

Чернюшок Галина Фадіївна



Дата народження: 21.12.84р.

Місце проживання: с.Моквин, вул..Першотравнева 12.

Місце роботи: Моквинський НВК «гімназія – ЗОШ I ступеня»

Освіта: вища

Спеціальність: вчитель початкових класів,
практичний психолог

Посада: практичний психолог

Педагогічний стаж: 6р.

Стаж на даній посаді: 4р.

Кваліфікаційна категорія – спеціаліст.

Проблемне питання: Шкільна дезадаптація учнів
початкових класів:причини, шляхи профілактики, корекція

ЗМІСТ

Вступ	4
Розділ І. Психологічний супровід професійного Самовизначення учнів	6
Розділ ІІ. Профорієнтаційні заняття психолога	11
Заняття для учнів 3-4 класів:	
Заняття 1.....	12
Заняття 2.....	14
Заняття 3.....	16
Заняття для учнів 9, 11 класів.....	18
Заняття 1.....	19
Заняття 2.....	22
Заняття 3.....	25
Заняття 4.....	28
Заняття 5.....	30
Заняття 6.....	34
Заняття 7.....	37
Тренінг: «Знайти свій шлях».....	43
Тренінг: «Ким бути?».....	47
Тренінг: «Завдання з багатьма невідомими».....	53
Тренінг: «Вибір майбутньої професії».....	59
Висновок	62
Додатки	63
Список використаних джерел	71

Список використаних джерел

1. Заняття психолога з старшокласниками //Психолог. Листопад 41-42(329-330) 2008.
2. Корольчук М. С., Крайнюк В. М. Теорія і практика професійного психологічного відбору. - К. : Ніка-центр, 2006.
3. Культура життєвого самовизначення:Методичний посібник/ За ред..І.Д.Звереві.- К., 2004.
4. Професійне самовизначення старшокласників. Методичний посібник. – К. : «Шкільний світ», 2006.
5. Профорієнтаційна робота в навчальному закладі// Психолог. Травень (353) 2009.
6. Пономаренко Л.П. Психология для старшеклассников. -В 2ч. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2001.
7. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. М.:Генезис, 2006.
8. Ященко Л. С. Активна соціально-психологічна підготовка до професійної діяльності молоді. – К. : Освіта, 2001.



У житті кожної людини настає такий час, коли необхідно замислитися над питаннями: «Хто я? Чим відрізняюся від інших людей? Ким бути у професійному плані?».

Вибір професії — важлива ланка в життєвому й професійному становленні людини. Саме професія дає людині змогу задовольнити основну гаму своїх потреб, реалізувати себе як особистість.

Життя показує, що у випадку правильного вибору юнаком або дівчиною професії виграє не тільки суспільство, що одержало цілеспрямованого суспільно корисно працівника, але, головне, — особистість, яка відчуває задоволення і одержує широкі можливості для самореалізації.

Тоді, відповідно, постає запитання: «Що ж таке правильний вибір професії? ».

Взагалі будь-який вибір професії можна розглядати як взаємодію двох сторін: молоді людини з її індивідуальними особливостями, які виявляються у схильностях, інтересах, характері, темпераменті, і спеціальності з вимогами, які вона висуває до людини. Відповідаючи на поставлене запитання, можна сказати, що при правильному виборі індивідуальні особливості молоді збігаються з вимогами професії.

Нині у світі існує величезна кількість професій. З'являються нові, змінюються характер і устрій праці в старих, що викликано активним впровадженням сучасної техніки й прогресивних технологій в усі сфери людського життя. Сучасному випускникові часом важко правильно зорієнтуватися в такому різноманітті можливостей, і часто вибір професії відбувається стихійно.

Актуальність проблеми професійного самовизначення полягає в тому, що в умовах нової соціальної реальності знайти своє місце у суспільстві дуже складно, тому молода людина потребує підтримки та допомоги, особливо на етапі самовизначення, який пов'язаний з вибором майбутньої професії.

Сучасний погляд на професійну успішність полягає в тому, що вона формується в трудовій діяльності, а не надана людині від народження. Для оволодіння професійною майстерністю необхідна позитивна професійна мотивація, тобто бажання працювати, а також відповідні здібності, на підставі яких формується навичка.

Основною метою профорієнтаційної діяльності практичного психолога є допомогти учням зорієнтуватися у світі сучасних професій та здійснити професійне самовизначення з урахуванням індивідуальних особливостей кожного.

(У всі професії, зокрема в робітничі, втілюється складна і цікава техніка, підвищується культура праці).

✚ Невміння розбиратися, відсутність звички розбиратися в своїх особистих якостях (здібностях, нахилах). (Розібратися у собі допоможуть профконсультанти, батьки, вчителі, товариші).

✚ Незнання або недооцінка своїх фізичних особливостей, недоліків при виборі професії. (Існують професії, які можуть бути протипоказані, тому що можуть погіршити стан твого здоров'я).

✚ Незнання основних дій, операцій і їх порядку при вирішенні, обмірковуванні задачі при виборі професії. (Коли ти вирішуєш задачу по математиці, то ти виконуєш певні дії в певному порядку. Було б розумно поступати також і при виборі професії).

Список помилок при виборі професії

- ✚ Відношення до вибору професії як до незмінного.
(Улюбій сфері діяльності відбувається зміна занять, посад по мірі росту кваліфікації людини. При цьому найбільших успіхів досягає той, хто гарно пройшов початкові кроки).
- ✚ Існує думка про престижність професії.
(У відношенні до професії з'являються непорозуміння коли, важливі для суспільства професії вважаються непристойними, негарними, наприклад: смітник, прибиральник).
- ✚ Вибір професії під прямим чи безпосереднім впливом друзів.
(Професію ми обираємо на свій “смак” і “розмір”, як і одяг та взуття).
- ✚ Перенос відношення до людини – представника тієї чи іншої професії – на саму професію. (При виборі професії слід враховувати особливості даного виду діяльності, а не обирати професію тільки тому, що тобі подобається або не подобається людина, яка займається даним видом діяльності).
- ✚ Захоплення тільки зовнішньою або іншою приватною стороною професії.
(За легкістю, з якою актор створює на сцені образ, стоїть напружена, щоденна праця).
- ✚ Порівняння шкільного предмету з професією або невдала відмінність цих понять. (Є такий предмет, як іноземна мова, а професій, в яких необхідна здатність до мови, багато – перекладач, екскурсовод, телефоніст міжнародного зв'язку... Тому при виборі професії слід враховувати, які реальні заняття і професії за цим предметом стоять).
- ✚ Застарілі уявлення про характер праці в сфері матеріального виробництва.

Розділ І. Психологічний супровід професійного самовизначення учнів

Допомогти учневі правильно вирішити проблему професійного вибору покликана профорієнтація.

Профорієнтація — «комплекс психолого-педагогічних і медичних заходів, спрямованих на оптимізацію процесу вибору професії відповідно до бажань, схильностей, здатностей і з урахуванням потреби суспільства у фахівцях».

Цілі профорієнтації:

- ❖ надання профорієнтаційної підтримки учням у процесі вибору профілю навчання та сфери майбутньої професійної діяльності;
- ❖ вироблення в школярів свідомого ставлення до праці, професійне самовизначення в умовах свободи вибору сфери діяльності відповідно до своїх можливостей, здібностей і з урахуванням вимог ринку праці.

Завдання профорієнтації:

1. одержання несуперечливих відомостей щодо переваг, схильностей і можливостей учнів для розподілу їх за профілями навчання;
2. забезпечення широкого діапазону варіативності профільного навчання за рахунок комплексних і нетрадиційних форм і методів, що застосовують на уроках та у виховній роботі елективних курсів;
3. додаткова підтримка деяких груп школярів, щодо яких легко спрогнозувати труднощі у працевлаштуванні;
4. вироблений гнучкої системи кооперації старшої школи з установами додаткової та професійної освіти, а також з підприємствами регіону.

Професійна орієнтація як цілісна, багаторівнева система містить взаємозалежні підсистеми (компоненти), об'єднані спільністю цілей, завдань і єдністю функцій.

Основними компонентами системи професійної орієнтації є: професійна освіта (профінформація), профконсультація й професійний відбір.

Професійна освіта — ознайомлення учнів з різними видами праці, особливостями професій, тенденціями їхнього розвитку.

Основою (джерелом) профінформаційної роботи є професіограма - опис професій та їхніх спеціальностей, які диференціюються вимогами до людини.

Опис професій (професіограм) містить такі аспекти:

- 1) загальні відомості про професію;
- 2) виробничу характеристику професії;
- 3) санітарно-гігієнічні умови праці;
- 4) психограму як характеристику психологічних вимог певної професії;
- 5) шлях отримання цієї професії.

Профконсультація — це «система психолого-педагогічного вивчення особистості для надання їй допомоги у виборі такої професії, у якій найповніше реалізувалися й розвивалися б її здібності».

У проведенні професійної консультації виділяють два етапи — первинна профконсультація й поглиблена профконсультація.

Первинна профконсультація — це форма індивідуальної консультації, проведеної із групою (5—7 осіб), у процесі якої відбувається навчання правил вибору професії, дається інформація про різноманіття професій, про інтереси й схильності. Результатом консультації є формування професійного плану учня, підвищення ступеня усвідомленості й відповідальності вибору.

Поглиблена індивідуальна профконсультація ґрунтується на глибокому всебічному вивченні школяра: його схильностей, інтересів, стану здоров'я й фізичного розвитку, рівня структури уваги, мислення, ручної моторики, особливостей характеру й темпераменту. При цьому враховуються думки батьків і вчителів, особливості референтної групи.

У результаті профконсультації виявляється індивідуальна структура здібностей, що дозволяє побачити позитивні й негативні тенденції в підготовці до професії, до шляху організації професійного навчання.



Таким чином, підсумком професійної орієнтації є сформоване в учнів професійне самовизначення. Показниками

- Що станеться, якщо зірветься найкращий варіант?
- Наскільки швидко можна ліквідувати наслідки невдачі?
- Чи можливе бистре переключення на один із запасних варіантів?
- Що станеться, якщо зірветься і перший, і запасний варіанти.

Додаток 6.

Алгоритм “Послідовність прийняття рішення”

1. **Визначить мета** (ваша мета повинна бути максимально конкретною).
Чого я хочу досягнути:
 - яка кваліфікація?
 - рівень оплати?
 - кар'єра (посада)?
 - в який термін?
 - ще щось?
2. **Визначить засоби** (що ви можете використати для досягнення мети):
 - знання і інформація
 - досвід
 - вміння та навички
 - кваліфікація
 - особисті якості
 - допомога інших людей
 - ще щось.
3. **Відпрацюйте варіанти** (варіанти – це конкретні місця роботи або навчання, через які досягнете своєї мети)
 - варіант 1
 - варіант 2
 - варіант 3(три варіанти – це мінімум. Є ще щось?).
4. **Позитивно оцініть варіанти.**
 - чи відповідають ці варіанти вашій головній меті?
 - Наскільки кожен із варіантів бажаний для вас?
 - Який із варіантів можливий?
 - Який варіант найбільше підходить вам?
 - Які варіанти можна назвати запасними?
5. **Оцініть можливість невдачі.**
 - наскільки реальна невдача найкращого із варіантів?
 - Наскільки реальна невдача запасних варіантів?

його є:

- ✓ уявлення про зміст та умови праці, можливі труднощі при досягненні поставленої мети; знання вимог професії до людини; своїх здібностей; уявлення про потреби суспільства у фахівцях цієї професії;
- ✓ визначення шляху отримання професії, способів подолання можливих труднощів; уміння співвіднести вимоги професій і свої здібності;
- ✓ упевненість у високій соціальній значимості обраної професії, прагнення до досягнення високих результатів у професійній діяльності; стійке позитивне ставлення до професії та до себе як до суб'єкта професійної діяльності.

Участь у профорієнтації й допомога учням в обґрунтованому виборі професії — одна з найважливіших сторін роботи практичного психолога навчального закладу.

При соціально-психологічному супроводі професійного вибору учнів використовуються бесіди, диспути, вправи, ігри профорієнтаційного змісту, які дають можливість створити позитивне середовище, в якому учні можуть навчатися новим способам дій і поведінковим реакціям; експериментувати з новими стратегіями у вирішенні проблем; усвідомлено поставитися до вибору майбутньої професійної діяльності.

