматься после окончания школы?**

Продолжить обучение в вузе	1
Продолжить обучение в колледже, техникуме или профессиональном училище	2
Работать	3
Пока не знаю	4

**3. Как вы собираетесь продолжить свое образование после окончания 9-го класса?**

Продолжить обучение в школе	1
Продолжить обучение в профильных 10-11-х классах	2
Учиться экстерном	3
Учиться в вечерней школе	4
Продолжить обучение в колледже, техникуме, профессиональном училище	5
Работать, на работе овладеть профессией	6
Пока не знаю	7

**4. С какой областью вы связываете свою будущую профессию?**

№ п/п	Область профессиональной деятельности	Да	Нет
1	Техника, производство, материальные технологии	1	2
2	Информационные техника и технологии	1	2
3	Медицина	1	2
4	Строительство	1	2
5	Транспорт	1	2
6	Торговля	1	2
7	Сервис, обслуживание населения, услуги	1	2
8	Педагогика	1	2
9	Экономика, организация и управление	1	2
10	Армия, милиция	1	2
11	Право, юриспруденция	1	2
12	Психология	1	2
13	Искусство	1	2
14	Фундаментальная наука	1	2

15	Литература, история	1	2
16	Другое	1	2
17	Пока не знаю	1	2

**5. Какое образование имеют ваши родители?**

№ п/п	Образование	Мать	Отец
1	Неполное среднее	1	1
2	Среднее	2	2
3	Начальное профессиональное (например, техническое училище)	3	3
4	Среднее профессиональное (например, техникум, колледж)	4	4
5	Высшее	5	5
6	Не знаю	6	6

**6. Какие профессии имеют ваши родители?**

№ п/п	Профессия	Мать	Отец
1	Рабочие массовых профессий	1	1
2	Рабочие высокой квалификации	2	2
3	Служащие	3	3
4	Медицинские работники	4	4
5	Педагоги, учителя, преподаватели	5	5
6	Научные работники	6	6
7	Торговые работники	7	7
8	Военнослужащие, милицейские работники	8	8
9	Экономисты, бухгалтеры	9	9
10	Работники сферы услуг, сервиса, обслуживания	10	10
11	Работники сферы искусства	11	11
12	Управляющие, менеджеры	12	12
13	Юристы	13	13
14	Другое	14	14
15	Не знаю	15	15

**7. Если бы вам представилась возможность выбора профильных 10-11-х классов, то какой профиль вы бы выбрали?**

№ п/п	Профиль	Да	Нет
1	Технико-технологический (инженерный)	1	2
2	Физико-математический	1	2
3	Медико-биологический	1	2
4	Гуманитарный	1	2
5	Художественный	1	2
6	Природо-биологический	1	2
7	Социально-экономико-правовой	1	2

**8. Какие факторы оказали влияние на выбор вами области будущей профессиональной деятельности и профильного 10-11-го класса?**

№ п/п	Факторы	Да	Нет
1	Будущая профессия, которую вы уже окончательно выбрали для себя	1	2
2	Желание продолжить обучение в конкретном	1	2

	профессиональном учебном заведении		
3	Профессии родителей	1	2
4	Школьные предметы, которыми бы вы хотели углубленно заниматься	1	2
5	Художественная литература, кино- и видеофильмы, СМИ	1	2
6	Собственный практический опыт профессиональной работы	1	2
7	Примеры и опыт друзей, знакомых	1	2
8	Советы родителей или других родственников	1	2
9	Рекомендации учителей	1	2
10	Дополнительное (внеклассное) образование	1	2
11	Пока ничего не повлияло, выбор не сделан	1	2

**9. Какие факторы вы считаете наиболее важными при выборе вами будущей профессии (а также специальности, должности, места работы)?**

№ п/п	Факторы	Да	Нет
1	Соответствующий вашим особенностям характер работы (умственная - физическая; опасная – безопасная; Творческая – монотонная и др.)	1	2
2	Благоприятные условия работы (характеристики рабочего места, напряженность рабочего графика и др.)	1	2
3	Возможность постоянного повышения квалификации	1	2
4	Соответствие уровню развития задатков вашей личности	1	2
5	Возможность профессионально роста, успешной карьеры	1	2
6	Востребованность на рынке труда	1	2
7	Достаточная престижность профессии	1	2
8	Достойный уровень оплаты труда	1	2
9	Ничего, просто нравится такая профессия	1	2

**10. Какие предложения вы считаете необходимым осуществить в 10-11-х классах для вашего успешного профессионального самоопределения?**

№ п/п	Предложения	Да	Нет
1	Увеличить объем сведений о мире труда людей и профессий	1	2
2	Ввести в школах предметы типа «Твоя профессиональная карьера», «Технология профессионального успеха» и т.п.	1	2
3	Увеличить возможности диагностирования и самодиагностирования профессионально важных качеств	1	2
4	Увеличить объем сведений об особенностях обучения в различных учебных заведениях	1	2
5	Чаще проводить экскурсии на разные предприятия	1	2
6	Организовывать технологические и профессиональные практики	1	2
7	В профильных классах больше внимания уделять вопросам выбора будущей профессии	1	2
8	Предоставить возможность выполнения профессиональных проб по основным школьным предметам	1	2
9	Приблизить содержание образования к практической	1	2

деятельности людей			
10	Учитывать устремления и склонности учащегося в уровне преподавания школьных предметов	1	2
11	Организовывать психолого-педагогическое консультирование учащихся для поддержки их профессионального самоопределения	1	2
12	Ничего менять не надо	1	2

**11. Какие факторы могут помешать вам осуществить ваши профессиональные планы?**

№ п/п	Факторы	Да	Нет
1	Неправильный выбор места продолжения образования, профессии, специальности, профильного 10-11-го класса	1	2
2	Трудности получения профессионального образования и освоения профессии	1	2
3	Неполнота знаний об особенностях выбранной профессии	1	2
4	Недостаточная подготовленность к профессиональному образованию	1	2
5	Невысокая вероятность найти работу по специальности, резкие изменения рынка труда	1	2
6	Проблемы со здоровьем	1	2
7	Семейные обстоятельства	1	2
8	Материальное положение семьи	1	2
9	Недостаточное знание своих качеств и способностей	1	2
10	Другое	1	2
11	Ничто не может помешать	1	2

**12. Если бы вам был предоставлен свободный доступ в интернет, какие сведения вы хотели бы получить для уточнения своих профессиональных планов?**

№ п/п	Сведения	Да	Нет
1	Сведения о различных средних и высших профессиональных учебных заведениях, правила приема в них	1	2
2	Рассказы о разных профессиях	1	2
3	Тесты для диагностирования своих профессионально важных качеств	1	2
4	Требования на вступительных экзаменах в различных средних и высших профессиональных учебных заведениях	1	2
5	Перспективы изменения регионального рынка труда в ближайшие 10 лет	1	2
6	Возможности и условия получения профессионального образования за рубежом	1	2
7	Списки учебных пособий (книги, видеофильмы, CD, DVD и др.) по профориентации и профессиональному самоопределению; условия их приобретения	1	2
8	Общение со сверстниками на тему выбора будущей профессии	1	2
9	Другое	1	2
10	Ничего не нужно	1	2

Спасибо, что вы ответили на наши вопросы! И, наверное, с пользой для себя.

## **Методика «Готовность к выбору профессии» (адаптация А.П. Чернявской)**

Методика представляет собой опросник, включающий 99 вопросов с дихотомической формой ответа (да, нет). Предназначена для учащихся 9-11-х классов.

*Цель:* Определение уровня готовности к адекватному профессиональному выбору.

Опросник состоит из 5 шкал: «автономность», «информированность», «ориентация во времени», «принятие решения», «эмоциональное отношение». Вопросы отдельных шкал распределены в методике в случайном порядке.

### **Краткая характеристика шкал.**

#### **Автономность.**

Определяется следующими параметрами: понимание целостности своей личности; стремление реализовать возможность в практических действиях, иметь глубокие знания и навыки хотя бы в одной области. Общая ориентация на успех. Знание шагов, которые необходимо сделать для приобретения знаний и навыков. Принятие ответственности за собственные действия. Самостоятельный опыт планирования своих поступков, умение соотносить свои действия с требованиями общества. Умение прогнозировать свой профессиональный рост. Собственная активность в получении информации и выборе профессионального пути. Компромисс между желаниями и возможностями.

Для возникновения основных признаков автономности необходим определенный набор новообразований:

- человек должен ощутить свою независимость от родителей;
- от внешней детерминации своего поведения он должен перейти на самодетерминацию;
- он должен осознавать свой идеальный образ Я-концепции и стремиться к его достижению.

#### **Информированность.**

Оценивается степень информированности о мире профессий в целом; об отдельных профессиях или группе профессий.

Понятие информированности о мире профессий включает следующие:

- осознание подразделения мира профессий по предмету и целям труда, орудиям производства;
- знание понятий культуры труда, трудовой дисциплины;
- знание отдельных профессий;
- знания и практические умения, касающиеся приобретения профессий, поиска и поступления на работу.

Предполагается, что большой объем информации о мире профессий в целом должны иметь школьники четвертого класса. Информированность об отдельных профессиях включает знания о физических и социально-экономических условиях работы по профессии, требованиях профессии к человеку.

#### **Принятие решения.**

Важным условием развития умения принимать решения является автономность и самостоятельность человека, когда он принимает на себя ответственность за решение и его последствия, когда он в состоянии самостоятельно выдвигать и оценивать альтернативу.

Для того, чтобы принимать эффективные решения, важно наличие определенных качеств, способностей, знаний и навыков, основными из которых является:

- любознательность и любопытство;
- предвидение, предусмотрительность;
- здравый смысл, проницательность;

- решительность;
- планирование;
- оценка риска;
- контроль.

### **Планирование («ориентация во времени»).**

Предполагает оценку временной перспектив в профессиональном плане, пути и средства достижения ближайших жизненных целей, оценка вероятных препятствий, своих возможностей и запасных вариантов.

### **Эмоциональное отношение к ситуации выбора профессии.**

Включает отношение к разным профессиям, профессиональным группам и к необходимости принятия решения о выборе профессии. Данный показатель включает в себя не только отношение к разным результатам выбора, но и отношение к планированию, к тому, что надо принять какое-то решение. Эмоциональный компонент выражается в общем настрое человека и тесно связан с эмоциональным компонентом зрелости личности. Отсутствие эмоционального отношения зачастую говорит не об излишней рациональности, а об отсутствии значимости для человека ситуации принятия решения или о скрываемом страхе принятия решения.

**Инструкция:** Вам предлагается ряд утверждений об особенностях ваших представлений о мире профессий. Если вы согласны с тем, что написано в утверждении, то в Листе ответов поставьте знак «+», если не согласны – знак «-». Постарайтесь не думать долго над ответом, нас интересует ваша первая реакция. Ответить необходимо на все вопросы. Надеемся на вашу искренность. Заранее благодарим.

