

**МІСЬКИЙ МЕТОДИЧНИЙ КАБІНЕТ  
ЦЕНТР ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ**

**ТВОРЧА ГРУПА ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ  
ТА СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ**

**Просвітницько-профорієнтаційна робота практичного психолога та соціального педагога  
з учнями старших класів**



Вінниця  
2011-2012 н.р.

**СКЛАД ТВОРЧОЇ ГРУПИ  
ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ  
ТА СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ  
2011-2012 Н.Р.**

**Керівник творчої групи:**

Гончаренко С.В. – *практичний психолог закладу «НВК: ЗШ – I-II ступенів-лицей №7 ВМР»*

**Члени творчої групи:**

1. Музика І.В. – *практичний психолог СЗОШ №3*
2. Клименко Н.А. – *практичний психолог СЗОШ №35*
3. Щорс В.В. – *соціальний педагог ТЛ*
4. Коваль А.В. – *соціальний педагог СЗОШ № 5*

## ЗМІСТ

### ВСТУП

#### **I. ТЕОРЕТИЧНИЙ ОГЛЯД ПРОЦЕСУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ**

- 1.1 Теоретичні аспекти системи професійної орієнтації старшокласників
- 1.2 Базові принципи профорієнтації
- 1.3 Психологічні передумови вибору професії юнаками та дівчатами

#### **II. МЕТОДИ ТА МЕТОДИКИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА ТА СОЦІАЛЬНОГО ПЕДАГОГА ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ ЮНАЦТВА**

- 2.1 Методика складання особистого професійного плану
- 2.2 Ефективне застосування методики опитування щодо визначення професійних переваг
- 2.3 Використання класифікатору професій і опитувальника «Вибір професії» (за методикою Дж. Голланда)
- 2.4 Використання тесту для визначення професійних схильностей юнацтва

#### **III. ЯК ДОПОМОГТИ ПІДЛІТКУ ПРОФЕСІЙНО САМОВИЗНАЧИТИСЬ**

- 3.1 Поради батькам, класним керівникам, учителям

### **ВИСНОВОК**

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

### **ДОДАТКИ**

## ВСТУП

Вибір професії – головне завдання для старшокласників. Від його успішного рішення буде залежати не лише реалізація творчого потенціалу, а й вся подальша доля людини. Вирішення цього завдання багато в чому залежить від активної позиції самих учнів, від усвідомленості себе суб'єктом власного життя, прагнення до особистісної самореалізації, вміння виважено і самостійно приймати відповідальні рішення. Тому вивчення професійного самовизначення старшокласників може відкрити нові шляхи його оптимізації.

А в умовах багатогалузевого народного господарства випускникові школи не просто уявити собі потреби виробництва в кадрах тих або інших професій, реальні можливості працевлаштування або продовження навчання, специфіку різних професій, правильно оцінити свої здатності. У цей час існує більше 40 тис. професій: вузи готують фахівців з 340 професій, технікуми - по 450. Щорічно народжується більше 500 нових професій, причому природне відмирання старих професій відбувається повільніше, ніж виникають нові. У той же час результати численних досліджень свідчать про те, що продуктивність праці працівників, які по своїх якостях відповідають вимогам професії, у середньому на 20-40% вище, ніж у тих, хто таким вимогам не відповідає, а близько 40% працівників, що міняють місце роботи - це ті, хто обрав роботу не по здібностям.

На сьогодні важливим соціальним та економічним завданням є послідовний розвиток державної системи професійної орієнтації населення, що забезпечує всім громадянам рівні можливості в отриманні профорієнтаційних послуг» - зазначено в Концепції державної системи професійної орієнтації населення, затвердженою постановою Кабінету Міністрів України від 17 вересня 2008 року.

Теоретичні передумови розробки цієї проблеми вивчалися у психолого-педагогічних дослідженнях психічного розвитку особистості таких вчених, як С.О.Клімов [22], І.Д.Бех [8], Г.С.Костюк [16], Г.О.Балл [18], П.С.Перепелиця [26], В.В.Рибалка [27], В.А.Семиченко [35], О.В.Скрипченко [43] та ін. Проблема психічної регуляції професійного самовизначення поступово визначалась у розробках таких вітчизняних психологів, як Б.Г.Ананьєв [6], О.Ю. Голомшток [8], В.Ф.Моргун [11], О.Г.Мороз [16], Д.Ф. Ніколенко [19], Н.А. Побірченко [6], В.В.Синявський [25], В.О.Сластьонін [33], М.Л. Смульсон [11], Б.О. Федоришин [16] та ін.

Аналіз психологічної літератури з проблеми професійного самовизначення свідчить про те, що у дослідженнях акцент ставиться на необхідності вивчення ролі суб'єкта у цьому процесі. А це вимагає більш глибокого розуміння психологічних механізмів як таких, що забезпечують самоаналіз та самооцінку властивостей особистості, їх зіставлення з вимогами майбутньої професії, що є необхідним на всіх етапах професійного самовизначення. Викликає великий інтерес у практичних психологів також проблема профорієнтаційної роботи із старшокласниками, її методи та форми, різноманітні методики професійного самовизначення.

# I. ТЕОРЕТИЧНИЙ ОГЛЯД СИТУАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ

## 1.1 Теоретичні аспекти системи професійної орієнтації старшокласників

На первісних етапах розвитку людства проблем професійного самовизначення не існувало взагалі. Адже первісна людина в професійному плані була дуже «вільною». Їй доводилось робити все, що було потрібно для збереження свого життя й продовження роду незалежно від особистих бажань і схильностей. Ці люди спільно полювали на мамонтів, розбирали їхні туші, обробляли кістки, що залишалися, шкіру та інше. Поділ праці спочатку на мисливців і хліборобів, потім у побутовій сфері й на виробництві з'явився пізніше. Але саме він забезпечив людству колосальний стрибок у продуктивності праці.

Тим часом уже стародавні вчені помітили, що правильне використання особистісних особливостей людини вигідно не тільки окремому індивідові, але й може приносити істотну користь для всього суспільства. У результаті зародилися й почали розвиватися ідеї доцільності дослідження й використання професійної відповідності людини різним видам діяльності. Так, уже в третьому тисячолітті до нашої ери в Давньому Вавилоні почали проводити випробування випускників шкіл, що готували переписувачів, які посідали видне місце в професійній ієрархії Месопотамської цивілізації. Адже людина, що володіє цією професією, повинна була уміти вимірювати поля, знати правила поділу сімейного майна, мати відповідну загальноосвітню й культурну підготовку: вільно володіти всіма чотирма арифметичними діями, добре розбиратися в тканинах, металах, уміти співати й грати на музичних інструментах.

Фундатором наукового вивчення індивідуальних відмінностей людини прийнято вважати англійського психолога Френсіса Гальтона [33], що в 1883 році вперше запропонував використати тестування для виявлення психофізіологічних особливостей і їхніх впливів на результати професійної діяльності. А через рік він скористався Міжнародною виставкою медичного устаткування й методів охорони праці, що проходила в Лондоні, для показу розробленого їм комплексу спеціальних приладів, що дозволяють вимірювати й оцінювати фізіологічні особливості людини за сімнадцятьма показниками.

Отже, зробили висновок психологи, вивчення особливостей характеру й змісту праці, з одного боку, і психофізіологічних якостей особистості, які з найбільшою повнотою враховують цю специфіку, з іншого боку, може стати потужним резервом підвищення ефективності і якості професійної діяльності людини.

Основна частина досліджень, проведених у роки радянської влади [34], була спрямована на обслуговування техніко-технологічних потреб виробництва. У центрі уваги психологів перебувало виявлення й розвиток тих професійно важливих якостей, які забезпечували б насамперед, високу продуктивність праці з урахуванням особливостей нової техніки й забезпечення її безаварійної експлуатації. У результаті такої спрямованості профорієнтаційної роботи з поля дослідження випадали такі важливі особистісні якості, які пов'язані з розвитком соціальної самостійності особистості, її підприємницької активності, готовністю людини до пошуку, відкриттю й успішному веденню власного бізнесу. Саме такі професійно важливі якості є особливо затребуваними в умовах ринкової економіки.

Під профорієнтаційною роботою варто розуміти спеціально організовану, керовану діяльність різних державних, приватних і громадських організацій, підприємств, фірм і родини, спрямовану на оптимізацію професійного і соціального самовизначення людини з урахуванням більш повного поєднання інтересів суспільства й особистості [17].

Ціль цієї системи професійної орієнтації – знайти оптимальне сполучення особистісних бажань і суспільних потреб.

Під професійною орієнтацією розуміється науково обґрунтована система форм, методів і засобів впливу на осіб що навчаються, що сприяє своєчасному залученню їх у суспільне виробництво, раціональному розміщенню, ефективному використанню й закріпленню за місцем роботи на основі об'єктивної оцінки й обліку схильностей, здібностей й інших індивідуальних якостей людини .

Організація професійної орієнтації, складається з декількох взаємозалежних етапів: професійної інформації, професійної консультації, професійного відбору й професійної адаптації.

Професійна інформація (більш ширше – профпросвіта) покликана забезпечити постійне й планомірне професійне інформування учнів загальноосвітніх шкіл, що вчать, їхніх викладачів і батьків, організацію професійної пропаганди провідних і масових професій, установлення й зміцнення постійних контактів між колективами організацій, підприємств, професійно-технічних училищ і загальноосвітніх шкіл.

Інформація, важлива для оптимального вибору професії, містить у собі відомості:

- про світ професій і вимоги, які вони пред'являють до людини;
- про потребу суспільства в кадрах;
- про особисті якості людини, істотні для самовизначення;
- про систему навчальних закладів (шлях одержання професії).

Ці чотири групи відомостей тісно зв'язані між собою - з ними знайомляться школярі в процесі професійної освіти. Розібратися у своїх особистих особливостях і співвіднести їх зі світом праці покликана допомогти

професійна консультація.

Завданнями професійної консультації є надання допомоги молоді в оцінці своїх здібностей до різних видів трудової діяльності в сфері суспільного виробництва, видача конкретних рекомендацій про вибір професії й можливих шляхів оволодіння нею (навчання у вузах; технікумах, профтехучилищах, підготовка в міжшкільних учбово-виробничих центрах або безпосередньо на виробництві й т.п.). Професійну консультацію проводять кваліфіковані консультанти-психологи, що складаються з штату різних підрозділів по профорієнтації молоді. Консультація проводиться на основі медичних висновків, характеристик, результатів спеціальних психофізіологічних і психологічних досліджень [18].

Виділення в рамках профорієнтації таких її частин, як професійна інформація, професійна пропаганда й профконсультація, має не тільки теоретичний зміст. Розуміння структури й змісту профорієнтаційної роботи дозволяє знайти більш конкретні форми, бачити етапи цієї роботи, зробити її більше ефективною й цілеспрямованою. Зрозуміло, на далі всі ці форми певним чином зливаються, представляються в єдності. Більше того, від уміння сполучати, з'єднувати всі форми профорієнтації істотно залежить її успішність.

Головним завданням професійного вибору є науково обґрунтоване визначення професійної придатності кожного підлітка до конкретного виду трудової діяльності з урахуванням його здібностей і потреб виробництва. Завершується робота з організації професійної орієнтації розробкою й здійсненням комплексу заходів щодо виробничої й соціальної адаптації працівників у трудових колективах. Для підвищення ролі профорієнтації в рішенні актуальних завдань соціальної й кадрової політики передбачений розвиток мережі територіальних і галузевих служб профорієнтації, у тому числі в складі центрів зайнятості населення; створення таких підрозділів на основі кооперації підприємств й установ; організація профконсультаційних кооперативів, проведення дій по підвищенню ролі кадрових служб і підрозділів соціального розвитку в зазначеній області. Це завдання широкого використання сучасних методів професійної орієнтації при перерозподілі й перенавчанні працівників, що звільняють, підготовці й підвищенні кваліфікації кадрів, працевлаштуванні молоді, інвалідів і пенсіонерів, що бажають працювати, інших груп населення [21].

Для рішення цих завдань необхідно відродити взаємодію різних органів і підрозділів, налагодити механізм керування профорієнтаційною роботою. Складовими діючого сьогодні механізму керування професійною орієнтацією є:

- кабінети й лабораторії профорієнтації загальноосвітніх шкіл і профтехучилищ;
- галузеві кабінети профорієнтації й лабораторії профвідбору підприємств й організацій, діяльність яких направляється галузевими радами професійної орієнтації молоді;
- територіальні міжвідомчі центри профорієнтації й центри зайнятості населення.

На територіях, що обслуговуються центрами професійної орієнтації (ЦПО), їх районними й міськими профконсультаційними пунктами, центри зайнятості надають послуги профорієнтаційного характеру в основному дорослому населенню під методичним керівництвом відповідного ЦПО.

Керування профорієнтаційною роботою здійснюється координаційними радами по професійній орієнтації, міжвідомчими комісіями, а також радами по народному утворенню при місцевих органах влади;

загальнодержавними органами в особі відділів і комітетів з праці й соціальним питанням, які щорічно розробляють разом з іншими організаціями координаційні плани роботи із професійної орієнтації в регіоні, здійснюють контроль за діяльністю профорієнтаційних підрозділів незалежно від їхньої відомчої підпорядкованості, поширюють передовий досвід роботи в цій області. Крім того, ці органи розробляють балансові розрахунки додаткової потреби регіону в кадрах і забезпечують доступність такої інформації для учнів, педагогічних колективів, батьків, інших категорій громадян, готують рекомендації із профілів трудового навчання шкіл.

Зазначимо, що виняткова важливість правильності вибору індивідом професії полягає в знаходженні відповідності його психофізіологічних даних, схильностей й інтересів вимогам професії, обраному виду трудової діяльності й інтересам суспільства. Допомогти в цьому кожному парубкові чи дівчині - завдання всіх органів професійної орієнтації, у тому числі й кадрових служб підприємств й організацій, практичних психологів і працівників центрів зайнятості та професійної підготовки.

