

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное агентство по образованию

Орский гуманитарно-технологический институт (филиал)  
Государственного образовательного учреждения  
высшего профессионального образования  
«Оренбургский государственный университет»

**Е. Ю. Сизганова**

# **ОСНОВЫ ПРОФОРИЕНТОЛОГИИ**

*Утверждено редакционно-издательским советом ОГТИ  
в качестве учебно-методического пособия*



Орск 2010

УДК 331.115.6  
ББК 88.4Р  
С34

### **Научный редактор**

**Комарова В. И.**, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий  
кафедрой социальной педагогики, педагогики и психологии  
начального образования ОГТИ

### **Рецензенты:**

**Стародубцева Л. С.**, кандидат психологических наук,  
ГОУ СПО «Педагогический колледж г. Орск»;

**Якимов П. А.**, кандидат педагогических наук, преподаватель  
ГОУ ВПО «Оренбургский государственный педагогический  
университет»

**С34 Сизганова, Е. Ю. Основы профориентологии :**  
учебно-методическое пособие / Е. Ю. Сизганова. – Орск :  
Издательство ОГТИ, 2010. – 138 с. – ISBN 978-5-8424-0468-1.

*Учебное пособие посвящено вопросам организации работы, направленной на оказание помощи школьникам в профессиональном самоопределении. На основе обобщения работ отечественных ученых в работе изложены современные представления о профориентологии как науке введения в мир профессий, о принципах профориентации и профотбора. Затронуты вопросы организации и планирования профориентационной работы в школе. Представлен практикум по определению профессиональных планов, возможной профессии и карьеры школьников.*

*Пособие адресовано педагогам, психологам, студентам педагогических вузов и колледжей, социальным педагогам.*

ISBN 978-5-8424-0468-1

© Сизганова Е. Ю., 2010  
© Издательство ОГТИ, 2010

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	5
Часть 1. Теоретические основы профориентологии.....	7
Раздел 1. Профориентология как наука .....	7
Понятие, предмет, функции, методы профориентологии.....	7
Методологическая основа профориентологии.....	9
Основные разделы. Принципы. Связь профориентологии с другими науками.....	10
Основные понятия профориентологии .....	11
Раздел 2. Профориентация как составляющая профориентологии.....	13
История развития профориентационной работы .....	13
Развитие профориентации в России.....	15
Принципы государственной политики в области профориентации .....	16
Профориентация как система взаимодействия социальных институтов ....	16
Раздел 3. Особенности профессионального самоопределения .....	17
Сущность профессионального самоопределения .....	17
Цель и задачи профессионального самоопределения .....	19
Субъект профессионального самоопределения.....	20
Развитие субъекта профессионального самоопределения.....	21
Возрастные особенности профессионального самоопределения .....	25
Типы профессионального самоопределения.....	32
Этапы профессионализации.....	34
Критерии продуктивности профессионального самоопределения.....	37
Условия эффективного профессионального самоопределения .....	38
Раздел 4. Методы и формы профориентационной работы .....	40
Основные группы профориентационных методов .....	40
Принципы организации профконсультации и профотбора.....	44
Активные профориентационные методы .....	48
Планирование и организация профориентационной работы в школе .....	49
Раздел 5. Профессиография.....	52
Понятия: профессиограмма и психограмма. Типы профессиограмм.....	52
Классификация профессий.....	55
Психофизиологические основы способностей и выбор профессии .....	58
Часть 2. Практикум .....	62
Методика сбора и систематизации сведений об учащемся, его интересах, склонностях.....	62
Определение профессионально ориентированного типа личности .....	71
Схема построения личной профессиональной перспективы как вариант модели профессионального самоопределения.....	74
Изучение профессионально ориентированных интересов учащихся.....	78

Диагностика профессиональной готовности.....	87
Технология проведения профконсультационной беседы .....	95
Групповые методы профконсультационной работы .....	99
Построение профессионального плана .....	106
Исследование силы нервной системы.....	112
Исследование мыслительной и психомоторной ригидности .....	118
Заключение.....	124
Библиографический список.....	126
Приложения .....	129

## ВВЕДЕНИЕ

Современная профориентационная тематика достаточно обширна и является одной из основных при рассмотрении вопросов развития личности. Именно профессиональный труд дает человеку возможность реализовать себя в своей жизни, поэтому он является ведущей деятельностью для многих людей.

Неудачно спланированная и реализуемая профориентационная работа приводит к проблемам в экономике и политике, дезориентирует людей. Важная задача педагога – создать условия для максимальной самореализации потенциала учащихся, помощь и поддержка в их профессиональном самоопределении.

Необходимым условием создания образовательного пространства, способствующего профессиональному самоопределению учащегося основной ступени, является изучение основ профориентологии.

Профориентология как сравнительно новая практико-ориентированная дисциплина, обладает большим потенциалом, так как предоставляет учащимся возможность определить свое место в мире профессий, оценить свои способности, найти личностный смысл в профилизации обучения.

Профориентология помогает формированию профессиональной Я-концепции, развитию профессионального сознания, обретению профессиональной идентичности.

Главное назначение данного учебного пособия – оказание помощи студентам и педагогам при организации работы со школьниками в плане профессионального самоопределения на основе выбора эффективных социально-педагогических технологий.

В первой части учебного пособия рассматриваются: содержание профориентологии как учебной дисциплины, основные понятия и общая методология курса.

В пособии раскрыты также особенности развития субъекта профессионального самоопределения, проанализирована специфика использования основных групп методов профориентации в школе, что обеспечивает внутреннее содержание процесса профессиональной ориентации школьников.

Содержание учебного пособия сориентированно на формирование уважительного отношения к человеку как субъекту профессионального и личностного самоопределения. Особый акцент сделан на рассмотрение методов профориентации в аспекте активной самоопределяющейся личности. Здесь же представлена характеристика профессий, основы профессиографии, дан обзор традиционных форм профориентации как основного раздела профориентологии.

Во второй части пособия – практикуме – представлены методики определения профессиональных интересов, склонностей, психофизиологических способностей ребенка как субъекта профессионального самоопределения. Даны практические материалы по технологии проведения профконсультационной беседы, использования групповых методов профконсультационной работы, построения профессионального плана.

Выполнение практических заданий является необходимым для формирования у студентов технологических умений профориентационной работы в образовательном пространстве.

В приложении представлены программа курса, семинарские занятия, материалы итогового контроля качества усвоения дисциплины, тематика курсовых работ и выпускных квалификационных работ.

Учебное пособие разработано с учетом требований государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования и предназначено главным образом для студентов педагогических вузов, обучающихся по специальности 050711 – Социальная педагогика. При создании пособия использовались материалы Е. Ю. Пряжниковой [15], Э. Ф. Зеера [8], Е. А. Климова [10].

## ЧАСТЬ 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОФОРИЕНТОЛОГИИ

### Раздел 1. Профориентология как наука

#### *Понятие, предмет, функции, методы профориентологии*

**Профориентология** – научная дисциплина, находящаяся на стыке философии, психологии и педагогики, изучающая факты, механизмы и закономерности профессионального становления личности.

**Цель** профориентологии – оказание субъектам профессионального становления психологической и педагогической помощи при выборе профильного обучения, путей получения профессионального образования, профессии, а также актуализация профессионально-психологического потенциала личности.

**Задачи** профориентологии:

1. Формирование профессиоведческой компетентности: ознакомление с миром профессий, классификацией и социально-психологической характеристикой профессий, типовыми сценариями профессиональной биографии.

2. Развитие профессиоведческих компетенций: коммуникативных и презентационных навыков, умений по трудоустройству и самомаркетингу, способностей в области проектирования своего карьерного роста и др.

3. Обеспечение психологически компетентного сопровождения профессиональной жизни человека с начала профессиональной дифференциации интересов и склонностей до завершения профессиональной биографии.

Методологической основой профориентологии является синергетика – область научного знания, исследующая общие закономерности самоорганизации, развития и становления устойчивых структур в открытых системах.

Профориентология как самостоятельная отрасль науки характеризуется собственным предметом и методами исследования. Ее

**предметом** являются профессионально обусловленные феномены, закономерности и механизмы взаимосвязи человека с миром профессий.

Профориентология как отрасль знания обладает рядом **функций**: теоретико-познавательной, прикладной и гуманистической.

1. Теоретико-познавательная функция выражается тем, что профориентология накапливает знания и синтезирует их, стремится составить наиболее полную картину изучаемых ею процессов и явлений в современном обществе, описывает и объясняет их, вскрывает их глубинные основания.

2. Прикладная функция связана с выявлением условий эффективного совершенствования профориентационной работы в педагогическом, психологическом и социальном аспектах.

3. Гуманистическая функция выражается в разработке целей совершенствования процесса профориентации, в основе которого должно лежать уважительное отношение к человеку как субъекту личностного и профессионального самоопределения.

Как и другие отрасли педагогической науки профориентология пользуется комплексом **методов** различных групп:

1. *Общелогические методы*: анализ, синтез, обобщение, сравнение, моделирование, проектирование.

2. *Общенаучные методы*: анализ и контент-анализ литературных источников, теоретический анализ и синтез социально-педагогических исследований, наблюдение, изучение и обобщение опыта, эксперимент, метод экспертных оценок.

3. *Исторические методы*: сравнительно-исторический (повторяемость) и генетический (происхождение) и др.

4. *Социологические методы*: анкетирование и интервью, социометрия, мониторинг, метод социальных биографий и др.

5. *Психологические методы*: применение бланковых и аппаратных тестов (групповых и индивидуальных).



6. *Методы математической статистики* (линейный и факторный анализ, процентное распределение, ранжирование).

7. *Педагогические методы воспитания* (убеждение, совет, разъяснение, инструктирование, консультирование и др.)

8. *Собственно методы профориентации*: методы проектирования личностного пути, методы активизации, профессиональные пробы и т. п.

### ***Методологическая основа профориентологии***

**Методологической основой** профориентологии стали исследования личности и деятельности К. С. Абульхановой-Славской, Б. Г. Ананьева, А. Г. Асмолова, Б. Ф. Ломова, В. Д. Шадрикова. Большое влияние на проектирование концепции оказали работы А. А. Бодалева, А. А. Деркача, Ю. М. Забродина, Е. А. Климова, Н. С. Пряжниковой, С. Н. Чистяковой.

Для теоретического анализа психологических проблем профессионального развития личности интерес представляют работы зарубежных ученых А. Маслоу, Сьюпера, Дж. Голланда.

На основе изучения работ данных исследователей были определены следующие концептуальные положения:

- профессиональное становление личности имеет историческую и социокультурную обусловленность;
- процесс профессионального становления личности индивидуально своеобразен, неповторим, однако в нем можно выделить качественные закономерности;
- учебная и профессиональная деятельность позволяют человеку реализовать себя, способствуют самореализации личности;
- ядром профессионального становления является нахождение личностного смысла в профессии – профессиональное самоопределение;

- индивидуальная траектория профессиональной жизни человека определяется нормативными событиями, случайными обстоятельствами;
- знание психологических особенностей профессионального становления позволяет человеку осознанно проектировать свою профессиональную биографию.

*Частной методологией* профориентологии является концепция профессионального становления личности. Профессиональное становление охватывает длительный период жизни человека (35-40 лет). В течение этого времени меняются жизненные и профессиональные планы, происходит смена социальной ситуации, ведущей деятельности, перестройка структуры личности. Поэтому возникает необходимость разделения данного процесса на периоды или стадии. В связи с этим встает вопрос о критериях выделения стадий в непрерывном процессе профессионального становления.

### ***Основные разделы. Принципы. Связь профориентологии с другими науками***

Основными **разделами** профориентологии как интегративной дисциплины являются методология профессионализации, профессиональное самоопределение, дифференцированное профессиографирование и профессиональная ориентация.

Профориентология связана с такими науками, как: психология, медицина, педагогика, социология, история, философия и др. В результате взаимодействия с этими науками выработался ряд **принципов** профориентологии.

Специфические принципы: сознательности в выборе профессии, соответствия выбранной профессии и личности человека, активности оптанта, развития в этой профессии.

Общепедагогические принципы: связь профориентации с жизнью, рынком труда, использование новых методик, систематичности

и преемственности, взаимосвязи школы с учебными заведениями, взаимосвязи диагностики и воспитывающего подхода, воспитывающего характера (активности, добросовестности), дифференцированного и индивидуального подхода, оптимального сочетания индивидуальных и групповых форм работы, соответствия содержания, форм и методов потребностям профессионального развития личности.

### ***Основные понятия профориентологии***

В профессиографии традиционно рассматривают не только «объект труда» и характеристики самой профессии, но и особенности развития в труде работника – «субъекта труда». Субъектность – это важнейшая характеристика не только человека трудящегося, но и всей человеческой психики вообще (В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев).

Применительно к теории и практике профессионального самоопределения можно сказать, что субъектность проявляется в самостоятельности и осознанном построении перспектив своего развития в определенной трудовой деятельности и во всей жизни в целом, которая как бы составляет контекст для конкретного труда и развития человека в этом труде. Поэтому, если говорить о развитии субъекта труда, то прежде всего следует говорить о развитии его способности самостоятельно осмысливать свою деятельность, самостоятельно находить ее смысл и искать пути совершенствования себя в этой деятельности.

К **субъектам** профориентологии (Н. С. Пряжников) относятся: конкретная самоопределяющаяся личность, семья, психолого-педагогическая наука, психологические центры и службы, образовательные учреждения, профессиональные учебные заведения, фирмы, организации, предприятия, государство, мировая экономика.

Данные теоретические положения приводят к необходимости выявления соотношения понятий «профессиональное самоопределение», «профориентация», «профконсультация».

**Профориентация** – это достаточно широкое понятие, предполагающее широкий, выходящий за рамки только педагогики и психологии комплекс мер по оказанию помощи в выборе профессии, куда входят и профконсультация как индивидуальная ориентированная помощь в профессиональном самоопределении.

И профориентация, и профконсультация – это ориентирование школьника (оптанта), тогда как профессиональное самоопределение больше соотносится с «самоориентированием» учащегося, выступающего уже в роли субъекта самоопределения.

**Другие понятия** профориентологии:

1. *Профинформация* (об учебных заведениях, банк профессий – более 40 тысяч без специализаций, перспективы развития профессий, ступени развития образования, формулы выбора профессии).

2. *Профвоспитание* (воспитание трудолюбия и формирование стремления к самообразованию).

3. *Профдиагностика* (научные исследования индивидуально-психологических качеств человека, его состояние здоровья, потребностно-мотивационная сфера и умения).

4. *Профконсультация* (консультирование детей и взрослых на основе проведенной профдиагностики).

5. *Профотбор* (выбор учебного заведения или подбор места работы).

6. Профтрудоустройство (ответственность учебного заведения за устройство специалиста).

7. *Профадаптация* (помощь в адаптации учащимся в учебном заведении или специалисту на новом месте работы).

В настоящее время в развитии всей системы профориентации можно выявить следующие проблемы:

- ни один из компонентов не развивается должным образом;
- с большим трудом в школах вводятся курсы «Технология», «Человек, труд, профессия»;
- недостаточное финансирование службы труда и занятости;
- платные консультации и другие проблемы.

## **Раздел 2. Профориентация как составляющая профориентологии**

### *История развития профориентационной работы*

Профориентация – это результат соединения промышленной революции и научной психологии. Вводя механизацию, концентрируя орудия труда и продукты производства, отделяя капитал от труда и потребителей от производителей, промышленная революция вызвала значительный рост разделения труда. После исчезновения ремесленных мастерских и мануфактур, а вместе с ними и неотъемлемой от них системы подготовки, возникла необходимость в разработке такой системы обучения, которая была бы отделена от сферы труда.

В результате возникли первые проблемы во взаимосвязях системы обучения и системы производства, а работник вынужден был искать себе работу на стороне.

Безудержная погоня за прибылью привела к росту производительности и оформлению организации труда на научной основе. Теоретическими разработчиками этих направлений в Европе и Америке в начале XX века были Ф. Тейлор и А. Файол. Поиски методов увеличения производительности привели к чрезмерной специализации труда, что еще больше способствовало его разделению. Во времена Тейлора система использования рабочей силы сводилась к найму большого числа работников, отбору из них лучших и увольнению остальных.

При разработке методов научной организации труда последователи Ф. Тейлора решили отработать систему закрепления людей на рабочих местах, проповедуя предварительную и обобщенную форму профессионального отбора. По этой системе каждый работник должен был быть направлен на то место работы, где он мог принести максимальную пользу, исходя из своих профессиональных качеств. Это и можно считать концептуальной основой профориентации. Пер-

вые лаборатории ПФ появились в 1903 г. во Франции и в 1908 г. в Бостоне (США).

Теория Ч. Дарвина, согласно которой между индивидуумами существуют различия, продиктованные наследственными факторами, подсказала сфере производства метод, позволяющий учитывать психологические особенности человека. С начала XX века разрабатывается методика, позволяющая определить особенности восприятия, памяти, внимания, мышления человека. Так зарождались и оформлялись первые психологические тесты, которые используются и в настоящее время большинством ответственных за профориентацию специалистов.

Во время первой мировой войны речь шла уже о настоящей профориентации, ее развитии. С этого момента она превращается в отдельную дисциплину.

После первой мировой войны профсоюзы восприняли профориентацию как способ применения профессиональных навыков работников, а работодатели – как способ, избавляющий от трат на профессиональную подготовку и организацию занятости на своих предприятиях. Все это способствовало укреплению и развитию профориентации.

Вскоре идеи профориентации распространяются на сеть школ. Вначале профориентация использовалась в качестве инструмента, благодаря которому правительства хотели разработать систему равноправного обучения, основанную не на социальном происхождении, а на индивидуальных способностях учащихся. Позднее школа становится местом для предварительного выбора будущей профессии. Эти обстоятельства позволили профориентации прочно укорениться в школьной системе.

Профориентология подверглась влиянию двух идеологических направлений (Дусь Т. Э.): направлению, названному «изобличительным», которое воспринимало профориентацию только с позиций тех-

нических методов и диагностики индивидуальных особенностей, и направлению, названному «образовательным», цель которого – адаптация индивидуума в сфере труда, благодаря осознанию собственных особенностей и умению делать выбор. Несмотря на то, что диагностический аспект не полностью исчез из практики ориентирования, можно сказать, что образовательное направление одержало верх, так как подготовке индивидуума к сознательному и логическому выбору придается очень большое значение.

### *Развитие профориентации в России*

Первая служба по «приисканию» работы в России появилась в 1897 году. Фактически это было лишь трудоустройство. В целом до революции профориентации как науки не было.

В Советской России появляются: лаборатория по профориентации (Центральный институт труда (Ленин, 1921 г.), Всеукраинский ИТ (Харьков), Московский Институт профзаболеваний им. Обухова). Вопросами профориентации занимается Н. К. Крупская.

В 1930-е гг. разработана система профориентации в школе. В 1937 г. – отмена трудового обучения и свертывание профориентации в школе (слишком много свободы). В 1960-е гг. организован НИИ трудового обучения и ПФ при АПН СССР (рук. Голомшток). Но все пока находится на примитивном уровне разработки.

До середины 1980-х гг. профориентация не развивается, так как на первом месте интересы народного хозяйства, а не личности. В период перестройки: создано более 60 Центров профориентации молодежи, много пунктов профконсультации, подготовка профконсультантов, в школе курс «Основы производства. Выбор профессии».

В 1992 г. профориентацию перенесли из школы в службы занятости. В 1992 г. – «Закон об образовании» – снижено финансирование профориентации в школе. Частично профориентация перешла в коммерческие структуры. Но примитивно – как отбор персонала (так как



тесты, не всегда адекватно, без психологической основы). Сегодня уровень реальной свободы самоопределения в обществе невысок, что отражается на позиции субъектов самоопределения и консультантов. Проблемы: формальность, поголовное тестирование, манипулирование, коммерческая профориентация, нежелание клиента самому выбрать.

### ***Принципы государственной политики в области профориентации***

1. Сочетание государственных интересов с правами личности в ее профессиональном становлении.
2. Приоритет профессиональных интересов граждан с учетом их индивидуальных особенностей.
3. Равенства, доступности и добровольности в получении профориентационных услуг.
4. Обеспечение правовой и социальной защищенности граждан.
5. Предоставление гражданам минимума психолого-профориентационных услуг, гарантированного государством независимо от места жительства и работы.

Продуманной кадровой политики в России не ведется (коммерческие вузы, экономисты и юристы). Не изучаются потребности в кадрах современной экономики, нет прогнозов на будущее, сложно с трудоустройством выпускников.

### ***Профориентация как система взаимодействия социальных институтов***

Профориентация как система представляет собой совокупность взаимодействующих элементов, объединенных общей целью (рис. 1).



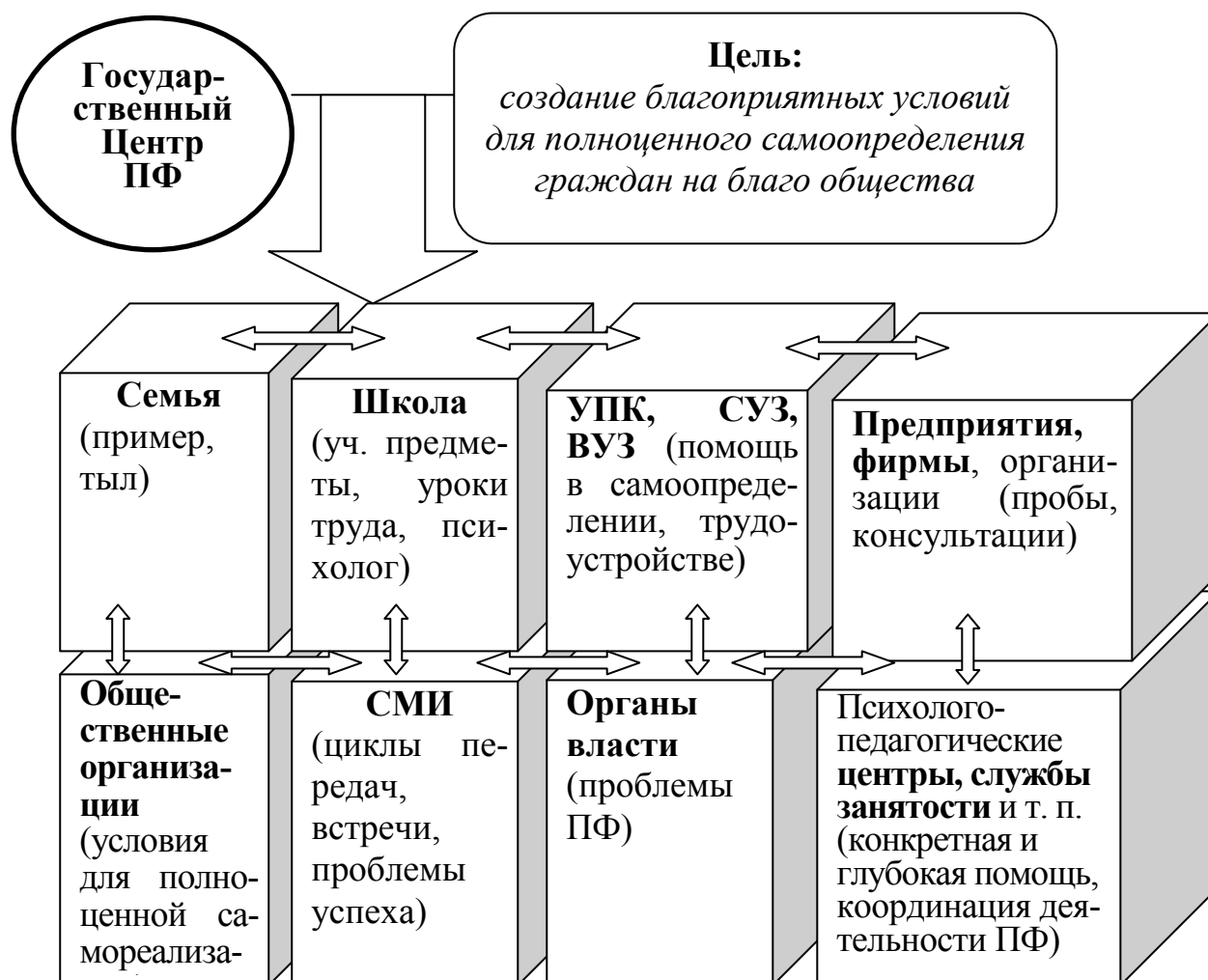


Рис. 1. Система профориентации в России

### Раздел 3. Особенности профессионального самоопределения

#### *Сущность профессионального самоопределения*

Определение сущности профессионального самоопределения является до сих пор нерешенной задачей не только педагогов и психологов, но и философов, методистов, представителей различных направлений науки и искусства.