### **Лист ответов.**

<b>№ п/п</b>	<b>Вопрос/утверждение</b>	<b>R</b>
1	Я отношусь к тем людям, которые выбирают не конкретную профессию, а уровень образования	
2	Я не принимаю серьезных решений мгновенно	
3	Когда мне нужно решиться на какое-то важное дела, я самым серьезным образом оцениваю свои способности	
4	Я знаю, в каких условиях буду работать	
5	Я анализирую свое прошлое	
6	Я тяжело переношу неудачи в жизни	
7	Я знаю обязанности, которые буду выполнять на работе	
8	Меня обязательно будут уважать за мои знания и опыт	
9	Я ишу в прошлом истоки того, что со мной происходит в настоящем	
10	Мне не нравится, что поиск дела по душе требует больших усилий	
11	Все мои действия подчинены определенным целям	
12	У меня вошло в привычку думать о том, что со мной происходило раньше	
13	По моему мнению, знание будущей работы до мельчайших подробностей не оградит от разочарований	
14	Я приложу все усилия, чтобы иметь высокие знания и навыки хотя бы в одной области (практической или теоретической)	
15	У меня стало привычкой анализировать важные события моей жизни	
16	Я ничего не делаю без причины	
17	Меня вполне устраивает моя пассивность	
18	Я задумываюсь о том, что меня ждет в будущем	
19	Я предпочитаю спокойную, малоответственную работу	
20	Я отношусь к тем людям, которые поступают необдуманно	
21	Я буду менять места работы до тех пор, пока не найду то, что мне нужно	

22	Первая же крупная неудача может выбить меня из колеи	
23	Я не задумываюсь о своем будущем	
24	Я не выберу работу, требующую большой отдачи	
25	Я знаю самого себя	
26	Я буду добиваться своего, даже если это вызовет недовольство родных и близких	
27	Чем больше профессий я узнаю, тем легче мне будет выбирать	
28	Мне не нравится быть самостоятельным	
29	Я не собираюсь заранее планировать уровень образования, который хотел бы получить	
30	Меня страшат ситуации, в которых я должен сам принимать решения	
31	Я не жалею времени на обдумывание вариантов сложных математических задач	
32	Когда меня постигают неудачи, я начинаю думать, что ни на что не способен	
33	Я не представляю себя работником, решающим производственные и личные проблемы, связанные с производством	
34	Я вряд ли смог бы выполнить производственные задания без помощи руководителя	
35	Мне трудно узнать о перспективах, которые дает та или иная профессия	
36	Я считаю, что интуиция основана на знании	
37	Чтение справочников о профессиях ничего мне не дает	
38	У меня нет устойчивых взглядов на мое профессиональное будущее	
39	В моей жизни было мало успехов	
40	Я стремлюсь целенаправленно узнавать о профессиях, учебных заведениях и местах работы	
41	Я очень беспокоюсь, смогу ли справиться с трудностями, а может, и неудачами в своей профессиональной жизни	
42	Я признаю только обдуманный риск	
43	Многие мои планы срываются из-за моей неуверенности в себе	
44	Я отношусь к тем людям, которые живут настоящим	
45	Я с детства привык доводить начатое до конца	
46	Я боюсь делать важные шаги в своей жизни	
47	Я знаю, что мне интересно	
48	Было время, когда я строил образ «идеальной» профессии без конкретного названия	
49	Когда я иду на компромисс, у меня портится настроение	
50	Я готов приложить много усилий, чтобы добиться того, что мне нужно	
51	Я знаю, чего я добьюсь в жизни	
52	Я могу назвать профессии, которые интересовали меня в детстве	
53	Я мало задумываюсь о своей жизни	
54	Я не могу определить своего отношения к тому, что мне необходимо принимать решения	
55	В оценке профессий эмоции у меня играют большую роль	
56	Если я чего-то очень захочу, я преодолею любые препятствия	
57	У меня нет определенных требований к будущему	
58	При принятии решений я надеюсь на интуицию	
59	Мне не нравится, когда от меня требуют инициативы и активности	
60	Я знаю, что у меня есть такие черты характера, которые совершенно необходимы для моей профессии	
61	Я - соломинка, влекомая течением жизни	
62	Когда я думаю о том, что мне нужно выбрать профессию и место работы (учебы), у меня портится настроение	
63	При выборе из двух или нескольких возможностей я полагаюсь на ту, которая внешне более привлекательна	
64	Своим поведением в настоящем я строю фундамент для будущего	

65	Если что-то помешает мне получить выбранную профессию, я легко поменяю её на другую	
66	Я никогда не задумывался, по каким законам устроен мир профессий	
67	Я считаю, что люди, которые многого достигли в жизни, знали, почему они поступают так, а не иначе	
68	Практическая работа (в кружках, на практике) очень помогла мне в понимании мира профессий	
69	Я с трудом уживаюсь с другими людьми	
70	Я сознательно стремлюсь к достижению намеченных целей	
71	Любой совет, данный мне со стороны, может поколебать мой выбор профессии	
72	Я знаю, что для меня в жизни важно	
73	Я не доверяю тому, что написано в книгах о профессиях	
74	Я планирую свою жизнь, хотя бы на неделю вперед	
75	Я не знаю, почему я выбрал именно эту профессию	
76	Лучший способ познакомиться с профессией – поговорить с её представителем	
77	Мне не нравится, когда много думают о будущем	
78	В учебном заведении я получу все необходимые знания и больше никогда учиться не буду	
79	Я знаю область, в которой я добьюсь больших успехов, чем в других	
80	Заранее известных способов изучения мира профессий не существует	
81	Мне не нравится, когда много рассуждают о том, кем быть	
82	Мне трудно спланировать свою жизнь даже на неделю вперед	
83	Я считаю, что в обществе все равны по своему положению	
84	Большинство сведений о профессиях я воспринимаю как ненужные	
85	Фактически я выбрал (выбираю) учебное заведение, не думая где я буду работать после его окончания	
86	Мне не все равно, будут ли уважать меня на работе как профессионала	
87	В своих поступках я всегда опираюсь на проверенные сведения	
88	Все, что со мной происходит – дело случая	
89	Мне не хочется брать на себя ответственность за выбор профессии	
90	В важных решениях я не иду на компромиссы	
91	Я не доверяю рекламе профессий	
92	Я не понимаю многих причин моих поступков	
93	Мои самооценки совпадают с тем, как оценивают меня друзья	
94	Я не понимаю сам себя	
95	Я начинаю нервничать, когда задумываюсь о том, что меня ожидает	
96	Мой опыт показывает, что от анализа своих мыслей и переживаний пользы мало	
97	Я не знаю, как осуществить свой профессиональный выбор	
98	Я могу отказаться от многого, сейчас ценного для меня, ради перспективных профессиональных целей	
99	Я представляю, каким я буду через 10 лет	

### Ключ.

#### Автономность

Номер	8	14	19	24	30	34	45	50	53	57	61	65	71	75	78	83	86	92	94	96
Знак	+	+	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

#### Информированность

Номер	1	4	7	13	21	27	35	37	40	48	66	68	73	76	80	84	91
Знак	+	+	+	-	+	+	-	-	+	+	-	+	-	-	-	-	-

### Принятие решения.

Номер	2	3	11	16	20	25	31	36	42	47	51	56	58	63	67	72	79	87	90	93
Знак	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+

### Планирование

Номер	5	9	12	15	18	23	29	38	44	52	60	64	70	74	82	85	88	97	98	99
Знак	+	+	+	+	+	-	-	-	-	+	+	+	+	+	-	-	-	-	+	+

### Эмоциональное отношение

Номер	6	10	17	22	26	28	32	33	39	41	43	46	49	54	55	59	62	69	77	81	89	95	
Знак	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

### Методика «Профиль»

(Модификация методики «Карта интересов» А. Голомштока)

#### Инструкция.

Прочитайте утверждения и поставьте в бланке ответов рядом с соответствующим номером «+», если вам нравится выполнять эти действия, если очень нравится, то «++», и «-», если не нравится и «--», если очень не нравится. Если сомневаетесь - поставьте «?». Чем искреннее вы ответите на все вопросы, тем точнее будет результат.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50

#### Мне нравится...

1. Узнавать об открытиях в области физики и математики.
2. Смотреть передачи о жизни растений и животных.
3. Выяснять устройство электроприборов.
4. Читать научно-популярные технические журналы.
5. Смотреть передачи о жизни людей в разных странах.
6. Бывать на выставках, концертах, спектаклях.
7. Обсуждать и анализировать события в стране и за рубежом.
8. Наблюдать за работой медсестры, врача.
9. Создавать уют и порядок в доме, классе, школе.
10. Читать книги и смотреть фильмы о войнах и сражениях.
11. Заниматься математическими расчетами и вычислениями.
12. Узнавать об открытиях в области химии и биологии.
13. Ремонтировать бытовые электроприборы.
14. Посещать технические выставки, знакомиться с достижениями науки и техники.
15. Ходить в походы, бывать в новых неизведанных местах.
16. Читать отзывы и статьи о книгах, фильмах, концертах.
17. Участвовать в общественной жизни школы, города.
18. Объяснять одноклассникам учебный материал.
19. Самостоятельно выполнять работу по хозяйству.
20. Соблюдать режим, вести здоровый образ жизни.

21. Проводить опыты по физике.
22. Ухаживать за животными растениями.
23. Читать статьи об электронике и радиотехнике.
24. Собирать и ремонтировать часы, замки, велосипеды.
25. Коллекционировать камни, минералы.
26. Вести дневник, сочинять стихи и рассказы.
27. Читать биографии известных политиков, книги по истории.
28. Играть с детьми, помогать делать уроки младшим.
29. Закупать продукты для дома, вести учет расходов.
30. Участвовать в военных играх, походах.
31. Заниматься физикой и математикой сверх школьной программы.
32. Замечать и объяснять природные явления.
33. Собирать и ремонтировать компьютеры.
34. Строить чертежи, схемы, графики, в том числе на компьютере.
35. Участвовать в географических, геологических экспедициях.
36. Рассказывать друзьям о прочитанных книгах, увиденных фильмах и спектаклях.
37. Следить за политической жизнью в стране и за рубежом
38. Ухаживать за маленькими детьми или близкими, если они заболели.
39. Искать и находить способы зарабатывания денег.
40. Заниматься физической культурой и спортом.
41. Участвовать в физико-математических олимпиадах.
42. Выполнять лабораторные опыты по химии и биологии.
43. Разбираться в принципах работы электроприборов.
44. Разбираться в принципах работы различных механизмов.
45. «Читать» географические и геологические карты.
46. Участвовать в спектаклях, концертах.
47. Изучать политику и экономику других стран.
48. Изучать причины поведения людей, строение человеческого организма.
49. Вкладывать заработанные деньги в домашний бюджет.
50. Участвовать в спортивных соревнованиях.

**Обработка результатов.** Десять колонок в номерах вопросов в бланке – это десять возможных направлений профессиональной деятельности:

- 1 – физика и математика;
- 2 – химия и биология;
- 3 – радиотехника и электроника;
- 4 – механика и конструирование;
- 5 – география и геология;
- 6 – литература и искусство;
- 7 – история и политика;
- 8 – педагогика и медицина;
- 9 – предпринимательство и домоводство;
- 10 – спорт и военное дело.