### **1.2 Базові принципи профорієнтації**

На сучасному етапі виявлено низку принципів профорієнтації, що діляться на три категорії [63]:

- 1) загально-педагогічні принципи – доступність й усвідомлення в профорієнтації передбачає глибоко усвідомлене ознайомлення школярів на різних етапах навчання зі світом професій, оплатою праці, житлово-побутовими умовами;
- 2) врахування вікових особливостей у профорієнтації дає змогу здійснювати професійне самовизначення школяра поступово, у відповідності з його віком;
- 3) принцип комплексності профорієнтації включає організацію цієї роботи в соціально-економічному, психофізіологічному, медичному, правовому і професійному напрямках.

Отже, вище розглянуте дає можливість розглядати професійну орієнтацію: як складне і багатопланове явище, яке поєднує економічні процеси з соціальними, освітянські з психологічними, як сукупність виховних і

навчальних впливів, що забезпечують самостійність та свідомість у виборі, оволодінні та реалізації кожним членом суспільства такої професійної діяльності, яка відповідає загальним потребам країни і дає змогу максимально реалізувати здібності та нахили особистості.

### 1.3 Психологічні передумови вибору професії юнаками та дівчатами

Знайти своє покликання зовсім непросто. Який потенціал закладений в нас від природи, як його в собі розвинути та реалізувати?

Здібності – це система психічних та фізіологічних якостей, які забезпечують легкість засвоєння знань і умінь, а також створення передумов для досягнення максимальних результатів в будь-якому виді діяльності [17].

Ознаки здібностей:

- легкість і швидкість освоєння діяльності;
- гнучкість, можливість здійснення дії різними способами;
- легкість переносу навиків в нові ситуації, на інші види діяльності;
- чуйність на допомогу, суттєве підвищення ефективності діяльності в відповідь на неї.

Здібності – це тільки потенціал, а реальні досягнення людини – дійсність. Ці можливості перетворюються в здібності в результаті наполегливої праці.

Якщо здібний до математики учень не уважно слухав пояснення вчителя, він заслужено отримає низьку оцінку з відповідним коментарем: «Ви, мабуть, понадіялися на свої здібності».

Російський психолог А.В.Петровський образно порівнює здібності з зерном, якому ще тільки передують розвиток: подібно до того як кинуте в землю зерно є лише можливістю щодо колоса, який може вирости з цього зерна, але лише при умові, що структура і вологість підґрунтя, погода і т. і. будуть сприятливими, здібності людини є лише можливістю для набуття знань і умінь [37].

Задатки – це особливості будови і функціонування організму людини, які лежать в основі здібностей і передаються в основному у спадщину. Задатки багатозначні, тобто на основі одних і тих же задатків можуть розвиватися різні здібності. До розвитку здібностей веде лише та робота, в якій відбувається засвоєння чогось нового.

Більшість сучасних дослідників приводять такі цифри: приблизно на 50-60% здібності зумовлені вродженими характеристиками, а на 40-50% - умовами життя людини.

Одна із важливих умов для розкриття здібностей – наявність гарного наставника. Про яких наставників зазвичай згадують із вдячністю? Не про тих, хто «вклав» в учеників якісь конкретні відомості, а про тих, хто зумів зацікавити своєю областю діяльності, допоміг розкрити та розвинути здібності. Зустріти таку людину на своєму шляху – велика удача.

Розглянемо ті психологічні фактори, які примушують людину трудитися: мотиви та інтереси.

Мотиви – це зовнішні і внутрішні фактори, що зумовлюють поведінку людини, а їх система називається мотивацією.

Можна виділити два універсальних типи мотивації:

- 1) направлена на досягнення успіху;
- 2) направлена на втечу від невдачі.

Наприклад, готуюсь до екзамену, щоб здати його на відмінно або готуюсь, щоб не отримати погану оцінку. Коли ми уявляємо собі можливу невдачу, відбувається мимовільне «самопрограмування» на неї або ж фіксується увага на уявленому, виникають негативні емоції – тривога, страх, образа і т.д. А значить ефективність діяльності буде нижчою, бо частина сил піде на негативні хвилювання [37].

В основі любых мотивів лежать потреби людини, тобто те чого він потребує, що його цікавить.

Психологи так класифікують основні людські потреби, на яких базуються мотиви (по А. Маслоу [28]):

1. Фізіологічні потреби (голод, спрага, сон).
2. Необхідність в стабільності, безпеці.
3. Потреба в приналежності до суспільства, в певному статусі і суспільній повазі.
4. Потреба в любові, визнанні.
5. Інформаційні потреби – в цікавих знаннях, відомостях.
6. Потреба в самореалізації – розвитку, максимально повній реалізації в житті своїх здібностей.

Причому, на нижчому рівні – фізіологічні потреби, на вищому – самореалізація. І поки не задоволені потреби нижчого рівня, людині складно перейти на вищий. Чим вище рівень потреб, що примушує людину працювати, тим буде продуктивніша його робота.

Щоб здібності розкрилися в повній мірі, інтенсивність мотивації повинна бути оптимальною.

Зазвичай, інтерес до професії пов'язаний з такими факторами:

- новизна, незвичність, престижність;
- безпосередня віддача від предмета праці (наприклад, справна робота технічного устрою);
- розуміння важливості, затребуваності роботи;
- пізнавальна мотивація (професія як можливість отримувати нову інформацію);
- зміна, покращення предмету праці в результаті впливу на нього;

- відчуття своєї компетентності, майстерності.

Досить часто, здібності до певного виду роботи співпадають із схильностями до неї – тобто вираженим інтересом до неї, бажанням нею займатися. Але розрізняють схильність і перевагу.

Схильність – нерідко несвідомий потяг до певних видів діяльності.

Перевага – свідомий вибір.

Наприклад, прагнення займатися певною діяльністю може виникнути із-за її престижності, моди. Саме тому багато молоді навчається економіці або юриспруденції. Або ж тому, що цим захоплені їх батьки. Це, так званий, феномен «сімейних династій» [17]. Щоб засвоїти діяльність на середньому рівні майстерності, здібності і не обов'язкові, достатньо бажання та наполегливості в праці.

Виражена схильність до певної професії, не пов'язані з зовнішніми факторами (доходністю, престижністю), зазвичай свідчать про гарні здібності до неї.

Враховуючи, схильності при виборі професії, необхідно :

- щоб вони співпадали зі здібностями;

- якщо є інтерес, людина все одно почне займатися улюбленою справою.

## **II. МЕТОДИ ТА МЕТОДИКИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА ТА СОЦІАЛЬНОГО ПЕДАГОГА**

### **ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ ЮНАЦТВА**

#### **2.1 Методика складання особистого професійного плану**

Організація психодіагностичного обстеження вимагає від психолога та соціального педагога дотримання ряду принципів роботи (за О.І. Савенковим [57]):

1. Принцип довготривалості. Виявлення здібностей, обдарувань дитини – процес довготривалий, вимагає системності. Жодна найкраща методика, що використовується при визначенні здібностей, інтересів, направленості особистості не може давати 100% достовірний результат. Ось чому дослідження, що проводяться з метою відбору разовим бути не може.

2. Принцип використання тренінгових методів і завдань. Мета тренінгових методик – розвиток. В процесі розвитку можна реалізувати довготривалу діагностику і тим самим зняти психологічну напругу, що виникає при діагностуванні.

3. Принцип комплексності. Обстеження повинно бути всебічним і комплексним. Крім рівня розвитку інтелектуальних здібностей, слід вивчати рівень розвитку творчих здібностей, рівень соціального та фізичного розвитку.

4. Принцип участі різних спеціалістів. У дослідженні повинні брати участь не тільки психологи, але і педагоги і батьки. Погляд на проблему має бути всебічним.

Науковий підхід вимагає дотримання всіх принципів проведення діагностування.

Завдання полягає у тому, щоб допомогти учням дізнатись про свої психологічні особливості, які й забезпечать вибір професії школярем, а саме вивчити:

- психічні прояви властивостей нервової системи;

- схильності, інтереси, пов'язані з вибором професії;

- риси характеру, що проявляються в діяльності інших людей;

- типові та особисті емоційні стани, а також рівень розвитку вольових якостей;

- сформованість інтелектуальних здібностей;

- комунікативні якості особистості, що проявляються в процесі спілкування та взаємодії між людьми.

#### ***Розглянемо методику складання особистого професійного плану.***

Професійний план – це уявлення, образ, тому багато особливостей планів і ходу їхньої побудови залежать від складу розуму і характеру, досвіду людини. Плани в різних людей різні не тільки за змістом, але й за іншими якостями. Вони можуть бути неясними, уривчастими або повними, ясними; стійкими або мінливими, реалістичними або фантастичними. Таким чином, це приблизне уявлення свого майбутнього юнаками та дівчатами. При складанні особистого професійного плану необхідно, щоб учень прагнув до знаходження відповідей на наступні запитання:

1 Головна мета (що буду робити, де буду, чого досягну, мій ідеал життя і творчості);

2 Шляхи і засоби досягнення найближчих життєвих цілей (вивчення літератури, самоосвіта, вступ до певного навчального закладу);

3 Зовнішні умови досягнення цілей (труднощі, можливі перешкоди, можлива протидія тих чи інших людей);

4 Внутрішні умови досягнення цілей (свої можливості: стан здоров'я, здібності до навчання, наполегливість, терпіння, схильність до практичної або теоретичної роботи та інші особисті якості, необхідні для навчання і роботи з даної спеціальності);

5 Запасні варіанти цілей і шляхів їхнього досягнення на випадок виникнення непереборних труднощів у реалізації основних варіантів.

**Завдання: Складіть особистий професійний план**

*Інструкція.* Візьміть чистий аркуш паперу, ручку і дайте відповідь на наступні запитання (поставте номер запитання і одразу ж напишіть відповідь, яка має бути короткою і досить зрозумілою). Відповідайте на кожне запитання 2-3 реченнями у вільній формі.

*Запитання:*

1. Чи варто в наш час чесно працювати? Чому?
2. Чи потрібно здобувати серйозну професійну освіту, чи можна й так добре прожити? Чому?
3. Чи зміниться щось в Україні на краще? Коли, як Ви вважаєте відбудуться позитивні зміни? Які професії потрібні для України найбільше?
4. Чи багато Ви знаєте професій? Спробуйте протягом 3 хвилин у три колонки написати професії, які починаються на наступні літери ( чи зможете Ви за 3 хвилини написати більше 20 професій?):
  - на літеру «м»;
  - на літеру «н»;
  - на літеру «с».
5. Ким би Ви хотіли стати через 20-30 років? Яка Ваша професійна мрія?
6. Назвіть 5-7 основних етапів на шляху до своєї професійної мрії (спробуйте назвати ці етапи конкретніше).
7. Наскільки добре Ви знаєте те, що обираєте? Напишіть (за зразком таблиця 2.1) назву обраної Вами професії і той навчальний заклад, де Ви збираєтесь цю професію набути, а нижче – три найнеприємніших особисто для Вас моменти, пов'язані з даною професією і відповідним навчальним закладом (чи добре Ви подумали про те, що Вас чекає?):

Таблиця 2.1 - Зразок відповіді на пункт 7

*Професія*

- 
- 
- 

*Навчальний заклад*

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_

8. Хто і що може завадити Вам на шляху до своєї мети (які люди і обставини)?
9. Що ви збираєтесь робити з людьми і обставинами, які будуть проти Ваших професійних намірів і значно ускладнюють реалізацію Ваших планів?
10. Що у Вас самих може завадити при реалізації намічених планів, чи знаєте Ви власні недоліки?
11. Як Ви збираєтесь переборювати власні недоліки і готуватись до професії?
12. Чи є у Вас резервні варіанти на випадок невдачі при реалізації намічених?

*Критерії оцінки відповідей:*

- 1 бал – відмова відповідати на запитання (відсутність бажання міркувати на цю тему);
- 2 бали – чесне визнання у відсутності відповіді або явно помилкова відповідь;
- 3 бали – відповідь є але дуже неконкретна і не до кінця продумана;
- 4 бали – конкретна відповідь зі спробою обґрунтування;
- 5 балів – конкретна і добре обґрунтована відповідь.

**2.2 Ефективне застосування методики опитування щодо визначення професійних переваг**

Опитувальник щодо визначення професійних переваг:

*Мета:* виявлення відношення школяра до різних видів професійної діяльності.

*Інструкція:* Уважно прочитайте запитання. Знайдіть в аркуші відповідей клітинку з номером і поставте три оцінки в балах відповідними літерами: у – уміння, в – відношення, б – бажання (Таблиця 2.2).

Таблиця 2.2 – Таблиця до інструкції опитувальника щодо визначення професійних переваг

Уміння	Відношення	Бажання
Роблю добре – 2	Подобається – 2	Хочу займатися – 2
Роблю посередньо – 1	Байдуже – 1	Байдуже -1
Не виходить - 0	Не подобається- 0	Не хочу - 0

Свої відповіді внесіть у бланк відповідей (Таблиця 2.3). Цифри в бланку позначають номер запитання.

*Запитання:*

1. Робити виписки, вирізки з різних текстів, збирати і групувати їх за певною ознакою.
2. Виконувати практичні завдання на лабораторних заняттях з фізики (складати і збирати схеми, усувати

несправності, розбиратися в причинах дії приладів і т.д.)