Психологічний супровід вибору професії здійснюється за такими напрямками:

1. Виявлення інтересів, нахилів, здібностей старшокласників та мотивів вибору профілю навчання.
2. Вивчення рівня їхньої готовності до профільного навчання за кількома вимірами: соціально-психолого-індивідуальним, діяльнісним, генетичним.
3. Психологічна просвіта старшокласників:
 - ознайомлення з потребами регіону у певних типах спеціалістів та сферах професійної діяльності;
 - ознайомлення старшокласників з вимогами різних типів професій до індивідуально-психологічних особливостей людини;
 - проведення практичних занять зі старшокласниками.
4. Консультування. Консультування учнів для:
 - психологічного аналізу особистості учня;
 - зіставлення психологічної структури його особистості з

вимогами певної професії;

- визначення шляхів подальшого розвитку особистості і способів цілеспрямованої допомоги у цьому.

Консультування учителів для:

❖ ознайомлення з потребами й інтересами старшокласників для врахування цього у навчально-виховній діяльності;

❖ планування шкільних цільових заходів із профорієнтаційної роботи.

5. Робота у системі батьківського психологічного всеобучу, яка містить бесіди, групові та індивідуальні консультації, батьківські тематичні збори, батьківські конференції для надання психологічної допомоги у визначенні майбутньої професії дітей.

6. Здійснює моніторинг готовності школярів до профільного й професійного самовизначення шляхом анкетування учнів та їхніх батьків.

7. Проводить тренінгові заняття із профорієнтації учнів.

8. Здійснює психологічні консультації з урахуванням вікових особливостей учнів.

9. Сприяє формуванню в школярів адекватної самооцінки;

Система роботи зі сприяння професійному самовизначенню старшокласників допомагає учням підвищити власний рівень професійної зрілості, тобто здатності зробити самостійний професійний вибір, використовуючи при цьому:

- власні ресурси та отриману інформацію;
- зрілість інтересів;
- незалежність від обставин та інших людей;
- реалізм професійних переваг;
- відповідність між уподобаннями та здібностями.

Ефективне здійснення профорієнтації як науково-практичної системи підготовки особистості до вільного і свідомого професійного самовизначення фактично неможливе без виявлення, аналізу, оцінки та врахування інтересів особистості, якими детерміновано вибір певного життєвого шляху саме в період самовизначення.

Додаток 5.

Алгоритм “ 7 кроків до вагшого рішення”

1. СКЛАСТИ СПИСОК ПІДХОДЯЩИХ ПРОФЕСІЙ.

Складіть список професій, які вас цікавлять, вам подобаються, якими б ви хотіли оволодіти.

2. СКЛАДІТЬ ПЕРЕЛІК ВИМОГ ДО ОБРАНИХ ВАМИ ПРОФЕСІЙ. Складіть список своїх вимог:

- обрана професія і майбутній рід занять

- обрана професія і життєві цінності

- обрана професія і життєві цілі

- обрана професія і мої гарячі проблеми

- обрана професія і реальне працевлаштування за спеціальністю

- бажаний рівень професійної підготовки

- обрана професія і мої здібності та нахили

- бажаний зміст, характер і умови праці.

3. ВИЗНАЧІТЬ ЗНАЧИМІСТЬ КАЖНОЇ ВИМОГИ.

Визначте, наскільки всі перераховані вами вимоги значимі.

4. ОЦІНІТЬ СВОЮ ВІДПОВІДНІСТЬ ВИМОГАМ ДО КОЖНОЇ ОБРАНОЇ ВАМИ ПРОФЕСІЇ.

Крім вимог, які є у вас до професії, існують і вимоги самої професії. Проаналізуйте, чи розвинені у вас професійні якості, відповідні інтелектуальні здібності, психологічні особливості, стан здоров'я у відповідності до вимог обраної професії.

5. ПІДРАХУЙТЕ І ПРОАНАЛІЗУЙТЕ РЕЗУЛЬТАТИ.

Проаналізуйте, яка професія із списку більше підходить вам по всім пунктам.

6. ПЕРЕВІРТЕ РЕЗУЛЬТАТИ.

Для впевненості в правильності ваших розмірковувань, обговоріть своє рішення з друзями, батьками, вчителями, іншими людьми, яким ви довіряєте.

7. ВИЗНАЧІТЬ ОСНОВНІ ПРАКТИЧНІ КРОКИ ДО УСПІХУ.

Ви прийняли рішення, тепер важливо визначитися: в якому навчальному закладі ви можете отримати професійну освіту, як розвивати в собі професійно важливі якості, як можна отримати практичний досвід роботи за даною спеціальністю, як підвищити свою конкурентноздатність на ринку праці.

Список мотивів

	1/8	1/4	1/2	фінал
1. Можливість прославитися, стати відомим.				
2. Можливість продовжити сімейні традиції.				
3. Можливість продовжити навчання із своїми друзями				
4. Можливість служити людям.				
5. Заробітна плата.				
6. Значення для економіки держави, суспільства державне значення професії.				
7. Легкість в отриманні роботи.				
8. Перспективність роботи.				
9. Можливість виявляти свої можливості.				
10. Можливість спілкуватися з людьми.				
11. Можливість отримати більше знань.				
12. Різноманітність змісту роботи.				
13. Романтичність, благородство професії.				
14. Творчий характер праці, можливість робити відкриття.				
15. Важка, складна професія.				
16. Числа, легка, спокійна робота.				

Критерії ефективності

профорієнтаційної роботи



- достатня інформація про професію й шляхи її здобуття. Без чіткого уявлення про зміст і умови праці в обраній професії школяр не зможе зробити обґрунтованого вибору. Показником достатності інформації в цьому разі є чітке уявлення учня про вимоги професії до людини, конкретне місце її здобуття, потреб суспільства в цих фахівцях;

- потреба в обґрунтованому виборі професії. Показники сформованості потреби в обґрунтованому професійному виборі професії — це активність, яку самостійно проявляє школяр, з одержання необхідної інформації про ту або іншу професію, бажання (не обов'язково реалізоване, але виявлене) випробувати свої сили у конкретних сферах діяльності, самостійне складання свого професійного плану;

- упевненість школяра в соціальній значущості праці, тобто сформоване ставлення до неї як до життєвої цінності. За даними досліджень життєвих цінностей учнів 8—11 класів ставлення до праці як до життєвої цінності залежить від потреби в обґрунтованому виборі професії;

- ступінь самопізнання школяра. Від того, наскільки глибоко він зможе вивчити свої професійно важливі якості, значною мірою залежатиме обґрунтованість його вибору.

Розділ II. Профорієнтаційні заняття психолога

Особливо важливо правильно обрати професію. Вимоги професії до людини повинні співпадати з її психологічними рисами. Правильному вибору заважає дефіцит знань про самі професії, невміння оцінити власні здібності, інтереси, схильності і співвіднести їх з конкретною професією. Тому профорієнтаційні заняття — це, перш за все, виявлення і формування інтересів, нахилів, здібностей школярів, визначення шляхів і умов ефективного управління професійним самовизначенням. Також це - формування професійних намірів відповідно до інтересів і потреб.

Вироблення позитивного ставлення до світу професій розпочинаємо з молодшого шкільного віку.

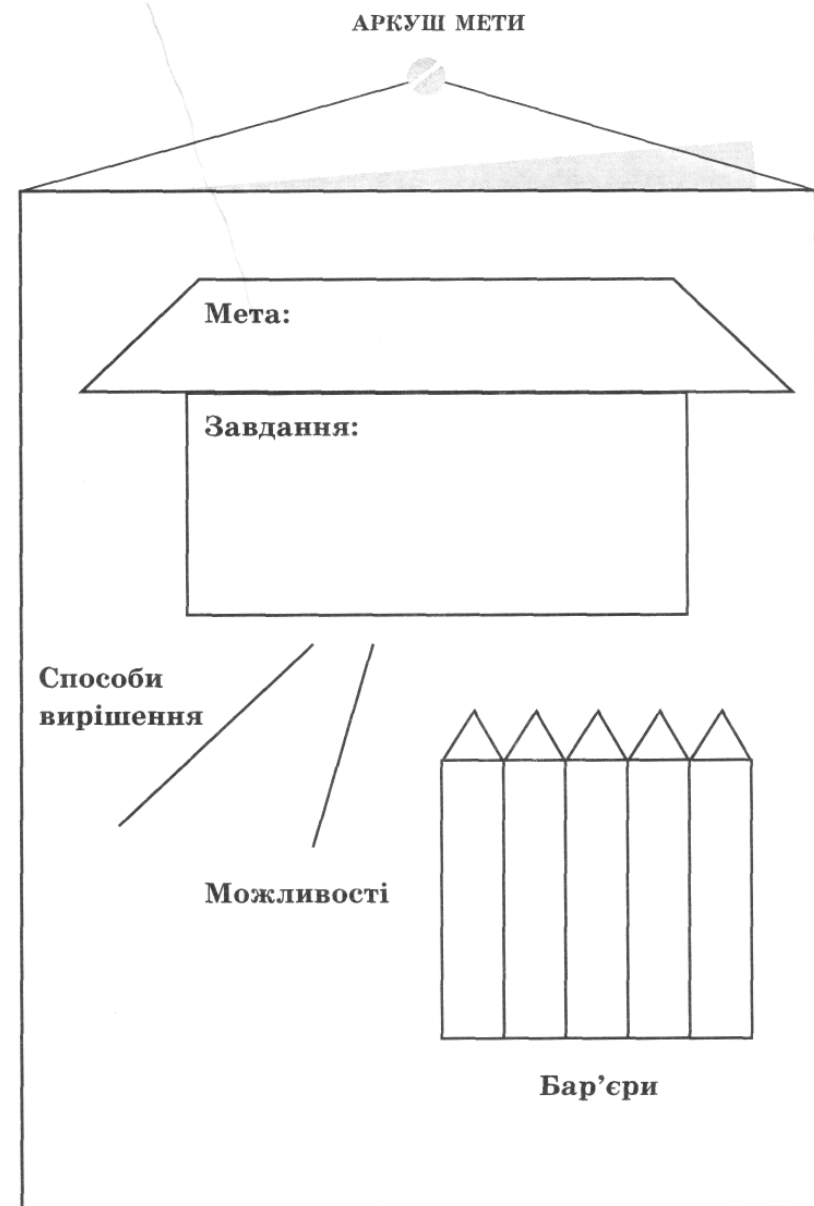
Пропоную декілька занять для учнів 3-4 класів на тему:

«Усі професії хороші»



Мета: пояснити дошкільнятам значення поняття «професія», формувати в них повагу до людей різних професій; створювати позитивну атмосферу в колективі дітей; вдосконалювати пам'ять, мислення, розвиток пізнавальних процесів, стійкості та зосередженості уваги, уяви; навчати прийомів саморелаксації, зняття психом'язового напруження.

Додаток 2.



Додаток 1.

№№з/п	Типи й підтипи професій	Професії цього типу	Професійні вимоги до людини
1	2	3	4

Вправа «Привіт»

Мета: створити атмосферу довіри, зняти напруження.

Діти вітаються носиками.

Повідомлення теми заняття.

Вправа «Назви професію»

Мета: розвивати пізнавальні здібності.

Сьогодні до нас принесли пакунок, але відкрити його можна тільки тоді, коли назвемо всі професії, які я опишу:

Хто це смачно варить борщ

І компот готує?

Каші з жару дістає,

І дітей частує? (*Кухар.*)

Що у кого заболить,

Зразу кажуть: «Ай, болить!».

Ім спішить на допомогу добрий... (*Лікар Айболить.*)

Модну зачіску він зробить

І волосся підстриже. (*Перукар.*)

— Діти, чи важко було відгадати назву професії? Чому?

Вправа «Плутанина»

Мета: вдосконалювати пам'ять, мислення, розвивати уяву.

Ось і відкрився наш пакунок. Але речі у ньому перемішалися. Давайте розкладемо їх відповідно до професій.

На картинках — зображення людей за професіями. Доберіть предмети, потрібні для їхньої роботи.

Вправа «Відгадай професію»

Мета: навчити елементів техніки виразних рухів.

Зображення за допомогою міміки і жестів людей різних професій.

Релаксація

Мета: навчити прийомів саморозслаблення.

Війки опускаються.

Повіки стуляються...

Сном чарівним засинаємо,

Уві сні відпочиваємо...