В педагогике и психологии накоплен богатый опыт в области теории профессионального самоопределения, который во многом предопределил современные подходы к данной проблеме. Это ставшие классическими исследования в области профессиональной ори-

ентации и профконсультирования *Е. А. Климова, В. В. Ярошенко, А. Е. Голомиток, Л. А. Йовайши, В. В. Назимова, С. А. Чистяковой* и других. Особенностью всех этих исследований является усиливающееся внимание к личностным аспектам профессионального самоопределения.

Многообразие различных концептуальных подходов к рассмотрению проблемы профессионального самоопределения вызвано не только сложностью данного вопроса, но и культурно-исторической обусловленностью реализации самоопределения большинством людей, проживающих в конкретной стране, а также неоднородностью населения (возможных клиентов) конкретных стран и регионов.

Само же понятие «самоопределение» вполне соотносится с такими понятиями как *самоактуализация, самореализация, самоосуществление, самотрансценденция, самосознание*. При этом многие ученые связывают самореализацию и самоактуализацию именно с трудовой деятельностью, с работой. Например, *А. Маслоу* считает, что самоактуализация проявляет себя «через увлеченность значимой работой»; *К. Ясперс* связывает самореализацию с делом, которое делает человек. *И. С. Кон* говорит, что самореализация проявляется через труд, работу и общение. *П. Г. Щедровицкий* отмечает, что «смысл самоопределения – в способности человека строить самого себя, свою индивидуальную историю, в умении постоянно переосмысливать собственную сущность».

Самоопределение предполагает не только «самореализацию», но и расширение своих изначальных возможностей – «самотрансценденцию» (по *В. Франклу*): полноценность человеческой жизни определяется через его трансцендентальность, то есть способность «выходить за рамки самого себя», а главное – в умении человека находить новые смыслы в конкретном деле и во всей жизни.

Таким образом, под профессиональным самоопределением понимается:

- единичный факт выбора (при подаче заявления);

- деятельность человека, принимающего то или иное содержание, в зависимости от этапа его развития как субъекта труда;
- поиск личностных смыслов в выбираемой трудовой деятельности.

Все это позволяет сделать вывод о неразрывной связи профессионального самоопределения и самореализации человека в других важных сферах жизни.

*Сущностью* профессионального самоопределения является самостоятельное и осознанное нахождение личностных смыслов в выбираемой, осваиваемой или уже выполняемой работе, трудовой деятельности и всей жизнедеятельности в конкретной культурно-исторической (социально-экономической) ситуации, а также – нахождение смыслов в самом процессе самоопределения.

*Результатом* профессионального самоопределения является выбор старшеклассником определенной профессии, соответствующей его личностным особенностям и интересам, готовность к выбранной профессии, обдумывание пути, а в идеале – личностный профессиональный жизненный план, профессиональный старт.

### ***Цель и задачи профессионального самоопределения***

Главная (идеальная) *цель* профессионального самоопределения – постепенно сформировать у ребенка внутреннюю готовность самостоятельно и осознанно планировать, корректировать и реализовывать перспективы своего развития (профессионального, жизненного и личностного).

Идеальной, по мнению Н. С. Пряжникова, данная цель названа потому, что достичь ее удастся очень редко. Постепенное формирование означает, что быстро такие сложные вопросы не решаются (профконсультация «за один присест» – это профанация). Профконсультация предполагает не только традиционное планирование, но и своевременную корректировку планов (важнейшим итогом проф-

ориентационной помощи является не только содействие конкретному выбору, но и формирование способности совершать новые выборы). Профессиональное развитие должно обязательно рассматриваться в контексте всей жизни и в контексте личностного становления.

Условно можно выделить следующие основные группы *задач* профессионального самоопределения:

- 1) информационно-справочные, просветительские;
- 2) диагностические (в идеале – помощь в самопознании);
- 3) морально-эмоциональной поддержки;
- 4) помощи в выборе, в принятии решения.

Каждая из этих задач может решаться на разных уровнях сложности:

1) проблема решается «вместо» ребенка (он занимает пассивную позицию и еще не является «субъектом» выбора);

2) проблема решается «вместе» (совместно) с ребенком (диалог, взаимодействие, сотрудничество);

3) постепенное формирование у ребенка готовности самостоятельно решать свои проблемы (он становится подлинным субъектом).

Например, при решении информационно-справочной задачи на первом уровне просто сообщается нужная информация (это тоже помощь), на втором уровне психолог вместе с ребенком анализирует определенную информацию, на третьем уровне психолог объясняет как самостоятельно получить необходимую информацию (какие задавать вопросы специалистам по данной профессии, куда обращаться и т. п.)

### ***Субъект профессионального самоопределения***

Субъектность – это важнейшая характеристика не только человека трудящегося, но и всей человеческой психики вообще. Субъектность проявляется в самостоятельности и осознанном построении

перспектив своего развития в определенной трудовой деятельности и во всей жизни в целом.

*Совокупный характер субъекта профессионального самоопределения* связан с тем, что кроме самого человека на его важные жизненные выборы сильное влияние оказывают родители, сверстники, различные специалисты (педагоги, психологи) и др. Поэтому зачастую довольно трудно ответить на вопрос: какова же доля участия самого человека в его жизненном выборе?

*Сложная, многоуровневая организация субъекта самоопределения* проявляется в том, что выбор обычно растянут по времени (он должен еще как бы «созреть»). Кроме того, существует определенная и постоянно меняющаяся иерархия факторов, определяющих принятие решения.

*Противоречивость субъекта самоопределения обусловлена* тем, что выбор – это всегда отказ от чего-то, от каких-то имеющихся равнозначных альтернатив. Между этими альтернативами всегда существуют определенные (прежде всего внутренние, на уровне сознания и отношения самоопределяющегося человека) противоречия, которые и должен разрешить субъект.

### ***Развитие субъекта профессионального самоопределения***

Проблема развития субъектности и личности изучается многими современными авторами.

По мнению *В. А. Петровского*, развитие личности – это становление целостности в четырех основных формах субъектности:

- субъект витального отношения к миру «Природа»;
- субъект предметного отношения к миру «Предметный мир»;
- субъект общения «Мир людей»;
- субъект самосознания «Я сам».

Человек входит во все эти «миры», но их значимость для человека меняется на каждом этапе его развития.

*В. А. Татенко* рассматривает субъект психической активности как «регулятивно-развивающий центр» на всех уровнях психического. Субъектное ядро рассматривается как некая центральная часть, вокруг которой группируются другие ядра в процессе развития. *Субъектное ядро* составляет субстанциальную (самопричинную и самодействующую) основу активности человека как субъекта психики.

Субъектные механизмы психической активности – самовопрошание, акцентирующее полагание, самопотенцирование, самоопределение, самоактуализация, самооценивание, самоапперцепция. Самовопрошание возглавляет и завершает развитие; основное переживание – «Я существую» («снимает» экзистенциальную интуицию субъектного ядра); основное переживание антиципирующего целеполагания – «хочу быть человеком» (реализует интенциальную интуицию); переживание самопотенцирования – «Я могу быть человеком» (снимает потенциальную интуицию); самоопределение – способность к соотношению поставленных целей, избранных средств и ситуации действия, основное переживание – «Я уверен в успехе, принимаю решение и начинаю действовать» (снимает виртуальную интуицию); самоактуализация превращает намерение в действие, идеальное – в реальное, цель – в результат, основное переживание – «Я должен достичь поставленную цель» (снимает актуальную интуицию); самооценивание устанавливает факт достижения или недостижения цели, это интеграция всех названных механизмов, основное переживание – «Я доволен/не доволен полученным результатом» (снимает рефлексивную интуицию); самоапперцепция – воспроизводство индивидуального психологического опыта, переживание – «Я обретаю необходимый опыт субъектной активности в становлении себя человеком» (снимает экспириентальную интуицию).

Подытоживая размышления ряда авторов, можно сказать, что в ходе развития *субъект психической* активности является образованием единым, целостным и неделимым, не подлежащим в онтологическом смысле удвоению, раздвоению и тиражированию. Допу-

стима лишь возможность создания самим субъектом живой проекции себя как предмета самопознания.

Причем *на каждом из этапов онтогенеза* индивид выступает как целостный субъект психической активности определенного уровня развития.

Наиболее известная в России периодизация развития человека как субъекта труда предложена *Е. А. Климовым* (1988, 1996):

1. *Стадия предыгры* (от рождения до 3 лет). Освоение функций восприятия, движения, речи, простейшие правила поведения и моральные оценки, которые становятся основой дальнейшего развития и приобщения человека к труду.

2. *Стадия игры* (от 3 до 6-8 лет). Овладение «основными смыслами» человеческой деятельности, а также знакомство с конкретными профессиями (игры в шофера, во врача, в продавца, в учителя...).

3. *Стадия овладения учебной деятельностью* (от 6-8 до 11-12 лет). Интенсивно развиваются функции самоконтроля, самоанализа, способности планировать свою деятельность и т. п. Особенно важно, когда ребенок самостоятельно планирует свое время при выполнении домашнего задания, преодолевая свое желание погулять и расслабиться после школы.

4. *Стадия оптации* – от лат. *optatio* – желание, выбор (от 11-12 до 14-18 лет). Стадия подготовки к жизни, к труду, сознательного и ответственного планирования и выбора профессионального пути; соответственно человек, находящийся в ситуации профессионального самоопределения, называется оптантом. Парадоксальность этой стадии заключается в том, что в ситуации оптанта вполне может оказаться и взрослый человек, например, безработный; как отмечает сам Е. А. Климов, «оптация – это не столько указание на возраст», сколько на ситуацию выбора профессии.

5. *Стадия адепта*. Профессиональная подготовка, которую проходит большинство выпускников школ.



6. *Стадия адаптанта.* Вхождение в профессию после завершения профессионального обучения, продолжающееся от нескольких месяцев до 2-3 лет.

7. *Стадия интернала.* Вхождение в профессию в качестве полноценного коллеги, способного стабильно работать на нормальном уровне. Это стадия, о которой Е. А. Климов говорит, что работника коллеги воспринимают как «своего среди своих», то есть работник уже вошел в профессиональное сообщество как полноценный член.

8. *Стадия мастера.* О работнике можно сказать: «лучший среди хороших», то есть работник заметно выделяется на общем фоне.

9. *Стадия авторитета.* Работник стал «лучшим среди мастеров». Естественно, не каждый работник может похвастаться этим.

10. *Стадия наставника.* Высший уровень работы любого специалиста. Эта стадия интересна тем, что работник являет собой не просто великолепного специалиста в своей отрасли, но и превращается в Учителя, способного передать лучший свой опыт учениками, воплотить в них часть своей души (лучшую часть души). Таким образом, высший уровень развития любого специалиста – это педагогический уровень. Заметим, что именно педагогика и образование являются стержнем человеческой культуры, поскольку обеспечивают преемственность и сохранение лучшего опыта человечества. Профессионал, ставший Наставником-Учителем, по-своему тоже является культурным существом в лучшем смысле этого слова.

*Концептуальные уровни помощи человеку в профессиональном и личностном самоопределении.* Выделение данных уровней носит условный характер. Часто эти уровни в реальной психологической практике пересекаются. Но их выделение все-таки позволяет профконсультанту лучше осознавать (рефлексировать) свой труд.

*Адаптационно-технологический уровень.* Здесь главное – помощь человеку в том, чтобы оптимально «вписаться» в определенную систему в качестве органичного «члена», «винтика» (в социально-профессиональную группу, коллектив, в производственную систему).



Цель – максимальная эффективность данной системы при включении в нее самоопределяющегося человека. Психические качества клиента при этом учитываются (через тестирование, беседу), но более существенные интересы самого человека обычно игнорируются или же тесно увязываются с интересами данной производственной системы (это еще в лучшем случае).

*Социально-адаптационный уровень.* Здесь главное – помощь человеку в адаптации к данному обществу, что предполагает помощь в построении определенного образа жизни. Сам выбор профессии часто рассматривается как средство для построения определенного образа жизни (важна не профессия, не работа, а что она «даст» данному человеку). Интересы клиента учитываются уже в гораздо большей степени (жизненный успех, материальное благо, престиж). Но остаются этические сомнения (например, «успех» может быть достигнут «любыми» путями, даже «через трупы» других людей...)

*Ценностно-смысловой, нравственный уровень.* Здесь профконсультант пытается затронуть проблемы смысла, совести. На этом уровне помощи сразу же возникают проблемы: не все клиенты хотели бы решать свои проблемы на данном уровне; не все профконсультанты готовы и хотели бы работать на этом уровне.

### ***Возрастные особенности профессионального самоопределения***

Важнейшим процессом, занимающим большую часть жизни человека, является профессиональное становление личности. Начиная с момента зарождения профессиональных интересов и до момента прекращения выполнения профессиональной деятельности, происходит процесс становления, изменения и осмысления профессионального развития.

Знание особенностей профессионального становления личности, развития профессиональных склонностей позволяет специалистам-профконсультантам наиболее эффективно построить профориентаци-

онную работу и, следовательно, решить проблему профессионального самоопределения.

*Дошкольное детство.* Общеизвестно стремление детей в своих играх подражать взрослым, воспроизводить их действия и деятельность. В дошкольном возрасте широкое распространение получают сюжетно-ролевые игры, часть из них имеет профессионально ориентированный характер. Дети играют, присваивая себе роли врачей, продавцов, воспитателей, водителей транспортных средств, поваров и др.

Важное значение для дальнейшего профессионального самоопределения имеют первоначальные трудовые пробы – выполнение несложных действий по уходу за одеждой, растениями, уборке помещений и др. Эти трудовые действия развивают интерес к труду, составляют основу воспитания положительной мотивации к любой деятельности вообще, обогащают знания детей о труде взрослых.

Положительное влияние на дальнейшее профессиональное самоопределение оказывают знания о труде взрослых. Для их формирования оправданно наблюдение за работой взрослых, а затем описание содержания труда.

Результатом профессионально-ролевых игр, выполнения простейших видов труда, наблюдения за трудом взрослых становится «самоопределение» дошкольников на основе различения видов труда и сравнения разных профессий.

*Младший школьный возраст.* Психологической особенностью младших школьников является подражание взрослым. Отсюда и ориентация на профессии значимых для них взрослых: учителей, родителей, родственников, близких знакомых семьи. Наблюдается своего рода профессиональная индукция.

Вторая важная особенность детей этого возраста – мотивация достижений прежде всего в ведущей деятельности – учебе. Осознание ребенком своих способностей и возможностей на базе уже полученного опыта учебной, игровой и трудовой деятельности приводит к формированию представления о желаемой профессии.

Развитие способностей к концу младшего школьного возраста приводит к значительному возрастанию индивидуальных различий между детьми, что влияет на существенное расширение спектра профессиональных предпочтений.

Учебная и трудовая виды деятельности способствуют развитию воображения детей, как воссоздающего, так и продуктивного (творческого). На основе этой способности происходит обогащение представления о содержании различных видов труда, формируется умение понимать условность отдельных событий, воображать себя в сфере определенной профессии. У ребенка появляются профессионально окрашенные фантазии, которые окажут в будущем большое влияние на профессиональное самоопределение личности.

*Подростковый* возраст – это период первичной, амбивалентной оптации. Отрочество – один из самых ответственных периодов становления личности. В этом возрасте закладываются основы нравственного отношения к разным видам труда, происходит формирование системы личностных ценностей, которые определяют избирательность отношения подростков к различным профессиям.

Подражание внешним формам поведения взрослых приводит к тому, что мальчики-подростки ориентируются на романтические профессии «настоящих мужчин», обладающих сильной волей, выдержкой, смелостью, мужеством (летчик-испытатель, космонавт, автогонщик и др.) Девочки начинают ориентироваться на профессии «настоящих женщин», привлекательных и популярных (топ-модель, эстрадная певица, телеведущая и др.) Ориентация на романтические профессии складывается под влиянием средств массовой информации, тиражирующих образцы «настоящих взрослых». Формированию такой романтической профессиональной ориентации способствует также стремление подростков к самовыражению и самоутверждению.

Дифференцированное отношение к разным учебным предметам, занятия в кружках художественного и технического творчества формируют у подростков учебно-профессиональные намерения и про-

фессионально ориентированные мечты. Эти ориентации способствуют появлению новых профессионально ориентированных мотивов учения, инициируют саморазвитие качеств, способностей, присущих представителям желаемых профессий.

Образцы желаемого будущего, профессиональные мечты становятся психологическими вехами, штрихами профессионального самоопределения.

*Ранняя юность.* Важнейшая задача этого возраста – выбор профессии. Это период реалистической оптации. Профессиональные планы подростка весьма расплывчаты, аморфны, имеют характер мечты. Он чаще всего воображает себя в разных эмоционально привлекательных для него профессиональных ролях, но окончательный психологически обоснованный выбор профессии сделать не может. В 14-15 лет крайне сложно выбрать профессию. Профессиональные намерения диффузны, неопределенны. Профессионально ориентированные мечты и романтические устремления реализовать в настоящем невозможно. Неудовлетворенность реально наступившим будущим стимулирует развитие рефлексии - осознания собственного «Я» (кто я? каковы мои способности? каков мой жизненный идеал? кем я хочу стать?) Самоанализ становится психологической основой отсроченного профессионального самоопределения для многих учащихся профессиональной школы. Хотя, казалось бы, именно они, получающие профессиональное образование в профтехучилищах, профлицеях, техникумах и колледжах, профессионально уже определились. Но статистика свидетельствует о том, что выбор учебно-профессионального учреждения психологически не обоснован.

Психологически более комфортно чувствуют себя те девушки и юноши, которые получают среднее (полное) общее образование. К моменту окончания школы девушки и юноши из многих воображаемых, фантастических профессий должны выбрать наиболее реальные и приемлемые варианты. Психологически устремленные в будущее,

они понимают, что благополучие и успех в жизни прежде всего будут зависеть от правильного выбора профессии.

На основе оценки своих способностей и возможностей, престижа профессии и ее содержания, а также социально-экономической ситуации девушки и юноши прежде всего самоопределяются относительно путей получения профессионального образования и резервных вариантов приобщения к профессиональному труду. Таким образом, для старших подростков и для девушек и юношей актуальным является учебно-профессиональное самоопределение – осознанный выбор путей профессионального образования и профессиональной подготовки.

*Юность.* В возрасте 16-23 лет подавляющее большинство девушек и юношей получают профессиональное образование в учебных заведениях или профессиональную подготовку на предприятиях, либо в учреждениях. Общеобразовательная школа с ее романтическими устремлениями и профессионально ориентированными мечтами осталась в прошлом. Желаемое будущее стало настоящим. Однако многие переживают неудовлетворенность и разочарование в сделанном (вынужденно или по желанию) выборе учебно-профессионального поля. Предпринимаются попытки внести коррективы в профессиональный старт.

У большинства же девушек и юношей в ходе профессионального обучения укрепляется уверенность в оправданности сделанного выбора. Идет неосознаваемый процесс кристаллизации профессиональной направленности личности. Постепенное усвоение будущей социально-профессиональной роли способствует конструированию себя как представителя определенного профессионального сообщества.

*Молодость* (до 27 лет). Это возраст социально-профессиональной активности. Позади остались сомнения в правильности сделанного профессионального выбора. Как правило, уже имеется определенный профессиональный опыт и место работы. Актуальным

становится профессиональный рост. Часть сверстников уже добилась определенных профессиональных достижений. Но подавляющее большинство молодых людей, завершивших, казалось бы, строительство своей жизни и профессионально самоопределившихся, начинают испытывать психологический дискомфорт, обусловленный нереализованными возвышенными профессиональными планами и психологическим насыщением профессиональным трудом.

Отсутствие реальных профессиональных достижений, неопределенность перспектив карьеры актуализируют рефлексии своего бытия, порождают самоанализ и самооценку Я-концепции. Наступает период душевной смуты. Ревизия профессиональной жизни инициирует определение новых жизненно значимых целей. Перечислим некоторые из них:

- совершенствование и повышение профессиональной квалификации;
- инициирование повышения в должности и смена работы;
- выбор смежной специальности или новой профессии.

Очевидно одно: для многих молодых людей к 30 годам вновь актуальной становится проблема профессионального самоопределения. Возможны два пути: либо продолжение деятельности в сфере избранной профессии и утверждение себя в ней, достижение профессионализма, либо профессиональная миграция, означающая смену места работы или профессии.

*Зрелость.* Это наиболее продуктивный возраст – период реализации себя как личности, использования своего профессионально-психологического потенциала. Именно в этом возрасте реализуются жизненные и профессиональные планы, оправдывается смысл самого существования человека. Профессия предоставляет уникальную возможность применить свои способности на конкретном трудовом посту, выработать индивидуальный стиль деятельности, реализовать свою потребность быть личностью, индивидуальностью в профессиональном труде. Высокий профессионализм позволяет лично-



сти реализовать и свою склонность к сверхнормативной профессиональной активности, максимально выражающей предельные возможности человека.

Полная погруженность в профессиональную жизнь, удовлетворенность выбранной профессией, осознанная профессиональная позиция, постоянное подтверждение своей профессиональной значимости, нужности и полезности приводят к возникновению особого эмоционального состояния – профессионального оптимизма.

Все эти профессионально обусловленные изменения способствуют профессиональному самоутверждению, конституируют самоопределение личности в профессиональной культуре и означают полную интеграцию в профессиональную среду.

Наряду с этими психологически позитивными изменениями происходят и деструктивные. Часть профессионалов, в большей мере сориентированных на признание своего профессионального потенциала, не удовлетворенных своим профессиональным и должностным статусом, вновь ревизуют свою профессиональную жизнь. «Аудиторство» собственных профессиональных достижений приводит их к мысли о необходимости кардинальной смены работы, должности и даже профессии. Однако груз огромного положительного профессионального опыта и достижений снижает профессиональную мобильность личности, затрудняет возможности профессиональной миграции. Компенсацией сужающегося профессионального пространства становится инициирование получения, «добывания» разного рода профессиональных наград, социально значимых должностей, премий, званий и т. п.

*Пожилый возраст.* Достижение пенсионного возраста приводит к уходу из профессиональной жизни. Однако к 55-60 годам личность не успевает полностью исчерпать свой профессиональный потенциал. Все еще высокий профессионализм, несмотря на имеющуюся профессиональную усталость, порождает сомнение в оправданности выхода на пенсию. Профессионально важные качества, профессиональ-

ные знания и умения, опыт и мастерство – все становится не востребовавшимся. Эти негативные моменты ускоряют социальное старение. Для большинства пенсионеров характерны психологическая растерянность, ощущение «профессиональной беспризорности», дезинтеграция из профессиональной среды, вызывающие тягостные переживания своей ненужности и бесполезности.

### ***Типы профессионального самоопределения***

Профессиональное самоопределение продолжается на протяжении всей трудовой жизни человека. Н. С. Пряжников выделяет основные типы самоопределения: *профессиональное, жизненное и личностное*. На высших уровнях своего проявления эти типы почти взаимопроникают друг в друга. Например, профессионал, который обнаружил в работе главный смысл всей своей жизни, несомненно, реализует себя и как личность. Основными отличиями (отличительными, специфическими признаками) этих типов самоопределения могут быть следующие.

Для *профессионального* самоопределения:

1. Характерна большая формализация (профессионализм отражается в дипломах и сертификатах, трудовой книжке, в результатах труда и т. п.)
2. Требуются благоприятные условия (социальный запрос, соответствующие организации, оборудование и т. п.)

Для *жизненного* самоопределения характерны:

1. Глобальность, всеохватность того образа и стиля жизни, которые специфичны для той социокультурной среды, в которой обитает данный человек.
2. Зависимость от экономических, социальных, экологических и других объективных факторов, определяющих жизнь данной социальной и профессиональной группы.



Для *личностного* самоопределения:

1. Характерна возможность формализации полноценного развития личности (диплом, сертификат, свидетельство и т. д.)

2. Более подходят не «благоприятные» в обывательском представлении условия, а наоборот, сложные обстоятельства и проблемы, которые не только позволяют проявиться лучшим личностным качествам человека, но часто и способствуют развитию таких качеств.

В современном мире, когда основную часть времени взрослые люди проводят на работе, личностное самоопределение в большей степени связано с профессиональным самоопределением. Хотя в перспективе возможны ситуации, когда у человека будет все больше появляться свободного времени от работы, времени для личного развития.

В каждом из основных типов самоопределения можно условно выделить подтипы, отличающиеся по критерию широты диапазона, по самим возможностям самоопределения. Эти подтипы Н. С. Пряжников назвал уровнями возможностей самоопределения.

Он выделяет *5 уровней самореализации* человека (критерии выделения уровней – внутренне принятие человеком данной деятельности и степень творческого к ней отношения):

1. Агрессивное неприятие деятельности по конкретному типу самоопределения, демонстративное игнорирование и даже разрушение имеющихся возможностей.

2. Молчаливое избегание деятельности по конкретному типу самоопределения.

3. Реализация стереотипных способов деятельности.

4. Стремления усовершенствовать отдельные элементы своей деятельности, то есть фактическое начало настоящего творчества, но в рамках традиционных способов жизнедеятельности.

5. Стремление существенно усовершенствовать свою деятельность в целом.