3. Тривалий час доглядати за рослинами (поливати, удобрювати, доглядати та ін.)
4. Складати вірші, оповідання, писати реферати, твори, які багато хто визнає цікавими.
5. Надавати посильну допомогу тим, хто її потребує.
6. Спостерігати і вивчати зоряне небо, відвідувати планетарій.
7. Виділяти з тексту основні лінії і складати конспект, план або новий текст.
8. Розбиратись у фізичних процесах, розв'язувати задачі з фізики.
9. Вести регулярні спостереження за рослинами і записувати їх у щоденник.
10. Своїми руками майструвати гарні вироби з дерева та інших матеріалів (бісеру...)
11. Терпляче, без роздратування вчити кого-небудь навіть якщо доводиться повторювати багато разів одне й те саме.
12. Займатись пошуком і вивчати зразки каміння і матеріалів.
13. Легко визначати помилки в письмових роботах з рідної мови.
14. Розбиратися в хімічних процесах, розв'язувати задачі з хімії.
15. Розбиратися в ознаках численних видів рослин.
16. Створювати твори графіки, живопису та скульптури.
17. Часто і довго спілкуватися з різними людьми, і це не набридає.
18. Вести календар погоди, вивчати клімат.
19. На уроках іноземної мови відповідати на запитання, складати і розповідати тексти.
20. Ремонтувати і налагоджувати роботу різних механізмів і приладів (велосипеда, пілососа, праски, світильника та ін.).
21. Присвячувати вільний час спостереженню за тваринами, доглядати за ними.
22. Складати музику, пісні, що мають успіх у однолітків і молодших.
23. Уважно, терпляче, не перебиваючи вислуховувати людей.
24. Дізнаватись про географічні відкриття і подорожі.
25. На уроках іноземної мови без особливих труднощів працювати з іноземними текстами.
26. Настроювати і лагодити електронну апаратуру (приймач, магнітофон, телевізор)
27. Регулярно без нагадувань виконувати необхідну роботу по догляду за тваринами (годувати, чистити, лікувати і т. д.)
28. Не соромлячись багатьох глядачів грати різні ролі, наслідувати, зображувати, декламувати.
29. Охоче займатись і захоплювати справою, грою, розповіддю дітям молодшого шкільного віку.
30. Займатись дослідями з хімії.
31. Розв'язувати задачі з математики та інших предметів, де потрібні виведення формул, вирішення теорем, логічне мислення.
32. Ремонтувати замки, крани, меблі, іграшки.
33. Розбиратися в породах і видах тварин (коней, собак, птахів, риб, комах), знати їх зовнішні ознаки та звички.
34. Чітко розрізняти ознаки оригінальності та талановитості в художньому творі (книзі, кінофільмі, картині, скульптурі і т. п.), вміти довести свою думку усно і письмово.
35. Організовувати людей на спільні справи, проведення заходів.
36. Спостерігати і вивчати фізичні явища (тепло, світло, електрику, магнетизм).
37. Уміти застосовувати закони, правила, формули при розв'язуванні різних математичних задач.
38. Виконувати дії, що вимагають гарної координації та вправності рук: працювати на верстаті, швейній машині, робити монтаж і складання виробів з дрібних деталей.
39. Одразу помічати найменші зміни в зовнішньому вигляді або поведінці тварин або рослин.
40. Грати на музичних інструментах, публічно виконувати пісні, танці.
41. Виконувати роботу, що вимагає обов'язкових контактів з різними людьми.
42. Дізнаватись про гідротехнічні споруди (ГЕС, канали, мости, греблі).
43. Виконувати різні підрахунки і розрахунки, виводити з них різні закономірності та висновки.
44. Самостійно придумувати і конструювати різні вироби з типових деталей та вузлів.
45. Читати наукову літературу, слухати лекції й доповіді з біології, анатомії, ботаніки, зоології.
46. Створювати на папері й у натурі нові, оригінальні моделі одягу, зачісок, прикрас, інтер'єри приміщень та ін. предмети.
47. Впливати на людей: переконувати, вирішувати суперечки.
48. Дізнаватись про космічні дослідження, польоти космонавтів, відкриття в космосі.
49. Складати і малювати схеми, креслення, карти.
50. Виконувати завдання, в яких потрібно подумки уявляти розташування фігур, предметів та їхні частини у просторі.
51. Постійно займатись в біологічних гуртках, на біостанції, у зоопарку, розпліднику.



52. Швидше і частіше за інших помічати у звичайному нові, дивні, незвичайні та прекрасні сторони і риси.  
 53. Співпереживати різним людям, розуміти їхній стан.  
 54. Розбиратися у властивостях різних матеріалів для виготовлення моделей, іграшок .  
 55. Акуратно і безпомилково виконувати «паперову роботу»: писати, складати документи, вираховувати, перевіряти.  
 56. Вибирати найбільш раціональний спосіб вирішення завдань – технічний, математичний, логічний.  
 57. Переборювати труднощі при роботі з тваринами та рослинами: фізичну роботу, бруд, неприємний запах, погану погоду і т.д.  
 58. Наполегливо, терпляче повторювати і доводити до досконалості створюваний або виконуваний витвір.  
 59. Говорити, повідомляти що-небудь, викладати свої думки вголос слухачам.  
 60. Займатись практичними роботами з географії та землевпорядження: вимірами на місцевості, плануванням, складанням карт, роботою з атласами.

*Обробка отриманих результатів:*

Знаходимо суму вмінь, відношення до професії і бажання за кожною з п'яти вертикальних стовпчиків. Ці суми записуємо внизу таблиці. Потім отримані результати переносимо на полігон професійних переваг. Ціна одного розподілу на променях шестикутника дорівнює 4 балам. Позначимо на кожному промені точкою суму балів з таблиці професійних переваг. Кожний промінь відповідає певному типу професій. Отримані точки з'єднуємо лініями.

Після закінчення роботи необхідно проаналізувати і обговорити полігон професійних переваг (Рис. 2.1) з кожним школярем індивідуально. На ньому чітко видно уміння, відношення, бажання кожної дитини займатися роботою, що пов'язана зі знаковою системою, технікою, живою та неживою природою, художнім образом, людиною.

Таблиця 2.3 - Бланк відповідей опитувальника щодо визначення професійних переваг, в якому У – уміння, В – відношення, Б – бажання

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_  
 Група \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я	ЗС	Т	ЖП	ХО	Л	НП
	У., В., Б.	У., В., Б.	У., В., Б.	У., В., Б.	У., В., Б.	У., В., Б.

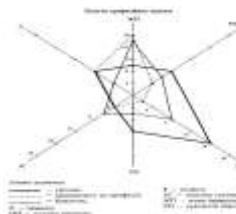


Рис. 2.1 - Полігон професійних переваг

### 2.3 Використання класифікатору професій і опитувальника (за методикою Дж.Голланда)

Особистість –це людина як носій соціальних( тих, що формуються і проявляються в спілкуванні) якостей. Якщо людина зацікавлена роботою, то вона зачепила її особистість. А зачепить тоді, коли вона відповідає його особистим якостям. Такі якості особистості, як інтереси і життєві цінності, справляють великий вплив на те, як людина реалізує себе в професії. Люба професія вимагає роботу в певній області, де затребуваним виявляється конкретний набір таких якостей. По цим характеристикам виділяють шість груп професій і відповідно їм типів професійної направленості особистості.

Ця відома методика Дж.Голланда дозволяє практичному психологу комплексно розглянути професійні здібності старшокласників, виявити до якої із груп професій вони належать і відповідно порекомендувати їм певні спеціальності [53, 54].

Розглянемо класифікатор професій і опитувальник «Вибір професії» Дж.Голланда.

*Інструкція.* Відзначте знаком «+» ті види діяльності, які Вам хотілося б виконати. Працюйте послідовно за напрямками і розділами. Після закінчення роботи з кожного розділу підрахуйте кількість «+», суму «+» запишіть у спеціальний бланк.

Напрямок 1. Хотіли б Ви:

*Розділ А*

1. Ремонтувати електричні прилади?
2. Ремонтувати автомобіль?
3. Лагодити механічні прилади?
4. Виготовляти вироби з дерева?
5. Водити вантажівку або трактор?
6. Працювати на верстаті з обробки металу?
7. Займатися зі старою машиною або мотоциклом?
8. Пройти курс навчання в цеху?
9. Пройти курс креслення?
10. Пройти курс столярної справи?
11. Пройти курс автомеханіки?

#### *Розділ Б*

1. Читати наукові книги та журнали?
2. Працювати в лабораторії?
3. Працювати над науковим проектом?
4. Будувати моделі ракет?
5. Працювати з хімічними реактивами?
6. Самостійно читати наукову літературу?
7. Вирішувати математичні і шахові завдання?
8. Вивчати фізику?
9. Вивчати біологію?
10. Вивчати геометрію?

#### *Розділ В*

1. Робити начерки, малювати, писати фарбами?
2. Ходити в театри (на п'єси)?
3. Проектувати будівлі або моделі?
4. Грати в ансамблі, естрадному або симфонічному оркестрі?
5. Грати на музичному інструменті?
6. Ходити на репетиції, концерти або мюзикли?
7. Читати популярну літературу?
8. Робити портрети або фотографії?
9. Читати і писати вірші?
10. Читати п'єси?
11. Брати уроки з мистецтва?

#### *Розділ Г*

1. Писати листи друзям?
2. Відвідувати церковну службу?
3. Бути членом громадських організацій, клубів?
4. Допомогати іншим вирішувати особисті проблеми?
5. Доглядати за дітьми?
6. Ходити на вечори?
7. Танцювати?
8. Читати книги з психології?
9. Відвідувати збори і конференції?
10. Заводити нових друзів?

#### *Розділ Д*

1. Впливати на інших?
2. Продавати що-небудь?
3. Обговорювати політику?
4. Організовувати власну справу?
5. Відвідувати конференції?
6. Виступати з лекціями та бесідами?
7. Бути членом правління якої-небудь організації?
8. Керувати діяльністю інших?
9. Керувати групою для досягнення певної мети?
10. Брати участь у політичній кампанії?

#### *Розділ Е*

1. Тримати свій стіл і кімнату в порядку?

2. Друкувати папери і листи для себе та інших?
3. Додавати, віднімати, множити і ділити числа?
4. Комерцією або бізнесом?
5. Працювати на машинах для цілей бізнесу?
6. Вести чіткий облік витрат?
7. Пройти комп'ютерні курси?
8. Пройти курс бізнесу?
9. Пройти курс бухгалтерської справи?
10. Пройти курс комерційної математики?
11. Вести документацію?
12. Писати ділові папери?

Напрямок II. Чи вмієте (або знаєте) Ви:

*Розділ А*

1. Користуватися електричними інструментами в столярній майстерні, токарським, шліфувальним верстатом?
2. Користуватися вольтметром?
3. Установити карбюратор?
4. Працювати з електроустановками: свердлильним пресом, шліфувальним верстатом, швейною машиною?
5. Обновити меблі і дерев'яні вироби?
6. Читати креслення?
7. Зробити нескладний ремонт електроприладів?
8. Ремонтувати (лагодити) меблі?
9. Робити креслення?
10. Зробити нескладний ремонт водопроводу?

*Розділ Б*

1. Як працює електронна лампа?
2. Можете назвати три продукта, багаті на білок?
3. Розумієте, що означає «напіврозпад радіоактивного елемента»?
4. Користуватися логарифмічною лінійкою?
5. Ділити і множити на логарифмічній лінійці?
6. Користуватись мікроскопом?
7. Можете знайти і пізнати на небі три сузір'я?
8. Можете описати функцію білих кров'яних тілець?
9. Можете пояснити найпростіші хімічні формули?
10. Розумієте, чому штучні супутники не падають на землю?
11. Брати участь в науковій виставці чи конкурсі!?

*Розділ В*

1. Грати на музичному інструменті?
2. Брати участь у хоровому співі на два або чотири голоси?
3. Бути солістом?
4. Грати в різних п'єсах?
5. Читати та інтерпретувати прочитане?
6. Танцювати сучасні танці і балет?
7. Схоже малювати людей?
8. Писати картини і ліпити скульптури?
9. Робити вироби з кераміки?
10. Конструювати одяг, меблі, писати плаката?
11. Писати оповідання або вірші?

*Розділ Г*

1. Добре пояснювати іншим що-небудь?
2. Брати участь у благодійній діяльності?
3. Співпрацювати з іншими?
4. Розважати людей старших за себе?
5. Бути гарним господарем (господаркою)?
6. Навчати дітей?
7. Організувати розважальну програму для святкового вечора?
8. Допомогти людям, які пригнічені або в біді?

9. Надавати допомогу хворим у лікарні та вдома?
10. Планувати суспільну роботу в школі?
11. Розбиратися в людях?

*Розділ Д*

1. Бути обраним на різні посади в школі?
2. Керувати роботою інших?
3. Мати незвичайну енергію та ентузіазм?
4. Змусити інших робити так, як хочете?
5. Вважати себе гарним торговцем?
6. Входити до складу групи, що зверталася зі скаргами?
7. Маєте нагороди за роботу як організатор?
8. Організувати клуб, організацію або групу за інтересами?
9. Організувати справу?
10. Стати щасливим лідером?
11. Добре сперечатися?

*Розділ Е*

1. Друкувати 40 слів за хвилину?
2. Працювати на копіру вальній і множній машині?
3. Зайнятися стенографією?
4. Підшивати кореспонденцію та інші папери?
5. Працювати в конторі?
6. Користуватися бухгалтерськими комп'ютерними програмами?
7. За короткий час виконати багато паперової роботи?
8. Користуватися обчислювальною технікою?
9. Користуватись обладнанням для переробки інформації?
10. Заповнити в бухгалтерській книзі дебет і кредит?
11. Вести точний облік платежів і проданих речей?

Напрямок III. Чи подобаються Вам наступні професії?

*Розділ А*

1. Авіа механік
2. Фахівець із риби та диких тварин.
3. Автомеханік.
4. Тесля.
5. Екскаторник.
6. Топограф.
7. Інспектор з будівництва.
8. Радист.
9. Робітник бензоколонки.
10. Лісоруб.
11. Водій міжміського автобуса.
12. Інженер по тепловозах.
13. Машиніст (верстатник).
14. Електрик.