Гріє сонечко в цей час,

Ручки й ніжки теплі в нас...

Добре нам відпочивати,

Але час уже вставати.

Потягнімося, усміхнімося!

До нових зустрічей!



Висновки

Таким чином, ми бачимо, що вибір професії — складний і тривалий процес. При виборі професії варто враховувати професійні інтереси, схильності юнаків і дівчат, риси їхнього характеру й мотиви вибору професії. Крім того, старшокласники потребують допомоги при виборі професії. Заняття психолога сприяють формуванню в молоді мотивів вибору професії, а також рис особистості, важливих для успішної трудової діяльності взагалі й за певною професією зокрема. Потрібно сформулювати в учня внутрішню готовність і потребу самостійно, свідомо визначати й обирати шляхи реалізації перспектив свого розвитку.

Таким чином, підсумком професійної орієнтації є сформоване в учнів професійне самовизначення. Показниками його є:

- уявлення про зміст та умови праці, можливі труднощі при досягненні поставленої мети; знання вимог професії до людини; своїх здібностей; уявлення про потреби суспільства у фахівцях цієї професії;
- визначення шляху отримання професії, способів подолання можливих труднощів; уміння співвіднести вимоги професій і свої здібності;
- упевненість у високій соціальній значимості обраної професії, прагнення до досягнення високих результатів у професійній діяльності; стійке позитивне ставлення до професії та до себе як до суб'єкта професійної діяльності.

Вибір майбутньої професії - це серйозний крок, який кожен робить на підставі інформації, отриманої з різноманітних джерел, рівня своїх знань з профільних предметів та власних природних здібностей. Зробити гарний вибір професії — це значить вибрати роботу, що, по-перше, потрібна людям, по-друге, може бути вам доступною і до снаги, і, по-третє, може приносити вам радість і задоволення.

Вибір професії відбиває певний рівень особистих прагнень.

Вступ до навчального закладу є важливим життєвим проектом реалізувати який потрібно якнайкраще.

*Життя - це ряд зусиль. Ми бачимо мету,
але не завжди бачимо дорогу.*

В. Шкловський

Заняття 2

Мета: аналіз помилок при виборі професії, знаходження засобів захисту від помилок.

Матеріали – список “помилки при виборі професії” (додаток 7).

1. Із списку “Помилки” потрібно відібрати 3 помилки, які на ваш погляд, є найбільш “небезпечними” для вас.

2. Кожен учасник оголошує свої помилки, а тренер записує їх на фліп-чарті і відмічає їх кількість.

3. Проаналізувати, які помилки отримали більшу кількість виборів і дати відповідь на три запитання:

Що потрібно Закінчити робити, щоб запобігти цієї помилки?

Що потрібно Продовжити робити, щоб запобігти цієї помилки?

Що потрібно Почати робити, щоб не зробити цієї помилки?

4. Після візуалізації рейтингу помилок проводиться “мозковий штурм” по знаходженню засобів захисту від помилок, послідовно переходячи від однієї помилки до іншої.

Вправа «Порадник»

Мета: отримати кожним учасником групи набір рекомендацій про професійне майбутнє від інших учасників тренінгу.

Матеріали – набір паперових карток.

1. Кожному учаснику буде надана можливість проявити себе як профконсультант. Для цього потрібно написати свої побажання для кожного учасника групи на картці з іменем людини і дати рекомендації – яку професію обрати і де можна буде вчитися (в якому навчальному закладі).

2. Потім роздати картки один одному, і таким чином у кожного учасника з’явиться свій набір порад.

Рефлексія учасників тренінгу

Вправа «Створюємо гавеня настрої»

Мета: навчити керувати своїм настроєм, встановити позитивний настрій у колективі.

Щоби гарний настрій мати —

Треба друзів привітати.

У два боки повернись

І до друга усміхнись.

Діти, сьогодні ми знову говоритимемо про професії. Чи знаєте ви, ким працюють ваші батьки? Вам подобаються їхні професії?

— Що ви відчуваєте, коли згадуєте професії батьків?

Вправа «Де я був?»

Мета: розвивати логічне мислення.

1. Я бачив гребінець — де я був? (*У перукарні.*)

2. Я бачив шприц — ...

3. Я бачив хліб, цукерки — ...

4. Я бачив багато ліків — ...

5. Я бачив багато книжок — ...

6. Я бачив парту, крейду — ...

— Чи сподобалась вам подорож? Чому?

Вправа «Хто що робить?»

Мета: навчити прийомів узгодження дії з професією.

1. Учитель (*Що робить?*) — ... вчить, навчає;

2. Кухар — ... (*готує*);

3. Будівельник — ... (*будує*);

4. Прибиральниця — ... (*прибирає*);

5. Продавець — ... (*продає*);

6. Художник — ... (*малює*);

7. Письменник — ... (*пише*);

8. Фотограф — ... (*фотографує*);

9. Праля — ... (*пере*);

10. Лікар — ... (лікує);
 11. Двірник — ... (прибирає);
 12. Вихователь — ... (виховує).
- Ви знайшли себе серед цих професій? У якій саме і чому?

Вправа «Попрацюймо»

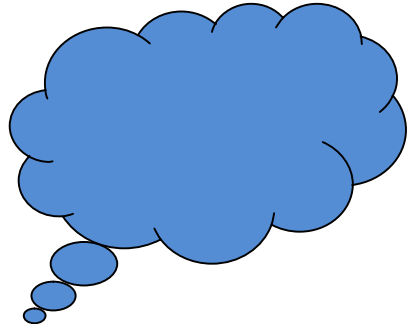
Мета: згуртування дитячого колективу, створення позитивного настрою.

Нумо, діти, до роботи! Покажіть свою охоту. Зараз дрова рубаємо, Тепер багаття розкладаємо, У відрі воду носимо, Потім кашу варимо. А тепер усі співаємо, Та ще й гарно танцюємо, Усіх розважаємо.

Релаксація

Мета: навчити прийомів саморозслаблення.

Повіки спати хочуть,
І ноги задрімали,
Заплющуються очі...
І руки сонні стали.
Ми тихо засинаємо,
І в цю хвилинку
У сон поринаємо,
Легенькі, як пушинки.
До нових зустрічей!



Вправа “Алгоритм прийняття рішення – графічне зображення”.

Мета: ознайомити з різними алгоритмами прийняття рішення при виборі професії.

Матеріали – алгоритм “7 кроків до вагального рішення” та “Послідовність прийнятого рішення” (додатки 5,6), листи ватману, старі газети, журнали, ножиці, клей, фломастери.

Об’єднати учасників у 2 групи. Кожна група обирає один із варіантів алгоритмів прийняття рішення, пов’язаного з вибором професії.

Завдання групі – ознайомитися з даним алгоритмом і створити графічне зображення (колаж), використовуючи газети, журнали, малюнки, знаки, назви. Показати куди потрібно рухатися людині, яка приймає відповідальне рішення. Графічне рішення може бути у вигляді настільної гри.

Після завершення створення колажу, команди міняються роботами і пробують використати в дії отриманий алгоритм.

Обговорення створених робіт і використання алгоритмів.

Вправа “Продовження казки “Хочу-можу-треба”

Мета: драматизація трьох компонентів формули вибору професії.

Матеріали – папір, олівці, фломастери.

1. Робота в групах

Тренер розповідає казку, продовження якої учасники повинні придумати самі.

Іде герой по дорозі (героя придумайте самі – це може бути Чебурашка,

Термінатор, Вовочка ін.). Бачить він камінь, а на камені написано: “Ліворуч підеш – знайдеш те, чого хочеш; прямо підеш – знайдеш те, що можеш; а праворуч підеш – знайдеш те, що треба...”

3. Продовжить казку таким чином, щоб навчити інших людей обирати професію за формулою “Хочу-Можу-Треба”.

4. Можна зробити інсценізацію казки.

5. Обговорення. Чому вчить ваша казка?

Вправа “Рейтинг помилок”

Тренінг



«Вибір майбутньої професії»

Мета: формування в учнів відповідального

ставлення до вибору професії; активізація проблеми успішного вибору професії.

Привітання учасників тренінгу.

Інформаційне повідомлення “Світ професій”

Вправа “Ланцюжок професій”

1. Пропонується по колу побудувати ланцюжок професій: до запропонованої професії підібрати в чомусь близьку професію (наприклад - Металург, наступна Повар, далі – близька до Повара і т.д.).

Важливо, щоб кожен учасник зміг пояснити, в чому схожість названих професій (по ходу вправи можна задавати учасникам запитання).

2. Робота в малих групах (3-5 чоловік). Кожна група повинна побудувати ланцюжок з 7 ланок між двома різними професіями:

дресирувальник тварин – водолаз

швачка – космонавт

шахтар – вихователь дитячого садку

вальник лісу – програміст

перукар – авіадиспетчер

Завдання – знайти спільну характеристику, спільні риси професій.

3. Обговорення. Звернути увагу на те, що між різними професіями можуть бути спільні лінії, зв'язки. Тому не варто в професійному виборі заціклюватися на одній професії.

Заняття 3

Вправа «Усмішка по колу»

Мета: встановлення позитивного настрою у групі однолітків.

Діти тримаються за руки, по черзі усміхаються до свого сусіда праворуч і кажуть: «Вітаю», — потім те ж саме, але сусідові ліворуч.

Бесіда «Що таке професія?»

Мета: закріпити знання про професії, формувати вміння висловлювати свої почуття.

Діти відповідають на запитання:

— Що таке професія?

— Які професії ти знаєш?

— Чи знаєш ти професію своїх батьків?

— Люди яких професій проживають у нашому селі?

Вправа «Продовж думку»

Мета: підвищувати самооцінку дітей, розуміння бажань партнера під час розповідей.

— Я хочу бути..., щоб...

Вправа «Назви за описом»

Мета: розвиток мисленнєвих процесів.

Я називатиму дії, які виконує людина, а ви вгадайте її професію.

1. Ваш одяг буде, як картинка: все по вас — рукав і спинка. Пришійте рівно комірцець. Хто так старається? (*Кравець.*)

2. Ще до зорі прокидається звук, першим стрічає сонце у місті. Двір наш і вулиця щоб були чисті, трудиться з раннього ранку... (*Двірник.*)

3. Як у народі називають того, хто землю обробляє, хто ниви житом засіває, високі врожаї збирає? (*Хлібороб.*)

4. Робить ліки й продає. Відгадали, хто він є? (*Аптекарь.*)

5. Від хвороб людей лікує, з ліками на них чатує. (Лікар.)

6. Є паличка в нього в руках чарівна, за мить всі машини зупинить вона. І він на дорозі з нею працює, і за порядком у місті пильнує. (Регулювальник.)

— Чи важко було назвати професію? Яку найважче? Чому?

Вправа «Художник»

Мета: розвиток зорової пам'яті.

3 групи оберіть двох дітей. Один — «художник», а інший замовляє йому свій портрет. Решта — глядачі. Художник уважно дивиться на замовника 1,5—2 хв, а потім повертається до глядачів і по пам'яті описує його зовнішність. Гру повторить 3—5 разів.

Релаксація

Мета: навчити прийомів саморозслаблення.

Ми — маленькі зайченята,

Ми гуляємо в долині...

Плечі рівно слід тримати,

Ну а руки — на колінах.

Дихаємо рівно, глибоко, спокійно.

А тепер — одну хвилину

Зайченятко відпочине.

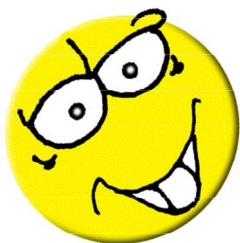
Ручки в нас — легкі та вільні...

Так, дівчатка і хлоп'ятка,

Пальцям час відпочивати.

Дихаємо рівно, глибоко, спокійно.

До нових зустрічей!



Обговорення результатів вправи:

Як ви визначили, що дана професія так характеризується?

Звідки про це знали?

Список характеристик професій:

«зелена»	«солодка»	«волохата»	«дитяча»
«смішна»	«висока»	«розумна»	«чоловіча»
«жіноча»	«грошова»	«смілива»	«говірлива»
«уважна»	«модна»	«непосидюча»	«технічна»
«спокійна»	«незалежна»	«відповідальна»	«смачна».

Вправа «Тест кінцевого змісту»

Мета: сформулювати уявлення про високі цілі своєї життєдіяльності.