Подсчитайте число плюсов в каждом столбике. Чем их больше, тем выше интерес к этим занятиям. Пять баллов говорят о ярко выраженном интересе к предмету или виду деятельности. Это – необходимое, но не достаточное условие правильного выбора профессии. Другое важное условие – способности, или профессионально важные качества. Если сумма баллов ни в одной колонке не превышает двух баллов, значит, профессиональные интересы слабо выражены.

## Опросник Айзенка (подростковый)

Цель: Выявить особенности темперамента ребенка.

**Инструкция:** Вам предлагается ряд вопросов об особенностях Вашего поведения, если Вы отвечаете на вопрос утвердительно («согласен»), то поставьте знак «+», если отрицательно («не согласен»), 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. Бываешь ли ты иногда сердитым, раздражительным, злишься?
5. Часто ли у тебя меняется настроение?
6. Тебе больше нравится быть одному, чем встречаться с другими ребятами?
7. Бывает ли так иногда, что тебе мешают уснуть разные мысли?
8. Всегда ли ты 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. Ты веселый человек?
12. Ты когда-нибудь нарушал правила поведения в школе?
13. Много ли раздражает тебя?
14. Тебе нравится такая работа, где надо делать все быстро?
15. Ты переживаешь из-за всяких страшных событий, которые чуть было не произошли, хотя все окончилось хорошо?
16. Тебе можно доверять любую тайну?
17. Можешь ли ты развеселить заскучавших ребят?
18. Бывает ли так иногда, что у тебя без всякой причины сильно бьется сердце?
19. Делаешь ли ты первый шаг для того, чтобы с кем-нибудь подружиться?
20. Ты когда-нибудь говорил неправду?
21. Сильно ли ты огорчаешься, если люди находят недостатки в работе, которую ты сделал?
22. Любишь ли ты рассказывать смешные истории, шутить со своими друзьями?
23. Часто ли ты чувствуешь себя усталым без всякой причины?
24. Ты всегда сначала делаешь уроки, а играешь уже 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. Бывает ли так, что у тебя иногда сильно кружится голова?
30. Любишь ли ты поставить кого-нибудь в неловкое положение, посмеяться над кем-нибудь?
31. Ты часто чувствуешь, что тебе что-нибудь очень надоело?
32. Ты любишь иногда похвастаться?
33. Ты чаще всего молчишь в обществе других людей?
34. Ты иногда волнуешься так сильно, что тебе трудно усидеть на месте?
35. Ты быстро решаешься на что-нибудь?
36. Ты иногда шумишь в классе, когда нет учителя?
37. Тебе часто снятся страшные сны?
38. Можешь ли ты забыть обо всем и от души повеселиться среди своих друзей, приятелей, подруг?
39. Тебя легко огорчить чем-нибудь?

40. Случалось ли тебе говорить плохо о ком-нибудь?
41. Можешь ли ты назвать себя беспечным, беззаботным человеком?
42. Если тебе случится попасть в неловкое положение, ты потом долго переживаешь?
43. Ты любишь шумные и веселые игры?
44. Ты всегда ешь все, что тебе предлагают?
45. Тебе трудно отказаться, если тебя о чем-нибудь просят?
46. Ты любишь часто ходить в гости?
47. Бывают ли такие моменты, что тебе не хочется жить?
48. Ты когда-нибудь был грубым с родителями?
49. Тебя считают веселым человеком?
50. Ты часто отвлекаешься, когда делаешь уроки?
51. Ты больше любишь сидеть в стороне и смотреть, чем самому принимать участие в общем веселье?
52. Тебе обычно бывает трудно уснуть из-за разных мыслей?
53. Ты обычно бываешь уверен в том, что сможешь справиться с делом, которое тебе поручают?
54. Часто ли ты чувствуешь себя одиноким?
55. Ты стесняешься первым заговаривать с незнакомыми людьми?
56. Часто ли ты решаешься на что-нибудь, когда уже поздно?
57. Когда кто-нибудь из ребят кричит на тебя, ты тоже кричишь в ответ?
58. Ты иногда чувствуешь себя особенно веселым или печальным без всякой причины?
59. Ты считаешь, что трудно получить настоящее удовольствие в гостях, на утреннике, на елке?
60. Тебе часто приходится волноваться из-за того, что ты сделал что-нибудь, не подумав?

### Бланк ответов.

1		11		21		31		41		51	
2		12		22		32		42		52	
3		13		23		33		43		53	
4		14		24		34		44		54	
5		15		25		35		45		55	
6		16		26		36		46		56	
7		17		27		37		47		57	
8		18		28		38		48		58	
9		19		29		39		49		59	
10		20		30		40		50		60	

### Ключ к опроснику

#### 1. Экстраверсия-интроверсия (24):

«да» («+») 1, 3, 9, 11, 14, 17, 19, 22, 25, 27, 30, 35, 38, 41, 43, 46, 49, 53, 57.

«нет» («-») 6, 33, 51, 55, 59.

#### 2. Нейрогизм (24):

«да» («+») 2, 5, 7, 10, 13, 15, 18, 21, 23, 26, 29, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 47, 50, 52, 54, 56, 58, 60.

#### 3. Показатель лжи (11):

«да» («+») 8, 16, 24, 28, 44.

«нет» («-») 4, 12, 20, 32, 36, 40, 48.

### Оценка результатов

*Оценочная таблица для шкалы экстра-интроверсии:*

Интроверсия значительная: 1-7.

Интроверсия умеренная: 8-11.

Экстраверсия умеренная: 12-18.

Экстраверсия значительная: 19-24.

Оценочная таблица для шкалы нейротизма:

Эмоциональная устойчивость высокая: до 10.

Эмоциональная устойчивость средняя: 11-14.

Эмоциональная неустойчивость высокая: 15-18.

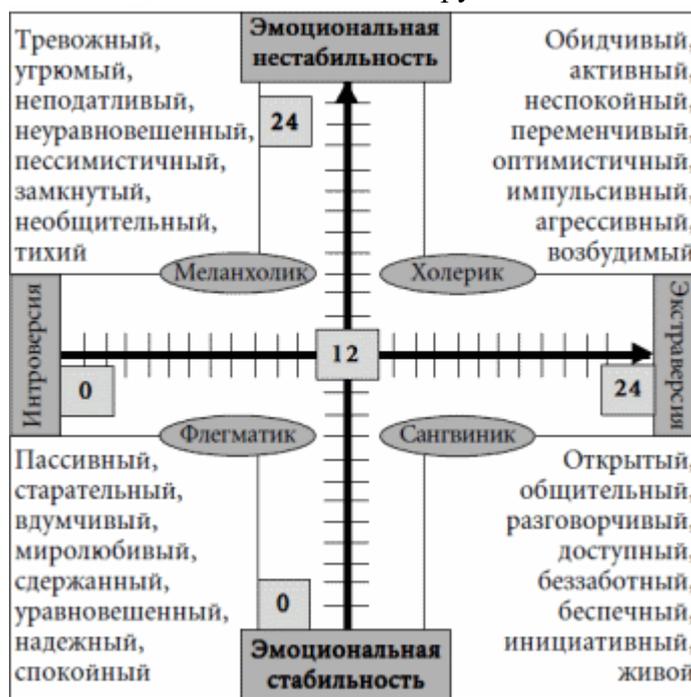
Эмоциональная неустойчивость очень высокая: 19-24.

По шкале лжи показатель в 4-5 баллов рассматривается как критический.

### Интерпретация

**Шкала «лживость».** Если ты набрал больше 5 баллов по шкале «лживость», то значит, стараешься выглядеть лучше, чем есть на самом деле. Ты демонстративен и стремишься обратить на себя внимание любой ценой, даже если для этого надо набедокурить или соврать. У тебя высокая самооценка, ты стараешься быть лидером в классе.

Затем на чистом листе отчеркни две пересекающиеся в центре оси размером 24 сантиметра каждая. По горизонтальной оси откладывают показатели экстраверсии, по вертикальной – нейротизма (каждый балл равняется 1 см, или одной клетке). Пересечение линий, проведенных из отмеченных точек на оси экстраверсии и оси нейротизма указывает на определенный темперамент личности. Завершение обработки материалов оформляется в виде так называемого «круга Айзенка».



**Например,** если по шкале «экстраверсия» ты набрал 13 баллов и больше, а по шкале «нейротизм» 12 и больше – ты ХОЛЕРИК.

А, если по шкале «экстраверсия» ты набрал 13 баллов и больше, а по шкале «нейротизм» 11 и меньше – ты САНГВИНИК.

**Если ты – меланхолик,** значит, у тебя слабый неуравновешенный тип нервной системы. Ты с трудом работаешь в условиях стресса, конфликта, перегрузки, однако, в более спокойных условиях вследствие способности к концентрации внимания, тревожности, часто выражающейся в высоком чувстве ответственности, ты будешь неутомим. Внутренняя активность меланхолика часто бывает достаточно высокой, хотя внешняя может быть сведена до минимума. Меланхолик наделен способностью к сопереживанию, умением наблюдать, систематизировать наблюдения, хотя часто это сопровождается эмоциональной ранимостью. Эмоциональные переживания

меланхолика глубоки и длительны. В каком жизненном проявлении это выразится: в злопамятности или поэтическом даре – вопрос воспитания.

Ты – чувствительный меланхолик, а значит прекрасный друг и, чаще других способен на жертвенный, героический поступок.

Твои плюсы: высокая чувствительность, мягкость, человечность, доброжелательность, способность к сочувствию. Твои минусы: низкая работоспособность, мнительность, ранимость, замкнутость, застенчивость.

Ты – интроверт, т.е. более закрыт, труднее налаживаешь контакты, особенно с незнакомыми людьми из-за своей неуверенности и застенчивости. Зато при контактах с близкими стараешься проявить себя с самой лучшей стороны, хотя и не стремишься иметь много друзей. Ты хочешь распланировать свои действия заранее или хотя бы осмотреться в новой ситуации до того, как начать что-то делать. Ты раним, не можешь справиться со своими отрицательными эмоциями – обидой, тревогой, которые могут у тебя перейти в гнев и даже агрессию, мстительность. В то же время доброе слово, улыбка способны снять эту вспышку и быстро привести тебя в хорошее настроение.

**Если ты – сангвиник**, значит обладаешь сильным типом нервной системы. Ты способен долго выдерживать различные нагрузки, сопротивляться стрессам, быть высокоустойчивым к инфекциям и обладать большой работоспособностью. В качестве типических черт *сангвиника* выделяют высокую активность, эмоциональность, экспрессивность (выразительность) поведения, уравновешенность (т. е. между возбуждением и торможением равновесие, они сбалансированы); подвижность (возбуждение легко сменяется торможением, и наоборот).

Вследствие подвижности нервной системы у тебя могут развиваться трудности сосредоточения внимания и некоторая поверхностность эмоциональных переживаний.

Плюсы сангвиника: жизнерадостность, увлеченность, отзывчивость, общительность.

Минусы: склонность к зазнайству, разбросанность, легкомыслие, поверхностность, свехобщительность и ненадежность. Милый человек сангвиник всегда обещает, чтобы не обидеть другого, но далеко не всегда исполняет обещанное.

Ты – экстраверт, ты открыт и доброжелателен. Для тебя характерна импульсивность, активность в поведении, хорошее настроение.