*Розділ Б*

1. Метеоролог.
2. Біолог.
3. Астроном.
4. Лаборант медичної лабораторії.
5. Зоолог.
6. Хімік.
7. Учений - дослідник.
8. Автор наукових статей.
9. Редактор наукового журналу.
10. Геолог.
11. Ботанік.
12. Науковець.
13. Фізик.
14. Антрополог

*Розділ В*

1. Поет.
2. Диригент
3. Автор п'єс
4. Письменник
5. Музикант
6. Комерційний художник
7. Вільний, незалежний письменник
8. Музичний аранжувальник
9. Художник-портретист
10. Естрадний співак
11. Скульптор
12. Драматург
13. Художник-мультиплікатор

*Розділ Г*

1. Соціолог
2. Викладач вищої школи
3. Інспектор у справах неповнолітніх
4. Логопед
5. Консультант з питань шлюбу
6. Директор школи
7. Психолог у клініці
8. Учитель природничих наук
9. Соціальний працівник
10. Директор молодіжного табору
11. Особистий адвокат
12. Фахівець з профорієнтації
13. Лікар

*Розділ Д*

1. Маклер
2. Менеджер
3. Завідувач рекламою
4. Представник промисловців
5. Продюсер телебачення
6. Директор готелю
7. Представник ділових кіл
8. Директор ресторану
9. Конферансьє
10. Продавець
11. Агент з нерухомості
12. Крупе
13. Спонсор спорту
14. Управляючий торгівлею

*Розділ Е*

1. Бухгалтер
2. Викладач бізнесу
3. Контролер бюджету
4. Головний бухгалтер
5. Фахівець з кредиту
6. Діловод
7. Касир у банку
8. Податковий інспектор
9. Завідувач архівом
10. Оператор обладнання
11. Фінансист
12. Оцінювач у ломбарді
13. Працівник, що складає платіжну відомість
14. Ревізор банку.

## 2.4 Використання тесту для визначення професійних схильностей юнацтва

Тест «Чи знаєте Ви про свої професійні схильності?»

Інструкція. Кожне запитання тексту містить дві відповіді. Свої відповіді оцініть балами від 0 до 3 і внесіть їх у бланк відповідей (Таблиця 2.4).

1. Якщо Ви згодні з висловлюванням «а», але не згодні з висловлюванням «б», то у відповідну клітинку «а» внесіть цифру «3», а в клітинку «б» - «0».

2. Якщо Ви згодні з варіантом «б», але не згодні з варіантом «а», то в клітинку «а» впишіть «0» балів, а в клітинку з «б» - «3».

3. Якщо Ви віддаєте незначну перевагу висловлюванню «а» у порівнянні з «б», то у клітинку «а» впишіть 2 бали, а в клітинку «б» - 1.

4. Якщо Ви віддаєте незначну перевагу висловлюванню «а» у порівнянні з «б», то у клітинку «а» впишіть «1», а в «б» - 2 бали.

Запитання:

1. Деякі люди вважають, що важливіше:

- а) багато знати;
- б) створювати матеріальні блага.

Хто, по – Вашому, має рацію?

2. Що Вас більше приваблює при читанні книг?

- а) Прекрасний літературний стиль?
- б) Яскраве зображення хоробрості героїв.

3. Яка винагорода Вас би більше втішила?

- а) За науковий винахід;
- б) за суспільну діяльність.

4. Якби Вам видалася можливість зайняти певну посаду, яку б ви обрали?

- а) Директора фірми;
- б) головний інженер заводу.

5. Яка, на Ваш погляд, галузь діяльності в майбутньому матиме найбільше значення?

- а) фізика,
- б) фізична культура.

6. Якби Ви стали директором школи, на що б звернули більшу увагу?

- а) На створення необхідних зручностей (зразкова їдальня, кімната відпочинку і т.д.)
- б) на згуртування шкільного колективу.

7. Уявіть, що Ви перебуваєте на виставці. Що Вас найбільше приваблює в експонатах?

- а) Їхній зовнішній вигляд (колір, форма);
- б) їхнє внутрішнє влаштування ( як і з чого зроблені).

8. Які риси характеру людини Вам найбільше подобаються?

- а) Мужність, сміливість, витривалість;
- б) дружелюбність, чуйність.

9. Уявіть, що Ви професор університету. Якому б предмету Ви віддали перевагу у вільний від роботи час?

- а) Заняттям з літератури;
- б) дослідом з фізики, хімії.

10. Уявіть, що у Вас є можливість здійснити подорож у різні країни. У якості кого б Ви охочіше поїхали?

- а) Як відомий спортсмен на міжнародні змагання;
- б) як відомий фахівець із зовнішньої торгівлі з метою закупівлі необхідних товарів для країни.

11. У газеті дві статті різного змісту. Яка з них викликала б у Вас більшу зацікавленість?

- а) Стаття про машину нового типу;
- б) стаття про наукову теорію.

12. Якби у Вашій школі була можливість відвідувати один із гуртків, то який би це був гурток?

- а) технічний;
- б) музичний.

13. Як Ви вважаєте, на що слід було б у школі звернути більшу увагу?

- а) На успішність, тому, що це необхідно для майбутнього учнів;
- б) на спорт, тому, що це потрібно для зміцнення їхнього здоров'я.

14. Які журнали Ви б з більшим задоволенням читали?

- а) Науково-популярні;

б) літературно-художні.

15. Яка з двох робіт на свіжому повітрі Вас більше б приваблювала?

а) Робота з машинами;  
«ходяча» робота (лісник, агроном).

16. Яке, на Ваш погляд, завдання школи є важливішим?

а) Підготувати учнів до практичної діяльності;  
б) підготувати їх до роботи з людьми.

17. Що по-вашому, є найважливішим для людини?

а) Створювати собі зручний побут;  
б) займатись творчістю, залучатися до мистецтва.

18. Для благополуччя суспільства необхідні:

а) правосуддя;  
б) вивчення поведінки людини.

19. Що, на Ваш погляд, важливіше для майбутнього людства? Що принесе суспільству більше користі?

а) Турбота про добробут громадян;  
б) вивчення поведінки людей.

20. Служба побуту робить людям різні послуги (виготовляє взуття, шие одяг та ін.). Чи вважаєте Ви необхідним:

а) далі розвивати цю галузь, щоб всебічно обслуговувати людей;  
б) краще створити таку техніку, якою можна було б самим користуватися в побуті?

21. Які лекції Ви слухали б з великим задоволенням?

а) Про видатних учених;  
б) про видатних художників.

22. Якого характеру наукову працю Ви би обрали?

а) Роботу з книгами в бібліотеці;  
б) роботу на повітрі в експедиції.

23. Що б Вас більше зацікавило в пресі?

а) Повідомлення про виграш у лотереї;  
б) повідомлення про художню виставку, що відбулася.

24. Якби перед Вами постав вибір, якій професійній діяльності Ви б віддали перевагу:

а) роботі, пов'язаній з рухом;  
б) роботі малорухомій, але пов'язаній зі створенням нової техніки?

Таблиця 2.4 - Бланк відповідей тесту «Чи знаєте Ви про свої професійні схильності?»

А	Б	В	Г	Д	Е
1а	3б	1б	2а	2б	4б
3а	4а	7б	7а	5б	6а
5а	6б	11а	9а	8а	10б
9б	8б	12а	12б	10а	17а
11б	13а	15а	14б	13б	18а
14а	16б	16а	17б	15а	19а
21а	19б	18б	21б	22б	20а
22а	20б	24б	23б	24а	23а

Обробка результатів:

Підрахуйте суму балів за кожним з вертикальних стовпчиків і отримані значення внесіть у нижній рядок.

Показники у стовпчиках відповідають таким схильностям:

- 1 А – до розумових видів робіт;
- 2 Б – до роботи з людьми;
- 3 В до роботи на виробництві;
- 4 Г – до естетичних видів діяльності;
- 5 Д – до рухливих видів діяльності;
- 6 Е – до планово-економічних видів робіт.

Є.А.Клімов описав ситуації профконсультаційної практики, які зустрічаються найчастіше:

1) той, хто обирає професію, добре орієнтується у світі професій, обрав свою професію у відповідності до своїх інтересів, схильностей, здібностей, має уявлення про шляхи одержання професії, але звертається до профконсультації для підтвердження правильності свого вибору;

2) той, хто обирає професію, має одразу кілька варіантів професійного плану і не знає, який навчальний заклад обрати;

3) конфліктна ситуація, коли професійний план викликає розбіжності або внутрішні (недооцінювання себе, завищений рівень домагань), або зовнішні (конфлікт з батьками, вчителями);

4) той, хто обирає професію, не має професійного плану, не впевнений у собі, однак проявляє виражені схильності до певного виду діяльності;

5) випускник не має ані чітко вираженого професійного плану, ні схильностей до якогось виду діяльності («нульова» ситуація).

### III. ЯК ДОПОМОГТИ ПІДЛІТКУ ПРОФЕСІЙНО САМОВИЗНАЧИТИСЬ

#### 3.1 Поради батькам, класним керівникам та вчителям

Перед кожною родиною свого часу постає дуже хвилююче питання – яку професію обрати дитині після закінчення школи?

Для більшості питання вибору професії є одним з найбільш складних. Дітям необхідна допомога дорослих, але допомога розумна. Батьки, класні керівники та вчителі повинні стати радниками для дитини у пошуках улюбленої справи.

Вибір професії можна порівняти з системою рівнянь, що має декілька невідомих.

#### Перше невідоме

**Світ професій.** Їх десятки тисяч, і якщо не охопити поглядом все це різноманіття, хоча б в загальних рисах, вибір буде неповноцінним. Часто так і буває – обирають той фах, з яким встигли ознайомитися. Чи не залишиться за бортом якраз та професія, що найбільше відповідає схильностям вашого сина чи доньки?

Психологи ретельно вивчили професії, виявили найбільш характерні їхні ознаки і виокремили п'ять великих груп, п'ять типів професій в залежності від особливостей предмету праці: «людина-природа», «людина-техніка», «людина-знакова система», «людина-художній образ». Кожен з п'яти типів поділяється за різними ознаками на менші групи. Поступово коло вибору звужується до декількох професій, які подобаються більше за інших, або й взагалі до однієї.

Нарешті виділили коло професій, які подобаються доньці чи сину. І тут виникає...

#### Друге невідоме

**Чи будуть відповідати особисті якості дитини, риси характеру, темперамент тим вимогам, які висуває до людини дана робота.** Якщо син або донька вже визначили для себе професію, радимо ознайомитися з її описом, професіограмою. Ця інформація дозволить вам зробити деякі попередні висновки про те, чи є у вашої дитини дані для опанування обраного фаху. Ідеальний вибір – коли вимоги професії співпадають з особистісними якостями людини.

#### Третє невідоме

**Визначити стан здоров'я.** Встановити відповідність здоров'я людини вимогам, що висуває професія, – завдання лікаря. Саме тому кожен, хто вступає до навчального закладу, проходить обов'язковий медичний огляд. Щоб уникнути розчарувань, важливо своєчасно проконсультуватися з лікарем.

#### Четверте невідоме

В будь-якій роботі є свої тонкощі, нюанси, про які теорія не розповідає. Тому школярам важливо **поспілкуватися з представниками обраної професії.**

#### П'яте невідоме

**Куди піти вчитися?** Вибір навчального закладу відіграє дуже важливу роль як для вас, так і для вашої дитини. Заздалегідь можна ознайомитися з «Довідником навчальних закладів» та отримати необхідну інформацію.

Вибір майбутньої професії нерідко викликає суперечки батьків і дітей. Адже батьки впевнені, що вони краще знають життя, а діти хочуть обирати самостійно, оскільки це їхнє майбутнє. Для того, щоб знайти поєднання думок, варто прислухатися до порад фахівців.

#### *Поради батькам*

1. Не намагайтесь нав'язати дитині те, чого ви колись хотіли, але не досягли. Пам'ятайте, що у неї є свої власні плани та мрії, з якими потрібно і варто рахуватися. Не варто також змушувати нащадків йти вашим шляхом, навіть якщо у вашій родині усі до сьомого коліна були вчителями чи лікарями.

2. Не тисніть на дитину, якщо вважаєте її вибір майбутньої професії невдалим. Краще допоможіть їй розібратися, чи справді вона розуміє, чим буде займатися в майбутньому. Адже нерідко, обираючи професію, дитина керується стереотипами, прикладами кумирів тощо.



3. Якщо ваша дитина і досі чітко не знає, ким хоче бути, допоможіть їй виявити те, до чого у неї найбільше лежить душа, «гумантарій» вона чи «технар», творча особистість чи прагматик. Не можете визначити самотужки - скористуйтеся послугами спеціаліста з профорієнтації центру зайнятості.

4. Не бійтеся, якщо вибір вашої дитини припаде на непрестижну, непопулярну чи неінтелігентну професію. Якщо, наприклад, ваш син марить автомобілями, то, можливо, краще дозволити йому здобути фах автослюсаря чи автомеханіка. Адже, коли людина займається улюбленою справою, вона завжди досягає успіху.

5. Пам'ятайте, що обирати майбутню професію потрібно не під час подання документів у вузи і навіть не протягом останнього шкільного року. Починати треба ще з 7-8 класів. Тоді до закінчення школи дитина вже чітко визначиться, ким хоче стати.

### **Вплив батьків на вибір професії дитиною**

Нема батьків, які не бажали б своїм дітям добра. Тому вплив батьків на вибір професії їх дітьми безумовний. Опитування школярів показали, що для них поради батьків щодо вибору життєвого шляху мають більше значення, ніж рекомендації школи, вчителів. Але широко бажаючи щастя своїм дітям у виборі професії, батьки можуть і помилятися. І ці помилки часом неприємно позначаються на долі дітей.

### **ОЧЕВИДНІ ПОМИЛКИ БАТЬКІВ**

Наприклад, не можуть зіставити бажання дітей з їх реальними можливостями, при цьому нерідко переоцінюючи здібності своїх синів і дочок. Таким чином, у своїх дітях, багато батьків знаходять реалізацію їх власної мрії, нав'язуючи їм справу, яким не довелося займатися самим.

Деякі батьки виявляють бурхливу турботу про «вигідному», «зручному» пристосуванні своїх синів і дочок у їх дорослому житті, наполягаючи на тому, щоб вони вибрали престижну, на їхню думку, професію. Вони впевнені, що вони, батьки, як ніхто, знають, що потрібно їх дитині, що для неї краще.