Матеріали: 5 аркушів паперу на кожного учасника, олівці, фломастери.

У кожного учасника по 3 аркуші паперу, які в кутах необхідно пронумерувати.

На листі № 1 записати відповідь на запитання: «Для чого я прийшов на тренінг? Що хочу отримати? Яка моя мета тут?»

Тепер на аркуші № 2 дайте відповідь на запитання: «А навіщо особисто мені потрібне те, що записано на листі №1»

Тепер на аркуші № 3 напишіть: «Навіщо саме мені потрібно те, що записано на аркуші № 1?»

Обговорення. Зачитуються всі записи.



Незакінчені речення

Я збираюсь ...

Я бачу свою професійну ціль у тому, щоб ...

Я прагну ...

Я можу досягнути успіху ...

У мене належний вік для ...

Я абсолютно впевнений, що я хочу...

Мій успіх пов'язаний ...

У мене є те, що необхідно для ...

Я знаю, що я буду ...

Я впевнений ...

Мені гарно мати ...

Мені гарно бути ...

В роботі я задовольню своє бажання...

У мене є природний потяг...

Моє навчання або робота дозволять мені ...

Для мене зручно і вигідно...

У мене є здібності для ...

Я мрію ...

Мій професійний інтерес спрямований ...

У мене достатньо сил і бажання ...

Моє сьогоднішнє становище дозволяє...

Запитання:

Чи пов'язані мої професійні бажання з визначеними місцями роботи або навчання?

Чи існують можливості професійної кар'єри, інші місця роботи чи навчання, які в більшій мірі задовольняють мої бажання?

Чи достатньо я проінформований проте, як будуть задовольнятися мої бажання в тих місцях роботи або навчання, які я собі попередньо визначив?

Вправа «Вгадай професію»

Мета: підвищити рівень орієнтації в світі професійної праці, краще пізнати особливості професій, пов'язаних з престижністю.

Тренер пропонує незвичайні характеристики професій.

Учасники повинні назвати професію, які відповідає даній характеристиці.

Відповіді фіксуються на дошці.



Пропоную профорієнтаційні заняття та тренінги для учнів 9,11 класів, які допоможуть старшокласникам зробити правильний вибір майбутньої професії.





«Я обираю професію»

Заняття 1

Заняття 1

Мета: визначення особистого ставлення учнів до світу професій; формування усвідомлення учнями важливості вибору професії в житті людини.

Вступне слово

Психолог пише на дошці вислів: «Знайти своє покликання — джерело щастя».

Мудрість потрібна людині для того, щоб пізнати себе, осмислити свої здібності й спроможності, правильно оцінити життєву перспективу. Вища мудрість — знайти самого себе.

Обираючи професію, людина здійснює не тільки вибір роду занять, але й складний процес самовизначення, тому що це обертається необхідністю визначити своє місце в житті.

Вибір професії означає:

- Ким бути? (Місце в суспільному розподілі праці, міра задоволення матеріальних і духовних потреб.)
- До якої соціальної групи належати? (Соціальний статус.)
- Де працювати? (Вибір професії й місця проживання.)
- З ким працювати? (За статевими чи віковими ознаками, соціальним статусом.)
- Який стиль життя обрати? (Режим роботи, вільний час, захоплення, інтереси.)

Вправа «Асоціації»

Мета: з'ясувати ставлення учнів до вибору професії, можливі мотиви.

Інструкція: назвіть і запишіть 1—2 поняття, які спадають вам на думку, коли чуєте слово «професія».

Учасників об'єднати у пари, в яких вони повинні обговорити свої рішення один з одним, допомогти збільшити список професій або рід діяльності, які краще підходять до мотивів.

Вправа “Гра в лотерею”.

Мета: пояснити наслідки неправильного вибору професії; зрозуміти необхідність активних дій щодо вибору професії.

Матеріали: картки, ручки.

Учасникам необхідно на чистих картках написати по 3 назви професій, якими б вони бажали займатися протягом життя.

Далі картки перемішують і кожен учасник обирає лише 1 картку (як у лотереї).

Результати вибору обговорюються всією групою.

Тренер просить піднятися тих, хто отримав картку зі своєю професією.

Можна підрахувати відсоток тих, кому пощастило у виборі.

Можна розповісти, що трапиться з їх життям, якщо доля “подарує” їм ці професії, які отримали.

Можна пофантазувати і описати новий Світ, в якому будуть тільки заявлені однотипні групи професій.

Обговорення.

Що було важко?

Що відчували під час проведення вправи?

Вправа “Мої професійні бажання”

Мета: усвідомлення своїх професійних бажань; встановлення зв'язку між професійними бажаннями та місцем роботи або навчання.

Матеріали : список незакінчених речень.

Із списку незакінчених речень необхідно вибрати 5 речень і закінчити їх написання.

Після цього звернути увагу на три додаткових запитання. Дати на них відповідь. Учасникам необхідно мати умовні місця роботи або навчання, при відсутності – придумати.

Поділити учасників на малі групи (можна самотійно) і обговорити відповіді на 3 запитання. Можна давати поради один одному.

Обговорення.

уточнити відповіді.

Що було важко?

Що відчували під час проведення вправи?

Що сподобалося?

Визначення правил роботи групи.

Учасники групи спільно виробляють правила роботи, які записуються на ватмані.

Орієнтовні правила:

Поважати думку кожного.

Підтримувати один одного.

Бути доброзичливим.

Бути активним.

Не критикувати.

Не давати оцінок.

Бути цілеспрямованим.

Дотримуватися гендерної рівності.

Створювати комфортні умови.

Дотримуватися регламенту.

Вправа “Змагання мотивів”

Мета: допомогти учасникам на практиці зрозуміти особливості свідомого вибору професії.

Учасникам необхідно визначити головну причину, за якою обирається професія.

В роздаткових матеріалах (додаток 4) обираємо переважаючий мотив в кожній парі і записуємо номер переможця в колонці 1/8. Потім порівнюємо мотиви-переможці і отримуємо 4 головних мотиви вибору професії. Потім влаштуємо півфінал і фінал. На завершення, визначимо три перших місця – три свої головні мотиви вибору професії.

Після виконання завдання необхідно провести опитування всіх учасників і визначити кожному свої два головних мотиви-переможця. Результати опитування відмітити на ватмані, на якому попередньо записані номери (від 1 до 16) мотивів. Таким чином, формується групова статистика.

Обговорення. Подивитися на свої мотиви-переможці (перші три місця) і спробувати знайти 3-4 професії, які краще відповідають вашому набору мотивів.

Рекомендація ведучому: під час обговорення варто звернути увагу учнів на те, що асоціації бувають різні, і частіше вони відображають ставлення людини до проблеми (професії), яка її хвилює.

Робота в групах

Мета: підвести до усвідомлення учнями значимості правильного вибору професії.

Учасники діляться на дві групи. Кожна із груп одержує завдання: протягом 10 хв. дати відповідь на одне з питань:

— Наскільки важлива професія в житті людини?

— Хто і що впливає на вибір професії? Презентація напрацювань груп.

Рефлексія

— Що нового ви відкрили для себе?

— Що з'ясували для себе?

— Що вас здивувало, зацікавило?

— Які враження, думки виникали під час заняття?

Вправа «Світ професій»

Мета: актуалізувати знання учнів про професії, вимоги, які ставить професія до людини.

Учні поєднуються в групи по 6—7 осіб і протягом 20—25 хв. заповнюють таблицю. (додаток 1)

Обговорення напрацювань. Рефлексія учасників

Психолог. Кожна окремо взята професія — це цілий світ, цікавий і незвичайний. Існує багато різних спеціальностей, тому вибір професії — це завдання з багатьма невідомими. Існує чимало класифікацій професій.

Наприклад, відповідно до типології Є. Климова, професії поділяються на такі групи:

- за критерієм «умови праці»;
- за критерієм «продукція»;
- залежно від особливостей основного предмету праці (на що або кого спрямована трудова діяльність);
- за критерієм «рівень освіти».

А ми спробуємо створити свої типології професій за різними критеріями.

Практичне заняття

Мета: розширити знання учнів про світ професій і їхніх особливостей.

Учасники об'єднуються в групи по 5—6 осіб і пропонують свої типології професій (15 хв). Колективне обговорення.

Ведучий зачитує інформацію про 5 типів професій відповідно до класифікації Є. Климова.

1. «Людина — людина» — продавці, учителі, лікарі, вихователі, журналісти, бібліотекарі тощо.

2. «Людина — природа» — ботаніки, лісники, агрономи, ветеринари тощо.

3. «Людина — техніка» — слюсарі, інженери, мотористи, швачки, водії, токарі, монтажники тощо.

4. «Людина — знакова система» (ті, хто має справу з різними умовними знаками, шифрами, кодами, формулами) — коректор, друкар, програміст, кресляр, касир тощо.

5. «Людина — художній образ» — дизайнери, художники, візажисти, гримери, композитори, скульптори, живописці тощо.

Вправа «День із життя»

Мета: уточнити знання учнів про змістовний бік окремих професій.

Учасники об'єднуються в групи по 4 особи. Кожна група вибирає професію.

Інструкція: скласти розповідь про типовий робочий день людини обраної професії (10 хв).

Рефлексія учасників. Підбиття підсумків заняття



проблеми регіону, розвиток економіки суспільства.

Пояснення процесу життєвого самовизначення.

Професійне середовище – це частина загального процесу життєвого самовизначення. Для того, щоб зрозуміти як визначитися у професійному аспекті, необхідно розібратися в механізмах життєвого самовизначення.



Визначення очікувань. Вправа “Автобусна зупинка”

Мета: збір очікувань учасників від тренінгу.

Запитання до учасників: “Що роблять люди, коли очікують на зупинці автобус?”.

Відповіді

Поділитися на 3 групи. В різних кутах кімнати висять листи ватману з

написами - “ЗНАТИ” “ВМІТИ” “ВІДЧУТИ”.

Кожна група займає місце біля листа (зупинки) і записує все, що очікує від тренінгу, використовуючи метод “мозкового штурму”.

“ЗНАТИ” – які знання хочете отримати

“ВМІТИ” – які навички хочете освоїти

“ВІДЧУТИ” – які почуття хочете пережити.

По сигналу тренера “Автобус приїхав”, групи переходять до наступної “зупинки” – листа. Повторювати записане не потрібно, записувати своє власне.

Обговорення. Прочитати, що написали учасники на листах,

Завдання з багатьма невідомими!

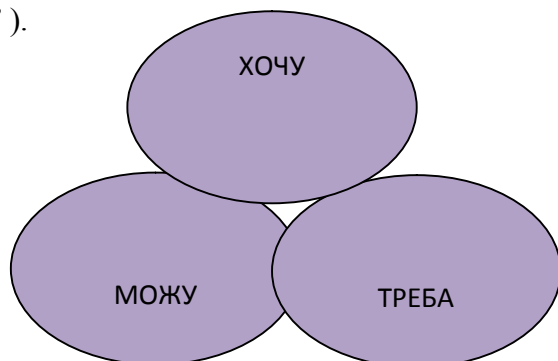
Мета: Допомогти учням зорієнтуватися у світі сучасних професій та здійснити професійне самовизначення з урахуванням психолого-індивідуальних особистісних властивостей.

Завдання:

1. активізувати інтерес учнів до самостійного вибору майбутньої професії на основі індивідуальних властивостей, схильностей, здібностей та вимог до сучасного ринку праці;
2. оволодіти інструментами для свідомого і відповідального вибору.

Привітання учасників тренінгу. Повідомлення теми та мети тренінгу.

Презентація формули вибору професії “Хочу – Можу – Треба”.
(“три кита”).



1. Пояснити значення кожного компоненту.
ХОЧУ – бажання, цілі, інтереси, домагання.
МОЖУ – простір здібностей, талантів, стан здоров'я.
ТРЕБА – запити ринку праці, соціально-економічні

Заняття 2

Мета:

- обговорення найхарактерніших особливостей деяких професій;
- ознайомлення з алгоритмом вибору професії;
- виховання поваги до праці, будь-якої професійної діяльності.

Вступне слово

Психолог. Професій дуже багато. Тому вибрати професію саме для себе буває нелегко. Обізнаність людини допомагає свідомо підійти до цього вибору. Знання про світ професій, про шляхи професійного зростання, про правила вибору професії — от що потрібно при обмірковуванні майбутнього професійного шляху.