Ты меньше подвержен эмоциональным срывам. Но зато твой гнев или агрессию не так легко остановить, так же как и изменить плохое (или хорошее) отношение к какому-то человеку, как взрослому, так и сверстнику.

**Если ты – холерик**, значит обладаешь сильным, но неуравновешенным типом нервной системы (с преобладанием возбуждения над торможением). Ты обладаешь высокой активностью, резкий, возбудимый, с яркими эмоциональными переживаниями. Подвижность выражается в легкости перехода от гнева к веселью, возбудимость – в неуравновешенности и вспыльчивости. На этой природной основе может развиваться агрессивность.

Твои плюсы: энергичность, увлеченность, страстность, подвижность, целеустремленность. Твои минусы: вспыльчивость, агрессивность, невыдержанность, нетерпеливость, конфликтность.

Ты – экстраверт, ты стремишься к общению. Ты открыт и доброжелателен и уверен в том, что и другие люди относятся к тебе хорошо. Такая уверенность и дает тебе возможность относиться ко всем людям, даже незнакомым, с доверием. Это помогает тебе наладить общение с любым человеком, завести много друзей. Ты импульсивен, активен в поведении, с хорошим настроением.

Ты раним, не можешь справиться со своими отрицательными эмоциями – обидой, тревогой, которые могут перейти в гнев и даже агрессию, мстительность. В то же

время доброе слово, улыбка способны снять эту вспышку и быстро привести тебя в хорошее настроение.

**Если ты – флегматик**, значит, обладаешь сильным типом нервной системы; просто вследствие инертности, низкой подвижности нервной системы тебя трудно побудить к действию, нужно найти мотив, заинтересовать тебя. Взрослые часто хвалят тебя за спокойное ровное поведение. На основе этих свойств у тебя *могут* сформироваться лень, безразличие к окружающим, но могут – и хладнокровие, выдержка, умение управлять собой, верность и преданность, постоянство.

Твои плюсы: устойчивость, постоянство, активность, терпеливость, самообладание, надежность. Твои минусы: медлительность, безразличие, «толстокожесть», сухость. В любом деле тебе нужен индивидуальный темп, поэтому ты не любишь, когда тебя подгоняют.

Ты не уверен в себе и застенчив, поэтому трудно налаживаешь контакты, особенно с незнакомыми людьми. Зато при контактах с близкими ты стараешься проявить себя с самой лучшей стороны.

Ты меньше подвержен эмоциональным срывам. Но зато твой гнев или агрессию не так легко остановить, так же как и изменить плохое (или хорошее) отношение к какому-то человеку, как взрослому, так и сверстнику.

### **Корректирующая проба**

**Цель:** Методика предназначена для оценки объема, концентрации и устойчивости внимания.

Тест проводится при помощи специальных бланков с рядами расположенных в случайном порядке букв. Испытуемый, просматривая бланк, ряд за рядом, вычёркивает указанные в инструкции буквы или знаки.

**Инструкция:** «На бланке с буквами вычеркните, просматривая ряд за рядом, все буквы «И» и обведите кружком все буквы «А». Через каждые 60 сек по команде «стоп» отметьте вертикальной чертой то место бланка, где Вас застала эта команда. Время работы 5 мин.

**Обработка результатов:** По шаблону проверяется количество ошибок, допущенных испытуемым. Подсчитывается количество просмотренных знаков. Рассчитывается индекс безошибочности, определяемый как отношение количества сделанных ошибок к количеству просмотренных знаков. Полученные данные сверяются с таблицей.

По результатам выполнения можно построить «график истощаемости» за каждый интервал, отражающий устойчивость внимания и работоспособность в динамике.

#### **Норма:**

- объёма – 850 знаков и больше,
- концентрации – 5 ошибок и менее.

#### **Таблица обработки результатов:**

	Объем Работоспособность (кол-во знаков)	Концентрация Безошибочность (кол-во ошибок)	Устойчивость Индекс безошибочности
Отлично	917 и >	5 и <	От 0 до 0,005
Хорошо	916 - 764	6 – 15	От 0,006 до 0,019
Удовлетворительно	763 - 590	16 – 24	От 0,0018 до 0,040
Неудовлетворительно	589 и <	25 и >	0,041 и более

## Определение типа мышления

**Инструкция:** Вам предлагается оценить ряд утверждений. Если вы согласны с утверждением, то в бланке напротив номера утверждения нужно поставить «+», если вы отвечаете отрицательно и не согласны с утверждением, то «-».

П-Д	А-С	С-Л	Н-О	К
1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31	32	33	34	35
36	37	38	39	40

### **Вопросы:**

1. Мне легче что-либо сделать самому, чем объяснить другому.
2. Мне интересно составлять компьютерные программы.
3. Я люблю читать книги.
4. Мне нравится скульптура, живопись, архитектура.
5. Даже в отлаженном деле я стараюсь что-то улучшить.
6. Я лучше понимаю, если мне объясняют на предметах и рисунках.
7. Я люблю играть в шахматы.
8. Я легко излагаю свои мысли как в устной, так и в письменной форме.
9. Когда я читаю книгу, я четко вижу её героев и описываемые события.
10. Я предпочитаю самостоятельно планировать свою работу.
11. Мне нравится все делать своими руками.
12. В детстве я создавал(а) свой шифр для переписки с друзьями.
13. Я предаю большое значение сказанному слову.
14. Знакомые мелодии вызывают у меня в голове определенные картины.
15. Разнообразные увлечения делают жизнь человека богаче и ярче.
16. При решении задачи мне легче идти методом проб и ошибок.
17. Мне интересно разбираться в природе физических явлений.
18. Мне интересна работа ведущего телепрограмм, журналиста.
19. Мне легко представить предмет или животное, которого нет в природе.
20. Мне больше нравится сам процесс деятельности, чем сам результат.
21. Мне нравилось в детстве собирать конструктор.
22. Я предпочитаю точные науки (математику, физику).
23. Меня восхищает точность и глубина некоторых стихов.
24. Знакомый запах вызывает в моей памяти прошлые события.
25. Я не хотел(а) бы подчинять свою жизнь определенной системе.
26. Когда я слышу музыку, мне хочется танцевать.
27. Я понимаю красоту математических формул.
28. Мне легко говорить перед любой аудиторией.
29. Я люблю посещать выставки, спектакли, концерты.
30. Я сомневаюсь даже в том, что для других очевидно.
31. Я люблю заниматься рукоделием, мастерить.
32. Мне интересно расшифровывать разные тексты.

33. Я легко усваиваю грамматические конструкции языка.
34. Красота для меня важнее, чем польза.
35. Не люблю ходить одним и тем же путем.
36. Истинно то, что можно потрогать руками.
37. Я легко запоминаю формулы, символы и условные обозначения.
38. Друзья любят слушать, когда я им что-то рассказываю.
39. Я легко могу представить в образах содержание рассказа, фильма.
40. Я не могу успокоиться, пока не доведу свою работу до совершенства.

Обработка результатов: В каждом столбике подсчитываются баллы. Большее количество баллов соответствует преобладающему типу мышления.

Различают следующие типы мышления:

**П-Д** – предметно-действенное мышление. Им обладают люди, которые лучше усваивают информацию через движение, которых отличает хорошая координация движений, про таких людей говорят «золотые руки». Их руками создается окружающий мир, они легко управляют с техникой, водят машины, собирают компьютеры. Также такой тип мышления присущ танцорам, цирковым артистам, спортсменам.

**А-С** – абстрактно-символическое мышление. Такой тип мышления необходим людям науки: физикам, математикам, экономистам, программистам, аналитикам. Люди, у которых преобладает такой тип мышления, легко усваивают формулы, абстрактные математические или физические понятия, которых нельзя потрогать руками.

**С-Л** – словесно-логическое мышление. Связано с речью. Преобладает у людей ярко выраженным вербальным интеллектом: учителя, преподаватели, переводчики, писатели, филологи. Такие люди легко формулируют свои мысли и могут донести их до других.

**Н-О** – наглядно-образное мышление. Связано с образами. Такой тип мышления присущ художникам, поэтам, писателям, режиссерам, архитекторам, конструкторам, дизайнерам. То есть тем людям, чья область деятельности связана с образами, фантазией, созданием чего-то такого, что ещё не было. Такие люди могут представить то, что было, что будет и то, чего никогда не было и не будет.

**К** – креативное мышление. Креативное мышление может сопутствовать любому из вышеперечисленных типов. Если оно преобладает, то такой человек всегда будет стремиться находить нестандартные решения различных задач.

### Опросник Голланда

**Цель:** определение профессионального типа личности.

**Обработка результатов теста:** Каждая профессия в тестовом материале соответствует одному из шести типов личности.

8-10 баллов – ярко выраженный тип;

5-7 баллов – средне выраженный тип;

2-4 баллов – слабо выраженный тип.

Наибольшее количество баллов указывает на доминирующий тип. В чистом виде эти профессиональные типы встречаются редко – обычно можно говорить только о преобладающем типе личности.

**Реалистический тип (1).** Люди, относящиеся к этому типу, предпочитают выполнять работу, требующую силы, ловкости, подвижности, хорошей координации движений, навыков практической работы. Результаты труда профессионалов этого типа ощутимы и реальны – их руками создан весь окружающий нас предметный мир. Люди реалистического типа охотнее делают, чем говорят, они настойчивы и уверены в себе, в работе предпочитают четкие и конкретные указания. Придерживаются традиционных ценностей, поэтому критически относятся к новым идеям.

**Интеллектуальный (2).** Людей, относящихся к этому типу, отличают аналитические способности, рационализм, независимость и оригинальность мышления,

умение точно формулировать и излагать свои мысли, решать логические задачи, генерировать новые идеи. Они часто выбирают научную и исследовательскую работу. Им нужна свобода для творчества. Работа способна увлечь их настолько, что стирается грань между рабочим временем и досугом. Мир идей для них может быть важнее, чем общение с людьми. Материальное благополучие для них обычно не на первом месте.

**Социальный (3).** Люди, относящиеся к этому типу, предпочитают профессиональную деятельность, связанную с обучением, воспитанием, лечением, консультированием, обслуживанием. Люди этого типа гуманны, чувствительны, активны, ориентированы на социальные нормы, способны понять эмоциональное состояние другого человека. Для них характерно хорошее речевое развитие, живая мимика, интерес к людям, готовность прийти на помощь. Материальное благополучие для них обычно не на первом месте.

**Офисный (4).** Люди этого типа обычно проявляют склонность к работе, связанной с обработкой и систематизацией информации, предоставленной в виде условных знаков, цифр, формул, текстов (ведение документации, установление количественных соотношений между числами и условными знаками). Они отличаются аккуратностью, пунктуальностью, практичностью, ориентированы на социальные нормы, предпочитают четко регламентированную работу. Материальное благополучие для них более значимо, чем для других типов. Склонны к работе, не связанной с широкими контактами и принятием ответственных решений.