## *Этапы профессионализации*

Проблема профессионального становления личности является отражением более общей проблемы соотношения личности и профессии в целом. Существуют *две основных парадигмы* этого взаимодействия.

*Первая* заключается в отрицании влияния профессии на личность. Сторонники этого подхода исходят из тезиса об изначальной «профессиональности» человека. Это означает, что, выбрав профессию, личность не изменяется на пути ее освоения и осуществления трудовых функций.

*Вторая* парадигма взаимодействия профессии и личности характерна для большинства зарубежных исследователей и является общепринятой в отечественной психологии. Она заключается в признании факта влияния профессии на личность и изменении личности в ходе профессионального развития.

Процесс формирования личности профессионала получил в отечественной психологии название *профессионализации*. Этот процесс начинается с момента выбора профессии и длится в течение всей профессиональной жизни человека.

Выделяют четыре *этапа профессионализации*:

- 1) поиск и выбор профессии;
- 2) освоение профессии;
- 3) социальная и профессиональная адаптация;
- 4) выполнение профессиональной деятельности.

Профессиональное развитие – довольно сложный процесс, человек не только совершенствует свои знания, умения и навыки, развивает профессиональные способности, но может испытывать и отрицательное воздействие этого процесса. Такое воздействие приводит к появлению разного рода деформаций и состояний, снижающих не только профессиональные успехи, но и негативно проявляющихся в

«непрофессиональной» жизни. В этой связи можно говорить о *восходящей (прогрессивной)* и *нисходящей (регрессивной)* стадиях профессионального развития.

*Прогрессивная стадия* профессионального развития личности прежде всего связана с формированием мотивов профессиональной деятельности и структуры профессиональных способностей, знаний, умений и навыков.

Формирование мотивации профессиональной деятельности осуществляется в двух направлениях: в превращении общих мотивов личности в профессиональные и в изменении системы профессиональных мотивов в связи с изменением уровня профессионализации. Наивысшей эффективности в трудовой деятельности человек достигает тогда, когда профессия приобретает для него смысл. Смысл определяется личностной значимостью профессии для человека, пристрастным личностно опосредованным отношением к труду. Для достижения успехов в профессиональной деятельности человек должен уметь «видеть» все новые смыслы профессии.

Как правило, труд положительно влияет на человека и его личностные особенности. Однако профессиональное развитие может носить и нисходящий характер. Отрицательное воздействие профессии на личность может носить частичный или полный характер. Такая стадия профессионального развития личности называется *регрессивной*. При частичном регрессе профессионального развития затрагивается какой-то один его элемент. Полный регресс означает, что негативные процессы затронули отдельные структуры психологической системы деятельности, приводя к их разрушению, что может снизить эффективность выполнения деятельности. Признаком негативного влияния профессии на личность является появление самых разных профессиональных деформаций или специфических состояний, например, психического выгорания.

Под *профессиональной деформацией* понимают всякое изменение, вызванное профессией, наступающее в организме и приобретающее стойкий характер. Деформация распространяется на все стороны физической и психической организации человека, которые изменяются под влиянием профессии. Это влияние носит явно отрицательный характер, что очевидно из примеров, приводимых исследователями (искривление позвоночника и близорукость у конторских служащих, лъстивость швейцаров). Профессиональная деформация может привести к затруднениям в повседневной жизни и снижению эффективности труда.

Другим проявлением отрицательного воздействия профессии на личность является *феномен психического выгорания*, широко известный на Западе и практически не исследованный в отечественной науке. Психическое выгорание – синдром, включающий в себя эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию профессиональных достижений.

В настоящее время существует множество разнообразных подходов к описанию психического выгорания, которые объединяются в три больших категории в зависимости от источника его возникновения.

Первые усматривают традиционную причину выгорания в асимметрии отношений между работниками и клиентами, что подчеркивает важность межличностных взаимоотношений в возникновении выгорания. По мнению вторых, выгорание с наибольшей вероятностью возникает у работников социальной сферы с высоким уровнем притязаний. Когда высоко мотивированные специалисты, отождествляющие себя со своей работой и считающие её высокозначимой и общественно полезной, терпят неудачи в достижении своих целей и чувствуют, что не способны внести весомый вклад, они испытывают выгорание.

В отличие от вышеназванных, организационный подход фокусирует свое внимание на факторах рабочей среды как главных источниках выгорания. К таким факторам относятся большой объем работы (и прежде всего ее рутинного компонента), суженная область контактов с клиентами, отсутствие самостоятельности в работе и некоторые другие.

Среди факторов, вызывающих выгорание, особое место занимают индивидуальные особенности личности и социально-демографические характеристики, с одной стороны, и факторы рабочей среды – с другой. Среди социально-демографических характеристик наиболее тесную связь с выгоранием обнаруживает возраст.

А. К. Маркова выделяет также следующие, более конкретные *этапы освоения профессии*:

1) адаптация человека к профессии;

2) самоактуализация человека в профессии (приспособление человека к профессии – «выработка индивидуальной профессиональной нормы», «планки» самореализации, которую в дальнейшем работник пытается приподнять);

3) гармонизация человека с профессией (близко к уровню «мастерства» – по Е. А. Климову). Человек работает как бы «играючи», легко выполняя задания по освоенным технологиям;

4) преобразование, обогащение человеком своей профессии. Это уровень творчества, когда, например, некоторые мастера начинают даже переживать и волноваться от того, что, освоив какие-то действия, они могут успокоиться и остановиться в своем развитии.

### ***Критерии продуктивности профессионального самоопределения***

Важнейшими критериями осознания и продуктивности профессионального становления личности являются способности:

- находить личностный смысл в профессиональном труде;

- самостоятельно проектировать, творить свою профессиональную жизнь;
- ответственно принимать решения о выборе профессии.

Находить личностный смысл в профессиональном труде поможет самоактуализация человека в профессии (приспособление человека к профессии), а также гармонизация человека с профессией.

Умение самостоятельно проектировать, творить свою профессиональную жизнь предполагает преобразование, обогащение человеком своей профессии. Настоящее творчество предполагает поиск новых, более совершенных способов достижения желаемого результата. В немалой степени это связано с проблемой формирования индивидуального стиля деятельности. Предполагается, что на высоких уровнях освоения профессии специалист выходит за рамки своей формальной деятельности и все больше становится культурным существом. Например, хороший учитель химии – это одновременно и философ, и психолог, и даже политик, понимающий, что достижения химии могут использоваться и как оружие массового поражения.

Умение ответственно принимать решения о выборе профессии. По мнению Е. А. Климова, выбор профессии – это отдельный выбор трудового, жизненного пути, состоящий из некоей цепочки взаимосвязанных шагов по постоянному проектированию и реальному построению своего профессионального пути.

### ***Условия эффективного профессионального самоопределения***

Причины неэффективной профессиональной деятельности многочисленны, однако большая часть из них (80 процентов и более) прямо связана с физиологическими, психическими и социальными особенностями работников.

Поэтому важно с подросткового возраста достаточно точно определиться с своими профессиональными интересами, склонностями, состоянием здоровья, работоспособностью, необходимыми зна-

ниями, умениями, навыками. В выборе оптимального вида занятости с учетом его потребностей и возможностей, социально-экономической ситуации на рынке труда. На ранних этапах профориентации подростка определить степень его профпригодности к конкретному виду деятельности посредством всестороннего изучения его личности, то есть изучения уровня соответствия физических качеств и психофизиологических особенностей человека к профессиональным требованиям всесторонним учетом физических, физиологических, психологических и психофизиологических особенностей и возможностей (ограничений) подростка, желающего «вписаться» в контур системы «человек – деятельность – среда».

Таким образом, важнейшим условием эффективного профессионального самоопределения является *психофизиологический срез в системе профориентации*, который должен носить не случайный, а систематический характер. Сведения о психофизиологических особенностях подростка, полученные в результате профдиагностики, помогут педагогическим коллективам рекомендовать ученику те профессии, которые наиболее подходят его индивидуальности.

Немаловажными условиями эффективного профессионального самоопределения являются *обстоятельства, влияющие на профессиональный выбор старшеклассников*:

– позиция родителей (частые проблемные ситуации: уход от вопросов, чрезмерная опека, несогласие и противодействие, не согласие с этим вариантом, предложение любого другого варианта, передача неадекватной информации о профессии), друзей, учителей;

– учет состояния здоровья, соотнесение его с требованиями профессии, престижность профессии;

– самооценка (у девочек часто завышенная, у мальчиков – заниженная, что мешает сделать самостоятельный выбор);



– знание своих личностных особенностей, возможностей и способностей;

– информированность об интересующих его профессиональных деятельности для дальнейшего выбора той профессии, которая соответствует его способностям.

Назовем еще несколько важных условий эффективности профессионального самоопределения. Для правильного профессионального выбора оптант должен *обладать способностями*: анализировать, сравнивать; генерировать идеи, выдвигать гипотезы, переносить в новые ситуации знания и умения, независимость суждений и критичность мышления; высокая самоорганизация, самоконтроль.

Еще одним условием успешного профессионального самоопределения учащегося является создание *системы профориентационной работы педагогом*, включающей организацию деятельности с учащимися (формирование у них активности в самопознании и самореализации), сотрудничество с учреждениями (центром профориентации, центром занятости молодежи, учреждениями, ответственными за создание производственной сферы), сотрудничество с органами научного, методического и кадрового обеспечения практических работников, с властными органами на всех уровнях управления обществом (образование).

## **Раздел 4. Методы и формы профориентационной работы**

### ***Основные группы профориентационных методов***

Н. С. Пряжников выделяет следующие *группы методов* в соответствии с основными задачами профориентации: информационно-справочные, диагностические и направленные на самопознание субъекта профессионального самоопределения, методы морально-эмоциональной поддержки клиента и методы принятия решения и построения перспектив профессионального развития клиента.



*Информационно-справочные, просветительские методы:*

- профессиограммы – краткие описания профессий;
- справочная литература (при условии достоверности информации);
  - информационно-поисковые системы – карточные, бланковые, в виде картотек компьютеризированные; наиболее перспективны, конечно же, электронные, но для их эффективной работы нужны не только подготовленные программисты, но и реальные контакты профконсультационных центров с заинтересованными организациями и учреждениями;
  - профессиональная реклама и агитация (при условии достоверности, оперативности и привлекательности для тех, кому такая реклама предназначена);
  - экскурсии школьников на предприятия и в учебные заведения (при условии заблаговременного подбора и подготовки квалифицированных ведущих и экскурсоводов);
  - встречи школьников со специалистами по различным профессиям (при условии специального отбора и психолого-педагогической подготовки таких специалистов по профессии);
    - лекции о путях решения проблем самоопределения;
    - профориентационные уроки со школьниками как система занятий (а не как отдельные «мероприятия»);
    - учебные фильмы и видеофильмы;
    - использование средств массовой информации при обязательном учете их специфики (динамичного изложения существа вопроса и умения произвести впечатление на аудиторию, неизбежность сокращения объема профессиографической информации);
    - различные «ярмарки профессий» и их модификации; на этих «ярмарках» безработные и незанятые люди встречаются с представителями различных фирм и учреждений и нередко делают важные выборы (иногда до 40% решают на «ярмарках профессий» свои проблемы).

*Методы профессиональной психодиагностики:*

- беседы-интервью закрытого типа (по строго обозначенным вопросам);
- открытые беседы-интервью (с возможностью некоторого отвлечения от заранее заготовленных вопросов);
- опросники профессиональной мотивации;
- опросники профессиональных способностей;
- «личностные» опросники (требуется понимание смысла и ограничений применения такого типа опросников в профконсультации (по-настоящему личность нельзя «просчитать»));
- проективные личностные тесты (требуется особая подготовка профконсультанта для их использования);
- методы наблюдения – это один из основных научно-практических методов работы психолога;
- сбор косвенной информации о человеке от знакомых, родителей, педагогов и других специалистов (при условии тактичности и этической корректности такого опроса);
- психофизиологические обследования (в широкой практике они имеют смысл для профессий, связанных с особыми условиями труда);
- «профессиональные пробы» в специально организованном учебном процессе по типу «F-теста» японского профессора Фукуямы, они обычно требуют очень больших материальных затрат (создание мастерских, обеспечение «заинтересованности» фирм и организаций и т. п.);
- использование различных игровых и тренинговых ситуаций, где моделируются различные аспекты профессиональной деятельности (например, особенности общения или нравственного выбора), это позволяет строить прогнозы относительно будущего профессионального поведения участников этих процедур;

- исследование и наблюдение за человеком непосредственно в трудовой деятельности (например, в случаях, когда человека берут на работу с испытательным сроком);

- использование для исследования работника различных тренажеров, где не только отрабатываются трудовые навыки, но изучается и прогнозируется сама готовность осваивать новые профессиональные действия.

*Методы морально-эмоциональной поддержки:*

- тренинги общения (иногда позволяют освоить некоторые коммуникативные навыки поведения при приеме на работу, на экзаменах и при различных деловых контактах);

- сложные методы индивидуальной и групповой психотерапии (гештальтгруппы, логотерапия и другое), иногда они помогают клиенту лучше осознать смысл выбираемой деятельности или смысл самого процесса самостоятельного решения проблем, связанных с самоопределением; эти методы требуют особой подготовки профконсультанта;

- профориентационные и профконсультационные активизирующие методы (игры) с элементами психотренинга;

- различные положительные (успешные) примеры самоопределения, на которые может ссылаться профконсультант для повышения уверенности учащегося в принципиальной возможности разрешения своих проблем;

- «праздники труда», повышающие престиж конкретных профессий.

*Методы оказания помощи в конкретном выборе и принятии решения:*

- построение «цепочки» основных действий, обеспечивающих реализацию намеченных целей, позволяющих наглядно (на бумаге) представить консультируемому возможные жизненные перспективы;

- построение системы различных вариантов действий клиента в виде своеобразных «деревьев» целей, позволяющих выделить наиболее оптимальные варианты профессиональных перспектив;
- использование различных схем альтернативного выбора из уже имеющихся вариантов выбора профессии, учебного заведения или специальности в конкретном заведении (обычно используются на заключительных этапах консультации).

### ***Принципы организации профконсультации и профотбора***

*Профессиональная консультация* направлена на оказание психологической помощи людям в профессиональном самоопределении, планировании профессиональной карьеры, а также преодолении трудностей профессиональной жизни. Профессиональная консультация проводится с учетом физических и психологических индивидуальных особенностей клиента, его общих и профессиональных интересов, склонностей и способностей, общего и специального образования и подготовки. При проведении консультации учитывают также потребности рынка труда, возможности трудоустройства, профессионального роста, условия труда и т. п. Психологический смысл консультации состоит в том, чтобы помочь человеку самому решить возникшие проблемы.

Выделяют три основные *функции профконсультации*: информационную, диагностическую, прогнозную.

*Информационная функция* профконсультации предполагает сообщение школьнику информации о конкретных специальностях и профессиях рекомендуемого типа деятельности, а также сведений справочного характера о рекомендуемых профессиональных учебных заведениях. В этом аспекте профконсультация тесно смыкается с профессиональной информацией.

*Диагностическая функция* предполагает определение уровня развития основных физиологических и психологических особенно-

стей учащихся. В связи с этим можно выделить две основные формы: медицинскую и психологическую.

*Медицинская консультация* всегда должна предшествовать психологической. Медицинская профконсультация предполагает прежде всего освидетельствование всех систем организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной, костно-мышечной и так далее), а также уровня функционирования анализаторов.

Профконсультация строится на основе следующих *принципов*:

1. *Принцип активности субъекта профессиональной деятельности*. Это положение указывает на активность субъекта, реализующуюся при выполнении им хотя бы двух следующих требований: во-первых, консультируемый должен испытывать потребность в получении помощи и информации от психолога-профконсультанта; во-вторых, он должен самостоятельно принимать решение о способах преодоления проблем профессионального становления, консультант же только помогает ему осознать свои интересы и способности и выработать сценарий профессионального развития.

2. *Принцип комплексного подхода к субъекту профессионального становления*. Согласно этому принципу должны исследоваться различные по сложности психические свойства и их взаимосвязи. Психодиагностическое обследование проводится на трех уровнях: личностно-мотивационном – уровне исследования мотивов, склонностей и интересов, а также некоторых личностных свойств (экстраверсии-интроверсии, эмоциональных особенностей, коммуникативных способностей); уровне познавательных способностей, то есть исследования меры выраженности различных свойств видов внимания, памяти, мышления, воображения, представления и другое; уровне нейро- и психодинамических свойств, то есть изучения свойств нервной системы и особенностей темперамента.

3. *Принцип добровольности участия* в консультировании. Недопустимо любое принуждение к тестированию и анкетированию в целях выяснения интересов и профессиональных намерений без согла-

сия человека. Такое обследование, особенно если оно проводится большим количеством людей, может привести к получению заведомо ложных результатов, так как в условиях принудительного обследования данные подобной диагностики значительно различаются с данными, полученными при добровольном обследовании.

4. *Принцип индивидуального подхода.* Следует подходить к каждой личности индивидуально и в процессе диагностики и консультирования исходить из ее интересов и склонностей. Другими словами, в первую очередь проводится диагностика тех познавательных способностей и свойств личности, которые необходимы для профессии, интересующей эту личность. Только в случае значительного несоответствия способностей личности и требований профессии возможен поиск другого варианта на основе диагностики основных познавательных способностей (мнемонических, мыслительных и др.) Психолог при этом должен исходить из интересов консультируемого, не навязывая ему своих суждений и оценок, а содействуя осознанию им собственных интересов и способностей, адекватному выбору профессии.

5. *Принцип персональной ответственности.* В соответствии с ним психолог несет персональную ответственность за правильность постановки психологического диагноза, адекватность используемых диагностических методов и коррекционных мероприятий.

Таким образом, профессиональное консультирование направлено на решение проблем, связанных с профессиональным самоопределением, выбором профессии и места работы, путей самореализации личности в профессиональном труде, с профессиональной адаптацией и профессионализацией, прогнозированием карьеры, преодолением трудностей, кризисов и конфликтов, а также с профессиональной реабилитацией работников, частично утративших трудоспособность.

Проблема *профессионального отбора* специалистов, сформировавшаяся на стыке физиологии, психологии, психофизиологии, социологии, педагогики, медицины, математической статистики относится к ряду крупных научно-практических проблем, связанных со всесторонним учетом физических, физиологических, психологиче-



ских и психофизиологических особенностей и возможностей (ограничений) подростка, желающего «вписаться» в контур системы «человек – деятельность – среда». Теория профотбора базируется прежде всего на теоретических основах выше перечисленных и других научных дисциплинах.

Условно различают следующие *виды* профессионального отбора: *медицинский, социально-психологический, образовательный и психофизиологический*. Среди них психофизиологический отбор занимает особое место. Это связано с тем, что психофизиологические исследования позволяют достаточно быстро и объективно измерять большое число психофизиологических свойств, выявлять глубокую и тонкую структуру индивидуальных особенностей личности, детерминированных физиологическими системами организма, прежде всего центральной нервной системой. Ценно то, что психофизиологические характеристики человека могут количественно выражать профессионально важные качества и для многих профессий обладают достаточно высокой прогностичностью.

Разработанная система профессионального психофизиологического отбора руководствуется определенными *принципами*, среди которых важнейшими считаются принцип научной обоснованности, комплексности, динамичности, активности, практичности и принцип группировки специальностей.

*Основными задачами* профессионального психофизиологического отбора (Бодров В. А.) являются:

1) прогнозирование пригодности к трудовой деятельности для повышения ее надежности и эффективности, особенно в экстремальных условиях;

2) прогнозирование пригодности к обучению для повышения качества и скорости подготовки;

3) снижение текучести кадров и производственного травматизма;

4) повышение производительности труда и профессионального долголетия и здоровья.



### ***Активные профориентационные методы***

Активизирующая методика профориентации во многом близка к игровой методике, но имеет и свои особенности.

*Главные характеристики активизирующей профконсультационной методики:*

1. Интересность, увлекательность процедуры методики.
2. Личная значимость обсуждаемых в методике вопросов.
3. Добровольность участия в процедуре данной методики.
4. Двухплановость действия, предполагающая, с одной стороны, реальные эмоции, разговоры, действия, а с другой стороны, план вымышленных действий. Например, профконсультант и консультируемый в воображении могут перемещаться в иные времена, в самые разнообразные ситуации самоопределения и т. п.

5. Организация совместного рассмотрения профориентационных проблем, что, в свою очередь, предполагает:

- выделение общей цели работы (иначе взаимодействия не получится);
- использование общего средства для решения выделенных проблем и целей;
- помощь учащемуся в построении своего собственного (индивидуального) средства для решения многообразных профориентационных проблем.

Таким образом, *активизирующая методика* – это не просто «интересная» для человека методика, но прежде всего *методика, вооружающая его средствами для самостоятельных действий.*

В самом общем виде можно выделить *традиционно используемые формы и методы активизации:*

- индивидуальные беседы-консультации (с применением активизирующих вопросов, совместных технологий по анализу ситуаций самоопределения и тому подобное);
- тренинговые процедуры;
- профориентационные игры и упражнения;

- специально организованные дискуссии;
- использование элементов дискуссий-экспромтов в рамках лекций и семинаров (для большей эффективности обычно такие «экспромты» также специально готовятся);
- активизирующие опросники (со специальными вопросами, провоцирующими размышления о сложных ценностно-смысловых аспектах самоопределения);
- совместное с ребенком (или с классом) рассмотрение задач-ситуаций профессионального и личностного самоопределения;
- собственные примеры консультанта или преподавателя (часто такие примеры могут оказаться довольно интересными и убедительными для клиентов) и др.

### ***Планирование и организация профориентационной работы в школе***

Каждый педагог должен уметь планировать свою работу.

Для этого необходимо:

1. Понять цель данной работы – определить цель-максимум и цель-минимум в работе с данным классом, с данной группой или в данной школе.
2. Выделить перечень основных проблем и приоритетных направлений работы (с учетом специфики данной группы).
3. Расписать все занятия по дням и часам.
4. Разбросать все темы (проблемы) по этим дням (по принципу: от общеориентирующих проблем – к более конкретным).
5. Составить перечень практических методик, иллюстрирующих теоретические вопросы (желательно, чтобы по времени они занимали даже большую часть, чем «теория», это важно для работы со школьниками).
6. Разбросать практические занятия по дням, соотнеся их с теоретическими проблемами (важен принцип «чередования»: немного теории – практика, немного теории – практика).

7. Подобрать разные методики – тесты, опросники, анкеты, игры, игровые упражнения, разбор ситуаций, дискуссионные формы работы и тому подобное (использовать принцип «разнообразия»).

8. Подобрать несколько теоретических вопросов и практических методик на случай, когда какие-то темы и методики в данном классе не пойдут или останется свободное время.

9. Составить небольшие конспекты занятий для всего курса.

Н. С. Пряжников представляет основные организационные *принципы планирования* профориентационной работы в виде следующей таблицы:

Таблица 1

<b>Крайности</b>	<b>«Золотая середина»</b>	<b>Крайности</b>
Узкая специализация	Многообразие форм и методов работы	Хаос, бессистемность
Морализаторство	Нравственность как стержень всей работы	Безнравственность
Идеализация предшествующего опыта	Преемственность в работе, сохранение лучших традиций	Отрицание предшествующего опыта
Внутренняя пассивность	Самоактивизация, способность искать резервы в работе	«Самосгорание» на работе, стремление братья за все проблемы
Самоизоляция	Профессиональное содружество	Растворение в среде других профессионалов
Эмоциональные трудности (страх чего-то не сделать)	Выделение приоритетов в работе	Логические трудности: непоследовательность, неумение ориентироваться в ситуации
Пессимизм, отчаяние	Действенный оптимизм (вера в успех и в свои возможности)	Эйфория, излишняя самоуверенность
Акцентирование внимания на единичных принципах без взаимосвязи с другими принципами	Взаимосвязь принципов, их взаимодополняемость	Утеря специфики принципов

Кроме того, следует постараться подобрать некоторые методики так, чтобы учащиеся могли обсудить результаты со своими родителями. Рекомендуется использовать со школьниками активизирующие формы работы (игры, дискуссии, обсуждение ситуаций). Игровые методы вполне могут занимать в работе со старшеклассниками около 25-30% общего времени занятий. Обсуждаемые вопросы должны быть понятными и значимыми для подростков.

Интересную программу профориентационной работы предлагает Л. М. Митина. Она представляет собой тренинг-семинар, включающий: 1) краткий курс «В поисках своего призвания»; 2) практический курс «В поисках своего призвания»; 3) тренинг профессионального самоопределения. Ниже представлены названия тем по всем этим блокам.

*Краткий курс «В поисках своего призвания»:* 1. Профессиональное самоопределение – одна из главных возрастных задач подростков. 2. Самоанализ профессиональных предпочтений учащихся. 3. Способности и темперамент как наиболее значимые индивидуальные характеристики в процессе профессионального самоопределения. 4. Стратегии успеха и препятствия, мешающие реализовать профессиональные замыслы человека. 5. Учебно-профессиональное пространство города.