Гра «Подарунок»

Мета: обговорити найхарактерніші особливості деяких професій.

Учасники поєднуються в 5 груп, кожній групі дається перелік професій.

Завдання: обговорити, що поєднує ці професії (10 хв).

Інструкція. Уявіть собі, що ваш друг (подруга) має певну професію. Він (вона) запросив(ла) вас до себе на день народження. Ваше завдання — придумати (можна намалювати) подарунок. При цьому необхідно виконати три умови. Подарунок має:

- містити натяк на професію друга;
 - бути незвичайним і веселим;
 - бути доступним за ціною.
- Професії, пропонувані для гри:
- лікар, учитель, офіціант, юрист;
 - слюсар, токарь, машиніст, штукатур;
 - садівник, агроном, геолог, лісник;
 - бухгалтер, коректор, економіст, інженер;

- художник, композитор, актор, скульптор.
- Робота в групах (10—15 хв). Отримання подарунків.

Алгоритм професійного самовизначення

1. Визначити кілька професій, які подобаються, до яких є прагнення, існують принципові можливості успішного їхнього освоєння й працевлаштування.
2. Шукати якнайбільше інформації про ці професії, знайомитися з людьми, які їх представляють.
3. Вислухати думки батьків, учителів, друзів, проаналізувати їх.
4. Скласти список істотних можливостей професії (наприклад, можливість спілкування з багатьма людьми, поїздки за кордон, висока зарплата й т.п.) і проаналізувати його щодо своєї мети, очікувань, мрій.
5. Визначити фізичні й психологічні риси, необхідні для кожної із професій.
6. Звернутися до психолога із проханням визначити (діагностувати) інтереси, здібності, темперамент, особливості пам'яті, мислення тощо.
7. Прислухатися до своїх почуттів, інтуїції.
8. «Примірити» кожну із професій. Зрівняти, зважити всі «плюси» і «мінуси».
9. Зробити вибір.
10. Упевнено йти до мети.

Практичні завдання

Мета: сприяти усвідомленню залежності успішності професійної діяльності від особистісних рис і здібностей людини.

Інструкція: запишіть імена ваших знайомих, рідних, які, на їхню думку, вдало обрали професію.

Розкажи своєму сусідові по парті, що ваших знайомих радує, влаштовує в обраній професії.

— Як ви думаєте, а є чи інші професії, від яких вони також одержували б задоволення й були успішні в них?

Учні поєднуються в групи по 5 осіб. У кожній групі вибирається один учасник.

Підбиття підсумків

Психолог підбиває підсумки та наголошує на тому, що хоч яку професію виберуть учні — головне, щоб вони її вибрали усвідомлено.



Я потім довго думала. Сумніваюся, чи є в мене талант для цирку. Може, подруга мала рацію, і, якщо нема покликання, треба думати про заробіток?

Запитання й завдання

— Які мотиви вибору професії у дівчат?

— Який прийом педагогічного впливу був використаний у цій ситуації?

Ситуація 2

Під час зустрічі випускників між хлопцями відбулася така розмова.

Віра — маленька худенька дівчина. Вона вже фармацевт. Слухати, як вона говорить про свою професію — одне задоволення:

— Ліки, — говорить вона, — це дуже відповідально. Найменша помилка, і навіть страшно подумати, що може трапитися... Люди ж можуть отруїтися... Я ледве сама не постраждала, так напробувалась...

Вона сипле назвами ліків, рецептами. Хлопці сміються:

— З тобою неможливо говорити по-людськи, усе латина, і все про ліки.

— Так це ж моя робота, — усміхається вона.

Серед випускників — ще один майбутній медик — Алла П. Вона буде стоматологом.

— Алло, чому ти пішла в стоматологічний?

— Марина вирішила, ну і я з нею.

— І як, подобається?

— Так, нічого, тільки багато, знаєте, різних непотрібних предметів. Ну, хоча б англійська. Нащо зубному лікареві потрібна англійська мова? А взагалі, я хочу перейти в стоматологічний технікум. Буду техніком.

— З університету в технікум? Але навіщо?

— Набридло вчитися, та й ми проходили практику в поліклініці, і я довідалася, що технік може заробити більше за лікаря.

Обговорення

— Порівняйте ці два підходи до вибору професії.

— Яка позиція відповідає вашим особистим переконанням?

Завдання: визначити прийнятну для нього професію, описати її особливості, представити характеристику індивідуальних рис учня і довести, що вибір професії зроблено правильно.

Гра «Вибір професії»

Мета: вчити підлітків аргументувати свій вибір взагалі й професійний зокрема.

Завдання. Програти сценку з таким сюжетом: за вечірнім чаєм син або дочка пояснюють батькам своє рішення обрати ту або іншу професію.

Учасників сценки може бути троє (батько, мати, син (дочка); старшокласник, його друг, учитель і т.п.) і більше. Тексти ролей заздалегідь не готують (кожен учасник, виконуючи роль, практично говорить про самого себе, про свої проблеми).

Обговорення

— Чи вдалося прийти до спільної думки в «колі родини, друзів»?

— Хто зміг підтримати, допомогти у виборі професії?

— Чиї аргументи були найпереконливішими?

Рефлексія. Підбиття підсумків заняття.



Заняття 3

Мета:

- обговорити типові помилки, яких припускаються при виборі професії;
- продовжувати формування внутрішньої переконаності й усвідомленості вибору професії;
- надавати практичну допомогу у виборі професії з урахуванням інтересів і схильностей учнів.

Вступне слово

Психолог. Вибір професії — складний і відповідальний крок у житті людини. Зробити правильний вибір — значить знайти своє місце в житті.

Процес узгодження людини із професією неабияк важливий. Ваш невеликий життєвий досвід, недостатні знання про свої психофізіологічні особливості й особистісні риси, і в той же час необхідність прийняття важливих рішень відносно свого майбутнього створюють труднощі для професійного самовизначення вас як особистості. Сьогодні ми обговоримо типові помилки учнів при виборі професії.

Практичне завдання

Мета: продовжувати формувати усвідомлений підхід до вибору професії з урахуванням особистісних рис людини.

Учасникам пропонується написати імена 1—2 знайомих, із професійним вибором яких вони не згодні. Назвати прийнятну для цих знайомих професію. У парах обговорити причини вибору.

Вправа «Думки про легке життя»

Мета: обговорити типові помилки при виборі професії.

Ведучий. Чи є люди, які мріють про «легке життя»? Як ви думаєте, яке життя вони вважають «легким»? (Відповіді учнів.)

Завдання: написати кілька професій, вибравши які, ви будете мати «легке життя».

Обговорення (учень називає професію і відповідає на

Таким чином, усього у вас буде виділено 25 професій, по одній в кожному прямокутнику. Потім ви працюєте з бланком по вертикалі. П'ять професій ви оцінюєте за п'ятибальною шкалою: найцікавіша для вас оцінюється 5 балами, найменш цікава — 1. І так — по всіх стовпчиках. Свої бали ви вписуєте у квадратики всередині прямокутника.

Аналогічно дієте по горизонталі, але тепер бали вписуються у відповідні трикутники.

Після цього в кожному прямокутнику ви обчислюєте суму чисел у трикутнику і квадратику.

І, нарешті, визначаєте суму балів за кожною з п'яти категорій. Для цього ви сумуєте отримані бали у кожному прямокутнику у тому порядку, в якому вони пропонуються нижче.

«Людина — людина»: 1, 10, 14, 18, 22;

«Людина — техніка»: 2, 6, 15, 19, 23;

«Людина — природа»: 3, 7, 11, 20, 24;

«Людина — знакова система»: 4, 8, 12, 16, 25;

«Людина — художній образ»: 5, 9, 13, 17, 21.

Порівнюємо отримані результати: там, де сума виявилась найбільшою, можна говорити про схильність учня до тієї чи іншої категорії професії. Результати також визначатимуть напрям подальшої роботи із цим учнем.

Обговорення ситуацій

Учням пропонується розглянути ситуації та висловити свої думки про них.

Ситуація 1

і Ми багато сперечалися з подругою — яку професію вибрати. І те начебто не підходить, і це...

Я точно знаю, куди не піду: на вчителя — не хочу псувати нерви; не піду в хімічне виробництво, тому що від роботи з хімічними препаратами можна втратити здоров'я; на фабрику не піду, бо там перетворишся на робота, виконуючи механічну й одноманітну роботу. Я хочу, щоб на моїй роботі не псувалося здоров'я, й було цікаво. Хотілося, щоб вона була пов'язана з тваринами і подорожами.

«Тоді тобі потрібно йти працювати в цирк! — вигукнула подруга й додала, — як на мене — аби лиш отримувати

Зрозуміло, що важливим у роботі професій цього типу є: потреба у спілкуванні, уміння розбиратися в людських взаєминах, гарна пам'ять, терпіння, сталий настрій у процесі роботи з людьми.

Якщо об'єктом праці є різні знаки: цифри, малюнки, схеми, фізичні та хімічні символи, ноти тощо, то такі професії належать до категорії «людина — знакова система». Це, наприклад, професії програміста, топографа, бібліографа, економіста, перекладача художньої та наукової літератури тощо.

Людина, яка працює зі знаками, повинна володіти гарним абстрактним мисленням, відтворювальною уявою, уміти добре зосередитись, мати стійку увагу, бути посидючою. Професії, пов'язані з образотворчою, музичною, художньою діяльністю належать до типу «людина — художній образ». Це професії модельєра, художника, фотографа, насторювача музичних інструментів. З-поміж найважливіших вимог до них виділяють: здібності до мистецтва, творчу уяву, образне мислення, працелюбність, цілеспрямованість.

Професії, пов'язані з живою природою (рослинні та тваринні організми, мікроорганізми), належать до категорії «людина — природа». Це професії: ветеринарного лікаря, рибознавця, мікробіолога, гідромеліоратора тощо. Такий вид професій передбачає ініціативу та самостійність у вирішенні конкретних завдань, творчу уяву.

І, нарешті, остання категорія «людина — техніка» використовує різноманітну техніку як предмет праці. Сюди належать всі професії, пов'язані з обслуговуванням техніки, її ремонтом, установкою і налагодженням, виробництвом та збиранням обладнання (водій, механік, слюсар-ремонтник, сталевар тощо). Людина, яка працює з технікою, має відзначатися високою виконавчою дисципліною та акуратністю, мати творчий потенціал, практичне мислення, технічну уяву.

Вправа-дослідження «Професійна спрямованість»

У кожному прямокутнику представлено чотири професії (додаток 3). З чотирьох пропонованих професій оберіть ту, яка приваблює вас найбільше, та виділіть її. Якщо ви не знаєте, чим займається людина тієї чи іншої професії, зверніться по допомогу до дорослих та відповідної літератури.

запитання) . — Чому життя буде легким?

— Яких зусиль треба буде докласти, аби бути успішним у цій професії? *(Підвести до висновку: у будь-якій професії для успіху потрібні певні зусилля, знання, уміння.)*

Практичне завдання

Мета: обговорити вплив ставлення до навчальних предметів на вибір професії.

Напишіть всі улюблені шкільні предмети. Напишіть професії, пов'язані із цими предметами (правий стовпчик). Напишіть всі неприємні вам шкільні предмети. Напишіть професії, пов'язані із цими предметами (лівий стовпчик). В обох стовпчиках відзначте ті професії, які хотіли б або могли б опанувати.

Під час обговорення з'ясувати, як впливає ставлення до шкільного предмета на вибір професії (ведучий може проаналізувати власний вибір); як чинити при бажанні вибрати професію, пов'язану з неприємним або улюбленим навчальним предметом; що ще необхідно враховувати при виборі професії.

Практичне завдання

Мета: підвести до усвідомлення взаємозв'язку бажання одержати професію, здібностей людини й потреб суспільства.

Учасники поєднуються у 3 групи, які одержують інструкцію: обговорити необхідність керуватися при виборі професії девізом «Треба, зможу, хочу». Що для вас означають ці слова?

I група — «треба»;

II група — «зможу»;

III група — «хочу».

Робота в групах (10 хв). Обговорення напрацювань груп.

Вправа «Престижні й непрестижні професії»

Мета: продовжити обговорення типових помилок при виборі професії.

Ведучий пускає по рядах аркуш із проханням написати «престижні» (з одного боку аркуша) і «непрестижні» (з іншої боку) професії. Можна написати у два стовпчики на дошці.