**Предпринимательский (5).** Люди этого типа находчивы, практичны, быстро ориентируются в сложной обстановке, склонны к самостоятельному принятию решений, социально активны, готовы рисковать, ищут острые ощущения. Любят и умеют общаться. Имеют высокий уровень притязаний. Избегают занятий, требующих усидчивости, большой и длительной концентрации внимания. Для них значимо материальное благополучие. Предпочитают деятельность, требующую энергии, организаторских способностей, связанную с руководством, управлением и влиянием на людей.

**Артистический (6)** Люди этого типа оригинальны, независимы в принятии решений, редко ориентируются на социальные нормы и одобрение, обладают необычным взглядом на жизнь, гибкостью мышления, эмоциональной чувствительностью. Отношения с людьми строят, опираясь на свои ощущения, эмоции, воображение, интуицию. Они не выносят жесткой регламентации, предпочитая свободный график работы. Часто выбирают профессии, связанные с литературой, театром, кино, музыкой, изобразительным искусством.

**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. Выбранную профессию подчеркни.

1. Инженер (1) - Социолог (2)
2. Кондитер (1) – Священнослужитель (3)
3. Повар (1) - Статистик (4)
4. Фотограф (1) - Торговый администратор (5)
5. Механик (1) - Дизайнер (6)
6. Философ (2) - Врач (3)
7. Эколог (2) - Бухгалтер (4)
8. Программист (2) - Адвокат (5)
9. Кинолог (2) - Литературный переводчик (6)
10. Страховой агент (3) - Архивист (4)
11. Тренер (3) - Телерепортер (5)
12. Следователь (3) - Искусствовед (6)
13. Нотариус (4) - Брокер (5)
14. Оператор ЭВМ (4) - Манекенщица (6)

15. Фотокорреспондент (5) - Реставратор (6)
16. Озеленитель (1) - Биолог-исследователь (2)
17. Водитель (1) - Бортпроводник (3)
18. Метролог (1) - Картограф (4)
19. Радиомонтажник(1) - Художник по дереву (6)
20. Геолог (2) - Переводчик-гид (3)
21. Журналист (5) - Режиссер (6)
22. Библиограф (2) - Аудитор (4)
23. Фармацевт (2) - Юрисконсульт (3)
24. Генетик (2) - Архитектор (6)
25. Продавец (3) - Оператор почтовой связи (4)
26. Социальный работник (3) - Предприниматель(5)
27. Преподаватель вуза (3) – Музыкант-исполнитель (6)
28. Экономист (4) - Менеджер (5)
29. Корректор (4) - Дирижер (6)
30. Инспектор таможни (5) - Художник-модельер (6)
31. Телефонист (1) - Орнитолог (2)
32. Агроном (1) - Топограф (4)
33. Лесник (1) - Директор (5)
34. Мастер по пошиву одежды (1) - Хореограф (6)
35. Историк (2) - Инспектор ГАИ (4)
36. Антрополог (2) - Экскурсовод (3)
37. Вирусолог (2) - Актер (6)
38. Официант (3) - Товаровед (5)
39. Главный бухгалтер (4) - Инспектор уголовного розыска (5)
40. Парикмахер-модельер (6) - Психолог (3)
41. Пчеловод (1) - Коммерсант (5)
42. Судья (3) - Стенографист (4)\

### **Тест мотивации достижения Х.Д.Шмальта**

#### **Инструкция:**

Сейчас каждый из вас получит рисунок – ваша задача сказать, что вы думаете по поводу того, что на них изображено. На рисунках вы увидите людей, которые чем-либо заняты. Глядя на рисунки, вы наверняка определите, что они делают, о чем думают, что чувствуют. Каждый из вас может вспомнить о сходных ситуациях, в которых ему уже пришлось побывать.

В таких ситуациях можно чувствовать себя по-разному. Можно заниматься делом охотно или без желания. Можно радоваться и чувствовать себя счастливым или испытывать неуверенность в том, что ты что-то сможешь сделать. Кто-то, возможно, испытывает боязнь, что он все испортит или не справится. По каждому рисунку можно сочинить историю. Каждый из вас мог бы придумать свой небольшой рассказ.

Мы же поступим проще. Вам не надо будет рассказывать никаких историй. Нужно будет лишь найти из приложенного списка те предложения, которые подходят к тому или иному рисунку. Список предложений есть под каждым рисунком. Вы должны сначала прочитать все эти предложения и поставить знак «X» в окошке против тех предложений, которые, по вашему мнению, подходят к данному изображению. Вы сможете пометить столько предложений, сколько считаешь нужным.

Если предложение не подходит к изображению, то поставь в соответствующее окошко знак «0». Разумеется, можно поставить столько нулей, сколько посчитаете необходимым.

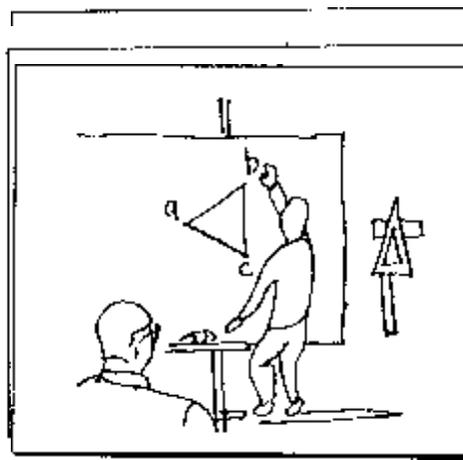
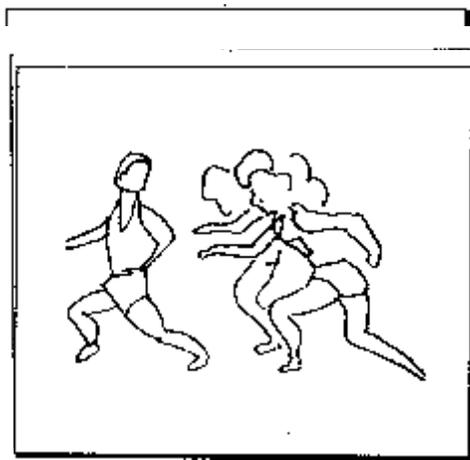
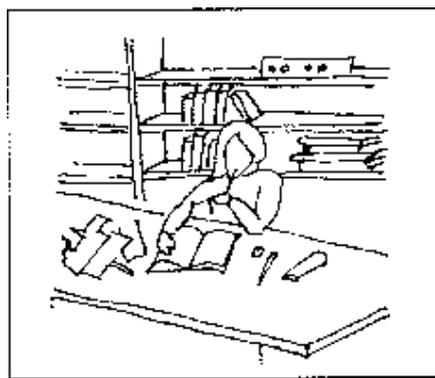
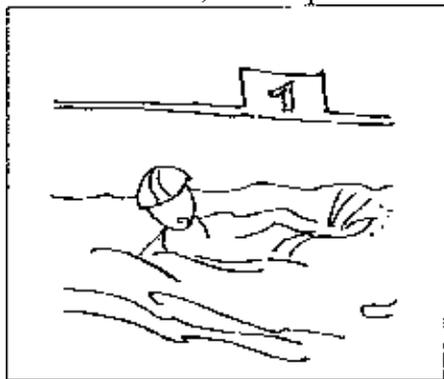
В результате все предложения должны быть помечены: против подходящих предложений должен стоять «X», против неподходящих – «0».

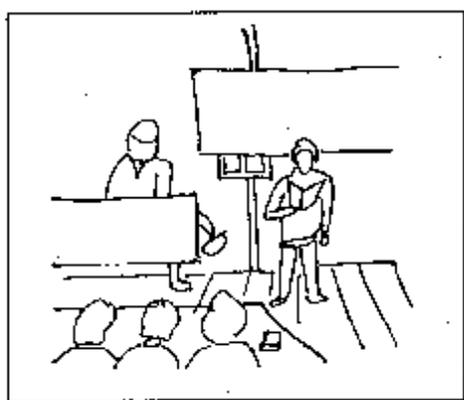
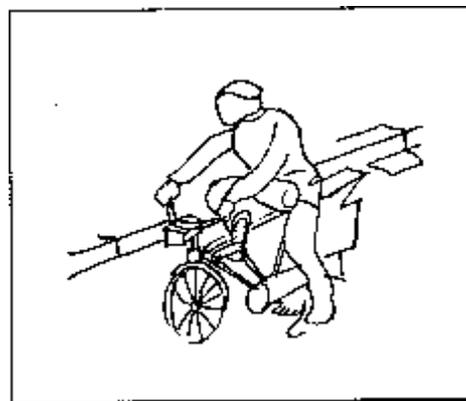
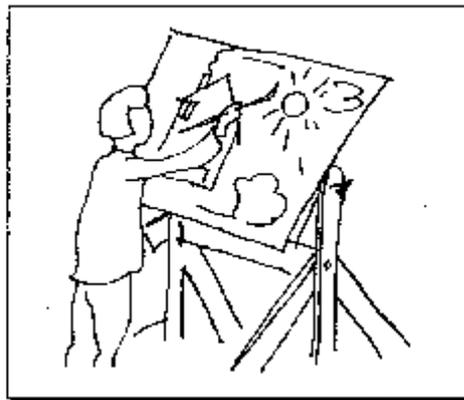
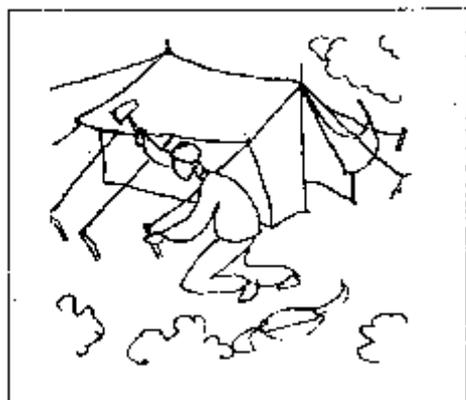
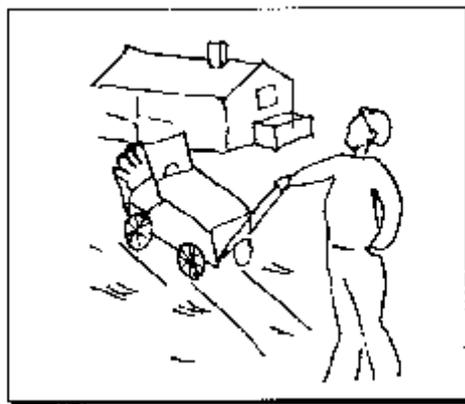
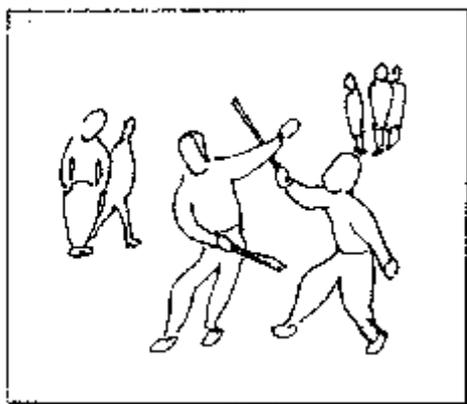
**Стимульный материал:**



1. Он хорошо себя чувствует
2. Он думает «Это трудно, доделаю я лучше в следующий раз»
3. Он считает, что справится с этим
4. Он думает «Я могу гордиться собой, потому что смог сделать это»
5. Он думает «Может быть опять неудача»
6. Он недоволен тем, что у него получилось
7. Он устал
8. Он думает «Я попрошу лучше кого-нибудь мне помочь»
9. Он думает «Хорошо, если бы это у меня получилось»
10. Он думает, что все сделал правильно
11. Он боится, что сделал что-то не так
12. Это ему не нравится
13. Он не хочет
14. Он хочет сделать больше остальных
15. Он думает «Я лучше сделаю что-нибудь потруднее»
16. Он предпочитает ничего не делать
17. Он думает «Если это трудно, то мне придется поработать дольше остальных»
18. Он думает, что не сумеет сделать это

Все страницы стимульного материала аналогичны: сверху рисунок, ниже те же высказывания, которые необходимо пометать в соответствии с инструкцией.