*Практический курс «В поисках своего призвания»:*

1. Давайте познакомимся! 2. Образ «Я», или «Что я думаю о себе». 3. Дороги, которые мы выбираем. 4. В мир профессий – по компасу. 5. Палитра ваших способностей. 6. Тест Айзенка. 7. «Формула» темперамента. 8. Мир профессий, и твое место в нем. Обзорная психологическая классификация профессий по Е. А. Климову. 9. Стратегия профессионального выбора (включая ошибки, сопутствующие выбору профессии). 10. Твои перспективы (самоанализ готовности к профессиональному старту).

*Тренинг профессионального самоопределения:*

1. Помечтаем о будущей карьере.
2. Тайны собственного «я».
3. Мое видение будущей профессии.
4. Профессия на «языке тела», или ни слова о профессиях.
5. Ваши мнения о профессиях.
6. У меня все получится.
7. Нет проблем!
8. Поговорим о жизненных ценностях.
9. На пути к цели.
10. Пожелайте мне доброго пути!

Следует помнить, что хорошая профориентационная программа в большей степени должна быть проблемной, когда в дискуссионной форме обсуждаются проблемы не только «трудоустройства» в этом мире, но и улучшения этого мира через основное дело своей жизни, то есть через свою профессию.

## **Раздел 5. Профессиография**

***Понятия: профессиограмма и психограмма. Типы профессиограмм***

В самом общем виде *профессиограмма* – это *описательно-технологическая характеристика различных видов профессиональной деятельности, сделанная по определенной схеме и для решения определенных задач.*

Важным понятием в психологии труда является *психограмма*, понимаемая как выделение и описание качеств человека, необходимых для успешного выполнения данной трудовой деятельности. Данные качества называются *профессионально важными качествами – ПВК.*

В современной профессиографии существует еще одно важное понятие – *системная профессиограмма* (по Е. М. Ивановой), под которой понимается сама технология психологического изучения субъекта труда, в ней как бы соединяются собственно профессиограмма и психограмма (на основе описательно-технологических характеристик профессии по определенной схеме как раз и выделяются профессионально важные качества для данной профессии).

Во второй половине 1920-х гг. советские психотехники интенсивно разрабатывали принципы и методы анализа профессиональной деятельности. Обобщение этих исследований привело к оформлению специального подхода в психотехнике – *профессиографии*. Суть данного подхода отражена в самом названии («описание профессий»). В целом понятие «профессиография» включает процесс изучения, психологическую характеристику и проектирование профессии. Результаты профессиографирования оформляются в профессиограмме.

Разработка профессиограмм ведется на основе следующих *принципов*:

- комплексного подхода в изучении профессиональной деятельности;
- целенаправленного составления профессиограммы, подчиненного достижению конкретной практической цели;
- типизации и дифференциации профессиографических характеристик, отражающих типовые и специфические признаки профессии;
- реального отражения состояния профессии в конкретных социально-экономических условиях;
- учета перспектив профессионального роста и карьеры;
- надежности, предполагающей описание профессий в экстремальных и нестандартных условиях;
- научности (профессиограмма должна разрабатываться на основе системного, личностного и деятельностного подходов).

Дифференцированное профессиографирование проанализировано Е. М. Ивановой. Ею предложено четыре *типа профессиографирования*: информационное, диагностическое, прогностическое и методическое.

*Информационное* профессиографирование предназначено для профконсультационной работы с оптантами – людьми, стоящими перед необходимостью выбора профессии. Ими могут быть школьники, выпускники профессиональных учебных заведений, безработные и работники, намеревающиеся сменить профессию. При составлении

профессиограмм следует учесть, что главное их назначение – первичное информирование оптантов о профессии, ее распространенности, уровне образования, квалификации, перспективах роста, психофизиологических и психологических требованиях к человеку.

*Диагностическое* профессиографирование проводится в случаях выяснения причин низкой производительности труда, неудовлетворительного качества продукции, аварийности, травматизма, текучести кадров и др. Этот тип профессиографирования является поисковым, главное – установление причин, обуславливающих наличие названных фактов. Для установления диагноза изучают факторы производственной среды, которые оказывают постоянное воздействие на человека в процессе деятельности.

*Прогностическое* профессиографирование применяется в целях выдачи обоснованных рекомендаций по совершенствованию профессиональной деятельности, либо проектирования профессионального роста и карьеры работников.

*Методическое* профессиографирование позволяет психологу подобрать или разработать адекватные методы исследования профессионально значимых качеств и состояний субъекта труда для изучения динамики их изменения и характера функционирования.

Элементы профессиограммы имеют блочно-модульную структуру, что обеспечивает реализацию принципов гибкости, вариативности, технологичности и многоаспектности ее использования. Блочно-модульная структура позволяет наполнять профессиограмму необходимыми модулями профессиональной и социальной компетентности в зависимости от статуса образовательного учреждения, целей и задач профессионального образования, требуемого уровня квалификации.

А. К. Маркова анализирует и выделяет следующие основные виды профессиограмм по их содержанию и структуре:

1. *Комплексная профессиограмма* (по К. К. Платонову, Ю. В. Котеловой и другим), где учитывается широкий круг характе-



ристик (социальных, технических, экономических, медико-гигиенических и других), а также указываются предмет, цели, способ, критерии оценки результатов и т. п.

2. *Аналитическая профессиограмма* (по Е. М. Ивановой), где раскрываются не отдельные характеристики компонентов профессии, а обобщенные нормативные показатели профессии и показатели психологической структуры профессиональной деятельности. При этом специально анализируются: объективные характеристики труда и психологическая характеристика труда, что в итоге и позволяет выделять ПВК, соответствующие данным задачам.

3. *Психологически ориентированная профессиограмма* (по Е. И. Гарберу), где выделяются: 1) описание внешней картины труда, трудовое поведение – фотография рабочего дня, хронометраж рабочего времени при выполнении конкретных заданий, временная динамика производственной активности, типичные ошибки и другое; 2) внутренняя картина труда – типичные реакции личности на определенные профессиональные ситуации, интегральные образования личности работника (способности, структуры научения, опыт), психические состояния (интеллектуальные и эмоциональные процессы, эмоции, воля, внимание, память, психомоторика).

### ***Классификация профессий***

В отечественной психологии наибольшую известность получила психологическая классификация профессий, разработанная Е. А. Климовым.

В соответствии с объектом труда выделяются *пять типов профессий*:

1. Человек – живая природа (П). Представители этого типа имеют дело с растительными и животными организмами, микроорганизмами и условиями их существования. Примеры: мастер-плодоовощевод, агроном, зоотехник, ветеринар, микробиолог.

2. Человек – техника (и неживая природа) (Т). Работники имеют дело с неживыми, техническими объектами труда. Примеры: слесарь-сборщик, техник-механик, инженер-механик, электрослесарь, инженер-электрик, техник-технолог общественного питания.

3. Человек – человек (Ч). Предметом интереса, распознавания, обслуживания, преобразования здесь являются социальные системы, сообщества, группы населения, люди разного возраста. Примеры: продавец продовольственных товаров, парикмахер, инженер-организатор производства, врач, учитель.

4. Человек – знаковая система (З). Естественные и искусственные языки, условные знаки, символы, цифры, формулы – вот предметные миры, которые занимают представителей профессий этого типа. Примеры: оператор фотонаборного автомата, программист, чертежник-картограф, математик, редактор издательства, языковед,

5. Человек – художественный образ (Х), явления, факты художественного отображения действительности – вот что занимает представителей этого типа профессий. Примеры: художник-декоратор, художник-реставратор, настройщик музыкальных инструментов, концертный исполнитель, артист балета, актер драматического театра.

Эти пять типов профессий разделяют по признаку целей на *три класса*:

1. *Гностические профессии (Г)* (от древнегреч. «гнозис» – знание). Примеры в типе «человек – природа»: контролер-приемщик фруктов, дегустатор чая; в типе «человек – техника»: контролер готовой продукции в машиностроении, мастер-диагност сельскохозяйственной техники; в типе «человек – человек»: судебно-медицинский эксперт, врачебно-трудовой эксперт, социолог; в типе «человек – знаковая система»: корректор типографии, контролер полуфабрикатов и готовой продукции в полиграфии, бухгалтер-ревизор; в типе «человек – художественный образ»: искусствовед, музыковед, театровед.

2. *Преобразующие профессии (П)*. Примеры в типе «человек – природа»: мастер-плодоовощевод, мастер-животновод, аппаратчик по

выращиванию дрожжей, агроном по защите растений, зооинженер; в типе «человек – техника»: слесарь-ремонтник, токарь, оператор прокатного стана; в типе «человек – человек»: учитель, педагог-тренер, мастер производственного обучения, инженер-педагог, экскурсовод; в типе «человек – знаковая система»: чертежник-картограф, бухгалтер; в типе «человек – художественный образ»: цветовод-декоратор, живописец по фарфору, лепщик архитектурных деталей.

3. *Изыскательские профессии* (И). Примеры в типе «человек – природа»: летчик-наблюдатель рыбного хозяйства, летчик-наблюдатель лесного хозяйства, биолог-исследователь; в типе «человек – техника»: раскройщик верха обуви, раскладчик лекал, инженер-конструктор; в типе «человек – человек»: воспитатель, организатор производства, организатор торговли; в типе «человек – знаковая система»: программист, математик; в типе «человек – художественный образ»: художник по проектированию интерьера, композитор.

По признаку *основных средств труда* в рамках каждого класса могут (но не всегда) выделяться четыре отдела:

1. Профессии ручного труда (Р). Примеры в классе гностических профессий: лаборант химико-бактериологического анализа, контролер слесарных и станочных работ, фельдшер-лаборант; в классе преобразующих профессий; ветеринарный фельдшер, слесарь, картограф, художник-живописец. В классе изыскательских профессий ручные средства могут быть, по-видимому, только вспомогательными, как, например, карандаш и бумага в руках конструктора.

2. Профессии машинно-ручного труда (М). Машины с ручным управлением создаются для обработки, преобразования, перемещения предметов труда, поэтому типичными профессиями для этого подразделения классификации являются машинист экскаватора, токарь, водитель автомобиля.

3. Профессии, связанные с применением автоматизированных и автоматических систем (А): оператор инкубационных цехов, оператор станков с программным управлением, оператор магнитной записи.

4. Профессии, связанные с преобладанием функциональных средств труда ( $\Phi$ ). Здесь имеются в виду психологические средства труда – разного рода мысленные эталоны (например, у акробата – мысленный образец последовательности действий, у дирижера – образные эталоны и т. д.)

По *условиям труда* Е. А. Климов делит профессии на четыре группы:

1. Работа в условиях микроклимата, близких к бытовым, «комнатным» (б): лаборант, бухгалтер, оператор ЭВМ.

2. Работа, связанная с пребыванием на открытом воздухе в любую погоду (о): агроном, монтажник стальных и железобетонных конструкций, инспектор Госавтоинспекции.

3. Работа в необычных условиях на высоте, под водой, под землей, при повышенных и пониженных температурах и тому подобное (н): антенщик-мачтовик, водолаз, машинист горного комбайна, пожарный.

4. Работа в условиях повышенной моральной ответственности за жизнь, здоровье людей (взрослых или детей), большие материальные ценности (м): воспитатель детского сада, учитель, следователь.

Каждой группе профессий присущи свои профессионально важные качества, которые определяют успешность выполнения деятельности и профессиональную пригодность специалиста.

### ***Психофизиологические основы способностей и выбор профессии***

*Психофизиологические особенности человека* – это особенности его психики, развития, строения организма, состояния здоровья.

Природа индивидуальных особенностей человека двойка. Такие индивидуальные особенности как, *интересы, склонности*, характеризуются непостоянством, колебаниями, изменчивостью.

Другой тип индивидуальных особенностей довольно устойчив. К таким особенностям относятся черты, связанные с индивидуальными проявлениями *основных свойств нервной системы*.

Учение И. П. Павлова о влиянии центральной нервной системы на динамические особенности поведения выделяет три основных свойства нервной системы: *силу, уравновешенность, подвижность возбуждательного и тормозного процессов* и два типа нервных процессов: *сильный и слабый*.

Среди природных индивидуально-типологических свойств наиболее изучены в настоящее время *сила-слабость* (то есть степень выносливости, работоспособности нервной системы, ее устойчивость к различного рода помехам) и *подвижность-инертность* (то есть скорость смены и скорость протекания процессов возбуждения и торможения).

*Свойства и тип нервной системы* считают профессионально важными характеристиками. Сильную нервную систему характеризует высокая работоспособность. Другими словами, нервные клетки длительное время могут воспринимать и передавать нервные импульсы, не переходя в тормозное состояние, «не уставая». Для слабой нервной системы характерна низкая работоспособность нервных клеток, они быстрее истощаются. Эти свойства нервной системы имеют соответствующие проявления в деятельности, поведении человека.

*Человек со слабой нервной системой* – чаще всего спокойный, тихий, осторожный, послушный. Он не может долго участвовать в шумных, подвижных делах, что связано с его небольшим запасом сил, повышенной утомляемостью. Часто склонен к аккуратности, отличается повышенной впечатлительностью. Такие люди отличаются особой уязвимостью, болезненно реагируют на критику, недовольство окружающих.

*Человек с сильной нервной системой* – чаще всего бодрый, уверенный в себе, не испытывающий напряжения в учении, поражающий легкостью, с которой он осваивает значительный по объему материал. Он полон энергии, неутомим, постоянно готов к деятельности. Он почти не бывает усталым, вялым, расслабленным. Включаясь в работу, он почти не испытывает трудностей; ему нипочем дополнительные нагрузки, переход к незнакомой новой деятельности. Еще одним преимуществом сильной нервной системы является способ-

ность адекватно реагировать на сверхсильные раздражители, даже имеющие устрашающий характер.

Установлена обратная зависимость между силой нервной системы и ее *чувствительностью*. Сейчас факт высокой чувствительности и реактивности слабых не вызывает никакого сомнения. Слабые имеют преимущество перед сильными в однообразной монотонной работе. Сильные лучше справляются с физической работой динамического характера.

Надо сказать, что лица со слабой нервной системой имеют и определенные *преимущества*. Так, многие «слабые» обладают гораздо более высокой чувствительностью по сравнению с «сильными», ориентированы на высокую точность, тщательность выполнения деятельности, на более строгий контроль за качеством выполнения, гораздо лучше, продуктивнее и с меньшими затратами справляются с однообразной монотонной работой. Им могут быть рекомендованы работы, требующие высокой точности, тщательности, четкого соблюдения заданного алгоритма (ювелир, огранщик, зубной техник, сборщик микросхем, программист). Тем не менее в подавляющем большинстве профессий учет природных особенностей необходим не для отбора, а для нахождения наиболее подходящего рабочего поста или выработки оптимального индивидуального стиля деятельности, который позволяет максимально эксплуатировать природные данные и компенсировать недостатки.

Высокие скоростные показатели выполнения разных видов деятельности обеспечиваются такой особенностью нервной системы, как *подвижность и лабильность* (высокий темп, быстрая переключаемость с одного вида работы на другой, скорость, хорошее распределение внимания между разными видами деятельности). Противоположными качествами обладают люди с инертными нервными процессами.

Круг профессий, которые требуют очень высоких скоростей выполнения работы (например, музыкант, жонглер цирка), достаточно узок. *В большинстве профессий добиться успеха можно людям с разными показателями скорости протекания психических процессов.*



Еще одним свойством нервной системы является *уравновешенность*, которая зависит от степени соответствия силы возбуждения силе торможения, от их баланса. Чрезмерная возбудимость при слабых процессах торможения нежелательна в тех профессиях, где часто нервное напряжение. Такой человек предрасположен к самым неожиданным срывам, поэтому ему нужна более спокойная работа. И, наоборот, чрезмерная тормозимость плоха там, где нужны быстрый темп, частые перестройки и т. д.

У детей уже рано проявляются врожденные особенности строения и деятельности нервной системы, какими являются такие свойства нервных процессов, как возбуждение и торможение, а именно: их сила, подвижность и уравновешенность. На этих качествах основывается *темперамент*.

Российские психологи считают, что особенности темперамента нельзя рассматривать оторвано от профессии. Не каждый тип темперамента годен для любой работы. В. Мерлин утверждает, что имеются профессии, для которых не подходят люди с определенными качествами темперамента. Так, например, для профессии оператора пульта управления электростанции противопоказана слабость нервных процессов, свойственная меланхолику.

В зависимости от особенностей нервных процессов чаще всего наблюдаются те четыре типа, которые известны из классического учения о темпераментах (*сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик*).

Из всего выше отмеченного можно сделать вывод о том, что сведения о психофизиологических особенностях подростка, полученные в результате профдиагностики, помогут педагогическим коллективам рекомендовать ученику те профессии, которые наиболее подходят его индивидуальным свойствам нервной системы.



## **ЧАСТЬ 2. ПРАКТИКУМ**

### **Методика сбора и систематизации сведений об учащемся, его интересах, склонностях**

*Цель работы* – привить студентам навыки работы с документами информационного раздела программы первичной профконсультации.

#### *Методические указания для предварительной подготовки*

Первичная профконсультация – это форма профконсультации, которая проводится с группой учащихся в 3-7 человек и в процессе которой происходит обучение их правилам выбора профессии, дается информация о мире профессий, интересах и склонностях и результатом которой является формирование профплана, повышение степени осознанности и ответственности субъекта в вопросе выбора профессии. На основании результатов первичной профконсультации выявляются также и учащиеся, нуждающиеся в индивидуальной профконсультации.

Программа первичной профконсультации строится таким образом, чтобы выяснить основные мотивы выбора профессии, степень сформированности профплана, определить профессиональную направленность, познавательные интересы личности, коммуникативные и организаторские качества. Оценка способностей на этапе первичной профконсультации проводится на основании анализа данных об успешности учебной и внеучебной деятельности, оценки классного руководителя и всего комплекса показателей, полученных в результате наблюдений за школьником в процессе его обучения.

### **Основные разделы программы первичной профконсультации**

#### *I. Информационный раздел*

Предварительная беседа с учащимся с целью:

а) выяснения причин обращения к профконсультанту;

- б) выяснения состояния здоровья (со слов учащегося);
- в) выявления сформированности профплана;
- г) заполнения программы-протокола диагностической беседы «Анкета оптанта».

### *II. Диагностический раздел*

#### 1. Заполнение опросников:

- а) «ДДО» – дифференциально-диагностический опросник;
- б) «Карта интересов»;
- в) «КОС» – коммуникативные и организаторские склонности.

Примечание: при проведении первичной профконсультации можно кроме перечисленных использовать опросники «ОПГ» – опросник профессиональной готовности, «МОПС» – многофакторный определитель профессиональных склонностей, «ОПГШ» – опросник профессиональной готовности школьника (сокращенная методика).

#### 2. Обработка, интерпретация и анализ полученных результатов.

### *III. Заключительный раздел*

1. Работа учащегося с картотеками профессий, профессиографическими описаниями, справочниками и другой литературой по профориентационной тематике.

2. Заключительная беседа по результатам первичной профконсультации. Рекомендации по выбору профессии. Решение вопроса о необходимости дальнейшей индивидуальной профконсультации.

### *Порядок выполнения работы*

В процессе лабораторной работы студенты становятся участниками своеобразной ролевой игры, во время которой каждый из них попеременно выполняет роль то учащегося, то социального педагога. Так же, как в любой игре, здесь допускаются элементы фантазирования, особенно в тех случаях, когда студенту невозможно восстановить в памяти некоторые этапы своей школьной жизни.

## 1. Знакомство с анкетами и их заполнение

Заполнение анкет производится в следующей последовательности:

1. Анкета учащегося (5-7 классы);
2. Анкета учащегося (8-9 классы);
3. Анкета для выяснения состояния здоровья;
4. Анкета родителей (5-7 классы);
5. Анкета родителей (8-9 классы);
6. Анкета оптанта.

## 2. Знакомство с профориентационной картой учащегося и ее заполнение

Профориентационная карта учащегося предназначена для сбора и систематизации сведений об учащемся, его интересах, склонностях, которые проявляются в процессе выбора профессии.

Все сведения собираются на основе наблюдения классного руководителя, анкетирования, индивидуальных бесед с учащимися, родителями, учителями-предметниками и заносятся в профкарту. Данные профкарты позволяют проводить целенаправленную работу по формированию профессиональных планов ребят, оказанию помощи в выборе профессии.

Перед заполнением профориентационных карт учащихся студенты передают весь комплект заполненных анкет (6 штук) своему соседу. Таким образом, у каждого студента оказывается полный комплект заполненных анкет своего товарища.

Затем студенты знакомятся с разделами профкарты. Заполнение разделов профкарты производится поэтапно:

1. Заполняется раздел анкетных данных учащегося и его родителей, на основании данных тех анкет, что находятся на руках у студента-социального педагога.

2. Раздел 1. Заполняются пункты 1, 2, 4, 5, 6 за 5, 6 и 7 класс при помощи данных из анкет учащихся и родителей (5-7 класс).

3. Раздел 1. Заполняются пункты 3, 7, 8, 9, 10, 11 по данным наблюдений студента-социального педагога за студентом-учащимся в 5, 6, 7, 8 и 9 классах.

4. Раздел 1. Заполняются пункты 1, 2, 4, 5, 6 за 8 и 9 классы при помощи данных из анкет учащихся и родителей (8-9 классы) и анкеты оптанта.

5. Раздел 2. Заполняются сведения о характере студента-учащегося. Для этого студент-педагог в опроснике профкарты зачеркивает одну из цифр, характеризующую меру проявления данной черты у того студента-учащегося, чьи анкеты находятся на руках у студента-педагога:

0 – никак не выражена,

1 – мало выражена,

2 – средне выражена,

3 – ярко выражена.

6. Раздел 3. Этот раздел профориентационной карты заполняется при помощи данных из анкет учащихся и родителей (8-9 классы), а также при помощи данных из анкеты оптанта.

7. Раздел 3. Заключение врача о состоянии здоровья (не указывается диагноз) студент-педагог дает на основании данных из анкеты для выяснения состояния здоровья.

8. Раздел 3. Последние три строки в этом разделе профориентационной карты студенты не заполняют.

### 3. Анализ полученных сведений

Заполненные анкеты и профориентационная карта являются материалом для беседы при защите лабораторной работы.

Студенты самостоятельно проводят анализ полученных сведений. По результатам анализа делаются выводы о достоверности и достаточности объема информации об учащемся, желающем получить консультацию по выбору профессии.

## Приложение к лабораторной работе

### АНКЕТА УЧАЩЕГОСЯ (5-7 класс)

1. Фамилия, имя, отчество \_\_\_\_\_
2. Школа \_\_\_\_\_ класс \_\_\_\_\_
3. Какие учебные предметы тебе нравятся? \_\_\_\_\_
4. Какие учебные предметы тебе не нравятся? \_\_\_\_\_
5. Чем ты любишь заниматься в свободное время? \_\_\_\_\_
6. В каких кружках, секциях, факультативах занимаешься?  
\_\_\_\_\_
7. Кем бы ты хотел стать, когда вырастешь? \_\_\_\_\_

### АНКЕТА РОДИТЕЛЕЙ (5-7 класс)

1. Фамилия, имя, отчество (учащегося).
2. Какие учебные предметы даются ребенку легче?
3. Какие учебные предметы даются с трудом?
4. Чем Ваш ребенок любит заниматься в свободное время?
5. Кем бы Вы хотели видеть Вашего сына (дочь) в будущем?

### АНКЕТА УЧАЩЕГОСЯ (8-9 класс)

1. Фамилия, имя, отчество
2. Школа \_\_\_\_\_ класс \_\_\_\_\_
3. Какая область знаний Вас более всего привлекает?:
  - естественно-научная: математика, физика, химия, биология, география, геология, медицина;
  - общественно-научная: история, философия, экономика, право;
  - гуманитарная: литература, журналистика, педагогика, лингвистика;
  - искусство: вокальное, музыкальное, театральное, изобразительное;
  - нет определенных интересов.

4. Какие учебные предметы не нравятся?
5. Какие учебные предметы нравятся?
6. Чем любите заниматься в свободное время?
7. Какие выполняете общественные поручения?
8. В каких кружках или в спецшколах занимаетесь?
9. Где Вам советуют учиться родители после 9 класса?
10. Где Вы хотите учиться после 9 класса?  
учебное заведение \_\_\_\_\_ профессия \_\_\_\_\_
11. Если Вы не поступите учиться туда, куда Вам хотелось, что будете делать?