Допомагати розвитку здібностей дітей, звичайно, потрібно, але нав'язувати свою волю, не слід. Підлітки надзвичайно потребують допомоги, але в той же час вони вважають себе вже дорослими і не терплять диктату, тиску. Потрібно знайти «золоту середину» між ініціативою дитини та активною участю батьків. Крайня позиція: «Нехай все вирішує сам» і «Що він без мене вирішить» - в кінцевому рахунку може привести до відчуження між дітьми і батьками.

### **ВМІННЯ ВИМАГАТИ І ЗАОХОЧУВАТИ**

Серед умов успішної взаємодії батьків з дитиною можна виділити наступне:

- Знання батьками інтересів та потреб дитини;
- Вміння зміцнити співпрацю в досягненні спільної мети;
- Спілкуватися з дітьми нестандартно, природно;
- Глибоко «по-справжньому» відчувати дитину, бути готовими та здатними до співпереживання, ставати на позицію дитини, бачити в ній особу;
- Вміння керувати собою, своєю поведінкою, почуттями, виключити у взаєминах з дітьми грубість, авторитарність, повчальність, панібратство.

### **Пам'ятайте учителі:**

Діти завжди потребують допомоги дорослих і не можуть самостійно обрати професію до душі. Допомога у виборі професії не повинна бути нав'язливою і замінювати бажання дитини бажанням оточуючих.

Уважно прислухайтесь до намірів та прагнень своїх дітей, враховуйте їхні інтереси та схильності, спираючись на рівень розвитку їхніх здібностей, і радьте обирати ту професію, що найбільше їм підходить.

Якщо радите дитині оволодіти тієї чи іншою професією, ви повинні бути впевнені, що цей фах є найбільш підходящим для неї, не протипоказаний її здоров'ю і є для неї цікавим. Обрана професія повинна бути актуальною на ринку праці та виправдати очікування щодо рівня заробітної плати.

Якщо у вас виникають труднощі – звертайтеся в службу зайнятості! Вам завжди нададуть кваліфіковану пораду та допоможуть у питаннях професійного визначення.

### **Основні помилки у виборі професії УЧНІВ:**

1. Поділ на «престижні» і «непрестижні».
2. Ототожнення навчального предмета з професією.
3. Перенесення ставлення до людини на професію.
4. Вибір під чийось впливом.
5. Неправильне уявлення про характер праці в певній трудовій діяльності.
6. Вибір під впливом певних обставин.
7. Думки про легке життя.

### **АЛГОРИТМ ДІЙ професійного самовизначення**

1. Визначити кілька професій, які подобаються, до яких є потяг, існують принципові можливості успішного

їх 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 суттєвих можливостей професії (наприклад, можливість спілкування з багатьма людьми, поїздки за кордон, висока платня тощо) і проаналізувати його відносно своєї мети, очікувань, мрій.
5. Визначити фізичні та психологічні якості, необхідні для кожної з професій.
6. Звернутися до психолога з проханням визначити (дослідити) інтереси, здібності, темперамент, особливості пам'яті, уяви тощо.
7. Прислухатися до своїх відчуттів, інтуїції.
8. «Приміряти» кожен з професій. Порівняти, зважити всі «плюси» і «мінуси».
9. Зробити вибір.
10. Упевнено йти до мети.

## ВИСНОВОК

Вибір професії для кожної молодої людини - це вибір свого місця в житті, подальшого шляху навчання і праці. Без перебільшення можна сказати, що для випускників загальноосвітньої національної школи - це завжди проблема номер один. Профільне навчання дає можливість учню познайомитись зі своєю майбутньою професією за рахунок предметів до яких в нього є здібності та які йому подобаються, також здійснити свої перші професійні проби.

Підкреслимо, що профорієнтаційна робота має здійснюватися на всіх вікових етапах, але саме період юності є найбільш сензитивним для формування готовності учня до професійного самовизначення. Згідно з системою управління профорієнтаційної роботи в школі, учнів 7- 9 класів потрібно поступово готувати до вибору профілю навчання, при цьому враховувати їх пізнавальні інтереси, здібності, нахили. Спираючись на класифікацію професій С. Клімова можна розподілити учнів за відповідними профілями.

Ефективність професійного самовизначення старшокласників суттєво залежить від проведення діагностики по визначенню мотивації, професійних схильностей, здібностей в юнацькому віці, особливо якщо розглядати їх з позиції особистісно-діяльнісного підходу.

Ми переконалися, що оптимізація професійного самовизначення в старшому шкільному віці можлива через цілеспрямований розвиток здатності до професійного самовизначення шляхом використання спеціальних навчальних, консультативних форм роботи із старшокласниками.

Розкрити творчий потенціал, здібності та нахили кожної людини та ефективно застосувати їх на практиці – ось задача системи професійної орієнтації, кожного трудового колективу, та країни. Адже різноманітність професійних здібностей та умінь суспільства – основа багатства та процвітання держави.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Конституція України. – К., 1996 (зі змінами).
2. Закон України «Про освіту» від 23.05.91р.№1060-ХІІ.
3. Закон України "Про сприяння соціальному становленню та розвитку молоді в Україні" від 5.02.1993р.№2998-ХІІ.
4. Закон України "Про соціальну роботу з дітьми та молоддю" від 21.06.2001р.№2558-11.
5. Декларація "Про загальні засади державної молодіжної політики в Україні" від 15.12.92 р. №2859.
6. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности. — М.: Просвещение, 1980 – 234 с.
7. Асмолов А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека – М.: Смысл: Издательский центр «Академия», 2007. – 528 с.
8. Бабанский Ю.К., Победоносцев Г.А. Комплексный подход к воспитанию учащихся: (В вопросах и ответах). – К.: 1995. – 256 с.
9. Бодалев А.А. Психология личности. — М.: Наука, 1988 – 278 с.
10. Бернс Р. Развитие «Я-концепции» и воспитание. — М.: Наука, 1991 – 115 с.
11. Блонский П.П. Избранные психологические произведения. — М.: МГУ, 1964 – 263 с.
12. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – М.: Просвещение, 1998 – 305 с.
13. Вайсбург А.А. Организация профориентационной работы школы, ПТУ, предприятия.- М.: Просвещение, 1986. - 128 с.
14. Вовчик-Блаkitна М. В. Сімейне виховання. Юнацтво. — К.: Просвіта, 1982. – 234 с.
15. Выготский Л.С. Собр. соч.: В 6 т. — Т. 1. — М.: Педагогика, 1982. – 470 с.
16. Гальперин П.Я. Введение в психологию. — М.: Просвещение, 1976. – 512 с.
17. Гинзбург М.Р. Психологическое содержание личностного самоопределения // Вопросы психологии. - 1994.- №3.
18. Грецов А.Г. Выбираем профессию.Советы практического психолога. – СПб.:Питер, 2008. – 224 с.

19. Захаров Н.Н. Профессиональная ориентация школьников.-М.: Просвещение, 1988. - 270 с.
20. Кон И.С. Психология ранней юности: Книга для учителя. - М.:Просвещение, 1989. – 187 с.
21. Кон И.С. Психология старшеклассника. - М., Просвещение, 1982. – 311 с.
22. Климов Е.А. Психология профессионала. - Москва-Воронеж, 1996. – 297 с.
23. Клімов Є.А. Психолого-педагогічні проблеми професійної консультації. – К.: Освіта, - 1986. – 95 с.
24. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения: В 2 т. — М.: Наука, 1983. – 345 с.
25. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. — М.: Наука, 1981. – 342 с.
26. Миславский Ю.А. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте. - М., Педагогика, 1991. – 254 с.
27. Методика индивидуальной профконсультации. – М.: Высшая школа, 1992. – 175 с.
28. Мудрик А.В. Время поисков и решений, или старшеклассникам о них самих: Книга для учителя. - М., Просвещение, 1990. – 143 с.
29. Мудрик А.В. Введение в социальную педагогику. – М.: Педагогика, 1997. – 140 с.
30. Немов Р.С. Психология: Учебник. — Т. 1. — М.: Высшая школа, 1995. – 705 с.
31. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. –М.: Просвещение, 1996. – 345 с.
32. Ольшанский В.Б. Практическая психология для учителей. — М.: Педагогика, 1994. – 255 с.
33. Орлов Ю. М. Восхождение к индивидуальности. — М.: Знание, 1991. – 80 с.
34. Орлов Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера: Беседы психолога со старшеклассниками: Книга для учителя. - М., Просвещение, 1987. – 196 с.
35. Павлютенков Є.М. Професійна орієнтація учнів.- К.: Рад.школа, 1983. - 152 с.
36. Павлютенков Є.М. Формування мотивів вибору професії.- К.: Рад.школа, 1980.-130 с.
37. Петровский А.В. Введение в психологию. — М.: Наука, 1995. – 329 с.
38. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. История психологии. — М.: Наука, 1994. – 501 с.
39. Психология и педагогика / Сост. и отв. ред. А.А.Радугин. — М.: Центр, 1996. – 324 с.
40. Психология: Словарь /Под общ. ред. А.В.Петровского. — М.: Наука, 1990. – 620 с.
41. Полякова В.А., Чистякова С.Н., Агапова Г.Г. Школа и выбор профессии.-М.:Педагогика, 1987.-176 с.
42. Підготовка і діяльність шкільних психологів.// За ред. В.В.Сахарди, І.В.Козубовської. –Ужгород, 1995.-300с.
43. Практическая психология образования / Под ред. И.В. Дубровиной. – М., 1997. – 118 с.
44. Профконсультативна робота із старшокласниками /За ред. Б.О.Федоришина.-К.: Рад.школа, 1980.- 160 с.
45. Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. - Москва-Воронеж, 1996. – 67 с.
46. Рабочая книга школьного психолога.//Под ред. И.В.Дубровиной. –М.: Просвещение, 1991. – 303 с.
47. Реан А.А. Психологический анализ проблемы удовлетворённости избранной профессией//Вопросы психологии. - 1988 . -№1. - С.83-88.
48. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. — М.: Центр, 1994. – 420 с.
49. Рогов Е.И. Общая психология: Курс лекций. — М.: Владос, 1995. – 479 с.
50. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога / Учебное пособие в 2-х кн. Книга 1. – М.: Владос, 2004. – 283 с.
51. Рубинштейн С.Л. Проблема общей психологии. — М.: Наука, 1973. – 340 с.
52. Сахаров В.Ф., Сазонов А.Д. Профессиональная ориентация школьников.-М.: Просвещение, 1982. - 192 с.
53. Становська З.Л. Рефлексивні компоненти професійного самовизначення старшокласників. Автореферат кандидатської дисертації. – К.: Вид-во АПН України, 2005. – 68 с.
54. Татенко О.С. Профорієнтаційна робота в школі.- К.: Т-во “Знання”, 1982. – 16 с.
55. Туріщева Л.В. Психологічне супроводження профільного навчання. –Х.: Вид. група «Основа», 2007. -144 с. –(Серія « Профільне навчання»).
56. Уніат С., Комінко С. Вибір професії або задача з багатьма невідомими. –Тернопіль: Підручники і посібники, 1997. – 86 с.
57. Федоришин Є.О., Карпиловська С.Я. та ін. Система профінформаційної роботи із старшокласниками.- К.: Рад. школа, 1988.- 178с.
58. Федоров В.Д. Психодіагностика особистості в системі диференціації. –Хм., 1993. – 90 с.
59. Фельдштейн Д.И. Психология взросления: структурно-содержательные характеристики процесса развития личности: Избранные труды. – М.: Просвещение, 1999. – 280 с.
60. Формирование личности в переходный период: от подросткового к юношескому возрасту / Под ред. И.В.Дубровиной. - М.: Педагогика, 1987. – 240 с.
61. Формирование личности старшеклассника / Под ред. И.В.Дубровиной. - М.: Педагогика, 1989. – 160 с.
62. Чистякова С.Н., Захаров Н.К. Профессиональная ориентация школьников: Организация и управление. –М.: Педагогика, 1987. – 157 с.
63. Шавір П.А. Психологія професійного самовизначення в ранній юності. – К.: Наука, 1998. – 307 с.
64. Швець Н.Г., Третякова Т.Д. Теорія і практика професійної орієнтації. – К.: ДП «Вид. дім «Персонал», 2010. – 272 с.

65. Ярошенко В.В. Школа і професійне самовизначення учнів. - К.: Рад.школа, 1983. - 113 с.

## ДОДАТКИ

Додаток №1

### *Ігри в професію* (за матеріалами книги Самоукіної)

Ми пропонуємо програму ігрових занять, які допомагають (найперш за все психологічно) вибрати професію. Іграм “в професію” можна присвятити кілька годин на протязі учбового року, перед випускним класом.

“Запасний рік необхідний ще й тому, що під час ігрових занять багато учнів починають серйозно ставитись до власного професійного самовизначення, відмовляються від першого, часто випадкового вибору. Складний процес вибору професії не терпить поспішності та суєти; потрібний час для “дозрівання” глибинних потенцій та можливостей, внутрішньої свободи та стійкої віри в себе.

На початку свого “дорослого” життя знайти “самого себе” повинна кожна молода людина: віднайти зміст життя і розуміння свого індивідуального життєвого призначення. Той, хто хоч раз пізнає радість від досягнення духовних вершин саморозкриття, не забуде цього і завжди буде націлений до гармонії з суспільством і самим собою.

Програма розвиваючих ігор “Я вибираю професію” містить три цикли занять. Перший цикл присвячений розбору умовних ситуацій вибору професії, другий – аналізу типових помилок та труднощів, які виникають в молодих людей в цей період. На заняттях третього циклу школярі обговорюють конкретні ситуації вибору професії. Програма розрахована на один учбовий рік, частота проведення занять – 1-2 рази на місяць, тривалість одного заняття – суміщена пара уроків (1,5 години).