Обговорення

— Чому ви вважаєте ці професії «престижними» або «непрестижними»?

— Чи може суспільство обійтися без цих професій?

Круглий стіл «Моя професія» (запрошені 2—3 батьків).

Мета: формування здатності учнів враховувати досвід старшого покоління в професійному самовизначенні.
Обговорення

— Хто й що вплинуло на вибір професії?

— Яких помилок припустилися запрошені чи їхні знайомі?

— Як вони вплинули на професійне зростання?

— Чи задоволені зараз батьки своєю професійною діяльністю?

Сюжетно-рольова гра «Сімейна нарада»

Мета: сприяти усвідомленню як учнями, так і батьками необхідності аргументовано підходити до вибору підлітками майбутньої професії.

Завдання: провести сімейну нараду — вибір сином (дочкою) майбутньої професії.

У ролі батьків — учні, у ролі підлітків — батьки. Всі учасники об'єднуються в групи (по 3—4 особи). Програвання сюжету гри «Сімейна нарада».

Обговорення

Рефлексія. Підбиття підсумків заняття.



уподобанням. Давно, дуже давно люди збагнули: справжню насолоду приносить лише та праця, яка обирається за власним бажанням, відповідно до інтересів, покликання, здібностей особистості. Ще відомий давньогрецький філософ Платон (427—347 рр. до н. е.) говорив: «Пізнай себе і роби свою справу». Саме про це ми сьогодні і говоритимемо.

Вправа «Знайомство»

Всім учасникам пропонується по черзі назвати своє ім'я та професію, яку вони хотіли б отримати. Якщо хтось ще не вирішив — краще не поспішати з вибором, а поміркувати над цим питанням.

Профорієнтаційна гра «Вгадай професію»

Клас ділиться на дві команди. Перша команда загадує професію і за допомогою іменників та прикметників характеризує її. Друга команда відгадує.

Потім учні міняються ролями. Перемагає той, хто вгадає задуману професію.

Педагог наголошує на тому, що вони намагаються вгадати професію, аналізуючи певні її ознаки (класифікує отримані дані).

Психолог. Це допомагає вам виконати завдання. Далі ми познайомимось із загальноприйнятою класифікацією професій, яку розробили вчені. У світі існує понад 40 тисяч професій. У такому різноманітті складно орієнтуватись. Тому усі професії умовно об'єднали у п'ять груп-типів. За головну класифікаційну ознаку взяли предмет праці — роботу, на яку фахівець витрачає фізичні та інтелектуальні зусилля.

Інформаційне повідомлення «Типи професій»

Найчастіше професії ділять за предметом праці. Відповідно до такої класифікації виділяють категорії професій: «людина — людина», «людина — природа», «людина — техніка», «людина — знакова система», «людина — ху-дожній образ». Проаналізуємо особливості кожної категорії професій.

Професії категорії «людина — людина» спрямовані на процеси навчання, виховання, управління, медичне та торгове обслуговування інших людей. Приклади таких професій: екскурсовод, лікар, продавець, офіціант тощо.

«Ким бути?»

Мета: сприяти усвідомленню взаємозв'язку між особистими цілями та професійним вибором, актуалізувати процес професійного самовизначення учнів; допомагати учням у визначенні своїх інтересів — основи професійного визначення; збагатити знання підлітків про світ професій.

Вступ

Вибір професії — одне з найбільш відповідальних рішень, які приймає людина у житті. Звичайно, можна перервати навчання, якщо на третьому курсі інституту ти зрозумієш, що ця справа — не твоя, а можна за декілька років залишити роботу, яка не подобається. Однак час буде втрачено, та й розчарування неминуче... Вибір професії, як і будь-який вибір — це прийняття рішення при великій кількості альтернативних варіантів та необхідності враховувати різноманітні фактори. Є такий вислів: «Щастя — це коли ранком хочеться йти на роботу, а після роботи — додому».

Відколи живе людство — існує і проблема вибору занять, трудової діяльності, професійної кар'єри. Слово «професія» виникло як найвище, найдосконаліше творіння природи. Це підтверджують найдавніші пам'ятки, знайдені археологами, лінгвістами та істориками. Свідчення ролі усвідомленого вибору професійної сфери діяльності ми знаходимо навіть у Новому Заповіті (Послання св. апостола Павла до римлян 12: 6—8):

«І ми маємо різні дари, згідно з благодаттю, даною нам: коли пророцтво — то виконуй його в міру віри, а коли служіння — будь на служіння, коли вчитель — на навчання, коли втішитель - на потішання, хто подає — у простоті, хто головує — то з пильністю, хто милосердствує — то з привітністю!». З різних історичних пам'яток відомо, що процес формування суспільних відносин супроводжувався розвитком ремесел, занять, появою різних професій. Відповідно, виникали і проблеми з їхнім вибором, перші прояви невідповідності професії, справи

Заняття 4

Мета:

- розкрити зміст поняття «професіограма»;
- сприяти усвідомленню зв'язку «інтереси, здатності, знання, навички — професійна придатність»;
- продовжувати формувати усвідомлений вибір професії.

Вступне слово

Ведучий. «Якщо ви вдало виберете працю й вкладете в неї всю свою душу, то щастя саме відшукає вас», — справедливо відзначав К. Ушинський.

Чи замислювалися ви над тим, що таке — щаслива праця? Насамперед, — це праця, що максимально відповідає здібностям людини.

— Що ми повинні враховувати при виборі професії? (Нагадати девіз «Треба, можу, хочу».)

Вправа «Я раджу. Я обираю»

Мета: далі формувати адекватну самооцінку учнів до профпридатності.

Ведучий називає професію. Учні записують:

І стовпчик — яку професію ви б обрали (можна кілька);

II стовпчик — кому з учнів порекомендував би ці професії.

Під час обговорення визначити збіги. Об'єднатися в групи по 5—6 осіб.

Завдання: аргументувати для себе й для однокласників професії: продавець, юрист, бармен, автодиспетчер, слюсар, автослюсар, геолог, квіткар, коректор, програміст, перекладач, модельєр, композитор, штукатур, ветлікар, економіст, лікар, аптекар, бібліотекар, лицювальник-плиточник, скульптор, викладач, журналіст, екскурсовод, інженер, монтажник, кресляр, паспортист, секретар-референт, архітектор, фотограф, художник-декоратор, офіціант, вихователь, перукар, водій тролейбуса, муляр, учитель, медсестра, провідник вагона, спортивний тренер, зварник, агроном, біолог, працівник друкарні.

Гра «Бюро працевлаштування»

Мета: далі формувати усвідомлення співвідношення адекватної самооцінки й вимог до конкретних професій.

Учасники поєднуються в 5 груп. Кожна група — відділ бюро працевлаштування, відповідальне за конкретний тип професій: «людина — людина», «людина — техніка», «людина — знакова система», «людина — природа», «людина — художній образ».

Інструкція: складіть список професій, необхідних професій.

Повідомлення напрацювань груп. Доповнення списку учасниками інших груп. Обговорити, де можна навчитися названих професій.

Заключне обговорення

- Чи були корисні наші заняття?
- Що нового ви дізналися?
- Які заняття були найцікавішими?

Підбиття підсумків

Увесь час повинен бути зайнятим — закон життя.

Н. Козлов «Філософські казки»

*Життя виявляється осмисленим
тільки тоді, коли людина присвячує себе
служінню, коли її життя реалізує якісь
цінності. Той, хто має Навіщо жити,
може витримати кожне Як.*

Ніцше

Заключне слово

Ведучий. Вибір професії повинен бути самостійним і усвідомленим. Це — ваша справа й ваше право. Вибір професії — це проектування трудового життєвого шляху. Формула гарного вибору: «Треба, можу, хочу». Хотіти потрібно того, що зможеш, а могли важливо те, що корисно для людей.



- дежурмен (менеджер).

Конкурс «Пантоміма»

Команда мімікою і жестами має зобразити професію, назву якої отримає в конверті. Зал відгадує. Час на підготовку — 1 хвилина.

Журі оцінює роботу команди за шкалою від 1 до 5 балів.

Психогімнастика «Дотягнись до зірки»

Психолог. Сядьте зручно і заплющте очі. Зробіть три глибокі вдихи і видихи (*звучить музика*).

А тепер уявіть собі зоряне небо. Зірки — великі і маленькі, яскраві і темні. Погляньте уважно на них і виберіть найпрекраснішу зірку. Мабуть, вона схожа на вашу мрію, а можливо, нагадала вам про хвилини щастя, радості і натхнення.

Ще раз помилуйтеся цією зіркою і спробуйте до неї дотягнутися. Намагайтеся щосили! І ви обов'язково дістанете свою зірку. Вхопіть її і дбайливо покладіть перед собою. Запам'ятайте, яка вона, яке світло випромінює. А тепер прислухайтеся до свого дихання, пригадайте, хто поруч із вами, і повертайтеся.

- Чи вдалося вам дотягнутися і дістати свою зірку?
- Якою вона була?
- Яке світло випромінювала?

Психолог. Я бажаю вам, щоб ви зробили правильний вибір у своєму житті — обрали ту професію, яка буде приносити задоволення. Хай усі ваші мрії здійсняться!



Вправа «Формула професійного пошуку»

Мета: розширювати в учасників знання про світ професій, виробити алгоритм вибору професії.

Психолог. Складіть перелік кроків, які потрібно зробити кожній молодій людині, коли вона шукає своє місце у сучасному професійному світі.

— Чи складно було виконувати цю вправу?

— Якщо так, то чому?

Отже, вибір майбутньої професії — завдання справді складне. Але це — лише завдання, для якого ми з вами виробили алгоритм рішення, поруч є люди, які готові допомогти, підтримати, надати важливу в такій ситуації інформацію. Головне — робити конкретні, активні кроки у цьому напрямі. Саме тоді ваш вибір буде правильним. А ви станете не лише акторами, а й режисерами свого життя.

Конкурс «Знавець професії»

Учасники діляться на дві команди. Слід відгадати, які професії зашифровані. Кожна правильна відповідь — 1 бал. Відповіді ви записуватимете на стікерах і прикріпите на дошку з відповідної сторони (одна команда — ліворуч, інша — праворуч).

Кожна з команд отримає картки, на яких написані групи слів. Потрібно визначити, про які професії йдеться.

Картки:

- креслить, циркуль, конструкція (*інженер*);
- тварини, шприц, лікарня (*ветеринар*);
- ручка, журнал, оцінка (*вчитель*);
- комп'ютер, текст, програма (*оператор, програміст*);
- корабель, штурвал, море (*матрос, капітан, штурман*);
- хвороба, симптоми, термометр (*лікар*).

Психолог зачитує групи слів, команди піднімають аркуш із відповідною назвою професії. Журі оцінює роботу команд.

Капітани команд беруть нові завдання після виконання попередніх. Аркуші із завданнями я триматиму в руках.

- ефмре (фермер);
- рінежен (інженер);
- рілак (лікар);
- тупеморор (промоутер);
- рпдоваць (продавець);

Заняття 5

Мета: допомогти усвідомити значущість професійного вибору, навчити робити цей вибір свідомо.

Завдання:

- активізувати увагу, привернути її до питання вибору професії;
- детальніше ознайомити учнів з професіями певних груп;
- навчити визначати професійно важливі якості;
- навчити розпізнавати фактори «правильного» вибору професії.

Вступне слово психолога. В житті кожної людини настає момент, коли потрібно вирішувати, де продовжити освіту чи куди йти працювати, тобто виникає необхідність вибору професії.

Вибір професії — одне з самих відповідальних рішень, яке приймає людина в житті. Звичайно, можна покинути інститут на 3-му курсі, зрозумівши, що це не твоя справа, а можна через декілька років залишити роботу, яка не подобається. Але час буде втрачено. Вибір професії — як і всякий вибір — це прийняття рішення при великій кількості альтернатив і необхідності враховувати різні фактори.

Є такий вираз: «Щастя — це коли вранці хочеться йти на роботу, а після роботи додому». Ви з цим погоджуєтесь? Чи актуальний цей вираз для нашого часу? Чому? (*Відповіді учнів*).

Мозковий штурм «На що повинен орієнтуватися підліток обираючи професію?».

Для того, щоб зробити правильний вибір потрібно орієнтуватися в різноманітних професіях. Також важливо правильно оцінити свої об'єктивні можливості — рівень навчальної підготовки, здоров'я, матеріальні умови сім'ї і головне свої здібності та можливості.