#### АНКЕТА РОДИТЕЛЕЙ (8-9 класс)

1. Фамилия, имя, отчество учащегося.
2. Школа, класс.
3. Кем хочет стать Ваш ребенок?
4. Чем Вы советуете ему заниматься после окончания 9 класса?  
где учиться? \_\_\_\_\_ профессия \_\_\_\_\_.
5. Согласны ли сын (дочь) с Вашим советом?  
если не согласны, напишите причины несогласия \_\_\_\_\_.
6. Какие трудности испытывает ребенок при обучении?
7. Какие интересы и склонности Вы отмечаете у него?
8. Что Вы делаете для развития интересов сына (дочери)?
9. Какие черты характера, темперамента Вы можете отметить у ребенка?  
*Подпись родителей* \_\_\_\_\_

#### АНКЕТА ДЛЯ ВЫЯСНЕНИЯ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОПТАНТА

Фамилия, имя, отчество

Дата

1. Какими болезнями Вы болели в детстве?
2. Имеются ли у Вас хронические заболевания?

3. Считаете ли Вы, что сможете работать по любой специальности, профессии?

4. Находились ли Вы когда-нибудь на стационарном лечении (в больнице, клинике), по какому поводу, когда?

5. Были ли у Вас когда-нибудь травмы, ушибы?

6. Существуют ли у Вас определенные ограничения в выборе профессии по состоянию здоровья?

7. Встречаются ли в Вашей семье наследственные заболевания?

8. Считаете ли Вы, что состояние здоровья является определяющим для выбора профессиональной деятельности?

#### АНКЕТА ОПТАНТА

Дата заполнения

1. Ф. И. О.

2. Год рождения.

3. Район \_\_\_\_\_ школа \_\_\_\_\_ класс \_\_\_\_\_  
учебное заведение и специальность (для студентов)  
где и кем работает (для работающих)

4. Домашний адрес \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

5. Образование и профессия родителей:

Мать \_\_\_\_\_ Отец \_\_\_\_\_

6. Какую профессию и учебное заведение Вы выбрали?

профессия

учебное заведение

7. Какую профессию советуют Вам выбрать?

Родители \_\_\_\_\_ учителя \_\_\_\_\_ друзья \_\_\_\_\_

8. Какие учебные предметы Вам нравятся больше всего?

9. Чем Вы любите заниматься в свободное время?

10. Какая область деятельности или знаний Вас больше всего интересует? (подчеркнуть)



а) естественно-научная (математика, физика, химия, биология, медицина, геология, сельское хозяйство),

б) общественно-научная (история, философия, экономика, право),

в) гуманитарная (литература, журналистика, лингвистика, педагогика, психология),

г) искусство (музыкальное, театральное, изобразительное, вокальное),

д) определенные интересы отсутствуют.

11. В каких кружках или специальных школах Вы занимаетесь?

12. В какой работе класса (школы) Вы принимаете (принимали) активное участие?

13. Какие профессиональные умения Вы приобрели

в школе \_\_\_\_\_

в МУПК \_\_\_\_\_

во внешкольной деятельности (кружках) \_\_\_\_\_

самостоятельно \_\_\_\_\_

14. Какие профессии Вас привлекают? Назовите их.

15. Отметки по следующим предметам

алгебра    геометрия    физика    химия    биология    география  
литература

русский язык    иностранный язык    трудовое обучение  
черчение    физкультура    история

16. Сколько времени Вы делаете уроки?

17. Имеются ли у Вас хронические заболевания?

#### ПРОФОРИЕНТАЦИОННАЯ КАРТА УЧАЩЕГОСЯ

Фамилия, имя, отчество

Мать    Год рожд.    Специальность    Место раб.

Отец    Год рожд.    Специальность    Место раб.

## 1. Заполняется каждый год

Вопросы	Класс				
	5	6	7	8	9
1. Любимые занятия, игры					
2. Интересы и увлечения (кружки, факультативы)					
3. Участие в общественно-полезном труде, отношение к нему					
4. Кем хочет быть					
5. Какие учебные предметы больше всего нравятся					
6. Участие в домашнем труде					
7. Какие предметы лучше усваиваются, оценки по этим предметам					
8. Какие предметы даются с трудом, оценки по этим предметам					
9. Активность в учении (активен, равнодушен, не хочет учиться)					
10. Общественные поручения, оценка их выполнения					
11. Положение в классе					

## 2. Черты характера, проявляющиеся в поведении (заполняется в 9 классе)

1. Общительность	3210123	Замкнутость
2. Эмоциональность	3210123	Неэмоциональность
3. Дружественность	3210123	Агрессивность
4. Щедрость	3210123	Жадность
5. Искренность	3210123	Лживость
6. Аккуратность	3210123	Неаккуратность
7. Добросовестность	3210123	Недобросовестность
8. Волевой	3210123	Неволевой
9. Дисциплинированность	3210123	Недисциплинированность
10. Учится трудно	3210123	Учится легко
11. Занимается регулярно	3210123	Занимается нерегулярно

## 3. Анкета

1. Кем желает быть.
2. Куда пойдет учиться после 9 класса.
3. Что собирается делать, если не поступит в выбранное учебное заведение (запасной вариант).

4. Рекомендация родителей о выборе профессии и учебного заведения.

Заключение врача о состоянии здоровья. Диагноз

Рекомендации врача о выборе профессии

Рекомендация школы о выборе профессии

Куда и по какой профессии поступил работать или учиться

### **Определение профессионально ориентированного типа личности**

Цель работы – познакомить студентов с методикой Дж. Голланда, позволяющей определить профессиональные предпочтения и интересы личности.

#### *Методические указания для предварительной подготовки*

В 1966 г. Дж. Голланд разработал психологическую концепцию, которая объединила теорию личности теорией выбора профессии. Эта концепция и созданная на ее основе классификация профессий получили широкое распространение за рубежом.

Голланд выделил шесть профессионально ориентированных типов личности: реалистический, интеллектуальный, социальный, конвенциональный (ориентированный на общепринятые нормы и традиции) предпринимательский и художественный. Каждый тип личности ориентирован на определенную профессиональную среду: реалистический – на создание материальных вещей, обслуживание технологических процессов и технических устройств; интеллектуальный – на умственный труд; социальный – на взаимодействие с социальной средой; конвенциональный – на четко структурированную деятельность; предпринимательский – на руководство людьми и бизнес; художественный – на творчество. Модель любого типа личности конструируется по следующей схеме: цели, ценности, интересы, способности, предпочитаемые профессиональные роли, возможные достижения и карьера.

Для установления типов личности он разработал методику диагностики «Тип личности», которая позволяет определить профессиональные предпочтения и интересы.

По результатам диагностики выделяют три рекомендуемые профессиональные среды. На первом месте стоит среда, наиболее отчетливо отражающая тип личности, на втором и третьем местах – менее значимые профессиональные среды, позволяющие личности подобрать себе резервные профессии.

### *Порядок выполнения работы*

#### Инструкция

«Из предложенных попарно вариантов профессий выберите ту, которой вы отдаете предпочтение. В бланке ответов найдите выбранный вариант ответа и отметьте его. Ответы необходимо дать на все высказывания. Время диагностики не ограничено».

#### *Текст опросника Дж. Голланда*

<b>1</b> а) инженер б) социолог	<b>2</b> а) кондитер б) священнослужитель	<b>3</b> а) повар б) статистик	<b>4</b> а) фотограф б) администратор	<b>5</b> а) механик б) дизайнер	<b>6</b> а) философ б) врач
<b>7</b> а) эколог б) бухгалтер	<b>8</b> а) программист б) адвокат	<b>9</b> а) кинолог б) переводчик	<b>10</b> а) страховой агент б) архивист	<b>11</b> а) тренер б) телерепортер	<b>12</b> а) следователь б) искусствовед
<b>13</b> а) нотариус б) брокер	<b>14</b> а) оператор ЭВМ б) манекенщица	<b>15</b> а) фотокорреспондент б) реставратор	<b>16</b> а) озеленитель б) биолог-исследователь	<b>17</b> а) водитель автотранспорта б) бортпроводник	<b>18</b> а) метеоролог б) картограф
<b>19</b> а) радиомонтажник б) художник росписи по дереву	<b>20</b> а) геолог б) гид-переводчик	<b>21</b> а) журналист б) режиссер	<b>22</b> а) библиограф б) аудитор	<b>23</b> а) фармацевт б) юрист-консульт	<b>24</b> а) генетик б) архитектор

<b>25</b> а) продавец б) оператор почтовой связи	<b>26</b> а) социальный работник б) предприниматель	<b>27</b> а) преподаватель вуза б) музыкант-исполнитель	<b>28</b> а) экономист б) менеджер	<b>29</b> а) корректор б) дирижер	<b>30</b> а) инспектор таможни б) художник-модельер
<b>31</b> а) телефонист б) орнитолог	<b>32</b> а) агроном б) топограф	<b>33</b> а) лесник б) директор	<b>34</b> а) мастер по ремонту и пошиву одежды б) хореограф	<b>35</b> а) историк б) инспектор ГАИ	<b>36</b> а) антрополог б) экскурсовод
<b>37</b> а) вирусолог б) актер	<b>38</b> а) официант б) товаровед	<b>39</b> а) главный бухгалтер б) инспектор уголовного розыска	<b>40</b> а) парикмахер-модельер б) психолог	<b>41</b> а) пчеловод б) коммерсант	<b>42</b> а) судья б) стенографист

**Бланк ответов**

Ф. И. О. \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_ Школа \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_

Дата заполнения \_\_\_\_\_

Р И	Р	И	С	К	П	Х
	1а	1б	2б	3б	4б	5б
	2а	6а	6б	7б	8б	9б
	3а	7а	10а	10б	11б	12б
	4а	8а	11а	13а	13б	14б
	5а	9а	12а	14а	15а	15б
	16а	16б	17б	18б	21а	19б
	17а	20а	20б	22б	26б	21б
	18а	22а	23б	25б	30а	24б
	19а	23а	25а	28а	33б	27б
	20а	24а	26а	29а	38б	28б
	31а	31б	27а	31б	39б	29б
	32а	35а	36б	35б	41б	30б
	33а	36а	38а	39а		34б
	34а	37а	40б	42б		37б
41а		42а			40а	
Сумма						

Обработка и интерпретация результатов

Обработка осуществляется по шести шкалам, которые соответствуют шести типам личности. Для получения результатов по каждой шкале испытуемые должны подсчитать количество отмеченных вариантов ответов и в строке «сумма» бланка ответов написать баллы. Каждый выделенный ответ эквивалентен одному баллу.

Полученный результат испытуемого показывает степень соответствия каждому из шести типов личности. Чем выше количество баллов по какой-либо шкале, тем больше соответствие испытуемого данному типу личности и тем сильнее его интересы в этой области, а следовательно, тем выше степень соответствия тем или иным профессиям.

Заполненные бланки являются материалом для беседы при защите лабораторной работы. Студенты самостоятельно проводят анализ полученных сведений. По результатам анализа делаются выводы о достоверности и достаточности объема информации о профессионально ориентированном типе личности учащегося.

### **Схема построения личной профессиональной перспективы как вариант модели профессионального самоопределения**

*Цель работы* – привить студентам навыки построения личной профессиональной перспективы как модели профессионального самоопределения.

#### *Методические указания для предварительной подготовки*

Данная схема является попыткой конкретизировать понятие «Профессиональное самоопределение», перейти от общих рассуждений к такому варианту, который можно было бы использовать и в практической работе, и при разработке новых методов профориентации. В основе данной схемы ЛПП положена схема, пред-

ложенная Е. А. Климовым, дополненная ценностно-смысловыми компонентами (табл. 1).

В левой части таблицы – компоненты схемы построения ЛПП, а в правой – соответствующие вопросы для работы с учащимися.

Если работа проводится с классом, то каждый вырывает обычный тетрадный листочек, подписывает его, проставляет номер очередного вопроса и сразу же выписывает ответ (обычно на весь опросник затрачивается около 25-30 мин.) После этого результаты определенным образом обрабатываются.

Если это индивидуальная профконсультация, то психолог-консультант может вставлять вопросы схемы построения ЛПП в беседу с клиентом. Обращаем внимание, что лучше при этом ориентироваться на сами компоненты, которые, во-первых, полнее по своему содержанию и, во-вторых, в большей степени учитывают позитивные характеристики ситуации данного клиента (например, в вопросе 8 справа спрашивается о недостатках, а компонент 8 слева акцент делает на возможности и достоинства клиента). Естественно, и в опроснике для работы с классом, и в индивидуальной беседе-профконсультации формулировка вопросов может видоизменяться при сохранении главного их смысла.

### *Порядок выполнения работы*

В процессе лабораторной работы студенты становятся участниками своеобразной ролевой игры, во время которой каждый из них попеременно выполняет роль то учащегося, то социального педагога. План работы:

1. Знакомство с опросником и его заполнение.
2. Анализ полученных сведений. Заполненный опросник является материалом для беседы при защите лабораторной работы. Студенты самостоятельно проводят анализ полученных сведений. По результатам анализа делаются выводы о характере личной профессиональной перспективы опрошенного.



## Приложение к лабораторной работе

Возможны разные варианты обработки результатов (по опроснику ЛПП).

Первый вариант. Листочки собирают, и психолог сам оценивает качество ответов. Критерии оценок (по каждому вопросу):

1 балл – отказ отвечать на данный вопрос;

2 балла – явно ошибочный ответ или честное признание в отсутствии ответа;

3 балла – минимально конкретизированный ответ (например: «Собираюсь поступать в институт, но неясно, в какой...»);

4 балла – конкретный ответ с попыткой обоснования;

5 баллов – конкретный и хорошо обоснованный ответ, не противоречащий другим ответам.

Второй вариант. Сначала учащиеся сами оценивают свои ответы (предварительно совместно разбирают 1-2 анонимные работы, и учащиеся осваивают систему оценки на чужих примерах), затем педагог собирает листочки, оценивает их и сравнивает с самооценками школьников.

Вполне возможно и использование более дифференцированной шкалы (например, 7-балльной или даже 9-балльной), где каждый балл должен быть описан. Но опыт показывает, что и 5-балльная шкала также позволяет в целом оценивать качество ответов подростков (довольно быстро вырабатывается навык выделения и оценивания более качественных и менее качественных ответов).

Заметим также, что данный опросник не претендует на высокую точность оценок и служит для общего знакомства с данной группой подростков.

**Схема построения ЛПП**

<b>Компоненты ЛПП</b>	<b>Опросник по схеме построения ЛПП (ответы пишут на листочках: проставляют номера вопросов и сразу дают ответ)</b>
1	2
1. Осознание ценности честного труда (ценностно-нравственная основа самоопределения)	1. Стоит ли в наше время честно трудиться? Почему?
2. Осознание необходимости профессионального образования после школы	2. Стоит ли учиться после школы, ведь можно и так хорошо устроиться?
3. Общая ориентировка в социально-экономической ситуации в стране и прогнозирование ее изменения	3. Когда в России жить станет лучше?
4. Знание мира профессионального труда (макроинформационная основа самоопределения)	4. В виде задания: три буквы (м, н, с) – за три минуты написать профессии, начинающиеся с этих букв. Если всего более 17 профессий, то это уже неплохо
5. Выделение дальней профессиональной цели (мечты) и ее согласование с другими важными жизненными целями	5. Кем бы вы хотели стать (по профессии) через 20-30 лет?
6. Выделение ближайших и ближних профессиональных целей (как этапов и путей к дальней цели)	6. Выделите основные 5-7 этапов на пути к своей мечте
7. Знание конкретных выбираемых целей: профессий, учебных заведений, мест работы (микроинформационная основа выбора)	7. В виде задания: выписать три самых неприятных момента, связанных с работой по выбираемой профессии, и три – связанных с обучением в вузе или в колледже
8. Представление о своих возможностях и недостатках, могущих оказать влияние на достижение поставленных целей	8. Что в вас самих может помешать вам на пути к целям? (О лени писать нельзя – надо поконкретнее)

1	2
9. Представление о путях преодоления своих недостатков (и о путях оптимального использования своих возможностей)	9. Как вы собираетесь работать над своими недостатками и готовиться к профессии (к поступлению)?
10. Представление о внешних препятствиях на пути к целям	10. Кто и что могут помешать вам в достижении целей?
11. Знание о путях преодоления внешних препятствий	11. Как вы собираетесь преодолевать эти препятствия?
12. Наличие системы резервных вариантов выбора (на случай неудачи по основному варианту)	12. Есть ли у вас резервные варианты выбора?
13. Представление о смысле своего будущего профессионального труда	13. В чем вы вообще видите смысл своей профессиональной жизни (ради чего вы хотите приобретать профессию и работать)?
14. Начало практической реализации ЛПП	14. Что вы уже сейчас делаете для реализации своих планов? (Писать о том, что вы хорошо учитесь, нельзя – что вы делаете сверх хорошей учебы?)

### **Изучение профессионально ориентированных интересов учащихся**

*Цель работы* – познакомить студентов с особенностями использования опросника «Карта интересов» А. Е. Голомштока.

#### *Порядок выполнения работы*

В процессе лабораторной работы студенты становятся участниками своеобразной ролевой игры, во время которой каждый из них попеременно выполняет роль то учащегося, то социального педагога.

План работы:

1. Знакомство с опросником и его заполнение.
2. Анализ полученных сведений. Заполненный опросник является материалом для беседы при защите лабораторной работы. Студенты самостоятельно проводят анализ полученных сведений. По ре-

зультатам анализа делаются выводы о характере профессионально ориентированных интересов опрошенного.

### Приложение к лабораторной работе

Опросник «Карта интересов», разработанный А. Е. Голомштоком, бланк ответов.

#### Инструкция

Для определения ведущих интересов Вам предлагается перечень вопросов. Если Вам очень нравится то, о чем спрашивается в вопросе, в бланке ответов рядом с его номером поставьте два плюса («++»), если просто нравится один – плюс («+»), если не знаете, сомневаетесь – ноль («0»), если не нравится – один минус («-»), а если очень не нравится -два минуса («--»). Отвечайте на вопросы, не пропуская ни одного из них.

#### *Текст опросника*

Любите ли Вы? Нравится ли Вам? Хотели бы Вы?

1. Знакомиться с жизнью растений и животных.
2. Занятия и чтение книг по географии.
3. Читать художественную или научно-популярную литературу о геологических экспедициях.
4. Уроки и книги по анатомии и физиологии человека.
5. Выполнять ежедневную домашнюю работу.
6. Читать научно-популярную литературу о физических открытиях, жизни и деятельности выдающихся физиков.
7. Читать об открытиях в химии или о жизни и деятельности выдающихся химиков.
8. Читать технические журналы.
9. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области электроники и радиотехники.

10. Знакомиться с разными металлами и их свойствами.
11. Узнавать о разных породах древесины и об их практическом применении.
12. Узнавать о достижениях в области строительства.
13. Читать книги, смотреть фильмы о водителях различных видов транспорта (автомобильного, железнодорожного и т. д.)
14. Читать книги, смотреть фильмы о летчиках.
15. Знакомиться с военной техникой.
16. Читать книги об исторических событиях.
17. Читать произведения классиков русской и зарубежной литературы.
18. Читать и обсуждать публицистические статьи и очерки.
19. Обсуждать текущие дела и события в учебном заведении, городе, стране.
20. Интересоваться педагогической работой.
21. Читать книги, смотреть фильмы о работе милиции.
22. Заботиться о порядке в собственных вещах, красивом виде помещения.
23. Читать книги из серии «занимательная математика».
24. Изучать экономическую географию.
25. Заниматься иностранным языком.
26. Знакомиться с жизнью выдающихся художников, историей искусства.
27. Знакомиться с жизнью выдающихся артистов, встречаться с ними, коллекционировать их фотографии.
28. Знакомиться с жизнью и творчеством выдающихся музыкантов, с вопросами теории музыки.
29. Читать спортивные газеты, журналы, литературу о спорте.
30. Изучать биологию, ботанику, зоологию.
31. Знакомиться с различными странами по книгам и телепередачам.
32. Читать о жизни и деятельности знаменитых геологов.

33. Интересоваться достижениями медицины.
34. Посещать с экскурсиями предприятия легкой промышленности.
35. Читать книги из серии «Занимательная физика».
36. Изучать химические явления в природе.
37. Знакомиться с новейшими достижениями техники.
38. Интересоваться работой радиотехника, электрика.
39. Знакомиться с различными измерительными инструментами, используемыми в процессе металлообработки.
40. Наблюдать за изготовлением изделий из дерева (например, мебели).
41. Наблюдать за работой строителей.
42. Читать литературу о средствах передвижения.
43. Читать книги, смотреть фильмы и телепередачи о морях.
44. Читать книги, смотреть фильмы и телепередачи на военные темы, знакомиться с историей крупных сражений.
45. Обсуждать текущие политические события в стране и за рубежом.
46. Читать литературно-критические статьи.
47. Слушать радио, смотреть теленовости и тематические телепередачи.
48. Узнавать о событиях, происходящих в городе, стране.
49. Объяснять учащимся трудные для понимания вопросы.
50. Справедливо рассудить поступок знакомого или литературного героя.
51. Обеспечивать семью продуктами, организовывать питание членов семьи.
52. Читать научно-популярную литературу об открытиях в математике, о жизни и деятельности выдающихся математиков.
53. Интересоваться экономическими передачами по телевидению.
54. Читать художественную литературу на иностранном языке.

55. Заниматься художественным оформлением праздников.
56. Посещать театр.
57. Слушать оперную или симфоническую музыку.
58. Посещать спортивные соревнования, смотреть спортивные передачи.
59. Посещать дополнительные занятия по биологии.
60. Посещать дополнительные занятия по географии.
61. Коллекционировать минералы.
62. Изучать функции организма человека, причины возникновения и способы лечения болезней человека.
63. Готовить обед дома.
64. Осуществлять демонстрацию физических опытов.
65. Участвовать в организации опытов с химическими веществами.
66. Ремонтировать различные механизмы.
67. Производить замеры в электросетях с помощью приборов (вольтметра, амперметра).
68. Конструировать различные предметы и детали из металла.
69. Художественно обрабатывать дерево (вырезать, выпиливать).
70. Набрасывать эскизы или выполнять чертежи строительных объектов.
71. Проявлять интерес к автомобильному транспорту.
72. Увлекаться парашютным спортом, авиамоделизмом.
73. Заниматься спортивной стрельбой.
74. Изучать историю возникновения различных народов и государств.
75. Писать стихи.
76. Наблюдать за поведением и жизнью других людей.
77. Выполнять организационную общественную работу.
78. Проводить время с маленькими детьми, заниматься и играть с ними.
79. Устанавливать дисциплину среди сверстников.



80. Наблюдать за работой работников сферы обслуживания (повар, официант, продавец).
81. Участвовать в математических олимпиадах.
82. Просматривать экономические обзоры в газетах и журналах.
83. Слушать радиопередачи на иностранном языке.
84. Посещать музеи, художественные выставки.
85. Публично выступать.
86. Играть на музыкальном инструменте.
87. Участвовать в спортивных соревнованиях.
88. Наблюдать за ростом и развитием животных, растений.
89. Собирать книги по географии.
90. Посещать краеведческий музей.
91. Вникать в работу врача, фармацевта.
92. Шить для себя.
93. Интересоваться физикой.
94. Интересоваться химией.
95. Работать с техникой.
96. Знакомиться с устройством электроаппаратуры.
97. Заниматься слесарным делом.
98. Выполнять столярные работы.
99. Принимать участие в отделочных ремонтных работах.
100. Помогать милиции в работе с пешеходами по правилам уличного движения.
101. Быть членом гребных и яхт-клубов.
102. Участвовать в военизированных играх.
103. Знакомиться с историческими местами.
104. Быть членом литературного клуба.
105. Наблюдать за ведением журналистами телепередач.
106. Публично выступать с сообщениями и докладами.
107. Организовывать работу детей.
108. Устанавливать скрытые причины поступков и поведения людей.

109. Оказывать различные услуги другим людям.
110. Решать сложные математические задачи.
111. Точно вести расчет своих денежных расходов.
112. Посещать курсы по изучению иностранного языка.
113. Заниматься в художественной секции.
114. Участвовать в художественной самодеятельности.
115. Посещать музыкальную школу.
116. Заниматься в спортивной секции.
117. Участвовать в биологических олимпиадах и конкурсах.
118. Путешествовать.
119. Принимать участие в геологической экспедиции.
120. Ухаживать за больными.
121. Посещать кулинарные конкурсы и выставки.
122. Участвовать в конкурсных мероприятиях по физике.
123. Решать сложные задачи по химии.
124. Разбираться в технических схемах и чертежах.
125. Разбираться в сложных радиосхемах.
126. Знакомиться с новой техникой, наблюдать за работой промышленного оборудования.
127. Мастерить что-нибудь из дерева своими руками.
128. Помогать в строительных работах.
129. Принимать участие в обслуживании и ремонте автомобиля.
130. Мечтать о самостоятельных полетах на самолете.
131. Строго выполнять распорядок дня.
132. Публично выступать с докладами на исторические темы.
133. Работать с литературными источниками.
134. Принимать участие в дискуссиях, конференциях.
135. Организовывать и проводить коллективные мероприятия.
136. Обсуждать вопросы воспитания детей и подростков.
137. Помогать работникам милиции.
138. Постоянно общаться с различными людьми.