На заняттях застосовуються методичні прийоми організації колективної діяльності школярів. Основний з них – взаємна групова оцінка. За бажанням школярів організуються дві групи. Керівників груп (командирів) діти вибирають з загальної кількості учасників. Після одержання завдання кожна група виконує його самостійно і автономно від іншої групи. Результати вирішення (довіді груп) виносяться на загальне обговорення, в якому беруть участь вчитель і дві групи школярів.

Спочатку розбирається вирішення першої групи, а друга група аналізує та оцінює його, потім – навпаки. Аналізують та оцінюють за схемою: відповідність доповіді групи заданій темі; правильність вирішення; аргументація на користь одержаного вирішення (повнота аргументації, її продуманість); творчий характер вирішення; повнота вирішення (чи є відповіді на всі запитання; ступінь використання запропонованих для заняття матеріалів та схем).

Використовується також змагання між групами. В кінці кожного завдання керівник практикуму оголошує дві оцінки: за правильність вирішення групи і за активність учасників у колективній роботі.

Прийом “дзеркало” полягає в наступному. Педагог розповідає про конкретний факт з життя таких же, як і учасники гри, дітей. Він говорить про своє ставлення до цих подій, наслідки тих чи інших поступків. Якщо розповідь побудована майстерно і в ній відображені реальні ситуації, юнаки та дівчата порівнюють себе з реальними персонажами, роздумують, співвідносять свої дії з поступками героїв. В цілому вони бачать себе і свої проблеми ніби в психологічному “дзеркалі”.

#### **Цикл I. Умови вибору професії**

**Заняття 1.** “Світ професій” і професійні вимоги.

*Практичне завдання.*

На практичному занятті педагог пропонує школярам самостійно заповнити таблицю:

№ пп	№ професій	Типи і підтипи	Перерахувати професії даного типу	Перерахувати вимоги, що висуваються професією до людини
1	2		3	4
..	...		...	...

Діти розбиваються на дві групи. Кожна група заповнює таблицю, обговорюючи всі пов’язані з цим питання. Результати обговорюються разом з вчителем.

*Методичний прийом.* Організація взаємної групової оцінки.

**Заняття 2.** “Природні передумови”

*Практичне завдання.*

На основі таблиці, заповненої на занятті 1, школярі за допомогою керівника практикуму виділяють



	черствий	відкритий	
	розхристаний	цілеспрямований	
	розвинуті художні здібності	розвинуті технічні здібності	
	любить історію	любить математику	
	любить працювати один	любить спілкуватися	
	любить роздумувати	любить майструвати	
0	любить природу	любить техніку	0

За цією методикою складаються оцінки:

- а) школяр оцінює самого себе;
- б) однокласники оцінюють школяра (на занятті береться середня групова оцінка);
- в) педагог оцінює школяра.

На одному листку зводяться всі три оцінки. Обговорюються моменти відповідності і розходження оцінки. Мета заняття: школярі повинні зрозуміти, що спеціально треба виробляти самооцінку на основі порівняльного самоаналізу оцінок вчителів, батьків, друзів, оскільки власна думка про самого себе може бути неправильною, суб'єктивною. Під час обговорення треба вести змістовний аналіз, не переводячи дискусію “на особи”.

*Методичний прийом.* Колективне обговорення.

Заняття 10. Як вибирати професію.

*Практичне завдання.*

В двох групах школярі вибирають деяку професію. При цьому вони орієнтуються на етапи “взнати-подумати-спробувати”.

На загальному обговоренні кожна група розповідає про професію, яку вона вибрала, і аналізує причини вибору.

*Методичний прийом.* Метод організації взаємної групової оцінки.

**Цикл III. Конкретна ситуація вибору професії**

Заняття 11. Людина і професія

*Практичне завдання.*

Вчитель називає професію, для якої школярі повинні підібрати учня, що найбільше, на їх думку, відповідає за своїми індивідуальними особливостями даній професії. Професія, названа педагогом, повинна бути більш-менш відома учням, не рекомендується вибирати для завдання малознайомі професії.

Учасники розбиваються на дві групи, вибирають учня для заданої викладачем професії і на загальному обговоренні доводять, що індивідуальні особливості вибраного ними школяра відповідають вимогам професії.

Можна організувати додаткове заняття: педагог пропонує двом групам школярів “підібрати” професію одному з учнів.

Заняття 12. Співвідношення самооцінки і професійних вимог.

*Практичне завдання.*

Вибирається школяр, який повинен описати свої індивідуальні особливості, оцінити їх і підібрати відповідну професію. При виборі професії дозволяється враховувати індивідуальні нахили та інтереси.

Інші учні практикуму і сам педагог окремо від школяра також дають йому оцінку і підбирають відповідну професію. На загальному обговоренні, в якому бере участь школяр, педагог і група учнів, робиться порівняльний аналіз самооцінки школяра, оцінки педагога і групи учасників. Обговорюються моменти невідповідності самооцінки учня і оцінки педагога та групи учасників.

*Методичний прийом.* Метод організації взаємної групової оцінки.

Заняття 13. Як ми грали в професію

На занятті повторяться пройдений на практичних заняттях матеріал. Основні етапи ігрових занять: аналіз об'єктивних і суб'єктивних умов вибору професії, їх співвідношення при виборі професії в конкретних ситуаціях.

Учитель та школярі обмінюються досвідом, одержаним на іграх: що нового вони взнали, які заняття були найцікавішими. Учні розповідають, яку професію вони хотіли би вибрати.

*Методичний прийом.* Колективне обговорення.

Додаток №2

### ЖИТТЯ ПРОЖИТИ – НЕ ПОЛЕ ПЕРЕЙТИ

*Відкрите заняття для старшокласників*

*Майже кожен із вас запитує себе: «Хто я? Навіщо прийшов у цей світ? Куди йде моє життя?». Здається, що це прості запитання, але відповіді на них дати дуже важко. Як же довідатися, ким ми станемо в цьому житті? Телебачення, реклама, журнали наводять нас на думку про те, що ми повинні бути красивими,*

*багатими, успішними. Нам потрібно мати машину, дачу, роботу і фізичну досконалість. Тільки тоді ми можемо стати кимось. Що важливіше — будувати життя чи підбудуватися під нього?*

**Мета:** формувати активне усвідомлення учнями широкого кола своїх можливостей, активної позиції; виховувати усвідомлення взаємозв'язку наших шансів на успіх і наших здібностей; навчити визначати власні духовні цінності та їхній вплив на життя; думати про сенс життя, щастя, цінності, життєві плани.

**Матеріали:** виставка літератури із проблеми, обладнання для презентації слайдів до теми, сині та рожеві стікери за кількістю дітей, папірці, які будуть уявними грошима (по 10 шт. на кожного учня), мікрофон, ручки, аркуші паперу, плакати з висловами відомих людей про життя, етикетки уявних товарів, магнітофон із музичними записами.

#### **Повідомлення теми і мети заняття**

#### **Вправа «Мікрофон»**

**Психолог.** Жити потрібно в будь-якому випадку, адже життя неповторне. Життя не ваша таємниця, але ви маєте реалізувати себе, свої внутрішні здібності, свою суть, пройшовши всі етапи життя: молодість, зрілість, потім ви залишаєте по собі якийсь спадок (посадити дерево, побудувати будинок, виростити сина).

#### **Соціологічне опитування**

Опитування присвячено виявленню ціннісних орієнтацій, життєвих прагнень у різних сферах життя. Підлітки осмислюють свої уявлення про сенс життя, щастя, цінності, життєві плани.

#### **Бланк анкети**

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_

Вік \_\_\_\_\_ Клас \_\_\_\_\_

1. Якщо неможливо поєднати все і треба вибрати, то за яким принципом, на твою думку, необхідно обрати професію?
  - вона має бути матеріально прибутковою;
  - має бути перспективною, потрібною для розвитку країни і всієї цивілізації;
  - має бути дуже цікавою і захопливою.
2. Нижче перелічено пари життєвих цінностей. Що, на твою думку, найважливіше для людини?
  - професійна кар'єра — хороша дружна сім'я;
  - міцне здоров'я — яскраве, наповнене подіями життя;
  - близькі друзі та кохані люди — цікава, прибуткова робота, що зовсім не залишає вільного часу.
3. Якщо немає взаємного кохання, як краще будувати сім'ю?
  - із тим, хто кохає тебе;
  - із тим, кого кохаєш ти.
4. Уяви ситуацію: у напівзатонулому човні сидять 3 людини: президент країни, відомий учений і п'ятирічна дитина. Рятувальний жилет лише один. Кого треба рятувати?
5. Чим можна пожертвувати заради нагоди швидко заробити багато грошей? Якщо хочете, оберіть кілька пунктів.
  - дотриманням закону;
  - відносинами із близькими людьми;
  - здоров'ям;
  - особистими інтересами і хобі;
  - матеріальним становищем інших людей;
  - життям інших людей.
6. Скільки дітей має бути в сім'ї?
7. Продовж речення.  
Щастя — це \_\_\_\_\_  
Порядна людина — це \_\_\_\_\_

#### **Вправа «Мозковий штурм»**

— Які асоціації виникають у вас зі словом «життя»? Запишіть їх. (Обговорення асоціацій. Позитивні й негативні асоціації.)

Життя дуже багатогранне, це — яскравий світ, але для кожного він особливий, у кожного свої цінності й переконання.

#### **Вправа «Оратор»**

**Психолог.** Об'єднайтеся у дві команди: ті, хто витягли рожеві стікери, підійдіть до правого столу, а ті, хто витягли сині, — до столу ліворуч. Ви маєте 5 хв для того, щоб командами подумати й відповісти на такі запитання:

- a. Чи може кожна людина жити так, як вона хоче, і що для цього потрібно? Обґрунтуйте свою відповідь.
- b. Що складніше і важливіше — будувати життя чи пристосовуватися до нього? Обґрунтуйте свою відповідь.

Далі один представник від кожної команди презентує вироблену точку зору.

**Вправа «Як чинити зі своїм життям»**

**Психолог.** А зараз зіграймо у гру. Вона допоможе кожному з учасників знайти відповідь на це основне запитання. (Кожному роздають по 10 папірців.)

Напишіть на кожному своє ім'я. На наступні кілька хвилин ці 10 папірців уособлюватимуть вас і гратимуть роль символічних грошей, за які можна купити певний товар. Зараз перед кожним постане вибір: витратити чи заощадити свої папірці, тобто себе самого, частину себе. На продаж буде виставлено різноманітні «товари» по парі. Правила гри не дозволяють купити обидва товари одночасно, тільки щось одне або нічого. Зрозуміло, що коли закінчатись ваші папірці, вже нічого не можна буде купити.

Усі покупки можна робити лише тоді, коли «товари» пропонують на продаж. Не можна повернутися до попередньої пари, якщо на продаж уже виставлено наступну. (Психолог пропонує «товар», написаний на окремих аркушах. Ціна кожного товару вказана в «папірцях».)

- чудова квартира (1 папірець), новий автомобіль на вибір (1 папірець);
- повністю оплачена поїздка на канікули (один місяць) у будь-яку країну світу разом із другом (2 папірці), повна гарантія того, що людина, з якою тобі хотілося б одружитися просто сьогодні, обов'язково одружиться з тобою незабаром (2 папірці);
- на два роки стати найпопулярнішою людиною серед своїх товаришів (1 папірець), мати одного справжнього друга (2 папірці);
- закінчити престижний університет (2 папірці), заснувати прибуткову компанію (2 папірці);
- мати здорову сім'ю (3 папірці), здобути всесвітню славу (3 папірці);

(Після завершення вибору із цієї пари оголосити: тим, хто обрав сім'ю, повертають 2 папірці назад як винагороду.)

- можливість змінити якусь одну рису зовнішності (1 папірець) задоволення протягом усього життя (2 папірці);
- п'ять років безмежної фізичної насолоди (2 папірці), любов та повага найдорожчих для вас людей (2 папірці);

(Ті, хто обрав п'ять років насолоди, додатково віддають один папірець — за певні речі ми маємо платити більше, ніж здається спочатку.)

- чиста совість (2 папірці), здатність досягти успіху у тій сфері, де найбільше цього прагнеш (2 папірці);
- створити диво для того, кого любиш (2 папірці), можливість прожити заново (або повторювати) одну дію із власного життя (2 папірці);
- сім додаткових років життя (3 папірці), безболісна смерть, коли настане час (3 папірці).

Наші торги завершені, роздивіться ще раз свої покупки і скажіть:

- Яка подобається вам понад усе?
- Чи шкодуєте ви, що не купили чогось іще?
- Чи хотілося б вам поміняти деякі правила гри?

Після обговорення психолог робить висновок: правила гри можна змінити, але життя — це не гра. Не можна повторити вже зроблений вибір чи скасувати прийняте колись рішення. Не можна охопити абсолютно все чи скористатися кожною нагодою. Не можна передбачити, які шанси відкриються для вас за тиждень або рік.

**Психолог.** Вам завжди бракуватиме часу, варіантів вибору, грошей тощо. Ви плататимете за кожен свій вибір у житті — і часто ця плата перевищуватиме ваші сподівання. Та ніколи не треба впадати у відчай, закриватися від усього світу. Необхідно завжди йти до кінця. Тож зараз я хочу прочитати вам невелику казку-притчу «Історія про першу подорож» (звучить запис «Шум моря в інструментальній обробці»).

**Казкотерапія**

Дуже давно це було. Так давно, що багатьом не згадати цю історію про молодого юнака Еріка. А може, це було зовсім недавно. Імовірно, така сама історія відбувається з кимось і зараз.

Ерік був веселим хлопчиком, а коли виріс, став привабливим юнаком. Він любив розмовляти з друзями і веселитися, та настав день, коли батьки сказали йому: «Ти вже дорослий. Обирай собі дорогу у житті».

Але Ерік не знав, що обрати. Він так зник, що не треба самому нічого вирішувати. Адже все вирішують дорослі. А зараз він замислився, та не надовго. Він згадав, що його мрією була подорож на кораблі у веселій компанії друзів.