Питання для обговорення.

Хто з вас уже визначився з професією?

Які причини лягли в основу вибору тієї чи іншої професії?

Хто ще не визначився на якій професії зупинитися?
З якими труднощами ви зіткнулися?
Чи обговорювали ви ці питання з батьками?

Профорієнтаційна гра «Назви професію».

Нагадування про класифікацію професій:

людина – людина;
людина – природа;
людина – техніка;
людина – знакова система;
людина – художній образ.

Інструкція. Назвіть якомога більше професій з першої групи.

Учні, поділені на команди, по черзі називають професії, ведучий записує їх на дошці. Так само гра відбувається і за іншими групами професій. Виграє та команда, яка називає більше 15 професій з однієї групи.

Профорієнтаційна гра «День з життя».

Сенс ігрової вправи полягає у підвищенні рівня усвідомлення учасниками типового і специфічного в професійній діяльності того або іншого фахівця.

Ведучий разом з учнями визначає, яку б професію хотілось би розібрати детальніше. Наприклад «**фотомодель**».

Інструкція. Зараз ми разом з вами постараємось розповісти про типовий трудовий день фотомоделі. Але, одна умова, наша розповідь буде складатися лише з іменників. Наприклад розповідь про трудовий день вчителя могла бути такою: будильник – сніданок – дзвінок – урок – десятка – питання – відповідь – двійка – вчительська – директор – скандал – батьки – урок – відмінник – дзвінок – факультатив – олімпіада – дім – підготовка – сон.

В цій грі ми зможемо перевірити як добре ви уявляєте роботу запропонованої професії, а також з'ясуємо наскільки ваш клас готовий до колективної творчості, оскільки хтось дурним іменником (ради «хохми»), може зіпсувати загальну роботу.

Важлива умова: перш ніж сказати свій іменник потрібно повторити всі сказані попередньо, лише тоді ваша розповідь буде

змогу подивитися на себе збоку.

Психолог. Зараз кожен із вас отримає картку із прізвищем товариша. Вам потрібно, поміркувавши, скласти перелік професій,) з якими, на ваш погляд, ця людина впорається найкраще, та перелік тих, які їй зовсім не підходять.

Рекомендації зачитують без називання прізвищ. Учасники аналізують, для кого вони найбільше підходять.

— Що вам дала ця вправа?

— У чому допомогла?

Психолог. Думки інших людей варто взяти до уваги (часто вони реалістичніші, ніж наші власні), але останнє рішення має бути за вами. Дечого неможливо навчитися, не займаючись цим. Бажання та цілеспрямована робота над собою творять справжні дива, можуть значною мірою змінити кожного з нас.

Вправа «Влучити в десятку»

Мета: конкретизувати свої цілі, шукати шляхи їхнього досягнення.

Психолог. Вам потрібно паперовою кулею влучити в «десятку».

— Чи була умова, що кидати кулю потрібно лише з одного місця?

— Чи пропонували вам зробити лише одну спробу?

Часто ми ставимо собі зайві обмеження, після перших невдач швидко полишаємо спроби досягнути бажаного, а потім звинувачуємо у своїх невдачах інших. Отже, недостатньо мріяти, варто конкретизувати свої цілі і шукати шляхи їх досягнення.

Вправа «Оголошення»

Мета: розвивати вміння презентувати свої знання і навички на ринку праці.

Психолог. Подумайте, що ви вже зараз умієте робити, що допомогло б вам заробити гроші, допомогти своїм батькам. Складіть оголошення «Шукаю роботу». Напишіть так, щоб зацікавити потенційних роботодавців. Перечитайте, поміркуйте, які з оголошень найцікавіші.

— Що ви відчули, зачитуючи своє оголошення?

— Чи важко було писати своє оголошення?



МОТИВАЦІЙНИЙ ТРЕНІНГ

«ЗНАЙТИ СВОЙ ШЛЯХ»

Мета: активізувати процес самопізнання, свідомого професійного вибору старшокласників; розвивати навички самоаналізу, планування; розширювати уявлення про світ професій та їхні особливості.

Вітальні оплески по колу

Вправа «Незавершене речення»

Мета: розвивати в учасників навички планування, допомогти осмислити роль праці та правильного вибору професії в житті.

Психолог. Зараз кожен учасник по колу продовжить речення: «Найбільше я мрію у майбутньому...».

— Як, на вашу думку, мрія може вплинути на подальше життя?

Вправа «Конструктор»

Мета: створити позитивний настрій, активізувати творчу діяльність.

Психолог. Зараз кожен із вас візьме шматочок пластиліну і виліпить те, що захоче.

— Чи пов'язані ваші вироби з майбутньою професією?

— Якщо так, то яким чином?

Вправа «Профконсультант»

Мета: активізувати процес самопізнання, дати учасникам

сприйматися як цілісний твір. Щоб легше було запам'ятати слова потрібно уважно дивитися на товаришів, ніби пов'язуючи слово з конкретним учнем. Ведучий називає перше слово...

При підведенні підсумків гри можна запитати у учасників чи вийшла цілісна розповідь чи ні? чи не зіпсував хтось загальну розповідь своїм невдалим іменником? Якщо розповідь вийшла плутаною і сумбурною, то можна попросити когось з гравців своїми словами розповісти, про що ж була складена розповідь, що там відбувалося (і чи відбувалося?). Можна також обговорити, наскільки правдиво і типово був представлений трудовий день даного професіонала.

Досвід показує, що гра зазвичай проходить достатньо цікаво. Учасники нерідко знаходяться в творчій напрузі і можуть навіть дещо втомлюватися, тому більше двох разів проводити дану ігрову вправу не слід.

Не менш цікавий може бути проведене аналогічна вправа, але вже на тему «СОН З ЖИТТЯ...» такого-то фахівця. В цьому випадку можливе більш творче і бурхливе фантазування учасників, оскільки мова йде про незвичайній, майже, «містичні» ситуації, пов'язаній із загадковим світом снів...

Профорієнтаційна гра «Хто є хто?».

Ведучий разом з учнями, визначає та записує на дошці список професій, які найбільше цікавлять учнів (приблизно 10).

Інструкція. Зараз я буду називати професії, а кожен з вас, подивившись на своїх товаришів впродовж кількох секунд, спробує визначити, кому ця професія підходить найбільше. Потім я сплесну в долоні і ви всі одночасно повинні показати рукою (чи ручкою) на обрану людину. Показавши рукою на товариша ви деякий час не рухаєтесь, щоб я могла порахувати кількість виборів, тобто, щоб ми могли зрозуміти чий образ в найбільшій мірі відповідає даній професії.

Профорієнтаційна гра «Асоціація» (варіант гри «Хто є хто?»).

Бажаючий учень виходить до дошки, всі інші по черзі, називають професію, з якою для них, асоціюється його образ. Гру можна проводити в колі.

Профорієнтаційна гра «Професійно важливі якості».

Інструкція. Зараз ми з вами спробуємо визначити професійно важливі якості – якості особистості, характеру, особливостей пізнавальної сфери людини, які необхідні для успішного оволодіння певною професією.

Пропонується вибрати 5-7 професій, учням розбитися на мікрогрупи і скласти список професійно важливих якостей (7-10 хв).

Представники кожної команди зачитують свої списки, інші – доповнюють, вносять корективи. Ведучий уточнює, при необхідності переформулює, акцентує важливі моменти.

Для активізації учнів можна запропонувати такі «професії» як кіллер, торговець наркотиками, валютна повія, і потім дуже серйозно віднести до аналізу професійно важливих якостей (якостей особистості).

Підведення підсумків заняття.

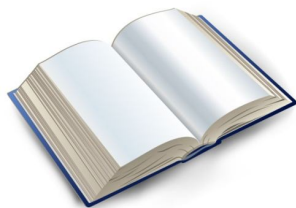
Учням пропонується скласти телеграму з 11 слів, яка б містила відповіді на запитання:

Яка інформація була найбільш корисною?

Які висновки кожен зробив для себе?

Про що хотілося б дізнатися більше?

Підсумок психолога. Сьогодні ми з вами спробували більш детально, більш «глибше» поглянути на певні професії, постаралися розібратися та визначити професійно важливі якості для деяких професій, певним чином «приміряти професію на себе». Я надіюсь, що отримані сьогодні знання допоможуть вам не розгубитись у ситуації вибору та зробити ваш вибір правильним.



вище людини). У результаті обговорення кожна група на новому листочку повинна виписати найоптимальніші п'ять етапів. На все це відводиться 5—7 хвилин.

6. Представник від кожної групи стисло повідомляє про найбільш важливі п'ять етапів, які виділені в груповому обговоренні. Решта учасників може задавати уточнюючі запитання. Можлива невелика дискусія (за наявності часу).

7. При загальному підведенні підсумків гри можна подивитися, наскільки співпадають варіанти, запропоновані різними мікрогрупами (нерідко збіг виявляється значним). Також в підсумковій дискусії можна оцінити спільними зусиллями, наскільки враховувалися особливості людини, для якої і виділялися, п'ять етапів досягнення професійної мети. Важливо також визначити, наскільки виділені етапи (кроки) реалістичні і відповідають конкретній соціально-економічній ситуації в країні, тобто наскільки загальна ситуація в суспільстві дозволяє (або не дозволяє) здійснювати ті або інші професійні і життєві мрії.

Цілком можливо проведення даної ігрової вправи і за іншими процедурними схемами. Наприклад, спочатку кожен виділяє п'ять етапів на своїх листочках, потім 2—3 охочих (добровольця) виходять до дошки і виписують свої пропозиції, після чого загалом обговоренні, розглядаються по порядку етапи, виписані цими учасниками і виділяється найбільш оптимальний варіант.

У іншому випадку, можна відразу розбити учасників на групи і запропонувати їм (без індивідуальної попередньої роботи) скласти загальний варіант програми досягнення наміченої мети (виписати п'ять кроків-етапів) для даної людини.

Профорієнтаційна гра "Якщо б..., я став би..."

Мета: розвиток інтересу учасників до усвідомленого професійного самовизначення.

Вправа відбувається по колу: один учасник ставить умову, а наступний, той, що поряд сидить, продовжує (закінчує) пропозицію і так далі. Бажана участь ведучого.

уміти іноземцеві, щоб потрапити в державу, і так далі).

Час виконання завдання — 30 хвилин.

2. Презентація учасників кожною з підгруп відбувається за наступною схемою: розповідь про свою державу, реальні перспективи державного розвитку з позиції карти затребуваних професій, готовність до співпраці, реальність проникнення в країну емігрантів і так далі

3. Після закінчення презентації відбувається обговорення аспектів «спільного створення» і загальної відповідальності за існування і розвиток світу, оцінка динаміки і перспектив подальшого світового розвитку.

Профорієнтаційна вправа "5 кроків".

Мета: підвищення готовності учасників виділяти пріоритети при плануванні своїх життєвих і професійних перспектив, а також готовність співвідносити свої професійні цілі і можливості.

Гра може проводитися як в колі (для 6—12 учасників), так і при роботі з класом. Орієнтовний час на гру — 30—40 хвилин. Процедура включає наступні етапи:

1. Ведучий пропонує групі визначити яку-небудь цікаву професійну мету, наприклад, вступити в якийсь учбовий заклад, знайти цікаву роботу, а може навіть — зробити в перспективі щось видатне на роботі. Ця мета, оскільки її сформулювала група, виписується на дошці (або на листку).

2. Ведучий пропонує групі визначити, що уявна людина повинна зробити, щоб досягти своєї мети. Учасники повинні назвати її основні (уявні) характеристики за такими параметрами: стать, вік (бажано, щоб ця людина була однолітком тих, що грають), успішність в школі, матеріальне положення і соціальний статус батьків і близьких людей. Це все також стисло виписується на дошці.

3. Кожен учасник на окремому листочку повинен виділити основні п'ять етапів (п'ять кроків), які забезпечили б досягнення поставленої мети. На це відводиться приблизно 5 хвилин.

4. Далі всі діляться на мікрогрупи по 3—4 людини.

5. У кожній мікрогрупі організовується обговорення, чий варіант етапів досягнення поставленої мети найбільш оптимальний і цікавий (з урахуванням особливостей зазначеної

Мета: підвищити рівень поінформованості підлітків з питань профорієнтації та потреб ринку праці; ознайомити з професійними вимогами до людей сформувати суспільно-ціннісні мотиви вибору професії.