139. Принимать участие в математических олимпиадах, конференциях.
140. Интересоваться вопросами ценообразования, начисления заработной платы.
141. Общаться на иностранном языке.
142. Участвовать в художественных выставках.
143. Принимать участие в театральных постановках.
144. Участвовать в музыкальных конкурсах.
145. Регулярно тренироваться и участвовать в спортивных соревнованиях.
146. Выращивать растения, ухаживать за домашними животными.
147. Проводить топографическую съемку местности.
148. Совершать длительные, трудные походы.
149. Интересоваться деятельностью медицинских работников.
150. Шить, кроить, создавать модели одежды.
151. Решать сложные задачи по физике.
152. Посещать с экскурсиями химические предприятия.
153. Участвовать в выставках технического творчества.
154. Ремонтировать аудиотехнику.
155. Работать на станке.
156. Выполнять по чертежам столярные работы.
157. Принимать сезонное участие в строительстве.
158. Изучать правила дорожного движения для водителей.
159. Изучать морское дело.
160. Читать воспоминания главнокомандующих и полководцев.
161. Знакомиться с историческими местами родного края.
162. Писать рассказы.
163. Писать заметки или очерки в газету.
164. Выполнять общественные поручения.
165. Организовывать детские игровые и праздничные мероприятия.
166. Изучать законодательные документы, гражданское право.

167. Удовлетворять потребности людей в тех или иных услугах.
168. Выполнять математические расчеты по формулам.
169. Интересоваться проблемами региональной экономики.
170. Участвовать в олимпиадах по иностранному языку.
171. Посещать художественные музеи.
172. Играть на сцене в спектаклях.
173. Слушать классическую музыку.
174. Помогать преподавателю физкультуры в проведении занятия.

тия.

### Обработка и интерпретация результатов

За каждый знак «+» в бланке ответов проставляется + 1 балл, за каждый знак «-» проставляется – 1 балл, за нулевой ответ – 0 баллов. В каждом из 29 столбцов бланка ответов подсчитывается количество положительных и отрицательных баллов. Исходя из структуры бланка ответов, определяются следующие виды профессиональных интересов (по столбцам).

Чем больше положительных ответов в столбце, тем выше степень выраженности интереса к данному виду профессиональной деятельности.

- |                                    |                               |
|------------------------------------|-------------------------------|
| 1. Биология                        | 16. История                   |
| 2. География                       | 17. Литература                |
| 3. Геология                        | 18. Журналистика              |
| 4. Медицина                        | 19. Общественная деятельность |
| 5. Легкая и пищевая промышленность | 20. Педагогика                |
| 6. Физика                          | 21. Юриспруденция             |
| 7. Химия                           | 22. Сфера обслуживания        |
| 8. Техника                         | 23. Математика                |
| 9. Электро-и радиотехника          | 24. Экономика                 |
| 10. Металлообработка               | 25. Иностранные языки         |
| 11. Деревообработка                | 26. Изобразительное искусство |
| 12. Строительство                  | 27. Сценическое искусство     |

13. Транспорт

28. Музыка

14. Авиация, морское дело

29. Физкультура и спорт

15. Военные специальности

Уровни выраженности:

- от -12 до -6 – высшая степень отрицания данного интереса;
- от -5 до -1 – интерес отрицается;
- от +1 до +4 – интерес выражен слабо;
- от +5 до +7 – выраженный интерес;
- от +8 до +12 – ярко выраженный интерес.

### **Диагностика профессиональной готовности**

*Цель работы* – научить студентов осуществлять диагностику профессиональной готовности школьников

*Методические указания для предварительной подготовки*

*Готовность* – это активно-действенное состояние личности, отражающее содержание стоящей перед ней задачи и условия предстоящего ее решения и выступающее условием успешного выполнения любой деятельности. Изучению состояния готовности к деятельности большое внимание уделено в работах М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович, В. А. Пономаренко и др.

Возникновение состояния готовности к деятельности начинается с постановки цели на основе потребностей и мотивов (или осознания человеком поставленной перед ним задачи). Далее идет разработка плана, установок, моделей, схем предстоящих действий. Затем человек приступает к воплощению сформировавшейся готовности в предметных действиях, применяет определенные средства и способы деятельности, сравнивает ход выполняемой работы и ее промежуточные результаты с намеченной целью, вносит коррективы.

Состояние готовности имеет сложную динамическую структуру. Выделяют следующие компоненты готовности к деятельности:

- мотивационный (ответственность за решение задачи);
- ориентационный (знания и представления об особенностях и условиях деятельности, ее требованиях к личности);
- операциональный (владение способами и приемами деятельности, необходимыми знаниями, навыками, умениями и др.);
- волевой (самоконтроль, умение управлять действиями, из которых складывается выполнение обязанностей);
- оценочный (оценка своей подготовленности и соответствия процесса решения профессиональных задач оптимальным образцам).

Согласно мнению Л. Н. Кабардовой, о степени готовности обучаемых к успешному функционированию в определенной профессиональной сфере можно судить на основании наличия, успешности реализации и эмоционального подкрепления у обучаемых профессионально ориентированных навыков и умений. С этой целью ею был разработан опросник для определения профессиональной готовности, в основу которого был положен принцип оценки обучаемыми:

- своих возможностей в реализации определенных умений (трудовых, социальных и т. д.);
- своего реального, сформированного на основе личного опыта эмоционального отношения, возникающего при выполнении описанных в опроснике видов деятельности или занятий;
- своего предпочтения или нежелания выполнять действия (занятия) в будущей профессиональной деятельности (специалиста), Его активности, самостоятельности в процессе деятельности.

### *Порядок выполнения работы*

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.

Работа с опросником может производиться как индивидуально, так и в группе.

### ***Текст опросника***

1. Делать выписки, вырезки из различных текстов и группировать их по определенному признаку.

2. Выполнить практические задания на лабораторных работах по физике (составлять и собирать схемы, устранять в них неисправности, разбираться в принципе действия прибора и т. п.)

3. Длительное время (более одного года) самостоятельно, терпеливо 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.



5. Сдерживать себя, не «выливать» на окружающих свое раздражение, гнев, обиду, плохое настроение.
6. Выделять из текста основные мысли и составлять на их основе краткий конспект, план, новый текст.
7. Разбираться в физических процессах и закономерностях, решать задачи по физике.
8. Вести регулярное наблюдение за развивающимся растением и записывать данные наблюдения в специальный дневник.
9. Мастерить красивые изделия своими руками: из дерева, ткани, металла, засушенных растений, ниток.
10. Терпеливо, без раздражения объяснять кому-либо, что он хочет знать, даже если приходится повторять это несколько раз.
11. В письменных работах по русскому языку, литературе легко находить ошибки.
12. Разбираться в химических процессах, свойствах химических элементов, решать задачи по химии.
13. Разбираться в особенностях развития и во внешних отличительных признаках многочисленных видов растений.
14. Создавать законченные произведения живописи, графики, скульптуры.
15. Много и часто общаться со многими людьми, не уставая от этого.
16. На уроках иностранного языка отвечать на вопросы и задавать их, пересказывать тексты и составленные рассказы по заданной теме.
17. Отлаживать какие-либо механизмы (велосипед, мотоцикл), ремонтировать электротехнические приборы (пылесос, утюг, светильник).
18. Свое свободное время преимущественно тратить на уход и наблюдение за каким-нибудь животным.
19. Сочинять музыку, песни, имеющие успех у других.

20. Внимательно, терпеливо, не перебивая, выслушивать людей.
21. При выполнении задания по иностранному языку без особых трудностей работать с иностранными текстами.
22. Налаживать и чинить электронную аппаратуру (приемник, магнитофон, телевизор, аппаратуру для дискотек).
23. Регулярно, без напоминания, выполнять необходимые для ухода за животными работы: кормить, чистить (животных и клетки), лечить, обучать.
24. Публично, для многих зрителей, разыгрывать роли, подражать, изображать кого-либо, декламировать стихи, прозу.
25. Увлекать делом, игрой, рассказом детей младшего возраста.
26. Выполнять задания по математике, химии, в которых требуется составлять логическую цепочку действий, используя при этом различные законы, формулы, теоремы.
27. Ремонтировать замки, краны, мебель, игрушки.
28. Разбираться в породах и видах животных, знать их характерные признаки и повадки.
29. Всегда четко видеть, что сделано писателем, драматургом, художником талантливо, а что нет, и уметь обосновать это устно или письменно.
30. Организовать людей на какие-либо дела, мероприятия.
31. Выполнять задания по математике, требующие хорошего знания математических формул, законов и умения их правильно применять при решении.
32. Выполнять действия, требующие хорошей координации движений и ловкости рук: работать на станке, на электрической швейной машинке, проводить монтаж и сборку изделий из мелких деталей.
33. Сразу замечать мельчайшие изменения в поведении или во внешнем виде животного или растения.

34. Играть на музыкальных инструментах, публично исполнять песни, танцевальные номера.

35. Выполнять работу, требующую обязательных контактов со множеством разных людей.

36. Выполнять расчеты, подсчеты данных, выводить на основе этого различные закономерности, следствия.

37. Из типовых деталей, предназначенных для сборки определенных изделий, конструировать новые, придуманные самостоятельно.

38. Специально заниматься углубленным изучением биологии, анатомии, ботаники, зоологии; читать научную литературу, слушать лекции, научные доклады .

39. Создавать на бумаге и в оригинале новые, интересные модели одежды, причесок, украшений, интерьера помещений.

40. Влиять на людей: убеждать, предотвращать конфликты, улаживать разногласия, разрешать споры.

41. Работать с условно-знаковой информацией: составлять и рисовать карты, схемы, чертежи.

42. Выполнять задания, в которых требуется мысленно представить расположение предметов или фигур в пространстве.

43. Длительное время заниматься исследовательскими работами в биологических кружках, на биостанциях, в зоологических кружках и питомниках.

44. Быстрее и чаще других замечать в обычном необычное, удивительное, прекрасное.

45. Сопереживать людям (даже не очень близким), понимать их проблемы, оказывать посильную помощь.

46. Аккуратно и безошибочно выполнять «бумажную» работу: писать, выписывать, проверять, подсчитывать, вычислять.

47. Выбирать наиболее рациональный (простой, короткий) способ решения задачи: технической, логической, математической.

48. При работе с растениями или животными переносить ручной или физический труд, неблагоприятные погодные условия, грязь, специфический запах животных.

49. Настойчиво, терпеливо добиваться совершенства в создаваемом или исполняемом произведении (в любой сфере творчества).

50. Говорить, сообщать что-либо, излагать свои мысли вслух.

### Обработка и интерпретация результатов

Каждый столбец клеток в бланке ответов соответствует одному из типов профессий.

Таблица 1

Тип профессии																			
Человек – знаковая система				Человек – техника				Человек – природа				Человек – художественный образ				Человек – человек			
№	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			

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 пожеланий). Они учитываются только при качественном анализе каждой сферы.

Далее подсчитывается сумма баллов в каждой профессиональной сфере по шкалам «умения», «соотношение» и «профессиональные пожелания». Обращается внимание на соотношение оценок по данным шкалам как в каждой профессиональной сфере, так и по каждому конкретному вопросу (виду деятельности).

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 соотношение «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, тек-

стами (филолог, историк, редактор и другие); 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.

Заполненные бланки являются материалом для беседы при защите лабораторной работы. Студенты самостоятельно проводят анализ полученных сведений. По результатам анализа делаются выводы о достоверности и достаточности объема информации о профессионально ориентированном типе личности учащегося.

### **Технология проведения профконсультационной беседы**

Цель работы – научить технологии проведения профконсультационной беседы.

#### *Методические указания для предварительной подготовки*

*Беседа* – метод сбора информации о психических явлениях в процессе личного общения исследователя и испытуемого.

Методика подготовки к беседе:

1. Определить цели беседы.
2. Определить в соответствии с целями тему беседы и ее содержание.
3. Наметить план беседы.
4. Конкретизировать ключевые и контрольные вопросы.

5. Отметить возможные затруднения в реализации плана, сложные с педагогической и психологической точки зрения ситуации, которые могут при этом возникнуть.

6. Наметить конкретные способы преодоления таких затруднительных ситуаций (оптимальные варианты выхода из них, коррекцию поведения испытуемого при неадекватном реагировании, коррекцию собственного поведения).

7. Избрать способ фиксации ответов испытуемого во время беседы (конспект, стенограмма, запись на магнитофон или диктофон и т. д.)

8. Наметить план наблюдений во время беседы (цель, методику, способ регистрации данных).

9. Определить с учетом объективных возможностей и индивидуальных особенностей испытуемого условия проведения беседы (время и место).

10. Наметить моменты коррекционного воздействия.

11. Проанализировать и конкретизировать план беседы, соотнести его с поставленными целями.

### *Порядок выполнения работы*

Профконсультанту следует составить карту первичной профконсультации и план проведения беседы, исходя из выбранного варианта представленных ниже ситуаций.

#### План работы

##### *1. Заполнение карты первичной профконсультации*

Карта первичной индивидуально-психологической профконсультации

Фамилия, имя, отчество

Возраст      Школа      Класс      Дата

1. Состояние здоровья:

• Здоров \_\_\_\_\_

• Функциональные отклонения \_\_\_\_\_



- Хронические заболевания \_\_\_\_\_
- Заключение подросткового врача \_\_\_\_\_
- 2. Информированность о мире профессий
  - Полная
  - Недостаточная
  - Отсутствует
- 3. Наличие профессионального плана:
  - Профессия \_\_\_\_\_
  - Учебное заведение \_\_\_\_\_
- 4. Сформированность профессионального плана:
  - Сформирован
  - Частично сформирован
  - Не сформирован
- 5. Осознанность выбора профессии
- 6. Ведущие мотивы, ценностные ориентации
- 7. Сведения из анкеты:
  - Любимые занятия \_\_\_\_\_
  - Предпочитаемые профессии \_\_\_\_\_
  - Опыт работы \_\_\_\_\_
  - Успешность обучения по дисциплинам:  
Естественным \_\_\_\_\_  
Гуманитарным \_\_\_\_\_
- 8. Интересы и склонности:
  - Сфера интересов \_\_\_\_\_
  - Склонности (по методике ДДО): П Т Ч З Х
- 9. Коммуникативные и организаторские склонности: \_\_\_\_\_
- 10. Выраженность профессиональных интересов и склонностей
  - Ярко Выражены (в какой области деятельности?)
  - Не выражены
- 11. Особенности поведения \_\_\_\_\_
- 12. Заключение профконсультанта:
  - Оптант не нуждается в углубленной профоконсультации

- Оптант нуждается в углубленной профконсультации

### 13. Рекомендации профконсультанта:

- Область деятельности \_\_\_\_\_
- Профессия \_\_\_\_\_
- Пути профессионализации \_\_\_\_\_
- Запасной вариант профессионального выбора \_\_\_\_\_
- Домашнее задание \_\_\_\_\_
- Противопоказанные сферы деятельности \_\_\_\_\_

## *2. Разработка плана беседы в зависимости от описанной ситуации*

В результате анализа карты первичной профессиональной консультации может быть выявлено несколько ситуаций выбора профессии, в каждой из которых тактика профконсультанта должна быть особой. Рассмотрим некоторые из этих ситуаций.

1. Испытуемый хорошо информирован о мире профессий, профессиональный план сформирован, соответствует познавательным интересам, профессиональной направленности, индивидуально-психологическим особенностям, мотивы адекватны. В этом случае профконсультация строится на психотерапевтической и информационной основах.

2. У испытуемого имеется профессиональный план, но он не обоснован (не совпадает с областью профессиональной направленности и познавательных интересов), мотивы неадекватны, либо индивидуальные свойства оптанта не соответствуют выбранной профессии. Следовательно, он нуждается в углубленной профконсультации и коррекции на ее основе профессионального плана.

3. Профессионального плана у испытуемого нет, интересы и склонности не выражены. Задача первого этапа консультации – формирование познавательных интересов и склонностей. На основании первичной профконсультации составляется система домашних заданий с привлечением к этой работе родителей, учителей, референтной

для испытуемого группы. С таким испытуемым проводят углубленную профконсультацию.

4. Профессионального плана и профессиональной направленности у испытуемого нет, однако имеются хорошо выраженные интересы, склонности. Суть профконсультации в этом случае заключается в углублении самопознания, в выработке умения понимать себя, свои интересы и способности. Необходимо также расширение знаний о разнообразии профессий. Оптанту предлагается поработать с картой профессий, рекомендуется специальная литература, обсуждается план посещения им учебных заведения и предприятий. После этого испытуемый приглашается на углубленную профконсультацию.

### **Групповые методы профконсультационной работы**

*Цель работы* – научить студентов использовать групповые методы профконсультационной работы.

#### *Методические указания для предварительной подготовки*

Проблема психолого-педагогического обоснования целостного подхода к подготовке учащейся молодежи к выбору профессии исследуется в Институте профессионального самоопределения молодежи Российской академии образования.

Активизация процесса формирования психологической готовности личности к профессиональному самоопределению реализуется в процессе проведения развивающей профессиональной консультации. Важным принципом данного типа консультирования является сотрудничество психолога с клиентом. Неприемлемы навязывание собственного мнения, директивные рекомендации, давление. Акцент делается на осознании консультируемым своей проблемы, его самоопределении и выработке решения.

Большую роль в активизации профессионального самоопределения играют групповые формы профконсультации. Эффек-

тивность групповых технологий консультирования для решения проблем профессионального самоопределения убедительно доказал Н. С. Пряжников. Им разработаны активизирующие профконсультационные методики, адекватные целям профессионального самоопределения. Приведем краткий обзор этих методик.

### *Порядок выполнения работы*

В процессе лабораторной работы студенты выполняют роль социального педагога. Задание – продемонстрировать методику проведения одного из методов групповой профконсультационной работы.

*Профориентационные игры* с классом предназначены для работы с учащимися 7-11-х классов. В качестве примера рассмотрим игру «Спящий город». Цель игры – повышение у школьников уровня осознания особенностей трудовой деятельности в наиболее престижных на данный момент сферах деятельности с учетом социально-экономических условий в стране.

Методика включает следующие основные этапы:

1. Участникам дается общая инструкция: «В некотором городе злые силы околдовали всех жителей, превратив их в вялых, почти спящих существ. Чтобы разбудить людей, необходимо зажечь в них искру жизни. Для этого нужно предложить жителям простые и понятные программы улучшения жизни. Группа должна разработать такие программы по следующим направлениям:

- порядок и спокойствие в городе, снижение числа преступлений и правонарушений (юридические аспекты);
- совершенствование городского управления;
- оживление экономики, повышение благосостояния и занятости населения (экономические проблемы);
- счастье жителей, помощь в решении семейных, личностных проблем (психологические аспекты);

- здоровье жителей, профилактика заболеваний (медицинское обслуживание).

2. Сейчас мы разобьемся на команды и попробуем составить такие программы, которые смогли бы разбудить жителей города». На классной доске выписываются названия программ, участникам предлагается выбрать одну из них.

3. Далее ведущий рассаживает все команды за отдельные столы и дает следующее задание: «В течение 10-15 минут каждая группа должна определить 5 основных дел для реализации своей программы. Все выделенные дела обязательно должны быть реалистичны. После этого каждая группа определяет, кто из ее участников представит разработанную программу и ответит на вопросы остальных участников игры».

4. Участники приступают к работе. Ведущий не вмешивается в обсуждение и лишь напоминает об истекающем времени.

5. Докладчики от каждой группы представляют разработанные программы и отвечают на вопросы. Ведущий и сам должен быть готов задавать вопросы.

6. При подведении итога участники сами должны определить, насколько предложенные каждой группой программы были продуманными, реалистичными, интересными и насколько удалось сделать их не противоречащими друг другу.

Если программы удовлетворяют этим требованиям, то можно предположить, что жители города оживятся и, возможно, проснутся окончательно.

Эффект игры может быть усилен, если обсуждение снимать видеокамерой, а после окончания игровой процедуры посмотреть видеозапись.

Главный итог этой игры – формирование умения принимать профориентационные решения и развитие ответственности за свое профессиональное будущее.

*Игровые профориентационные упражнения* основаны на весьма эффективной методике. Участники рассаживаются в круг (по 8-15 человек), что делает упражнения внешне похожими на занятия психотерапевтических групп. При проведении игр профконсультант должен обладать определенным уровнем психотерапевтической культуры: не навязывать своего мнения, всячески демонстрировать свою поддержку и эмпатию участникам, организовывать их реальное взаимодействие, создавать условия для самовыражения всех участников группы и т. д.

При проведении профориентационных уроков подобные игры могут быть использованы в дополнение к диагностическим процедурам, дискуссиям, индивидуальными лекционными формам работы.

Оснащение: чистые листы бумаги, ручки.

### Упражнение «Человек-профессия»

Цель – на ассоциативном уровне приобрести навык соотносить человека (в том числе и себя) с профессиями и таким образом повысить готовность различать профессиональные стереотипы.

Игра проводится в круге. Время одного тура игры от 7-10 до 15 мин.

Инструкция: «Сейчас мы с вами загадаем любого из сидящих в круге, а кто-то постарается отгадать этого человека. Но отгадывать он будет с помощью одного вопроса: «С какой профессией этот человек ассоциируется, то есть какую профессию напоминает общий облик человека?» Каждый по кругу будет называть наиболее подходящую для загаданного профессию, профессии могут повторяться. После этого у отгадывающего будет возможность подумать и назвать свои варианты отгадки».

По желанию выбирается доброволец – отгадывающий, который отправляется в коридор. Остальные быстро и тихо загадывают любого из присутствующих. При этом загадываемым может быть и сам отгадывающий.

Обсуждение организуется следующим образом: если кого-то назвали по ошибке, то можно спросить у него, насколько его представление о себе совпадает с названными профессиями, то есть так ли уж сильно ошибся отгадывающий. У отгадывающего можно поинтересоваться (когда он уже будет знать, кого загадывали), чьи ответы – названия профессий ему помогали, а чьи мешали.

### Упражнение «Советчик»

Цель – получение обобщенных представлений о профессиональном будущем каждого из участников на основании групповых рекомендаций, сделанных одноклассниками.

Упражнение наиболее эффективно проходит в подгруппах из 12-15 человек. Время проведения – 15-25 мин. Процедура включает следующие этапы:

#### 1. Участники заготавливают бланк

ФИО всех учащихся (в строгом порядке)	Рекомендуемая проф- фессия	Рекомендуемое УЗ (или место работы после школы)
1		
2		
...		

2. Дается задание, напротив каждой фамилии (включая свою собственную) указать наиболее подходящие профессии и учебные заведения, которые можно порекомендовать данному человеку. На это отводится 7-10 мин.

3. Ведущий собирает бланки и начинает подведение итогов. Берется первый бланк и зачитывается первая по списку фамилия, рекомендуемые этому человеку профессии и учебное заведение. Далее зачитываются рекомендации для этого участника из второго бланка и т. д.

4. Учащиеся подводят итоги, обмениваются мнением о том, нравится ли им та или иная рекомендация.



### Упражнение «Защита профессии перед родителями»

Цель – анализ различных ситуаций профессионального самоопределения.

Участники распределяют роли: «учащийся», «родители» (2-3 человека), «профконсультант» (2-3 человека). В течение игры как минимум, 2-3 человека должны побывать в роли учащегося.

Игра включает в себя следующие этапы:

1. Подготовительный этап. «Семья» определяет, в чем заключаются разногласия между ребенком и его родителями. При этом каждая сторона обдумывает и проговаривает свои аргументы (лучше, если родители не просто возражают против выбора ребенка, но и предлагают альтернативные варианты). Возможны случаи, когда и среди самих родителей нет общего мнения о том, что делать ребенку после окончания школы. «Профконсультанты» готовятся с помощью ведущего игры, который подсказывает, какие вопросы задавать клиентам, на что обращать внимание, как вести себя в коде профконсультации.

2. «Семья» возвращается и коротко разыгрывает спор по поводу дальнейшей судьбы ребенка. «Родители» должны обозначить свои аргументы и позиции. «Профконсультанты» и ведущий молча наблюдают.

3. За общим столом разыгрывается беседа. Игроки задают друг другу вопросы, обсуждают их, спорят, обосновывая свои точки зрения. Задача ведущего – регулировать процесс обсуждения. Главная игровая цель – помочь «учащемуся» выбрать профессию и при этом сохранить взаимопонимание в семье.

4. Подведение итогов. Каждый участник игры высказывает свои пожелания и рекомендации «учащемуся», а затем сам «учащийся» высказывает свое отношение к этим рекомендациям.

### Упражнение «Пять шагов»

Цель – повысить готовность участников выделять приоритеты при планировании своих жизненных и профессиональных перспектив, а также готовность соотносить свои профессиональные цели и возможности.

Участники игры делятся на микрогруппы. Время проведения игры – 30-40 мин.