#### **Диагностическое значение шкал**

**Шкала НУ:** «Надежда на успех», концепт хорошей собственной способности и уверенность в успехе (пункты 4, 9, 14, 15, 17).

**Шкала БН1:** концепт недостаточной собственной способности и активное избегание неудачи (пункты 2, 6, 8, 12, 16, 18).

**Шкала БН2:** боязнь неудачи (пункты 5, 7, 11, 13).

#### **Методика «Измерение мотивации достижения» А.Мехрабиан (модификация М.Ш. Магомед-Эминова)**

**Инструкция:** тест состоит из ряда утверждений, касающихся отдельных сторон характера, а также мнений и чувств по поводу некоторых жизненных ситуаций. Чтобы оценить степень вашего согласия или несогласия с каждым из утверждений, используйте следующую шкалу:

- +3 – полностью согласен
- +2 – согласен
- +1 – скорее согласен, чем не согласен
- 0 – нейтрален
- 1 – скорее не согласен, чем согласен
- 2 – не согласен
- 3 – полностью не согласен

Прочтите утверждение теста и оцените степень своего согласия (или несогласия). При этом на бланке для ответов против номера утверждения поставьте цифру, которая соответствует степени вашего согласия (+3, +2, +1, 0, -1, -2, -3). Давайте тот ответ, который первым приходит вам в голову. Не тратьте времени на его обдумывание.

При обработке результатов производится подсчет баллов по определенной системе, а не анализ содержания отдельных ответов. Результаты теста будут использоваться только для научных целей, и дается полная гарантия о неразглашении полученных данных. Если у вас возникли какие-то вопросы, задайте их прежде, чем выполнять тест. Теперь приступайте к работе!

#### **Текст опросника (форма А)**

1. Я больше думаю о получении хорошей оценки, чем опасаясь получения плохой.
2. Если бы я должен был выполнить сложное, незнакомое мне задание, то предпочел бы сделать его вместе с кем-нибудь, чем трудиться над ним в одиночку.
3. Я чаще берусь за трудные задачи, даже если не уверен, что смогу их решить, чем за легкие, в решении которых сомневаюсь.
4. Меня больше привлекает дело, которое не требует напряжения и в успехе которого я уверен, чем трудное дело, в котором возможны неожиданности.

5. Если бы у меня что-то не выходило, я скорее приложил бы все силы, чтобы с этим справиться, чем перешел бык тому, что у меня может хорошо получиться.
6. Я предпочел бы работу, в которой мои функции четко определены и зарплата выше средней, работе со средней зарплатой, в которой я должен сам определять свою роль.
7. Я трачу больше времени на чтение специальной литературы, чем художественной.
8. Я предпочел бы важное дело, хотя вероятность неудачи в нем равна 50%, делу достаточно важному, но не трудному.
9. Я скорее выучу развлекательные игры, известные большинству людей, чем редкие игры, которые требуют мастерства и известны немногим.
10. Для меня очень важно делать свою работу как можно лучше, даже если из-за этого у меня возникают трения с товарищами.
11. Если бы я собрался играть в карты, то скорее сыграл бы в развлекательную игру, чем в трудную, требующую размышлений.
12. Я предпочитаю соревнования, где я сильнее других, чем те, где все участники приблизительно равны по своим возможностям.
13. В свободное от работы время я овладею техникой какой-нибудь игры скорее для развития своего умения, чем для отдыха и развлечений.
14. Я скорее предпочту сделать какое-то дело так, как я считаю нужным, пусть даже с 50% риска ошибиться, чем делать его, как мне советуют другие.
15. Если бы мне пришлось выбирать, то я скорее выбрал бы работу, в которой начальная зарплата будет 100 руб. и может остаться в таком размере неопределенное время, чем работу, в которой начальная зарплата равна 80 руб. и есть гарантия, что не позднее чем через 5 лет я буду получать более 180 руб.
16. Я скорее стал играть бы в команде, чем соревноваться один на один.
17. Я предпочитаю работать, не щадя сил, пока не получу полного удовлетворения от полученного результата, чем стремиться закончить дело побыстрее и с меньшим напряжением.
18. На экзамене я предпочел бы конкретные вопросы по пройденному материалу, вопросам, требующим ответа, высказывания своего мнения.
19. Я скорее выбрал бы дело, в котором имеется некоторая вероятность неудачи, но есть и возможность достигнуть большего, чем такое, в котором мое положение не ухудшится, но и существенно не улучшится.
20. После успешного ответа на экзамене я скорее с облегчением вздохну («пронесло!»), чем порадуюсь хорошей оценке.
21. Если бы я мог вернуться к одному из двух незавершенных дел, то я скорее вернулся бы к трудному, чем к легкому.
22. При выполнении контрольного задания я больше беспокоюсь о том, как бы не допустить какую-нибудь ошибку, чем думаю о том, как правильно его решить.
23. Если у меня что-то не выходит, я лучше обращусь к кому-либо за помощью, чем стану сам продолжать искать выход.
24. После неудачи я скорее становлюсь более собранным энергичным, чем теряю всякое желание продолжать дело.
25. Если есть сомнения в успехе какого-либо начинания, то я скорее не стану рисковать, чем все-таки приму в нем активное участие.
26. Когда я берусь за трудное дело, я больше опасаясь, что не справлюсь с ним, чем надеюсь, что оно получится.
27. Я работаю эффективнее под чьим-то руководством, чем когда несу за свою работу личную ответственность.
28. Мне больше нравится выполнять сложное незнакомое задание, чем то, в успехе которого я уверен.
29. Я работаю продуктивнее над заданием, когда мне конкретно указывают, что и как выполнять, чем тогда, когда передо мной ставят задачу лишь в общих чертах.

30. Если бы я успешно решил какую-то задачу, то с большим удовольствием взялся бы еще раз решить аналогичную задачу, чем перешел бы к задаче другого типа.
31. Когда нужно соревноваться, у меня скорее возникает интерес и азарт, чем тревога и беспокойство.
32. Пожалуй, я больше мечтаю о своих планах на будущее, чем пытаюсь их реально осуществить.

### **Текст опросника (форма Б)**

1. Я больше думаю о получении хорошей оценки, чем опасаясь получения плохой.
2. Я чаще берусь за трудные задачи, даже если не уверена, что смогу их решить, чем за легкие, которые знаю, как решать.
3. Меня больше привлекает дело, которое не требует напряжения и в успехе которого я уверена, чем трудное дело, в котором возможны неожиданности.
4. Если бы у меня что-то не выходило, я скорее приложила бы все силы, чтобы с этим справиться, чем перешла бы к тому, что у меня может хорошо получиться.
5. Я предпочла бы работу, в которой мои функции четко определены и зарплата выше средней, работе со средней зарплатой, в которой я сама должна определять свою роль.
6. Более сильные переживания у меня вызываются страхом неудачи, чем надеждой на успех.
7. Научно-популярную литературу я предпочитаю литературе развлекательного жанра.
8. Я предпочла бы важное трудное дело, где вероятность неудачи равна 50%, делу достаточно важному, но не трудному.
9. Я скорее выучу развлекательные игры, известные большинству людей, чем редкие игры, которые требуют мастерства и известны немногим.
10. Для меня очень важно делать свою работу как можно лучше, даже если из-за этого у меня возникают трения с товарищами.
11. После успешного ответа на экзамене я скорее с облегчением вздохну, что «пронесло», чем порадуюсь хорошей оценке.
12. Если бы я собралась играть в карты, то я скорее сыграла бы в развлекательную игру, чем в трудную, требующую размышлений.
13. Я предпочитаю соревнования, где я сильнее других, тем, где все участники приблизительно равны по силам.
14. После неудачи я становлюсь еще более собранной и энергичной, чем теряю всякое желание продолжать дело.
15. Неудачи отравляют мою жизнь больше, чем приносят радость, успехи.
16. В новых неизвестных ситуациях у меня скорее возникает волнение и беспокойство, чем интерес и любопытство.
17. Я скорее попытаюсь приготовить новое интересное блюдо, хотя оно может плохо получиться, чем стану готовить привычное, которое обычно хорошо выходило.
18. Я скорее займусь чем-то приятным и необременительным, чем стану выполнять что-то, как мне кажется, стоящее, но не очень увлекательное.
19. Я скорее затратчу все свое время на осуществление одного дела, вместо того, чтобы выполнить быстро за это же время два-три других.
20. Если я заболела и вынуждена остаться дома, то я использую время скорее для того, чтобы расслабиться и отдохнуть, чем почитать и поработать.
21. Если бы я жила с несколькими девушками в одной комнате и мы решили бы устроить вечеринку, то я предпочла бы сама организовать ее, чем допустить, чтобы это сделала какая-нибудь другая.
22. Если бы у меня что-то не выходит, я лучше обращусь к кому-то за помощью, чем стану сама продолжать искать выход.

23. Когда нужно соревноваться, у меня скорее возникает интерес и азарт, чем тревога и беспокойство.
24. Когда я берусь за трудное дело, я скорее опасаясь, что не справлюсь с ним, чем надеюсь, что оно получится.
25. Я работаю эффективнее под чьим-то руководством, чем тогда, когда несу за свою работу личную ответственность.
26. Мне больше нравится выполнять сложное незнакомое задание, чем то, в успехе которого я уверена.
27. Если бы я успешно решила какую-то задачу, то с большим удовольствием взялась бы решать еще раз аналогичную, чем перешла бы к задаче другого типа.
28. Я работаю продуктивнее над заданием, когда передо мной ставят задачу лишь в общих чертах, чем тогда, когда мне конкретно указывают, что и как выполнять.
29. Если при выполнении важного дела я допускаю ошибку, то чаще я теряюсь и впадаю в отчаяние, вместо того чтобы быстро взять себя в руки и попытаться исправить положение.
30. Пожалуй, я больше мечтаю о своих планах на будущее, чем пытаюсь их реально осуществить.

### Обработка результатов.

Для определения суммарного балла необходимо пользоваться следующей процедурой. Ответам испытуемых на прямые пункты опросника (отмечены знаком «+» в ключе) приписываются баллы на основе следующего соотношения:

+	-3	-2	-1	0	1	2	3
	1	2	3	4	5	6	7

Ответам испытуемых на обратные пункты опросника (отмечены в ключе «-») приписываются баллы на основе соотношения:

-	-3	-2	-1	0	1	2	3
	7	6	5	4	3	2	1

**Ключ к мужской форме:** +1, -2, +3, -4, +5, -6, +7, +8, -9, +10, -11, -12, +13, +14, -15, -16, +17, -18, +19, -20, +21, -22, -23, +24, -25, -26, -27, +28, -30, +31, -32.