Ерік зібрався в подорож. Сів на корабель, який першим причалив до пристані. Спочатку він озирнувся, познайомився з капітаном корабля, з його командою.

Капітан був суворим, але Ерік подумав, що всі капітани мають бути такими. А команда корабля — добрі люди, не дуже веселі, серйозні, але вони були дорослими і могли навчити Еріка жита, допомогти йому порадою. Найбільше ж юнака хвилювала зустріч із пасажирями корабля!



— Як мене приймуть? Які вони — добрі чи злі, веселі чи ні? Адже я так довго подорожуватиму разом із ними! Але все добре! Компанія чудова! Разом з новими друзями Ерік подорожує, дивується морю, красі морських пейзажів.

Найбільше йому сподобалося розмовляти і жартувати зі своїми друзями. Здавалося, що все чудово, правильно і спокійно. От тільки погода була мінлива. То тихі, погідні дні, то сильний шторм. Ерік боявся, коли штормило. Та й кого не налякає стихія? І от якось під час грізної негоди Ерік почув у каюті чийсь тихий голос. Відчинивши двері, він нікого не побачив. Йому довелося піднятися на палубу. Сильно хитало, хвилі розбивалися просто біля ніг переляканого юнака. У голові запаморочилось, його почало нудити. Було так темно, що Ерік не міг нічого роздивитися. Про всяк випадок він надяг рятувального жилета і шукав у темряві далі. Раптом корабель сильно нахилила хвиля. Ерік послизнувся і... впав за борт!

Що робити?! Темно! Страшно! І плавати він не вміє. Добре, що жилет встиг надягти. Ерік закричав: «Рятуйте!».

Але море вирувало, і крику юнака ніхто не чув. Ерік зрозумів, що він один, усі його покинули і забули, він загубився. Гірко стало хлопцеві. Він плакав, а від страху нудило, і сили покидали його. «Я так проведу решту свого життя, поки мене не з'їдять акули, або я не помру від голоду: самотній, забутий усіма!» — так він думав, і сльози змішувалися з морським бризом і ще більше підсилювали душевний біль.

«Я нещаслива і жалюгідна людина. І ніхто не зможе зрозуміти і допомогти мені! Адже чудес на світі не буває!». Але рятувальний жилет утримував Еріка на поверхні, море стало заспокоюватися. Змученому страхом юнаку вдалося забутися...

Розвиднилося. Ерік розплющив очі. Життя триває... Уся гіркота образи знову повернулася до нього, страх знову опанував і душу, і тіло: «Нічого я не хочу в цьому житті. Треба все забути, заснути... або навіть померти. Але щоб усе це швидко минулося! Чому це трапилося зі мною? Ніхто не допоможе мені, уже ніколи я не буду разом із людьми. Я забутий, забутий!».

А світ залишився колишнім. Світило сонце, на небі пливли прозорі хмари, вода мінилася і відбивала золотаві промені. Дельфіни стрибали, гралися, наче запрошуючи у свій світ.

«Чому це так? — сумував далі юнак. — Світ залишився таким самим. Усе живе своїм життям. І тільки мене викинуло з життя. Як же так?!».

Іноколи Еріку вдавалось заспокоїтися, іноді його душили сльози розпачу. Знову охоплював страх, паморочилося в голові, і самотність отруювала душу. Раптом Ерік почув дивні звуки, музику, пісні, сміх.

Це був корабель, який юнак не одразу побачив, адже надто занурився у гіркі роздуми. Ерік зрадів і став кричати: «Я тут! Врятуйте мене! Я тут!».

Але музика і сміх заглушували слабкий голос юнака. Сил у Еріка майже не залишилося.

«Навіщо я їм? — думав він. — У них весело, добре, а я тут один. А якщо мене побачать, то врятують. Ні, я цього теж не хочу!»

Не люблю жалітися. Нехай я загину! Непомітно піду з цього світу!».

Корабель тим часом плив собі далі, а Ерік приречено дивився на палубу. Але раптом щось прокинулось в ньому, закипіло бажання боротися. «Я теж хочу веселитися, сміятися, розважатися із друзями! Я теж хочу жити!!! До нових друзів! Я сильніший від них! їм не довелося пережити такого лиха. Я став мудріший. Я багато чого пізнав!» — Ерік чимдуж став кричати, махати руками, навіть поплив до корабля.

І йому вдалося привернути увагу! Матроси спустили шлюпку, витягнули Еріка з води.

Чужі цікаві погляди навіть сподобалися Еріку: «Що ж, отже, я цікавий людям! Я знову живий!». Ерік незабаром звик до нових супутників. Вони радували його бесідами, жартами. «Як люди схожі між собою! Як же добре з новими друзями! — думав він. — Яке це щастя жити!».

Минули роки... Зараз Ерік має хорошу роботу, сім'ю. І він часто згадує свою першу подорож, яка навчила його боротися, вселила в нього волю до життя.

Як добре жити! Яке прекрасне життя! Тож радійте життю! А як змінити життя на краще, ви дізнаєтесь із пам'яток, які я вам зараз роздам.

### ЩОБ ЗМІНИТИ ЖИТТЯ НА КРАЩЕ

1. Усміхайтесь, це надасть вам упевненості.
2. Відмовтеся від бажання жалітися або звинувачувати обставини чи інших людей.
3. Позбавтеся негативних думок. Життя — це бумеранг.
4. Сприймайте життя як безперервний навчальний процес, навіть у негативному досвіді знайдете корисне для себе.
5. Уникайте спілкування з песимістами. Вони негативно впливатимуть на вас, знищать віру в себе.
6. Розвивайте в собі позитивну сторону душі — прагнення до віри.
7. Перетворіть несприятливі обставини на ситуацію, де ви ще раз зможете проявити свої здібності.
8. Не заздріть чужому успіхові. Позитивно оцініть свої сили, виявіть власні цілі.
9. Ніколи не здавайтесь. Вірте у себе. Спокійно ставтеся до успіху та невдач.
10. Змініть свою внутрішню настанову: «У мене все вийде».

11. Частіше спілкуйтеся з людьми активними, оптимістами, успішними.
12. Обмежте контакти з тими, хто жаліється.
13. Спостерігайте, як діють успішні люди, наслідуйте зразки успішної поведінки.
14. Не звертайте уваги на дрібні непорозуміння, не перетворюйте їх на конфлікт.

#### ПАМ'ЯТКА

1. Ніколи не уникайте персональної відповідальності.
2. Свою думку не тільки виробляйте, а й висловлюйте.
3. Прагніть самостійно вирішувати всі питання, що стосуються вашого життя.
4. Не бійтеся помилок — просто своєчасно їх виправляйте.
5. Чесно визнавайте свої помилки, пам'ятайте, що впертість — самозахист слабкої людини.
6. Не виходить задумане — неодмінно розберіться, чому. Починайте робити все спочатку і так — аж поки вийде.

#### Загадка

І на завершення відгадайте загадку: «Вона нічого не коштує, але створює багато чого. Вона збагачує тих, хто її одержує, не збіднюючи тих, хто її дарує. Вона триває мить, а у пам'яті лишається надовго. Немає багатіїв, хто міг би прожити без неї, і немає таких бідних, які не стали б багатіші її милістю. Вона створює щастя в домі, атмосферу доброзичливості у справах і є паролем для друзів.

Водночас її не можна ані купити, ані випросити, ані позичити, ані вкрати, бо вона — це цінність, яка не принесе жодної користі, якщо не йтиме від чистого серця». (Усмішка.)

Усміхайтесь! І люди, зігріті вашою усмішкою, прихилиться до вас. Усміхайтесь! І це приведе вас до щастя.

#### Додаток №3

### УСІ ПРОФЕСІЇ ХОРОШІ -ОБИРАЙ ДО СМАКУ ПРОГРАМА КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИВАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ

*Введення у практику зовнішнього оцінювання підняло вимоги до організації профорієнтації — 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 конкретного регіону в кадрах. Вироблення позитивного ставлення до світу професій розпочинаємо зі старшого дошкільного віку.*

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.

#### ЗАНЯТТЯ 1

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!

## ЗАНЯТТЯ 2

Вправа «Створюємо гарний настрій»

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!

### 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. Пришеє рівно комірцець. Хто так старається? (Кравець.)

2. Ще до зорі прокидатися 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.

З 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 повторіть 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,

### ТЕСТ «НАХИЛИ ДО ПРОФЕСІЇ»

За допомогою тесту «Нахили до професії» психологи та соціальні педагоги допомагають визначити і вказати учням важливі для їхньої майбутньої професійної діяльності риси характеру, дають науково обґрунтовані рекомендації щодо вибору професії.

Учні мають дати відповідь «так» або «ні» на запитання в таблиці.

Підрахуйте суму балів у кожному стовпчику. Де сума найбільша — там тип професій, які найкраще підходять.

Бланк тесту

№ з/п	Запитання	Тип спеціальності				
		П	Т	Х	З	Л
1	Чи легко ти знайомишся з новими людьми?	0	0	0	0	1
2	Охоче й довго можу щось майструвати (шити, ремонтувати, плести)	0	1	0	0	0
3	Намагаються прикрасити свою кімнату, клас, квартиру. Всі вважають, що це мені вдасться	0	0	1	0	0
4	Постійно доглядаю за рослинами й тваринами	1	0	0	0	0
5	Охоче і довго можу щось підраховувати, креслити	0	0	0	1	0
6	Охоче проводжу час із ровесниками або молодшими, вмю їх захопити справою, допомогти в чомусь	0	0	0	0	1
7	Охоче й часто допомагаю дорослим доглядати тварин, рослин	1	0	0	0	0
8	Як правило, роблю мало помилок у письмових роботах	0	0	0	1	0
9	Мої вироби викликали інтерес у друзів та старших	0	2	0	0	0
10	Дорослі вважають, що в мене є здібності до мистецтва	0	0	2	0	0
11	Охоче читаю про рослинний, тваринний світ	1	0	0	0	0
12	Активно беру участь у художній самодіяльності	0	0	1	0	0
13	Люблю читати про будову та роботу механізмів, машин, приладів	0	1	0	0	0
14	Люблю розгадувати кросворди, головоломки, розв'язувати складні й цікаві задачі	0	0	0	2	0
15	Легко можу владнати конфлікти між ровесниками чи молодшими дітьми	0	0	0	0	2
16	Дорослі вважають, що я можу працювати з технікою	0	2	0	0	0
17	Мої художні роботи схвалюють незнайомі люди	0	0	2	0	0
18	Дорослі вважають, що мені вдасться доглядати за рослинами й тваринами	2	0	0	0	0
19	Вчитель вважає, що мені добре вдаються письмові роботи — твори, відповіді на запитання	0	0	0	2	0
20	Майже ніколи ні з ким не сварюся	0	0	0	0	1
21	Результати мого майстрування схвалюють незнайомі люди	0	1	0	0	0
22	Мені часто доводиться допомагати навіть незнайомим людям	0	0	0	1	0
23	Подобається і вдається вивчати іноземні мови	0	0	0	0	2
24	Довго, не втомлюючись, можу займатися музикою, малювати	0	0	1	0	0
25	Намагаюсь пришвидшити, змінити процес зростання рослин чи тварин	2	0	0	0	0
26	Люблю вивчати будову механізмів, машин, приладів	0	1	0	0	0
27	Як правило, можу перекопати ровесників чи молодших прийняти мій план дій	0	0	0	0	1
28	Охоче спостерігаю за тваринами або роздивляюся рослини	1	0	0	0	0
29	Охоче читаю спеціальну літературу, довідники, енциклопедії	0	0	0	1	0
30	Намагаюся дізнатися про секрети майстрів мистецтва і робити, як вони	0	0	1	0	0

З учнями, яким важко визначитися, зробити профвибір, проводьте корекційні заняття, мотиваційні тренінги, свята професій.

Додаток №4

**МОТИВАЦІЙНИЙ ТРЕНІНГ  
«ЗНАЙТИ СВІЙ 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» (5 хв) 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» (3 хв)

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» (5 хв)

Мета: активізувати процес самопізнання, дати учасникам змогу подивитися на себе збоку.

Психолог. Зараз кожен із вас отримає картку із прізвиськом 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 прізвиськ. 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» (3 хв)

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» (5 хв)

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, поміркують, які з оголошень найцікавіші.

- Що ви відчули, зачитуючи своє оголошення?
- Чи важко було писати своє оголошення?

Вправа «Формула професійного пошуку» (7хв)

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. Щастя вам!

### **Свято «У світі професій»**

Мета: розширити загальний кругозір учнів, далі дізнаватися про нові професії.

Ведучий 1. Добрий день усім!

Ведучий 2. Щиро вітаємо присутніх у цій залі!

Ведучий 1. Сьогодні в нашій школі справжнє свято — свято професій.

Ведучий 2. Світ професій — величезний, їх понад 40 тисяч, причому щороку з'являється близько п'ятиста нових і стільки ж зникає або видозмінюється.

Ведучий 1. Слово «професія» походить від двох латинських слів: *professio* — офіційно вказане заняття, спеціальність і *profiteor* — оголошую своєю справою. Слово це, як утім і багато інших термінів, — багатозначне.

Ведучий 2. Професія — рід трудової діяльності, що вимагає певної підготовки і зазвичай матеріально забезпечує існування.

Ведучий 1. Соціуму потрібні фахівці різних галузей. Обираючи професію, слід погоджувати свій вибір із потребою суспільства в кадрах.

Ведучий 2. Коли молода людина обирає собі фах, вона враховує, аби професія була популярна не лише сьогодні, але і за 10—20 років. Це називається стабільністю попиту на професію.

Ведучий 1. Є «вічні» професії — будівельник, лікар, учитель. Актуальними стають транспортна, хімічна індустрія, високі технології, зв'язок, комунікації. Виникають нові спеціальності на перетині традиційних — управління економікою, соціальна сфера.

Ведучий 2. Де можна дізнатися про професійні освітні установи? Для відповіді на це запитання ми запрошуємо психолога.