Ведущий предлагает определить какую-либо интересную профессиональную цель (например, поступить в какое-то учебное заведение, оформиться на интересную работу, далее, работая в микрогруппе, участники игры определяют основные характеристики (воображаемые) человека, который должен достичь этой цели (пол, возраст, успеваемость, материальное положение и социальный статус родителей и близких людей). После этого каждый участник микрогруппы должен определить пять шагов, которые обеспечили бы достижение данной цели (время работы – 5 мин.) Затем каждый вариант обсуждается в микрогруппе и выбираются оптимальные пять этапов. На это отводится 5-7 мин.

Представитель от каждой группы сообщает о результатах работы в группе.

Анализ результатов работы должен включать в себя оценку соответствия этапов достижения цели особенностям человека и их реалистичности (насколько шаги соответствуют социально-экономической ситуации).

### Упражнение «Мои сильные стороны»

Цель – повышение уровня осознания своих профессиональных достоинств.

Инструкция: «У каждого из вас есть сильные стороны, то, что вы цените, принимаете и любите в себе, что дает вам чувство внутренней свободы и уверенности в своих силах, что помогает выстоять в трудной ситуации и быть профессионально успешным. Попробуйте

составить список своих сильных сторон. Время работы – 5 минут. После этого вы сядете в круг и зачитаете свои сильные стороны».

### **Построение профессионального плана**

*Цель работы* – познакомить студентов с особенностями построения профессионального плана учащихся.

*Методические указания для предварительной подготовки*

#### **Построение профессионального плана**

Построить профессиональный план – это значит выбрать профессию и учебное заведение, в котором ее можно получить.

Обоснованный профессиональный план строится на:

1. Знании содержания труда и перспектив развития выбранной профессии.
2. Осознании собственной пригодности к выбранной профессии и реальной оценке возможности поступления в выбранное учебное заведение.
3. Понимании социальной значимости выбранной профессии.

Правильно сделанный выбор профессии приносит человеку удовлетворенность трудом, обеспечивает быстрый профессиональный рост, делает труд радостным и творческим.

Что значит правильно выбрать профессию? Прежде всего это значит иметь обоснованный профессиональный план, в котором учтены интересы, склонности, состояние здоровья, способности выбирающего профессию и потребности общества в кадрах. Коротко эти аспекты профессионального плана можно обозначить как «хочу, могу, надо».

**ХОЧУ** (интересы, склонности)

**МОГУ** (способности, состояние здоровья)

**НАДО** (мир профессий, потребности общества в кадрах)

### *Классификация профессий*

Существует много различных классификаций профессий по различным признакам.

Мы с Вами рассмотрим классификацию профессий по признаку – предмет труда, предложенную профессором Е. А. Климовым. Им выделено пять типов профессий:

1. «Человек – человек» (предмет труда – люди, группы, коллективы).

2. «Человек – техника» (предмет труда – машины, механизмы, технические системы).

3. «Человек – природа» (предмет труда – животные, растения, биологические, микробиологические процессы).

4. «Человек – знаковая система» (предмет труда – тексты, цифры, чертежи, карты, условные знаки, шифры, коды).

5. «Человек – художественный образ» (предмет труда – литература, живопись, искусствоведение).

Каждый из пяти типов профессий в свою очередь подразделяется на подтипы в зависимости от целей, орудий и условий труда.

#### **1. «Человек – человек» (пять подтипов)**

1. Медицинское обслуживание (врач, медсестра, санитарка).

2. Воспитание и обучение (воспитатель, учитель, преподаватель, мастер профтехучилища, спортивный тренер, дефектолог).

3. Бытовое обслуживание (продавец, проводник, официант, стюардесса).

4. Информационное обслуживание (библиотекарь, экскурсовод, лектор, телефонистка).

5. Защита общества и государства (юрист, следователь, участковый инспектор).

Требования: выбирая одну из этих профессий, нужно быть готовым почти все свое рабочее время общаться с людьми и при этом сохранять выдержку, спокойствие, доброжелательность, умение устанавливать контакты с людьми, чуткость к другим людям.

## **2. «Человек – техника» (три подтипа)**

1. Создание, монтаж, сборка технических устройств (монтаж конструкций, инженер-конструктор).

2. Эксплуатация технических средств (крановщик, токарь, швея-мотористка).

3. Ремонт технических устройств (слесарь-ремонтник, электромонтер по ремонту электрооборудования).

Требования: пространственное представление, техническое мышление. Работникам типа «человек – техника» необходимо владеть комплексом двигательных навыков, сенсомоторной координацией.

## **3. «Человек – природа» (три подтипа)**

1. Изучение, исследование, анализ состояния и условий жизни растений и животных (микробиолог, гидробиолог, агрохимик).

2. Уход за растениями и животными (птицевод, зоотехник, садовод).

3. Профилактика заболеваний растений и животных, борьба с их вредителями и возбудителями болезней (врач карантинной службы, агроном по защите растений, ветеринар).

Требования: нужно быть готовым к работе в трудных погодных условиях. Особенность деятельности заключается в том, что ее результаты проявляются по прошествии довольно длительного времени. Динамика мыслительных процессов.

## **4. «Человек – знаковая система» (четыре подтипа)**

1. Тексты на родном и иностранном языках (корректор, машинистка, делопроизводитель, технический редактор).

2. Цифры, формулы, таблицы (программист, оператор ЭВМ, экономист, кассир).

3. Чертежи, карты, схемы (чертежник, закройщик, копировщик, штурман).

4. Звуковые сигналы (радист, стенографист, телефонист).

Требования: усидчивость, терпение, устойчивое внимание – важна способность к длительному сосредоточению внимания, быстрота и точность движений, склонность к работе в одиночку (без частых контактов с людьми).

### **5. «Человек – художественный образ» (три подтипа)**

1. Создание, проектирование, моделирование художественных произведений (художник, скульптор, журналист, модельер, писатель, хореограф, композитор).

2. Воспроизведение, изготовление различных изделий по эскизу, образцу в единственном экземпляре (ювелир, музыкальный актер, гравер, реставратор, столяр-краснодеревщик, цветовод-декоратор).

3. Воспроизведение, копирование, размножение художественных произведений в массовом производстве (живописец по росписи фарфора, шлифовщик по камню).

Требования: развитый художественный вкус, художественные способности, понимание художественных эффектов, яркость наглядно-образных представлений, богатое воображение, склонность к творчеству, гибкость мышления, повышенная чувствительность при оценке произведений искусства.

#### *Порядок выполнения работы*

Студенты внимательно знакомятся с материалами раздела: «Методические указания по предварительной подготовке».

Первая часть раздела – «Построение профессионального плана» – является основным материалом при защите лабораторной работы. Вторая часть раздела – «Классификация профессий» – является теоретическим материалом для заполнения таблиц типологий по контрольному списку профессий.

После знакомства с разделом «Методические указания по предварительной подготовке» студенты в своих тетрадях оформляют таб-

лицы типологий в соответствии с Приложением к данной лабораторной работе (с расчетом примерно на 10 строк).

Затем студентам предлагается контрольный список профессий.

### Инструкция по выполнению работы

Вам предлагается список различных профессий. Вы должны, используя имеющиеся у Вас сведения по классификации профессий, расписать все профессии из списка в соответствующие таблицы типологий. Правильность заполнения таблиц типологий проверяет преподаватель при защите лабораторной работы.

### *Приложение*

#### 1. ТАБЛИЦЫ ТИПОЛОГИЙ

##### Тип «человек – человек»

##### Подтипы

Медицинское обслуживание	Воспитание и обучение	Бытовое обслуживание	Информационное обслуживание	Защита общества и государства

##### Тип «человек – техника»

##### Подтипы

Создание, монтаж, сборка технических устройств	Эксплуатация технических средств	Ремонт технических устройств

##### Тип «человек – природа»

##### Подтипы

Изучение, исследование, анализ состояния и условий жизни растений и животных	Уход за растениями и животными	Профилактика заболеваний растений и животных, борьба с их вредителями и возбудителями болезней



Тип «человек – знаковая система»

Подтипы

Тексты на родном и иностранном языках	Цифры, формулы, таблицы	Чертежи, карты, схемы	Звуковые сигналы

Тип «человек – художественный образ»

Подтипы

Создание, проектирование, моделирование художественных произведений	Воспроизведение, изготовление различных изделий по эскизу, образцу в единственном экземпляре	Воспроизведение, копирование, размножение художественных произведений в массовом производстве

2. КОНТРОЛЬНЫЙ СПИСОК ПРОФЕССИИ (для примера)

Телефонист Ювелир Энтомолог Композитор Рулевой-моторист  
 Корректор Экономист Мастер Учитель биологии Микробиолог Официант Следователь Программист Модельер Живописец Овощевод  
 Монтажник Тренер Делопроизводитель Дизайнер Водитель такси Штурман Юрист Актер Преподаватель Машинист электровоза Зоотехник Реставратор Врач карантинной службы Машинист автокрана  
 Инженер-технолог Пчеловод Радист Ветеринар Печатник Копировщик Продавец Участковый инспектор Библиотекарь Закройщик Архитектор Гравер Агрохимик Санитарка Медсестра Скульптор Врач-хирург Кассир Токарь Фельдшер слесарь-сборщик Экскурсовод  
 Наладчик Журналист Животновод Стюардесса Хореограф Социальный педагог Механик Психолог Менеджер Маркетолог Бармен Страховой агент Строитель Бухгалтер Экономист Энергетик Телеведущий Парикмахер Танцовщица

## **Исследование силы нервной системы**

*Цель работы* – практическое знакомство студентов с методикой определения силы нервной системы при помощи теппинг-теста.

### *Методические указания для предварительной подготовки*

Определение основных свойств нервной системы имеет большое значение в теоретических и прикладных областях психологии (возрастная и профориентационная психология в частности). Многие из лабораторных методов диагностики основных свойств нервной системы требуют специальных условий проведения и аппаратуры. Кроме того, они трудоемки. Поэтому на протяжении ряда лет ведутся поиски экспресс-методов. Именно такой экспресс-метод для определения силы нервной системы по психомоторным показателям разработал Е. П. Ильин.

Сила нервных процессов определяется показателем работоспособности нервных клеток и нервной системы в целом. Сильная нервная система выдерживает большую по величине и длительности нагрузку, чем слабая. Используемая для данного исследования методика основана на определении динамики максимального темпа движения рук.

### *Оснащенность работы*

1. Бланк для теппинг-теста.
2. Карандаш (твердость Т или 2Т) с тонкой полоской изоленты (лейкопластыря) вокруг карандаша на расстоянии 3-4 см от заточенного конца.
3. Секундомер.

### *Порядок выполнения работы*

Каждому студенту выдается бланк для теппинг-теста, карандаш и один секундомер на двоих. Студенческая группа делится на пары: испытуемый-экспериментатор (каждый студент должен выполнить

работу как испытуемый и как экспериментатор). Теппинг-тест проводится последовательно сначала правой, затем левой рукой. Исходное положение перед началом работы:

1. Бланк для теппинг-теста лежит перед студентом на столе в положении обычном для рукописной работы.

2. Карандаш зажат между большим и указательным пальцами в упор к полоске изоленды (лейкопластыря) и находится в положении перпендикулярном к бланку теппинг-теста.

3. Локоть руки с карандашом приподнят над столом. Во время работы локоть должен постоянно находиться над столом.

### *Инструкция испытуемому*

«По моему сигналу Вы должны начать в максимально быстром для себя темпе проставлять точки в каждом квадрате бланка. Начинать работу нужно в квадрате N 1 и, переходя из квадрата в квадрат, закончить работу в квадрате N 8. За отведенное для каждого квадрата время (5 секунд), Вы должны проставить в нем как можно больше точек. Переходить из одного квадрата в другой будете по моей команде, не прерывая работы и только по направлению возрастания нумерации квадратов. Теперь займите исходное положение перед первым квадратом (для правой руки) бланка».

Экспериментатор подает сигнал «Начали», одновременно включая секундомер, а затем через каждые пять секунд подает команду: «Перейти». По истечении 5 секунд работы в квадрате N 8 экспериментатор подает команду «Стоп». Общее время работы для одной руки на восьми квадратах 40 секунд.

**ВНИМАНИЕ!** При работе испытуемого в каждом квадрате экспериментатор должен стимулировать его словами: «Быстрее» или «Еще быстрее».

Обработка результатов заключается в следующем:

1. Подсчитывается количество точек в каждом квадрате;

2. Заполняется сводная таблица результатов работы по следующей форме:

Таблица 3

*Сводная таблица результатов работы*

Квадрат №	Промежуток времени (сек)	Количество точек (правая рука)	Количество точек (левая рука)
1	0-6		
2	6-10		
3	11-15		
4	16-20		
5	21-25		
6	26-30		
7	31-35		
8	36-40		

3. Строится график работоспособности, для чего на оси абсцисс откладываются пятисекундные промежутки времени, а на оси ординат – количество точек в каждом квадрате (для каждой руки своя кривая работоспособности).

Полученные в результате обработки экспериментальных данных варианты динамики максимального темпа могут быть условно разделены на пять типов:

1. Нарастающий (рис. 1) – сильный тип нервной системы (оценка – 5 баллов).

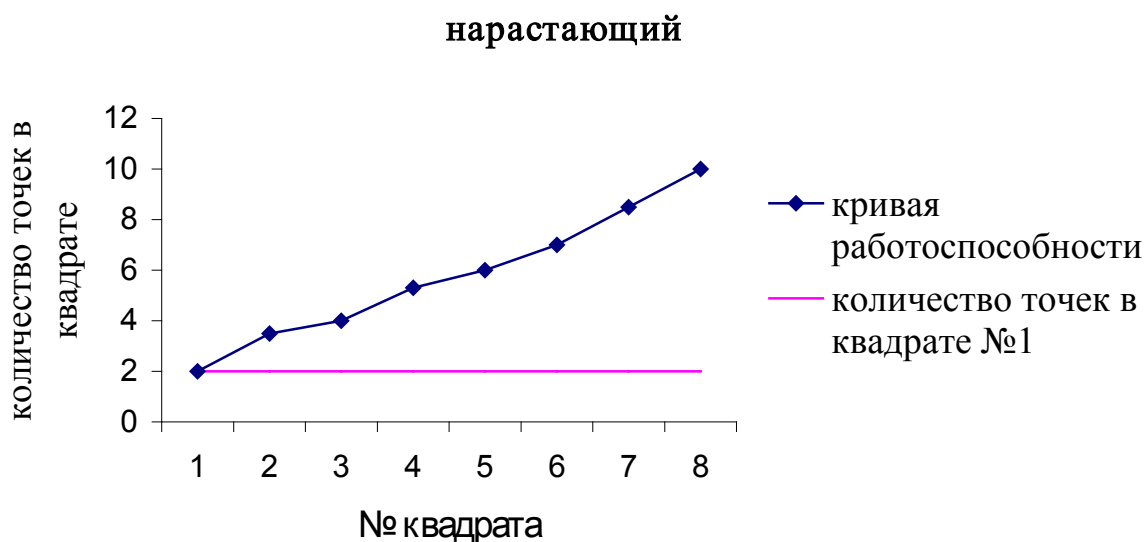


Рис. 1

Сильный тип нервной системы характеризуется очень высокой работоспособностью и выносливостью.

2. Выпуклый (рис. 2) – среднесильный тип нервной системы (оценка – 4 балла).

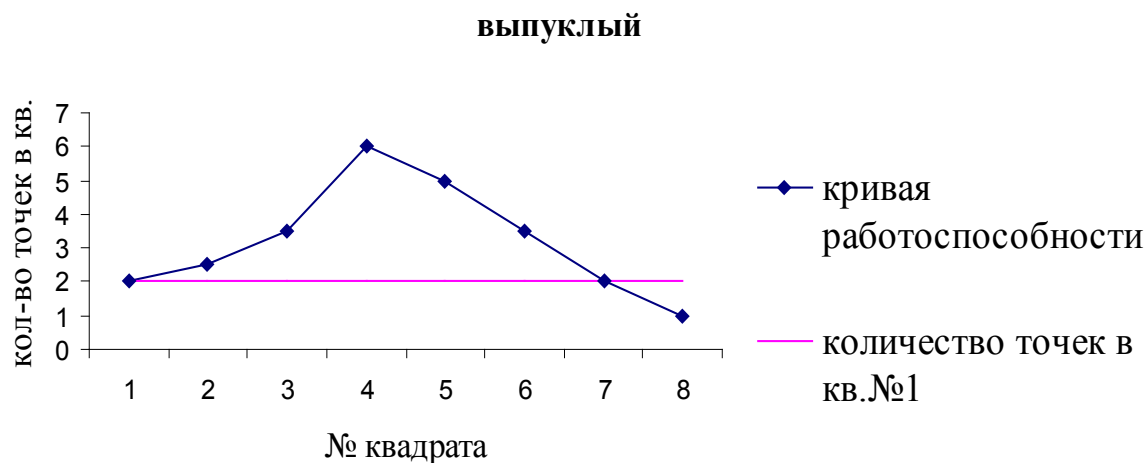


Рис. 2

Темп нарастает до максимального в первые 10-15 секунд работы; в последующем, к 30-40 секундам, он может даже упасть ниже исходного (то есть наблюдавшегося в квадрате № 1 за первые пять секунд работы). Среднесильный тип характеризуется высокой работоспособностью.

3. Ровный (рис. 3) – средний тип нервной системы (оценка – 3 балла).

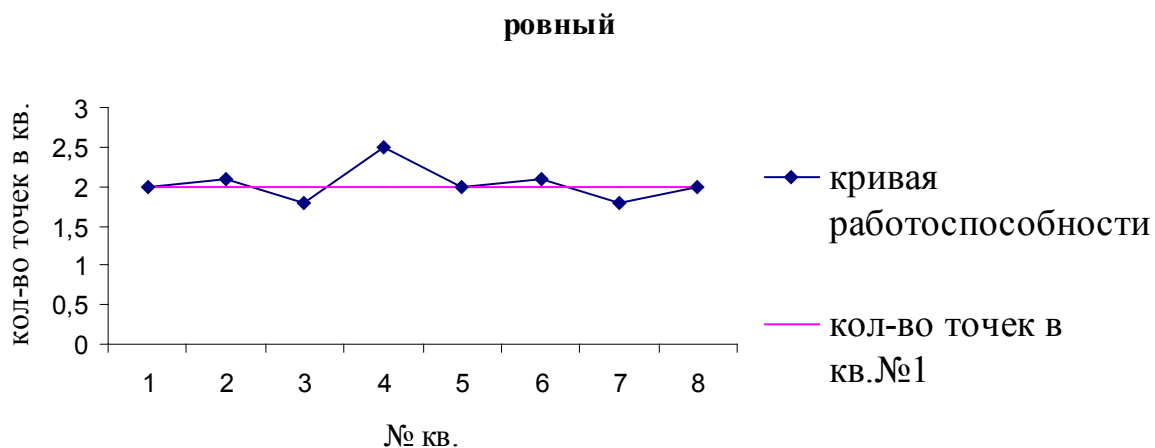
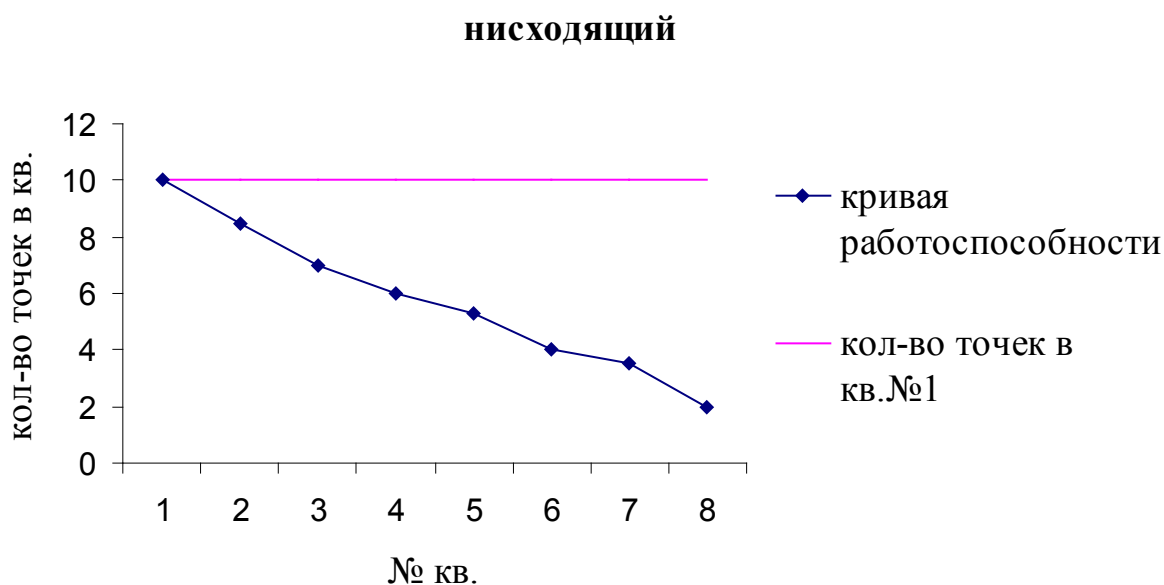


Рис. 3

Этот тип характеризуется слабыми колебаниями вокруг исходного значения.

4. Нисходящий (рис. 4) – слабый тип нервной системы (оценка – 1 балл).



*Рис. 4*

Здесь максимальный темп снижается уже со второго пятисекундного отрезка и остается на сниженном уровне в течение всей работы. Слабый тип нервной системы характеризуется низкой выносливостью и высокой утомляемостью.

5. Вогнутый (рис. 5) – средне слабый тип нервной системы (оценка – 2 балла).

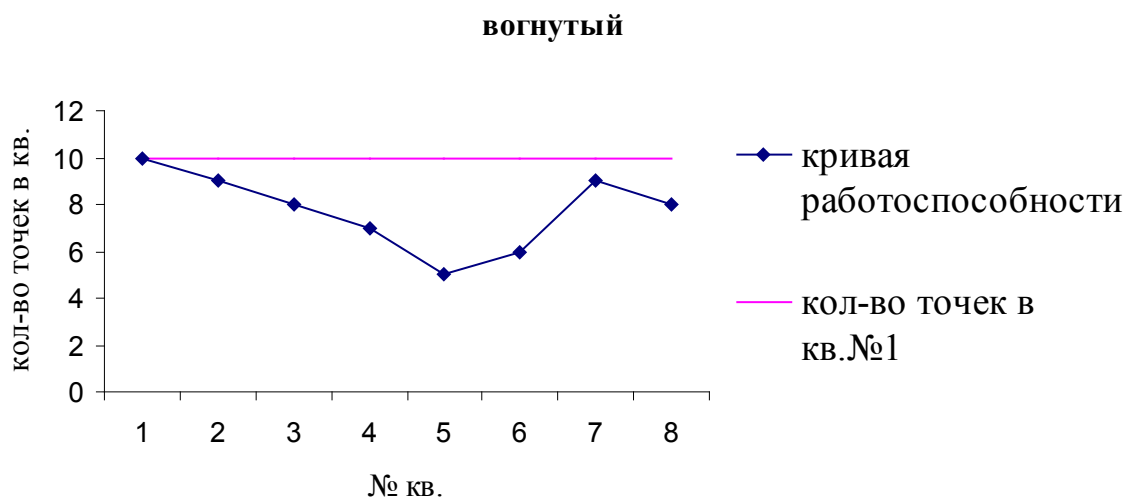


Рис. 5

Здесь первоначальное снижение максимального темпа сменяется кратковременным возрастанием темпа почти до исходного уровня. Вследствие способности к кратковременной мобилизации, такие испытуемые относятся к группе лиц со средне слабой нервной системой.

При защите лабораторной работы студенты на основании анализа формы кривых для правой и левой рук, диагностируют силу нервной системы, согласно приведенным выше критериям.

*Бланк для теппинг-теста*

Правая рука

1	2	3	4
8	7	6	5



## Левая рука

4	3	2	1
5	6	7	8

**Исследование мыслительной и психомоторной ригидности**

*Цель работы* – научить студентов пользоваться методиками исследования мыслительной и психомоторной ригидности.

*Методические указания для предварительной подготовки*

Под ригидностью (от лат. *rigidus* – жесткий, твердый) понимается затрудненность (вплоть до полной неспособности) в изменении намеченной субъектом программы деятельности в условиях, объективно требующих перестройки.

Выделяют когнитивную, аффективную, мотивационную и психомоторную ригидность. Когнитивная ригидность обнаруживается в трудностях перестройки восприятия и представлений (а в целом и мышления) в изменившейся ситуации. Аффективная ригидность выражается в косности аффективных (эмоциональных) откликов на изменяющиеся объекты эмоций. Мотивационная ригидность проявляется в тугоподвижной перестройке системы мотивов в обстоятельствах, требующих от субъекта гибкости и изменения характера поведения.

Психомоторная ригидность выражается затрудненностью в изменении моторики субъекта при изменении задачи его деятельности, связанной с мышечным движением.