**Ключ к женской форме:** +1, +2, -3, +4, -5, -6, +7, +8, -9, +10, -11, -12, -13, +14, -15, -16, +17, -18, +19, -20, +21, -22, +23, -24, -25, +26, -27, +28, -29, -30.

На основе подсчета суммарного балла определяются, какая мотивационная тенденция доминирует у испытуемого. Баллы всей выборки испытуемых, участвующих в эксперименте, ранжируют и выделяют две контрастные группы: верхние 27% выборки характеризуются мотивом стремления к успеху, а нижние 27% – мотивом избежать неудачи.

Так же можно воспользоваться следующей суммарной шкалой:

- Если эта сумма оказалась в интервале от 165 до 210, то делают вывод о том, что в мотивации достижения успехов у данного испытуемого доминирует стремление к успеху.
- Если эта сумма баллов оказалась в пределах от 76 до 164, то делают вывод о доминировании стремления избежать неудачи.
- Если сумма баллов оказалась в пределах от 30 до 75, то никакого определенного вывода о доминировании друг над другом мотивации достижения успехов или избегания неудач сделать нельзя.

## **Опросник профессиональной готовности (ОПГ) Л.Н. Кабардовой**

**Инструкция:** внимательно прочитайте вопросы. На каждый из них Вам необходимо дать три ответа, оценив их в баллах. Ответ записывается в соответствующую клетку бланка ответов, где цифрами обозначены номера вопросов, а буквами – клеточки для трех ответов.

Сначала Вы оцениваете, насколько хорошо Вы умеете делать то, что записано в вопросе (**клеточка «а»**):

- делаю, как правило, хорошо – 2 балла;
- делаю средне – 1 балл;
- делаю плохо, совсем не умею, никогда не делал – 0 баллов.

Затем оцениваете ощущения, которые возникают у Вас, когда Вы это делаете (**клеточка «б»**):

- положительные (интересно, легко) – 2 балла;
- нейтральные (все равно) – 1 балл;
- отрицательные (неинтересно, трудно) – 0 баллов.

Третий ответ должен отразить, хотели бы Вы, чтобы описанное в вопросе действие входило в Вашу работу (**клеточка «в»**):

- да – 2 балла;
- все равно – 1 балл;
- нет – 0 баллов.

Читая вопрос, обязательно обращайтесь внимание на слова «часто», «легко», «систематически» и т.п. Ваш ответ должен учитывать смысл этих слов. Если из перечисленных в вопросе нескольких действий Вы умеете делать что-то одно, то именно это действие Вы и оцениваете тремя оценками».

1. Делать выписки, вырезки из различных текстов и группировать их по определенному признаку.
2. Выполнять практические задания на лабораторных работах по физике (собирать и составлять схемы, устранять в них неисправности, разбираться в принципе действия прибора и т.п.).
3. Длительное время (более одного года) самостоятельно выполнять все работы, обеспечивающие рост и развитие растений (поливать, удобрять, пересаживать и пр.).
4. Сочинять стихи, рассказы, заметки, писать сочинения, признаваемые многими интересными, достойными внимания.
4. Быть чутким и доброжелательным.
5. Выделять из текста основные мысли и составлять на их основе краткий конспект, план, новый текст.
6. Разбираться в физических процессах и закономерностях, решать задачи по физике.
7. Вести регулярное наблюдение за развивающимся растением и записывать данные наблюдения в специальный дневник.
8. Мастерить красивые изделия своими руками: из дерева, материала, засушенных растений, ниток.
9. Терпеливо, без раздражения объяснять кому-либо, что он хочет знать, даже если приходится повторять это несколько раз.
10. Легко находить ошибки в письменных работах по русскому языку, литературе.
11. Разбираться в химических процессах, свойствах химических элементов, решать задачи по химии.
12. Разбираться в особенностях развития и во внешних отличительных признаках многочисленных видов растений.
13. Создавать законченные произведения живописи, графики, скульптуры.
14. Много и часто общаться с разными людьми, не уставая от этого.
15. На уроках иностранного языка отвечать на вопросы и задавать их, пересказывать тексты и составлять рассказы по заданной теме.

16. Ремонтить какие-либо механизмы (велосипед, мотоцикл), электротехнические приборы (пылесос, утюг, светильник).
17. Преимущественно свое свободное время тратить на уход и наблюдение за каким-нибудь животным.
18. Сочинять музыку, песни, имеющие успех у сверстников и взрослых.
19. Защищать права и безопасность людей.
20. При выполнении заданий по иностранному языку без особых трудностей работать с иностранными текстами.
21. Налаживать и чинить электронную аппаратуру (магнитофон, телевизор и т.д.).
22. Регулярно, без напоминания взрослых выполнять необходимые для ухода за животными работы: кормить, чистить (животное и клетки), лечить, обучать.
23. Публично, для многих зрителей разыгрывать роли, подражать, изображать кого-либо, декламировать стихи, прозу.
24. Увлекать делом, игрой, рассказом детей младшего возраста.
25. Выполнять задания по математике, химии, в которых требуется составить логическую цепочку действий, используя при этом различные формулы, законы, теоремы.
26. Ремонтить замки, краны, мебель, игрушки.
27. Разбираться в породах и видах животных: лошадей, птиц, рыб, насекомых. Знать их характерные внешние признаки и повадки.
28. Всегда четко видеть, что сделано писателем, драматургом, художником, режиссером, актером талантливо, а что нет, и уметь обосновать это устно или письменно.
29. Организовать людей на какие-либо дела, мероприятия.
30. Выполнять задания по математике, требующие хорошего знания формул, законов и умения их правильно применять при решении.
31. Выполнять действия, требующие хорошей координации движений и ловкости рук: работать на станке, электрической швейной машинке, производить монтаж и сборку из мелких деталей.
32. Сразу замечать мельчайшие изменения в поведении или внешнем виде животного или растения.
33. Играть на музыкальных инструментах, публично исполнять песни, танцевальные номера.
34. Выполнять работу, требующую обязательных контактов со множеством разных людей.
35. Выполнять количественные расчеты, подсчеты данных (по формулам и без них), выводить на основе этого различные закономерностей, следствия.
36. Из типовых деталей, предназначенных для сборки определенных моделей, изделий, конструировать новые, придуманные самостоятельно.
37. Специально заниматься углубленным изучением биологии, ботаники, зоологии – читать научную литературу, слушать лекции, научные доклады.
38. Создавать на бумаге и в оригинале новые, интересные модели одежды, причесок, украшений, интерьера помещений, конструкторские новинки.
39. Влиять на людей, убеждать, предотвращать конфликты, улаживать ссоры, разрешать споры.
40. Работать с условно-знаковой информацией: составлять и рисовать карты, схемы, чертежи.
41. Выполнять задания, в которых требуется мысленно представить расположение предметов или фигур в пространстве.
42. Длительное время заниматься исследовательскими работами в биологических кружках, на биостанциях, в зоокружках и питомниках.
43. Быстрее и чаще других замечать в обычном необычное, удивительное, прекрасное.

44. Сопереживать людям (даже не очень близким), понимать их проблемы, оказывать посильную помощь.
45. Аккуратно и безошибочно выполнять «бумажную» работу: писать, выписывать, проверять, подсчитывать, вычислять.
46. Выбирать наиболее рациональный (простой, короткий) способ решения задачи: технической, логической, математической.
47. При работе с растениями или животными выполнять ручной физический труд, переносить неблагоприятные погодные условия, грязь, специфический запах животных.
48. Настойчиво, терпеливо добиваться совершенства в создаваемом или исполняемом произведении (в любой сфере творчества).
49. Говорить, сообщать что-либо, излагать свои мысли вслух.

### Бланк ответов

Тип профессий																			
Ч-З				Ч-Т				Ч-П				Ч-Х				Ч-Ч			
№	а	б	в	№	а	б	в	№	а	б	в	№	а	б	в	№	а	б	в
1				2				3				4				5			
6				7				8				9				10			
11				12				13				14				15			
16				17				18				19				20			
21				22				23				24				25			
26				27				28				29				30			
31				32				33				34				35			
36				37				38				39				40			
41				42				43				44				45			
46				47				48				49				50			
Σ				Σ				Σ				Σ				Σ			
Σ																			

Ч-З – человек – знаковая система

Ч-Т – человек – техника

Ч-П – человек – природа

Ч-Х – человек – художественный образ

Ч-Ч – человек – человек

### Обработка результатов.

Каждый столбец клеток в бланке ответов соответствует одному из типов профессий. Колонки, обозначенные буквами, отражают оценки трех ответов на каждый вопрос:

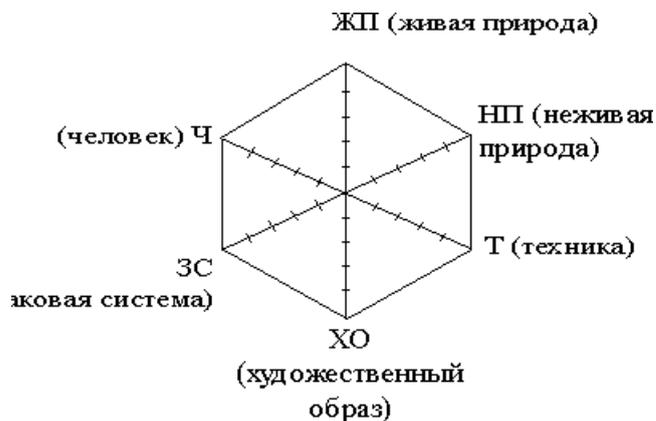
- а – оценка своих умений;
- б – оценка своего эмоционального отношения;
- в – оценка своих профессиональных пожеланий, предпочтений.

Приступая к обработке результатов, сначала следует внимательно просмотреть бланк ответов и отметить те номера вопросов, при ответе на которые испытуемый в графе «умения» поставил оценку «0». Эти вопросы следует полностью исключить из обработки. Примером может служить соотношение оценок «0-12-11». В этом случае вторая и третья оценки также исключаются при подсчете баллов по соответствующим шкалам (эмоционального отношения и профессиональных положений). Они учитываются только при качественном анализе каждой сферы.

Далее подсчитывается сумма баллов в каждой профессиональной сфере по шкалам «умения», «отношение» и «профессиональные пожелания». Обращается внимание на

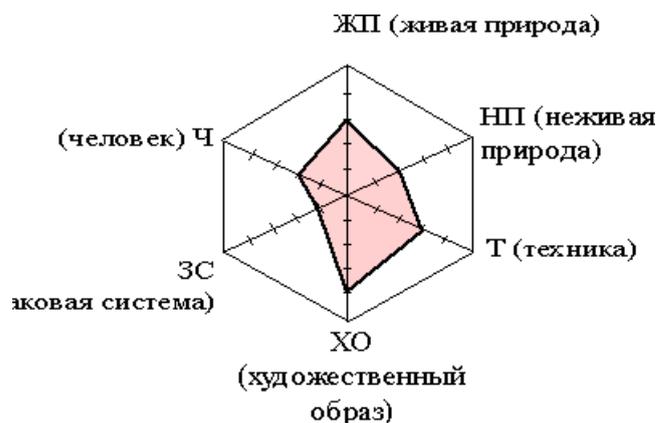
соотношение оценок по данным шкалам как в каждой профессиональной сфере, так и по каждому конкретному вопросу (виду деятельности).