Психолог. Інформацію про навчальні заклади, що здійснюють професійне навчання, можна отримати:

- з довідників для абітурієнтів;
- з телефонних довідників;
- з комп'ютерних інформаційно-пошукових програм у мережі Інтернет;
- з рекламних оголошень;
- у бібліотеках;
- у районних центрах зайнятості;
- спілкуючись із представниками навчальних закладів і викладачами;
- при особистих відвідинах навчальних закладів.

Чому одні люди дивляться на інших із відчуттям переваги, навіть якщо менше заробляють? Бо є «прибуткові» професії, а є модні і перспективні. Які, на вашу думку, перспективні?

Деякі спеціальності три роки тому ще не існували, і зараз для них не вигадано українських слів.

Наприклад, діджеїв у нас вистачає, а промоутерів, які можуть розкрутити клуб або організувати більше двох концертів на місяць, поки можна перерахувати на пальцях.

**Арт-консалтинг** — це професійні консультації з образотворчого мистецтва. Можна збирати колекцію банку, нафтовій компанії або багатій людині, яка раптом відчула, що їй у спальні вкрай необхідні картини. Арт-консалтинг буває двох видів:

- ти збираєш замовникові колекцію, керуючись принципом «це модно і зростатиме в ціні»;
- хтось купив квартиру і хоче щось повісити на стіну.

В останньому випадку арт-консультант — щось середнє між дизайнером, архітектором і арт-дилером. Схема дій: клієнта водять по майстернях і галереях. Далі йому втлумачують, чому «круто», аби у вітальні висіли Дубосарський із Виноградовим або, якщо людина справді багата, Дейнека. Професія перспективна; аби працювати арт-консультантом, необхідні родинні (бажано) та особисті зв'язки, вміння жити світським життям. Професіоналів у цьому бізнесі мало. Цим поки що можна займатися і без спеціальної освіти. Але вже виникло нове покоління арт-консультантів, які навіть відкривають галереї. В ідеального арт-консультанта мають бути кандидатський ступінь і досвід роботи у великому музеї.

**Дієтолог.** Зараз дієтологи працюють переважно з багатими клієнтами. Особистий дієтолог, так само, як і родинний лікар, повинен знати про вас усе і спілкуватися з вами як мінімум раз на місяць. Також йому мають бути відомі генетичні особливості пацієнта, психологічний стан і шкідливі звички.

**Бренд-менеджер.** Хороший бренд-менеджер зобов'язаний за час своєї роботи вивести доручений йому бренд на абсолютно новий рівень — наприклад, переконати мільйони людей, що перед ними — не звичайний кефір, а багатий полівітамінами і мінералами супердієтичний напій для успішних молодих людей. Бути бренд-менеджером у відомій міжнародній корпорації — почесно і прибутково.

**Агент зірки** — людина, яка представляє інтереси знаменитості. Саме за ним бігає преса, випрошуючи інтерв'ю, йому дзвонять організатори концертів або зйомок. Для вдалої кар'єри агентів добре б уявляти собі, як працюють засоби масової інформації і бути знайомим з основними «акулами» журналістського світу, тому досвід роботи у пресі йому не завадить.

**Креативний директор.** Це мрія випускників усіх творчих Вишів. Креативні директори потрібні на телеканалах, у рекламних агентствах, пресі і книжкових видавництвах. Основне завдання цієї людини — придумувати нові образи, нестандартні ідеї та оригінальні ходи.

**Консультант із закупівлі продуктів.** Основні функції — знати, в яких постачальників краще придбати продукти. Консультант при ресторані зобов'язаний ще й дбати про імідж і спеціалізацію закладу: для італійського ресторану дібрати правильного постачальника макаронів, а для французького — якісного сировара. Приватні клієнти платять консультантам, аби дізнатися, де взяти продукти для алергіків, екологічно чисті або приготовані на відкритому вогні.

**Грумер.** Професія «собачого стиліста» з'явилася на початку 90-х після масового ввезення незнаних раніше порід собак, а одночасно — і європейської культури догляду за домашніми тваринами. Приблизно у цей же час

з'явилися перші виставки, до яких тварин треба готувати особливо ретельно. Грумер необхідний для собак, яких треба часто підстригати (пуделі, тер'єри, шнауцери). Найдорожчі грумери займаються лише виставковими собаками — таких майстрів мало і записатися до них дуже складно.

Ведучий 1. «Усі професії важливі, всі професії потрібні», — співалося ще в радянській пісеньці. Відтоді багато що змінилося, а ось до важливості і потрібності необхідно додати ще й небезпеку. Адже ризик є на будь-якому робочому місці незалежно від того, де воно розташоване, — на полігоні чи у престижному офісі в центрі столиці. Які ви знаєте небезпечні професії?

Пропонуємо вашій увазі 8 небезпечних професій із нашого повсякденного життя.

**Рятувальник.** Беззаперечно лідирує у рейтингу, оскільки колишні пожежники зараз перетворилися на укомплектовану рятувальниками всіх спеціалізацій службу при Міністерстві надзвичайних ситуацій, а надзвичайних ситуацій, як відомо, можуть бути різними — від неможливості відчинити власні двері зсередини або зняти kota з дерева й аж до глобальних катаклізмів і величезних пожеж.

**Міліціонер.** Добре відома істина — «злочин має сидіти у в'язниці» — має ще й іншу сторону медалі. Злочин може виявитися вбивство, і в руках у нього може опинитися якщо не вогнепальна, то холодна зброя, або ж просто кухонний ніж, палиця, цеглина — та що завгодно. І, будьте певні, що у в'язницю потенційний злочин жодним чином не хоче. Отже, найчастіше захищатиме свою свободу найрадикальнішим способом.

**Лікар.** Одиначні випадки інфікування лікарів від пацієнтів досить часто висвітлюють у пресі. Несучи величезну відповідальність за життя людини, інколи можна і не витримати такого напруження. Є лікарі, які працюють із відкритими формами туберкульозу, інфекціями, вірусами, мікробами, лікують психічно хворих, наркоманів — тому професійні захворювання у цій сфері — не рідкість.

**Військовий.** Почесна охорона Батьківщини і всіх її можливих кордонів змушує тримати себе в тонусі, а ще — боротися з уявним ворогом на випадок, коли це уявне стане явним. Отже, і арсенал на цей випадок біля військових справжній — тут і зброя, і кораблі, і танки, і ракети. Втім, вони звикли до дисципліни, що також дуже важливо (і для їхньої ж безпеки теж).

**Таксист.** Ця професія завжди була однією з найнебезпечніших, оскільки злочинці і просто ласі до легкої наживи люди існували завжди. Ніколи точно не знаєш, хто сяде наступним у машину — добродішній громадянин чи зловмисник. Головне тут — дружба. У всіх таксистів є правило: на будь-який сигнал про небезпеку від колеги потрібно негайно мчати на допомогу. Причому, на 808 реагують усі таксисти, чий передавач прийняв позивні, незалежно від організації або фірми, в якій працюють.

**Будівельник.** За нинішніх умов кожен, хто має навички маляра, каменяра, може непогано заробити. Технічний прогрес постійно полегшує роботу будівельникам, але це не свідчить про повну безпеку. Він завжди ризикує — зірватися вниз, потрапити під будівельні матеріали, та і взагалі, дуже невчасно на будівництві може щось обірватися або впасти. Дехто вважає за краще працювати на підприємстві — адже знаєш, що захищений, та і саме підприємство дбатиме про безпеку працівників, оскільки нікому не вигідна смерть на робочому місці. Дехто вирушає у вільне плавання — ще й яке: аж до Іспанії або Австралії. Там із цим гірше, адже наймані будівельники хоч і отримують непогані гроші, проте офіційно не зареєстровані і нічим не захищені. «Чорнороби» часто гинуть за поганих умов праці.

**Журналіст.** Порівняно з іншими професіями, журналістів гине декілька на рік, і кожен таку смерть детально висвітлюють на сторінках газет. 50 % представників цієї професії хоч раз у житті чули погрози або ставали об'єктом жартівників.

Ведучий 1. Ми ознайомили вас із деякими модними і перспективними професіями, а також із рейтингом найнебезпечніших.

Ведучий 2. Згодом розповімо ще про деякі категорії. А зараз я пропоную перейти до гри, на яку вже так зачекались учасники команд 9-го і 11-го класів.

Ведучий 1. Отож, запрошуємо команди представити себе та зайняти своє місце за столами (звучить музика).

Представлення команд.

Психолог. Учасники гри зайняли свої місця. Сьогодні ми запрошуємо в журі... Зараз я ознайомлю вас із умовами першого завдання.

Кожна з команд отримує картки, на яких написані групи слів. Потрібно визначити, про які професії йдеться. Назви запишіть на аркушах, які лежать на столах. Час — 1 хвилина. Кожна правильна відповідь — 1 бал. 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.

#### **Конкурс «Знавець професії»**

Слід відгадати, які професії зашифровані. Кожна правильна відповідь — 1 бал. Капітани команд беруть нові завдання після виконання попередніх. Аркуші із завданнями я триматиму в руках. Відповіді ви записуватимете на стікерах і прикріпите на дошку з відповідної сторони (одна команда — ліворуч, інша — праворуч):

- ефмрре (фермер);
- рінежен (інженер);
- рілак (лікар);
- тупеморор (промоутер);
- рпдовацьє (продавець);
- дежремен (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.

#### **Гра «Чорна скринька»**

Ведучий 1. Команда, яка першою дасть відповідь, отримає 3 бали. У цій скриньці лежить знаряддя праці і музиканта, і сталеvara, і лікаря. Що там? (Ложка.)

Є музиканти-ложкари. Лікар у домашніх умовах перевіряє горло хворого звичайною ложкою. А сталевари беруть пробу сталі спеціальною ложкою.

Зараз ми з вами підіб'ємо підсумки. Подумайте про те, наскільки сьогоднішня гра допомогла вам із вибором професії, чи отримали ви додаткову інформацію про світ професій, чи визначилися у виборі фаху.

Кожна команда представить свій проект «Як потрібно обирати професію?», в якому мають бути відображені основні чинники, умови вибору професії, аспекти обґрунтованого професійного плану, враховані інтереси, здібності, стан здоров'я, потреби суспільства. Час для підготовки — 5 хвилин.

Ведучий 1. Поки команди готуються, ми познайомимо вас іще з деякими категоріями професій. Так, американський журнал «Форбс» визначив найприбутковіші професії. Як виявилось, спортсмени і дизайнери, установники ліфтів і оператори атомних електростанцій одержують не менше 5 тисяч доларів на місяць, і при бажанні їхня зарплатня може злетіти до позахмарних висот.

Не менше заробляють і стюардеси. Однак, американське бюро трудової зайнятості розчарувало недоуків. Люди з вищою освітою заробляють за своє життя на мільйон доларів більше, ніж ті, хто так і не зважився вступити у Виш або ж кинув навчання.

Ведучий 2. А є і найбезглуздіші професії світу. Виявляється, у готелях і аеропортах існує така спеціальність як інженер із безпеки, який прибирає кокоси.

Ведучий 1. Або мисливець за птахами й тваринами, що втекли в аеропорту Цюриха. Чи дресирувальник качок, який має мотивувати пташок мальовничо прогулюватися навколо готелю.

Ведучий 2. А в Індії можна працевлаштуватися спеціалістом із мавп — відганяти їх від туристів.

Ведучий 1. Яких тільки професій не буває на світі! У комунальному управлінні з охорони тварин Нью-Йорка є спеціальний службовець, який рятує кішок. Щороку він дає друге життя майже двом тисячам цих домашніх улюбленців.

Ведучий 2. У штаті Мінесота (США) на миловарному заводі працював чоловік, у обов'язки якого входило жувати різні сорти мила, щоб визначити у них вміст кислот.

Ведучий 1. При великих універмагах у Чикаго протягом багатьох років існує особлива категорія службовців, таких собі «цапів відбуйлів». Якщо покупець чимось незадоволений, завідувач секції викликає і шпетить такого клерка, а потім привселюдно заявляє, що звільняє його. Покупець, не сподіваючись на такий поворот подій, проймається співчуттям до бідлахи і просить залишити його на роботі. Коли покупець іде, гордий своєю великодушністю, клерк повертається на робоче місце і чекає наступного виклику.

Ведучий 2. В Америці існують і інші незвичні професії. Є, наприклад, службовець, який увесь робочий день має ходити по матрацах, щоб перевірити їхню м'якість. Є люди, які заробляють тим, що розходжують взуття для листонош та представників інших «ходячих» професій.

Ведучий 1. Трапляються спеціалісти, які цілісний день розбивають тарілки, аби визначити їхню міцність. У Лондоні в метро працює чоловік, який ліквідує з плакатів різні «прикраси» — домальовані кимось вуса, бороди...

Ведучий 2. Та найоригінальнішою, напевно, була діяльність шведки Ельфріди Карлсон, яка вивчила двадцять видів собачого гавкання. Її талант добре оплачувало фінансове управління Стокгольма. Чому? Виявляється, за утримання собаки треба платити податок, а чимало господарів приховують своїх чотириногих вихованців. Карлсон заходила до будинку і починала гавкати. І якщо там жила собака, то у відповідь чувся гавкіт. Тоді Карлсон записувала адресу і породу собаки, а власник отримував повідомлення про необхідність сплатити податок.

Команди представляють свої проекти. Журі оцінює роботу команд від 1 до 10 балів, підбиває підсумки всієї гри і нагороджує переможців.

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 прислухайтесь до свого дихання, пригадайте, хто поруч із вами, і повертайтеся.

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

Ви закінчили курс підготовки до вибору майбутньої професії, а диплом ще раз засвідчує, що можете сміливо планувати своє майбутнє, обирати життєвий шлях. Хай усі ваші мрії здійсняться!

Мені хочеться побажати вам, аби кожен із вас обрав собі ту професію, яка дасть змогу якнайкраще розкрити свої здібності, до якої лежить душа, в якій ви відчуєте себе і корисним людям, і по-справжньому щасливим.