Мозковий штурм «Професії, які обирає сучасна молодь»

Мета: акцентуалізація знань про те, які професії обирає учнівська молодь на сучасному етапі, визначення пристижності цих професій.

Хід роботи. Учні пропонується по черзі назвати професії, які є популярними на сучасному етапі з точки зору школярів. Всі відповіді записуються на фліп-чарті. Після цього проходить обговорення:

На скільки ці професії є популярними?

Що спонукає до вибору саме цих професій?

Наскільки існує ймовірність реального працевлаштування за обраними професіями?

Вправа – об'єднання «Знайди професійних колег»

Мета: об'єднання в групи, розвиток невербального спілкування, відтворення невербальних, мімічних ознак професії.

Хід роботи. Учитель заздалегідь робить заготовки (аркуші паперу, на яких написані професії). По-черзі учні витягають заготовки і, за допомогою міміки та жестів показують характерні ознаки, (особливості) професії, написаної на аркуші паперу. За спільними ознаками учні повинні об'єднатись у відповідні групи по професіях.

Робота в групах. «Працевлаштування»

Мета: ознайомити з місцевим ринком праці, показати реальні можливості працевлаштування за обраними професіями.

Хід роботи. Кожна група отримує підбірку газет з оголошеннями про працевлаштування. Потрібно «працевлаштуватись» за обраними професіями, які були

визначені під час вправи «Мозковий штурм». На виконання роботи дається 10 хвилин. Після виконання роботи кожна група презентує свої напрацювання. Потім проходить обговорення:

Чи легко було виконати завдання?

Які труднощі виникали під час пошуку вакансій для працевлаштування?

На скільки є популярними обрані професії на ринку праці?

Професії якого спрямування користуються найбільшим попитом?

Чому необхідно враховувати ситуацію на ринку праці під час профорієнтаційного самовизначення?

Чи обов'язково враховувати рейтинги професій?

Вправа – об'єднання «Казкові персонажі та професії»

Мета: створення позитивного мікроклімату в групі для подальшої роботи, розвиток творчого підходу до бачення особливостей професії.

Хід роботи. Учням називаються певні казкові персонажі. Далі учні об'єднуються в групи за назвами вказаних персонажів. Для подальшої роботи їм пропонується вибрати, підходящі для цих героїв професії виходячи з тих особливостей, які описуються у відповідних творах.

Як казкових персонажів можна запропонувати: Мальвіну, Смелю, Снігову Королеву, Чебурашку і т.д.

Робота в групах «Альтернатива»

Мета: надати можливість побачити інші можливості застосування отриманих професійних знань.

Хід роботи. Діти в створених на попередній вправі групах виконують завдання: знайти сфери використання отриманих знань та умінь, які були здобуті під час навчання за обраною професією. Після виконання завдання кожна група презентує свої напрацювання. Потім проходить обговорення:

- Які труднощі викликали під час виконання роботи?
- На скільки розширились межі застосування обраної професії?
- Що для нас дає виконання цієї вправи?

Вправа «Аркуш мети»

на об'єктивні знання про них. Наприклад, якщо називається сама грошова професія — депутат, то можна уточнити у школяра, а чи знає він, скільки заробляють депутати (в порівнянні з іншими високооплачуваними професіями)? Можна в ході обговорення спільними зусиллями визначити, яку професію взагалі можна вважати грошовою і тому подібне

Для того, щоб вправа проходила цікавіше, ведучий обов'язково повинен заздалегідь відібрати найбільш незвичайні характеристики професій, які повинні заінтригувати учасників. Це можуть бути, наприклад, такі характеристики: “найзеленіша професія”, “найсолоніша професія”, “найволохатіша професія”, “найпристойніша професія”, “сама дитяча професія”, “найсмійніша професія” і так далі. У певному значенні дана вправа близька до відомої гри “асоціації”, оскільки учасники фактично повинні про асоціювати професії з незвичайними характеристиками.

Профорієнтаційна гра "Створення світу".

Мета: творче саморозкриття учасників і підвищення їх компетентності в області соціальної адаптації в процесі пошуку роботи.

Необхідний матеріал: лист ватману, ножиці, клей, кольорові фломастери. Після того, як «світ створений», ведучий розрізає лист ватману на кількість частин, рівну кількості працюючих підгруп. Далі тасує і плутає розрізані частини, після чого роздає кожній підгрупі по одній частині «створеного світу» з наступним завданням:

- описати частину створеного світу, що дісталася;
- дати всьому необхідні назви;
- підкреслити характерні особливості;
- державний лад;
- сфери діяльності;
- предмети імпорту і експорту;
- приблизна чисельність населення;
- чим населення займається, найбільш затребувані професії;
- чи є безробіття, перспективи розвитку ринку праці;
- культурні традиції (гімн, прапор, сленг, міфи, легенди, норми, правила, стандарти життя і поведінки, що потрібно знати і

підведенні підсумків можна також подивитися, чи зумів ще на підготовчому етапі головний гравець виділити ті труднощі (на своєму листочку), які вже в грі пропонувала йому решта учасників.

В ході даної вправи можуть виникати цікаві дискусії, у учасників часто з'являється бажання поділитися своїм життєвим досвідом. Звичайно, ведучий повинен заохотити такий обмін досвідом, але одночасно стежити і за тим, щоб гра проходила динамічно і не зав'язала в несуттєвих деталях.

Професійна гра "Най-най".

Мета: підвищення рівня орієнтації в світі професійної праці і кращому усвідомленню особливостей професій, пов'язаних з престижністю.

Вправа може проводитися в колі або при роботі з цілим класом. Для кола кількість учасників від 6—8 до 10—15. За часом вправа займає від 15 до 25—30 хвилин. Процедура вправи включає наступні основні етапи:

1. Інструкція: “Зараз вам будуть запропоновані деякі незвичайні характеристики професій, а ви повинні будете по черзі називати ті професії, які, на вашу думку, найбільшою мірою даній характеристиці підходять. Наприклад, характеристика — сама грошова професія, — які професії є най-най грошовими?..”

2. Ведучий називає першу характеристику, а учасники відразу ж по черзі (по колу) пропонують свої варіанти. Якщо у когось виникають сумніви, що названа сама-сама (або близька до най-най), то можна ставити уточнюючі питання.

3. Далі називається наступна характеристика і так далі. Всього таких характеристик повинно бути не більше 5—7.

Якщо вправа проводиться з класом то після того, як ведучий назве першу незвичайну характеристику, учасники просто зі своїх місць пропонують варіанти найбільш відповідних професій. Ведучий виписує 3—5 варіантів, що найбільш “прозвучали” на дошці, після чого організовується невелике обговорення і виділення “самої-самої” професії.

Важливим елементом даної ігрової вправи є обговорення. Ведучий повинен проявити повагу до думок різних учасників, оскільки оцінки можуть (і повинні) бути суб'єктивними. Тим часом, виділення деяких “най-най” професій повинне спиратися

Мета: визначити кроки для самовдосконалення на шляху до здобуття обраної професії.

Хід вправи. Психолог пропонує учасникам виконати завдання індивідуально.

Інструкція до завдання. На аркуші паперу учасники малюють будинок (стіни, дах, стежка до дверей) (додаток 2) .

Малюнок має займати майже весь аркуш. На даху будинку учасникам пропонується написати мету, яку вони ставлять перед собою: здобути обрану професію. На стіні — завдання, вирішивши які, можна досягти поставленої мети. На стежці записуються способи вирішення цих завдань. Праворуч від стежки - бар'єри, які заважають досягти вказаної мети. Ліворуч - можливості, які допомагають. Потім відбувається обговорення. Учасники, за бажанням, розповідають іншим про свої напрацювання. Під час обговорення учасники вислуховують думки та варіанти інших, уточнюючи або змінюючи власні міркування.

Запитання для обговорення

- Яким чином вплинула презентація напрацювань інших учасників на ваше бачення шляхів підготовки підлітків-інструкторів?
- Для чого виконувалася ця вправа?

Вправа «Підсумки»

Мета: підвести підсумки заняття, визначити здобутки учнів, отримані під час заняття.

Хід вправи. Психолог пропонує учасникам на підготовлених аркушах «квіточках» написати на скільки випадали їх очікування, що корисного вони отримали на занятті. Кожен учасник по колу зачитує свої записи. Після цього всі учасники прикріплюють свої «квіточки» на полі, де були «зернинки»-очікування.



Заняття 7

Мета: Розвиток мотивації до усвідомленого вибору професії, визначення перспективних життєвих і професійних цілей.

Завдання: - розвинути навички самопрезентації;

- проаналізувати і осмислити свої професійні перспективи;
- навчитися керувати своїм особистим професійним планом;
- розвинути професійно важливі якості.

Профорієнтаційна гра "Пастки - капканчики"

Мета: Підвищення рівня усвідомлення можливих перешкод (пасток) на шляху до професійних цілей і розвиток уявлення про способи подолання цих перешкод.

Дана ігрова вправа проводиться в колі, кількість учасників—від 6—8 до 12—15. Час—20—30 хвилин.

Процедура включає наступні етапи:

1. Спільно з групою визначається конкретна професійна мета (вступ в конкретний учбовий заклад; закінчення даного закладу, оформлення на конкретне місце роботи або конкретне професійне досягнення, включаючи побудову кар'єри і отримання нагород, премій і іншого...).

2. У групі вибирається доброволець, який “представлятиме” якусь вигадану людину (якщо доброволець захоче, то він може представляти і самого себе...). При цьому для вигаданої людини необхідно відразу ж визначити його основні характеристики: вік (бажано, щоб вік відповідав віку більшості присутніх, що зробить вправу актуальнішою для тих, що грають), освіта, сімейний стан і ін. Але таких характеристик не повинно бути дуже мало!

3. Загальна інструкція: “Зараз кожен, вже знаючи, до яких цілей прагне наш головний (вигаданий або реальний) герой, повинен буде визначити (або придумати) для нього деякі труднощі на шляху до професійної мети. Особливу увагу звертаємо на те, що труднощі можуть бути як зовнішніми, які залежать від інших людей або від якихось обставин, так і внутрішніми, які знаходяться в самій людині (наприклад, в нашому головному героєві) адже саме про ці, внутрішні

труднощі багато хто забуває... Бажано визначити навіть дві—три такі труднощі-пастки на випадок, якщо схожі труднощі придумують інші учасники (щоб не повторюватися). Виділяючи такі труднощі, кожен обов'язково повинен подумати і про те, як подолати їх. Головному героєві також дається час, щоб він виділив декілька найбільш вірогідних труднощів на шляху до своєї мети і також підготувався відповісти, як він збирається їх долати.

Після цього по черзі кожен називатиме по одній труднощі-пастці, а головний герой відразу ж (без роздумів) повинен буде сказати, як можна було б цю трудність подолати. Гравець, який назвав дану трудність також повинен буде сказати, як можна було б це подолати, на його думку. Ведучий за допомогою групи визначить (за допомогою голосування або інших процедур), чий варіант подолання даної труднощі виявився найбільш оптимальним. Переможцеві (головному гравцеві або представникові групи) буде присвоєно приз — знак "плюс". Якщо до кінця гри у головного гравця опиниться більше плюсів, то означає, він зумів подолати основні труднощі (пастки-капкани) на шляху до своєї мети”.

4. Далі гравці, включаючи головного героя, виділяють на своїх листочках основні труднощі на шляху до поставленої мети. Нагадуємо, що труднощі бувають не тільки зовнішніми, але і внутрішніми (останні часто виявляються навіть вагомішою перешкодою-пасткою на шляху до своїх цілей...).

5. Кожен по черзі називає свою трудність. Якщо виявляється, що якась трудність буде явно надуманою (наприклад, розмова з самим Господом Богом напередодні відповідального іспиту...), то група сама повинна вирішити, обговорювати подібну трудність чи ні.

6. Відразу ж головний гравець говорить, як він збирається її подолати.

7. Після нього про свій варіант подолання труднощі говорить гравець, що назвав цю трудність.

8. Ведучий за допомогою решти гравців визначає, чий варіант подолання труднощі виявився більш оптимальним, цікавим і реалістичним.

9. Нарешті, підводиться загальний підсумок (зумів головний герой подолати названі труднощі чи ні). При загальному