В целом, уровень ригидности, проявляемый субъектом, обуславливается взаимодействием его личностных особенностей с характером среды, включая степень сложности стоящей перед ним задачи, ее привлекательности для него, монотонность стимуляции и т. д.

### *Порядок выполнения работы*

1. *Исследование влияния прошлого опыта на способы решения задач* (методика Лачинса).

Экспериментально-психологические исследования показали, что прошлый опыт играет не только положительную роль в мыслительной деятельности, но может оказаться и тормозом на пути решения новых для данного человека задач. М. Вертгеймер полагал даже, что прошлый опыт отрицательно влияет на творческое мышление, особенно у детей.

В определенных условиях (когда человек в процессе обучения и практической деятельности усваивает лишь ограниченное число способов решения различных по структуре задач) у него можно обнаружить ригидность мышления, а точнее – когнитивную мыслительную ригидность.

Эта часть лабораторной работы познакомит студентов с методикой, которая была предложена А. С. Лачинсом для выявления ригидности познавательных мыслительных процессов. Суть методики состоит в сравнении результатов решения однотипных задач двумя группами испытуемых. Задачи подобраны так, что часть из них может быть решена только одним способом, а часть – двумя способами: предыдущим и другим, более рациональным.

Студенты делятся на две равночисленные группы: одной – экспериментальной – выдается бланк № 1 с десятью простыми арифметическими задачами, второй – контрольной – бланк № 2 с теми же задачами, но с другой последовательностью перечисления этих задач.

Подчеркнем, что важнейшим условием проведения работы является независимое решение всеми членами обеих групп предъявленных задач. Задачи испытуемые должны решать строго последовательно от 1-ой по 10-ю. Все вычисления под соответствующим задаче номером, испытуемый записывает в своей тетради.

Инструкция испытуемым: «На вашем бланке имеется 10 задач, для решения которых Вам необходимо выполнить элементарные арифметические операции. В своей тетради под соответствующим задаче номером записывайте последовательность арифметических действий, использованных Вами для решения каждой задачи. Время решения не ограничено. Решайте задачи строго последовательно от 1-ой до 10-ой. Задачи нужно решать самостоятельно, подсматривать и списывать запрещается».

После решения задач студенты оформляют в своих тетрадях сводную таблицу результатов работы следующего вида:

Таблица 4

*Сводная таблица результатов работы*

Бланк №	Группа испытуемых	Решение задач			
		рациональное		нерациональное	
		Абс.	%	Абс.	%
1	Экспериментальная				
2	Контрольная				

*Обработка результатов*

1. Каждый испытуемый в своей тетради проставляет число рациональных и нерациональных решений всех задач. По условию лабораторной работы задачи под № 1-5 имеют только одно решение, то есть решение их всегда рационально. Критерием же рациональности решения задач 6-10 является использование минимального числа арифметических действий – двух, одного или никакого, то есть немедленно следует ответ.

2. Подсчитать сколько испытуемых пользовались рациональным способом решения задач № 6-10 отдельно в экспериментальной и контрольной группах. Полученный результат записать в сводную таблицу (графа «абс. рациональное»). В графе «абс. нерациональное» записать количество испытуемых, решивших задачи № 6-10 нерацио-

нальным способом (отдельно в экспериментальной и контрольной группах).

3. Полученные величины перевести в проценты (за 100% принимается число испытуемых в экспериментальной и контрольной группах в отдельности).

При соблюдении процедурных особенностей проведения лабораторной работы в ходе анализа ее результатов в подавляющем большинстве случаев удастся показать, что у испытуемых экспериментальной группы под влиянием усвоенного способа решения задач № 1-5 вырабатывается стереотип, и они оказываются нечувствительными к изменению условий задач 6-10. В результате эти испытуемые не обнаруживают нового, рационального пути их решения, в чем и проявляется познавательная ригидность мыслительных процессов.

2. *Исследование психомоторной ригидности* (методика Лачинса).

Студенческая группа делится на пары: испытуемый-экспериментатор (каждый студент должен выполнить работу как испытуемый и как экспериментатор).

### *Инструкция испытуемому*

«Вам предлагается написать в максимально возможном для Вас темпе в течение ограниченного времени как можно больше фраз одного и того же содержания: «В поле уж таял снег». Причем задание необходимо выполнять четырьмя способами:

1. Привычным для Вас способом (Ваш обычный почерк).
2. Печатными большими буквами.
3. Чередованием больших прописных и маленьких печатных букв (начальная буква фразы – большая прописная).
4. Привычным для Вас способом (Вашим обычным почерком), каждую букву фразы повторяя дважды.

Время работы каждым способом – 90 секунд. Начинать работу надо по команде «Начали» и заканчивать по команде «Стоп». Поста-

райтесь работать как можно быстрее и без ошибок». Результаты работы записываются в сводную таблицу:

Таблица 5

*Сводная таблица*

Номер способа написания фразы	Общее количество букв по каждому способу (n)	Средняя величина $M = n_2 + n_3 + n_4/3$
1		
2		
3		
4		

### Обработка результатов

1. Подсчитывается общее количество букв по каждому способу отдельно и результаты записываются в сводную таблицу. Подсчитывается коэффициент ригидности –  $K_p$ :

$$K = M/n_1,$$

где  $M$  – средняя величина;

$n_1$  – общее количество букв по первому способу.

Величина коэффициента ригидности позволяет судить о психомоторной ригидности или пластичности. При  $K_p$  больше или  $= 0,5$  – можно говорить о психомоторной пластичности субъекта, при  $K_p < 0,5$  – о затрудненности (вязкости) психомоторики, вплоть до полной неспособности субъекта изменить выработанную ранее программу мышечного движения в новых условиях, объективно требующих ее перестройки.

### Приложение к работе

#### Бланк № 1

1. Даны три сосуда, емкость которых 37, 21 и 3 литра. Как отмерить 10 л?

2. Даны три сосуда: 37, 24 и 2 л – как отмерить 9 л?

3. Даны три сосуда: 39, 22 и 2 л – как отмерить 13 л?

4. Даны три сосуда: 38, 25 и 2 л – как отмерить 9 л?
5. Даны три сосуда: 29, 14 и 2 л – как отмерить 11 л?
6. Даны три сосуда: 28, 14 и 2 л – как отмерить 10 л?
7. Даны три сосуда: 27, 12 и 3 л – как отмерить 9 л?
8. Даны три сосуда: 30, 12 и 3 л – как отмерить 15 л?
9. Даны три сосуда: 28, 11 и 5 л – как отмерить 12 л?
10. Даны три сосуда: 26, 10 и 3 л – как отмерить 10 л?

Бланк № 2

1. Даны три сосуда емкостью 26, 10 и 3 л – как отмерить 10 л?
2. Даны три сосуда: 28, 7 и 5 л – как отмерить 12 л?
3. Даны три сосуда: 30, 12 и 3 л – как отмерить 15 л?
4. Даны три сосуда: 27, 12 и 3 л – как отмерить 9 л?
5. Даны три сосуда: 28, 14 и 2 л – как отмерить 10 л?
6. Даны три сосуда: 29, 14 и 2 л – как отмерить 11 л?
7. Даны три сосуда: 38, 25 и 2 л – как отмерить 9 л?
8. Даны три сосуда: 39, 22 и 2 л – как отмерить 13 л?
9. Даны три сосуда: 37, 24 и 2 л – как отмерить 9 л?
10. Даны три сосуда: 37, 21 и 3 л – как отмерить 10 л?

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблема профессионального самоопределения является одной из самых важных проблем развития личности. Динамика социальных, экономических и политических изменений в российском обществе обостряет необходимость своевременного самостоятельного и, что немаловажно, правильного выбора человеком профессионального пути.

Процесс профессионального самоопределения имеет достаточно сложную природу, его протекание зависит от множества различных объективных и субъективных факторов становления индивида. В связи с этим обществу, государству, человеку требуется специалист, в достаточной мере владеющий основами профориентологии.

Профориентология рассматривается нами как наука, основой которой являются знания из философии, психологии и педагогики, позволяющие выявить факты, механизмы и закономерности профессионального становления личности.

Главными вопросами развития данной науки в современном обществе являются:

- профессиографические основы классификации мира профессий и тенденции развития современного мира профессий;
- психологические и педагогические основы профессионального самоопределения личности, изучение ее профессиональной направленности;
- стратегии, формы и методы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения личности на разных возрастных этапах ее развития;
- ценностно-нравственные основы выбора профессии учащимися; сущность и содержание профессионального образования, профессионального становления и профессионального развития личности;
- основные направления профориентационной и профконсультационной деятельности социальных служб занятости населения по трудоустройству и профессиональной переориентации безработных.



Данное учебное пособие призвано обеспечить педагогов основами знаний о возрастных особенностях и кризисах профессионального самоопределения цели и задачи профориентационной работы, этапах профессионализации, условиях эффективного профессионального самоопределения. Кроме того, здесь рассматриваются вопросы планирования и организации профориентационной работы в школе, раскрыты принципы организации профконсультации и профотбора.

Выполнение заданий практикума предназначено для закрепления теоретических знаний, а также позволяет формировать у специалиста практические навыки проведения профориентационной работы в школе.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

### Основная литература

1. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М., 1991.
2. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – Л., 1968.
3. Берн, Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы / Э. Берн. – М., 1988.
4. Гейжан, Н. П. Теория и практика профессионального консультирования / Н. П. Гейжан. – М., 1991.
5. Дидактический материал по курсу «Твоя профессиональная карьера» / под ред. С. Н. Чистяковой. – М., 1998.
6. Захаров, Н. Н. Профорientация школьников / Н. Н. Захаров, В. Д. Симоненко. – М., 1989.
7. Зеер, Э. Ф. Психология профессий / Э. Ф. Зеер. – М. : Академический проект, 2006. – 336 с.
8. Зеер, Э. Ф. Профорientология: теория и практика / Э. Ф. Зеер, А. М. Павлова и др. – М. : Академический проект, 2006. – 192 с.
9. Климов, Е. А. Введение в психологию труда / Е. А. Климов. – М., 1988.
10. Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения / Е. А. Климов. – М., 2004.
11. Климов, Е. А. Как выбирать профессию / Е. А. Климов. – М., 1990.
12. Маркова, А. К. Психология профессионализма / А. К. Маркова. – М., 1996.
13. Общая психодиагностика / под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. – М., 1987.
14. Пряжникова, Е. Ю. Профорientация : учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. Ю. Пряжникова, Н. С. Пряжников. – 3-е изд. – М. : «Академия», 2007.

15. Сахаров, В. Ф. Профессиональная ориентация школьников : учебное пособие для студ. пед. ин-тов / В. Ф. Сахаров, А. Д. Сазонов. – М. : Просвещение, 1982.

16. Чернявская, А. П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации / А. П. Чернявская. – М., 2001.

17. Чистякова, С. Н. Профессиональная ориентация школьников: Организация и управление / С. Н. Чистякова, Н. Н. Захаров. – М., 1986.

18. Чистякова, С. Н. Профессиональная ориентация школьников. / С. Н. Чистякова. – М., 1983.

19. Чистякова, С. И. Основы профориентации школьников / С. Н. Чистякова. – М., 1983.

#### Дополнительная литература

1. Балахин, В. И. Основы теории и практики профориентации: Руководство к лабораторному практикуму / В. И. Балахин, В. П. Заяц, В. И. Богословский. – Ленинград, 1990.

2. Берн, Э. Игры в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы / Э. Берн. – М., 1998.

3. Буркхарт, Г. Возьми жизнь в свои руки: работа над собственной биографией / Г. Буркхарт. – М., 2001.

4. Гриншпун, С. С. Профориентация учащихся во Франции / С. С. Гриншпун // Педагогика. – 2007. – № 4. – С. 101.

5. Гриншпун, С. С. Организация профориентации школьников в Великобритании / С. С. Гриншпун // Педагогика. – 2005. – № 7. – С. 100.

6. Гриншпун, С. С. Профориентация учащихся во Франции / С. С. Гриншпун // Педагогика. – 2007. – № 4. – С. 67.

7. Зеленков, С. Профориентация и трудовая занятость молодежи / С. Зеленков // Народное образование. – 2007. – № 6. – С. 239.

8. Йовайша, Л. А. Проблемы профессиональной ориентации школьников / Л. А. Йовайша. – М., 1983.
9. Каверина, Р. Изучение способностей школьников – основа профориентации / Р. Каверина // Народное образование. – 2001. – № 6. – С. 111.
10. Климов, Е. А. Как выбирать профессию / Е. А. Климов. – М., 1990.
11. Крупская, Н. К. О политехническом образовании, трудовом воспитании и обучении / сост. В. С. Озерская. – М., 1982.
12. Петровский, В. А. Психология неадаптивной активности / В. А. Петровский. – М., 1992.
13. Процицкая, Е. Н. Выбирайте профессию : учебное пособие для ст. кл. сред. школы / Е. Н. Процицкая. – М. : Просвещение, 1991.
14. Пряжников, Н. С. Игровой метод в профориентации : методические рекомендации / под ред. Е. А. Климова. – Пермь, 1989.
15. Пряжников, Н. С. Профориентационные игры: проблемные задачи, карточные методики / Н. С. Пряжников. – М., 1991.
16. Пряжников, Н. С. Карточные профконсультационные методики / Н. С. Пряжников. – М., 1993.
17. Поляков, В. А. Технология карьеры / В. А. Поляков. – М., 1995.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

### Тестовые задания для промежуточного и итогового контроля знаний

#### Инструкция для студентов

Перед вами тестовые контрольные задания по изучаемой дисциплине. Ваша задача – выбрать правильный вариант ответа в каждом из предложенных заданий и отметить соответствующий ему номер в листке ответов. **ВНИМАНИЕ!** Задания, предполагающие выбор одного ответа, выполнены обычным шрифтом. Задания с выбором нескольких ответов – *подчеркнуты*.

Тест итогового контроля содержит 11 заданий. Оценка производится следующим образом: каждый правильный ответ задания с выбором одного ответа оценивается в 1 балл, каждый правильный ответ задания с выбором нескольких ответов оценивается в соответствии с количеством правильно выбранных ответов (в сумме все правильно выбранные ответы дают 1 балл). Затем количество набранных баллов суммируется и определяется уровень знаний студента по дисциплине. При этом оценке «зачтено» соответствует сумма от 7 баллов включительно, «не зачтено» – до 7 баллов.

#### *Задания базового уровня*

1.1. Профориентология – это ...:

- 1) наука, изучающая сущность и закономерности становления личности
- 2) научная дисциплина, изучающая факты, механизмы и закономерности профессионального становления личности
- 3) наука о профориентации.

1.2. Цель профориентологии:

- 1) помощь в самореализации личности ребенка
- 2) оказание субъектам профессионального становления психологической и педагогической помощи при выборе профессии
- 3) помощь учащимся при выборе профильного обучения
- 4) актуализация профессионально-психологического потенциала личности.

1.3. Профориентология пользуется комплексом методов различных групп:

- 1) общенаучные методы
- 2) методы социальной работы
- 3) психологические методы
- 4) педагогические методы обучения
- 5) педагогические методы воспитания
- 6) методы профориентации.

1.4. Профориентология связана с такими науками, как:

- 1) психология
- 2) логика
- 3) медицина
- 4) педагогика
- 5) социология.

1.5. К субъектам профориентологии относятся:

- 1) конкретная самоопределяющаяся личность
- 2) семья
- 3) улица
- 4) психологические центры и службы
- 5) образовательные учреждения
- 6) фирмы, организации, предприятия.

1.6. Основными понятиями профориентологии являются:

- 1) субъект профессионального самоопределения
- 2) коммуникативная культура
- 3) профессиональное воспитание
- 4) диагностика профессиональных качеств личности
- 5) профессиональная консультация.

2.1. Система профориентации в российской школе разработана в:

- 1) 1977 г.
- 2) 1930-е гг.
- 3) 1960-е гг.

2.2. Принципы государственной политики в области профориентации:

- 1) сочетание государственных интересов с правами личности
- 2) устранение недостатка в рабочих кадрах
- 3) равенства, доступности и добровольности в получении профориентационных услуг
- 4) предоставление всем гражданам высокооплачиваемой работы.

3.1. Под профессиональным самоопределением понимается:

- 1) единичный факт выбора профессии
- 2) любая деятельность
- 3) поиск личностных смыслов в выбираемой трудовой деятельности.

3.2. Сущностью профессионального самоопределения является:

- 1) самостоятельное и осознанное нахождение личностных смыслов в выбираемой, осваиваемой или уже выполняемой трудовой деятельности и всей жизнедеятельности
- 2) нахождение смыслов в процессе образования и воспитания.



3.3. Цель профессионального самоопределения:

- 1) воспитание самодостаточной гармоничной личности
- 2) формирование у ребенка готовности самостоятельно и осознанно планировать и реализовывать перспективы своего профессионального развития.

3.4. Условно можно выделить следующие основные группы задач профессионального самоопределения:

- 1) социализирующие
- 2) просветительские
- 3) диагностические
- 4) морально-эмоциональной поддержки.

3.5. Наиболее известная в России периодизация развития человека как субъекта труда предложена:

- 1) Н. С. Пряжниковым
- 2) Э. Ф. Зеер
- 3) Е. А. Климовым.

3.6. Возраст социально-профессиональной активности – это...

- 1) юность
- 2) дошкольный возраст
- 3) молодость
- 4) пожилой возраст.

3.7. Н. С. Пряжников выделяет основные типы самоопределения:

- 1) профессиональное
- 2) общественное
- 3) жизненное
- 4) личностное.

3.8. Процесс формирования личности профессионала получил в отечественной психологии название:

- 1) профессионализации
- 2) профотбора
- 3) профессионального самоопределения.

3.9. Выделяют следующие этапы профессионализации:

- 1) построение жизненного плана
- 2) поиск и выбор профессии
- 3) освоение профессии
- 4) социальная и профессиональная адаптация
- 5) выполнение профессиональной деятельности.

3.10. Стадия профессионального развития личности, носящая нисходящий характер, называется:

- 1) регрессивной
- 2) прогрессивной
- 3) адаптивной.

3.11. Всякое изменение, вызванное профессией, наступающее в организме и приобретающее стойкий характер, называют:

- 1) профессиональной деформацией
- 2) профессиональным выгоранием
- 3) профессионализацией.

3.12. Важнейшими критериями продуктивности профессионального становления личности являются способности:

- 1) адаптироваться в социуме
- 2) находить личностный смысл в профессиональном труде
- 3) самостоятельно проектировать свою профессиональную жизнь
- 4) ориентироваться на мнение окружающих.

3.13. Условиями эффективного профессионального самоопределения школьника являются:

- 1) престижность профессии
- 2) знание своих личностных особенностей, возможностей и способностей
- 3) возможность карьерного роста
- 4) создание системы профориентационной работы педагогом.

4.1. Н. С. Пряжников выделяет следующие группы методов в соответствии с основными задачами профориентации:

- 1) информационно-справочные
- 2) аналитико-прогностические
- 3) диагностические
- 4) методы морально-эмоциональной поддержки
- 5) методы оказания помощи в конкретном выборе и принятии решения.

4.2. Основные функции профконсультации:

- 1) коррекционная
- 2) информационная
- 3) диагностическая
- 4) прогнозная.

4.3. Профконсультация строится на основе принципов:

- 1) активности субъекта профессионального самоопределения
- 2) комплексного подхода к субъекту профессионального становления
- 3) необязательности участия в консультировании
- 4) демократичности.

4.4. Условно различают такие виды профессионального отбора, как:

- 1) медицинский
- 2) диагностический
- 3) социально-психологический
- 4) образовательный
- 5) психофизиологический.

4.5. Традиционно используемые формы и методы активизации в профориентации:

- 1) лекции
- 2) профориентационные игры и упражнения
- 3) дискуссии
- 4) активизирующие опросники
- 5) задачи-ситуации.

4.6. Основными принципами организации профориентационной работы в школе являются:

- 1) отказ от традиций
- 2) активность в работе с документацией
- 3) многообразие форм и методов
- 4) взаимосвязь и взаимодополняемость методов.

5.1. В самом общем виде профессиограмма – это...

- 1) описательно-технологическая характеристика различных видов профессиональной деятельности, сделанная по определенной схеме и для решения определенных задач
- 2) выделение и описание качеств человека, необходимых для успешного выполнения данной трудовой деятельности.

5.2. Е. М. Ивановой предложены типы профессиографирования:

- 1) информационное
- 2) аналитическое
- 3) диагностическое
- 4) прогностическое
- 5) методическое.

5.3. А. К. Маркова выделяет следующие основные виды профессиограмм по их содержанию и структуре:

- 1) комплексная
- 2) медицинская
- 3) аналитическая
- 4) психологически ориентированная.

5.4. В отечественной психологии наибольшую известность получила психологическая классификация профессий, разработанная:

- 1) Н. С. Пряжниковым
- 2) А. К. Марковой
- 3) Е. А. Климовым.

5.5. Пять типов профессий выделяют:

- 1) в соответствии с объектом труда по признаку целей
- 2) по признаку основных средств труда
- 3) по условиям труда.

5.6. Психофизиологические особенности человека – это...

- 1) свойства темперамента человека
- 2) особенности его психики, развития, строения организма, состояния здоровья
- 3) профессионально важные характеристики

### Тематика курсовых работ

1. Способности и школьная успеваемость как факторы профессионального самоопределения старшеклассников.
2. Структура и динамика изменения факторов профессионального самоопределения в средних классах общеобразовательной школы.
3. Влияние внешних и внутренних факторов на профессиональные выборы старшеклассников.
4. Профинформация как фактор профессионального самоопределения школьников.
5. Развитие профориентации в России.
6. Психологические причины возникновения профориентации.
7. Эволюция проблематики профессионального самоопределения.
8. Профориентация как элемент государственной кадровой политики и как частная проблема.
9. Профессиональное самоопределение как поиск смысла в труде.
10. Основные факторы выбора профессии школьником.
11. Приоритеты профориентационной работы в современной России.
12. Профориентация как система взаимодействия различных социальных институтов.
13. Смыслы труда как регуляторы профессиональных выборов.
14. Кризисы развития субъекта профессионального самоопределения.
15. Предпрофильная и профильная ориентация школьников.
16. Основные стратегии консультирования: приемлемые и неприемлемые подходы.
17. Зарубежный опыт профориентационной работы.
18. Специфика профессиографирования в психологии труда.
19. Роль современных средств массовой информации в формировании профессиональных стереотипов школьников.
20. Основные этические проблемы в профессиональном и личностном самоопределении старшеклассников.

### **Тематика выпускных квалификационных работ**

1. Специфика использования активных методов профориентации в деятельности социального педагога.
2. Программы профориентационных занятий социального педагога с подростками.
3. Ценностно-смысловые основы профессионального самоопределения личности.
4. Особенности профориентационной помощи различным образовательно-возрастным группам.
5. Сравнительный анализ различных стратегий планирования карьеры у выпускников общеобразовательной школы.
6. Престижность профессии как фактор профессионального самоопределения старшеклассников.
7. Влияние стиля семейного воспитания на профессиональные выборы детей.
8. Педагогические условия использования активизирующих методик в профориентационной работе со старшеклассниками.
9. Самооценка самоопределяющимися подростками своих возможностей и недостатков при реализации профессиональных планов.
10. Возможности и ограничения эмпатического слушания в индивидуальной профконсультации старшеклассников.
11. Сравнительная оценка самостоятельности и осознанности профессиональных выборов у старшеклассников с гуманитарной и естественно-научной ориентацией.
12. Уровень готовности к выбору профессии как условие эффективного планирования карьеры у старшеклассников.
13. Ориентация на криминальную сферу в профессиональном самоопределении у асоциальных подростков.



14. Педагогические условия взаимодействия социальных педагогов с семьей по вопросам профессионального самоопределения подростка.

15. Профориентация как проблема государственной кадровой политики и как личная проблема самоопределяющегося человека.

16. Влияние средств массовой информации на профессиональный выбор подростков.

17. Социально-педагогические условия взаимодействия школы и предприятия в профориентационной работе с подростками.

18. Профориентация школьников за рубежом: сравнительный анализ.

19. Взаимосвязь мотивов выбора профессии и мотивации учебной деятельности у школьников.

20. Самооценка подростка и ее значение для сознательного выбора профессии.

*Учебное издание*

*Елена Юрьевна Сизганова*

**ОСНОВЫ ПРОФОРИЕНТОЛОГИИ**

*Учебно-методическое пособие*

**Редактор  
И. В. Юматова**

**Старший корректор  
М. А. Сухарева**

**Ведущий инженер  
Г. А. Чумак**

Подписано в печать 4.02.2010 г.  
Формат 60x84 1/16. Усл. печ. л. 8,8.  
Тираж 50 экз. Заказ \_\_\_\_\_

**Издательство Орского гуманитарно-технологического института  
(филиала) Государственного образовательного учреждения  
высшего профессионального образования  
«Оренбургский государственный университет»**

**462403, г. Орск Оренбургской обл., пр. Мира, 15 А**

**Тел. 23-56-54.**