Для наглядности полученные по тесту значения можно представить в графическом виде. Обозначьте на каждом луче точкой сумму баллов из таблицы опросника профессиональных предпочтений. Каждый луч соответствует определенному типу профессий, где цена одного деления на луче шестиугольника равна 4 баллам, или 20%.



#### **Пример заполнения полигона профессиональных предпочтений оптанта.**

Полученные точки соедините линиями. Для наглядности полученный неправильный шестиугольник можно заштриховать.



#### **Обработка результатов.**

Наибольшее количество баллов в определенной колонке указывает на преобладающее проявление профессиональных интересов и склонностей к дано группе профессий. Рассмотрим «диагнозы», полученные при высоких показателях в профессиональных сферах. При составлении диагноза необходимо учитывать и другие сочетания высоких, средних и низких показателей.

Выбор наиболее предпочтительной профессиональной сферы (или нескольких сфер) делается на основе сопоставления сумм баллов, набранных в разных профессиональных сферах по шкале «профессиональные предпочтения».

Обращается внимание на те профессиональные сферы, в которых эти суммы наибольшие. Затем в каждой сфере сравниваются между собой баллы, набранные по трем шкалам. Предпочтительным является такое сочетание, в котором оценки по второй и третьей шкалам количественно сочетаются с оценкой по первой шкале, отражающей реальные умения испытуемого. Например, соотношение оценок типа «10-12-11» благоприятнее, чем сочетание «3-8-12», поскольку предпочтения испытуемого в первом случае более обоснованы наличием у него соответствующих умений.

Далее анализируются отдельные вопросы, ответы на которые получили оценки в баллах «2-2-2», а также «2-2-1», «1-2-2». Это необходимо, во-первых, для того, чтобы сузить профессиональную сферу до конкретных специальностей. Например, работа в области «человек–знак» может осуществляться с буквами, словами, текстами, (филолог, историк, редактор и др.); с иностранными знаками, текстами (технический переводчик, гид-переводчик); с математическими знаками (программист, математик, экономист и др.). Во-вторых, это дает возможность выйти за пределы одной сферы на профессии, занимающие промежуточное положение между разными областями, например учитель математики (сферы «человек – человек» и «человек – знак»), модельер (сферы «человек–художественный образ» и «человек–техника») и т.д.

По результатам ответов испытуемого делается вывод о том, к какой сфере профессиональной деятельности он склонен.

**1. «Человек – знак».** Вы испытываете склонности и проявляете интересы при выполнении вычислений, чертежей, схем, систематизировании различных сведений. Большинство профессий этого типа связано с переработкой информации: цифры, формулы, таблицы чертежи, схемы, карты; тексты на родном или иностранном языках. Способности, обеспечивающие успешность профессиональной деятельности в этой области: логическое мышление, хорошая память на слова и числа, способность к длительной концентрации внимания на знаковом материале. Профессии, которые могут подойти человеку с этим типом направленности: инженер-программист, экономист, бухгалтер, инженер-строитель, архитектор, геодезист, конструктор, инженер-технолог, инженер-механик, инженер сварочного производства, социолог, журналист, редактор, корректор, переводчик, лингвист, делопроизводитель.

**2. «Человек – техника».** Основу Вашей профессиональной сферы составляют предметы физике, химии, электротехнике, любите или любили в школе выполнять лабораторные работы по данным предметам. Вы с охотой занимаетесь моделированием, разбираетесь в технике, любите ручной труд, а именно создавать, эксплуатировать, ремонтировать машины, механизмы, аппараты. Большинство профессий относятся к техническим профессиям, а именно: работа на станках, управление транспортом, автоматическими системами; ремонт технических устройств, их создание, монтаж, сборка технических устройств, разработка процесса их изготовления узлов и деталей машин и механизмов, работа с приборами, регулирование и их наладивание. Способности, обеспечивающие успешность профессиональной деятельности в этой области: высокий уровень концентрации и устойчивости внимания, хорошая зрительная и моторная память,<sup>13</sup> хорошая координация движений, развитые техническое и творческое мышление и воображение. Профессии, которые могут подойти человеку с этим типом направленности: столяр, плотник, реставратор мебели, наладчик, монтажник, чертежник, инженер-строитель, инженер-машиностроитель, инженер по транспорту, конструктор, инженер-механик, инженер сварочного производства, инженер-металловед, инженер-литейщик, инженер-электромеханик и другие.

**3. «Человек – природа».** Сфера ваших профессиональных интересов и склонностей связана с природой, растительными и животными организмами и стремлением работать в

данной профессиональной сфере. Вы с удовольствием ухаживаете за растениями, животными, не безразличны к экологии. Способности, обеспечивающие успешность профессиональной деятельности в этой области: интуиция, аналитические способности, гибкость ума, прогнозирование относительно роста и развития объектов природы, способность переносить длительные физические и психические напряжения в различных погодных условиях. Профессии, которые могут подойти человеку с этим типом направленности: лесовод, коневод, пчеловод, овощевод, птицевод, животновод, садовод агроном, микробиолог, зоотехник, гидробиолог, агрохимик.

**4. «Человек – художественный образ».** Основу Вашей профессиональной сферы составляют профессии, связанные с литературно-художественной деятельностью, изобразительной, актерской деятельностью, музыкой. Вы любите писать сочинение, заметки, мастерить красивые изделия своими руками, создавать произведения живописи, графики, создавать на бумаге и в оригинале новые интересные модели одежды, интерьера помещений, конструкторские новинки.

Быстрее и чаще других замечаете в обычном необычное и прекрасное. Большинство профессий этого типа связано: с созданием художественных произведений, а также с воспроизведением, изготовлением различных изделий по образцу и художественных произведений в массовом производстве (например, мастер по росписи). Способности, обеспечивающие успешность профессиональной деятельности в этой области: творческие и художественные способности, высокий уровень воображения, интуитивность, открытость для восприятия нового.

Профессии, которые могут подойти человеку с этим типом направленности: художник, архитектор, дизайнер, литератор, искусствовед, писатель, филолог, журналист, модельер, ювелир, реставратор, гравер, музыкант, актер, столяр - краснодеревщик.

**5. «Человек – человек».** Сфера ваших профессиональных интересов и склонностей связана с обучением, воспитанием, руководством и обслуживанием людей. Вы умеете терпеливо, внимательно выслушивать людей, объяснять, убеждать, предотвращать конфликты, разрешать споры, оказывать посильную помощь. Вам нравится находиться среди людей и тесно взаимодействовать с ними.

Способности, обеспечивающие успешность профессиональной деятельности в этой области: вербальные способности, хорошее развитие образной и словесно - логической памяти, коммуникативные способности (общение и взаимодействие с людьми, умение устанавливать контакты), отзывчивость, доброжелательность, требовательность к себе и другим.

Профессии, которые могут подойти человеку с этим типом направленности: педагог, воспитатель, психолог, медсестра, тренер, менеджер по персоналу, офис-менеджер, социальный педагог, работники сферы обслуживания (продавец, технолог, товаровед, парикмахер, официант и др.).

**6. «Человек – знак» и «Человек – техника».** Сфера ваших профессиональных интересов и склонностей выходит за пределы одной профессиональной сферы, занимают промежуточное положение между данными сферами профессий. Профессии, которые могут подойти человеку с этим типом направленности: инженер-машинист, инженер по транспорту, инженер-строитель, инженер-механик, инженер-программист, инженер-электрик по автоматизации и другие.

**7. «Человек – знак» и «Человек – человек».** Сфера ваших профессиональных интересов и склонностей находится в этих двух сферах. Вам нравится систематизировать материал, анализировать, заниматься сбором информации, решение проблем осуществлять через размышления, но при этом Вы ориентированы на работу в группе с людьми, обучать их, оказывать помощь консультирование, организовывать групповые мероприятия, дискуссии. Профессии, которые могут подойти человеку с этим типом направленности: преподаватель математики, физики, химии, экономики, филолог, историк, социолог,

редактор, переводчик, финансовый менеджер, специалист по антикризисному управлению, товаровед-эксперт, маркетолог, технолог, товаровед и др.

**8. «Человек – знак» и «Человек – художественный образ».** Сфера ваших профессиональных интересов и склонностей находится в этих двух сферах. Это значит, что Вы не только создаете свои художественные произведения, но и умеете систематизировать информацию в своей области искусства и культуры, ведете научный поиск, логический анализ, создаете оригинальные проекты (воплощая их графически, в новых моделях одежды, интерьера помещений, конструкторских новинках). Профессии, которые могут подойти человеку с этим типом направленности: дизайнер, архитектор, инженер компьютерной графики, имиджмейкер, музыкальный редактор, клипмейкер и др.

**9. «Человек – техника» и «Человек – художественный образ».** Сфера ваших профессиональных интересов и склонностей находится в этих двух сферах. Вам нравится не только деятельность, направленная на технические объекты, но Вы можете мастерить красивые изделия своими руками, создавать законченные произведения живописи, графики, создавать на бумаге и в оригинале новые интересные модели одежды, интерьера помещений, конструкторские новинки.

Профессии, которые могут подойти человеку с этим типом направленности: архитектура, конструктор, инженер-строитель, инженер-металлург художественного литья, технолог швейного производства.

**10. «Человек – техника» и «Человек – человек».** Сфера ваших профессиональных интересов и склонностей находится в этих двух сферах. Ваши умения и желания связаны с профессиями, труд в которых направлен на технические объекты, при этом Вы умеете и желаете работать с людьми и руководить ими. Профессии, которые могут подойти человеку с этим типом направленности: преподаватель труда, мастер-наставник, инженер-механик по технологии 15 машиностроения, инженер-литейщик, инженер электронной техники, менеджер производственной сферы, инженер-строитель и др.

**11. «Человек – человек» и «Человек – художественный образ».** Сфера ваших профессиональных интересов и склонностей находится в этих двух сферах. Вы ориентированы на работу в группе с людьми, а именно учить, разъяснять, объяснять, внимательно выслушивать, и в то же время воплощать свои творческие замыслы (музыкальной, актерско-сценической, литературно-художественной деятельности и т.д.). Профессии, которые могут подойти человеку с этим типом направленности: режиссер, продюсер, учитель танцев, учитель актерского мастерства, организатор выставок и вернисажей, редактор и т.д.

**12. «Человек – человек» и «Человек – природа».** Сфера ваших профессиональных интересов и склонностей находится в этих двух сферах. Профессии этих типов требуют постоянного взаимодействия с людьми, умения устанавливать и поддерживать контакты с людьми, а также требуют любви к природе, ко всему «живому». Профессии, которые могут подойти человеку с этим типом направленности: валеолог, инженер-эколог, организатор зоологических выставок, руководитель географических экспедиций, ведущий телепередач о растительном и животном мире и т.д.