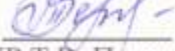



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НОВОАГАНСКАЯ ОЧНО-ЗАОЧНАЯ ШКОЛА»

Рассмотрено на
заседании ПС
Протокол № 1 от
30.08.2022 г.

Согласовано 
Зам. дир. по УР Т.В. Перец
30.08.2022 г.

Утверждаю 
И.о. директора Т.В. Перец
Приказ № 371-ос от 31.08.2022 г.



ПРОГРАММА ПРОФОРИЕНТАЦИОННОЙ РАБОТЫ В МБОУ «Новоаганская ОЗШ»

Составитель:

Кудря Е.А., заместитель директора по
профессиональному обучению

п.г.т. Новоаганск, 2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Значимость профориентационной работы в современной школе.....	4
Цели и задачи профориентационной работы.....	4
Этапы профориентационной работы.....	5
Формы профориентационной работы в школе.....	8
Оценка эффективности профориентационной работы в школе.....	10
Профориентация и Интернет.....	11
Диагностика профессиональных интересов и склонностей учащихся.....	14
Литература.....	23

Значимость профориентационной работы в современной школе

В современном мире требования к психофизиологическим индивидуальным особенностям человек неуклонно растут, а цели и характер труда, благодаря рыночным отношениям, предъявляют людям необходимость всё более высокого профессионализма в выбранной профессии, готовности к постоянному повышению квалификации и личностному развитию. В подобной ситуации школьная профессиональная ориентация становится актуальной как никогда и должна обеспечивать качественную подготовку для школьников всех возрастов.

Профориентация в школе – это комплекс действий для выявления у школьников склонностей и талантов к определённым видам профессиональной деятельности, а также система действий, направленных на формирование готовности к труду и помощь в выборе карьерного пути. Реализуется непосредственно во время учебно-воспитательного процесса, а также во внешкольную и внеурочную работу с учащимися и их родителями.

Цели школьной профориентационной работы:

- профориентационная поддержка школьников во время выбора профессии.
- формирование психологической готовности к совершению осознанного профессионального выбора,
- повышение компетентности учащихся в области планирования карьеры.
- воспитание качеств, способностей, свойств для дальнейшей профессиональной деятельности.

Задачи школьной профориентационной работы:

- Ведение информационной работы с учащимися: знакомство с профессиограммами, информацией о текущих и будущих потребностях на рынке труда, условиями и труда и возможной заработной платы, дальнейшим развитием в рамках выбранной профессии
- Получение, изучение и использование информации о возможностях, склонностях, интересах школьников с целью помощи им в самостоятельном выборе профессии.
- Разработка и внедрение большого количества различных вариантов профильного обучения: программ, уроков, форм, методов, экскурсий и т.д.
- Поддержка школьников группы риска, у которых могут возникнуть проблемы с трудоустройством.

Этапы профориентации в школе

Профориентация в школе, несомненно, является необходимым компонентом наряду с основным обучением, а благодаря постоянной работе над построением целостной системы, учитывая индивидуальные и возрастные особенности учащихся, дети получают возможность самостоятельно определиться с профессией, заниматься исследовательскими проектами в целях развития и более глубокого знакомства с профессиями с помощью педагогов и родителей.

Для максимальной эффективности профессиональная ориентация должна быть непрерывным процессом, который начинается ещё в детском саду, плавно переходит в школу и непрерывно сопровождает школьника на всём пути обучения до выпускного класса, мягко помогая и направляя его.

Старшеклассники, 10-12 классы

Это наиболее ответственный этап школьной профориентации, успешность которого во многом зависит от качественной работы в начальной и средней школе. К сожалению, сегодня многие выпускники сдают ЕГЭ, еще не зная, кем они хотят стать. На этом этапе профориентационная работа особенно важна, так как она способна сориентировать подростка на принятие правильного решения. Если пренебречь ею, учащийся рискует неудачно выбрать среднее техническое или высшее учебное заведение, получить неактуальную или неподходящую профессию и как результат – проблемы с трудоустройством. Школьников в 10-12 классах учат самостоятельности в развитии, а также оценивают уровень их готовности к выбранному виду деятельности. Выпускники начинают активно реализовывать поставленные перед собой цели: выбирают обучающие курсы, вносят коррективы в собственные профессиональные планы. Профориентация старшеклассников дает возможность снизить уровень стресса, обусловленного приближающимся поступлением, избавиться от сомнений при выборе предметов для ЕГЭ и направления обучения. Кроме того, она помогает грамотно спланировать свое профессиональное будущее.

Готовность подростка к профессиональному самоопределению.

Выбор профессии предполагает серьезный интеллектуальный труд и активные поиски. Эксперты в области профориентации оперируют понятием готовности к профессиональному самоопределению. Она выражается в интересе и способности человека к этому выбору, базирующихся на его личных ресурсах и имеющейся в распоряжении информации. Чтобы понять уровни готовности учащихся к профессиональному самоопределению, важно дать грамотную оценку нескольким параметрам.

Показатели	Маркеры	Важные составляющие
Внутренняя готовность	Осознание себя	Здоровая самооценка собственных склонностей, предпочтений и умений, достижений в учебе, особенностей характера и темперамента.
	Ответственность	Твердое понимание необходимости самостоятельного выбора вида деятельности и готовность нести полную ответственность за него. Сопротивление давлению родственников, учителей, близкого окружения.
	Эмоциональное настроение	Мотивация и позитивное отношение к выбранной профессии, желание обучаться, оптимистический настрой, внутреннее спокойствие и стрессоустойчивость.
Информированность	Знание актуальных профессий	Понятие о специфике работы представителей интересующих профессий, об условиях, в которых придется трудиться, и заработной плате. Владение информацией о рынке труда и его тенденциях, видах и сферах деятельности в целом, об актуальных профессиях и тех, которые появятся в ближайшем будущем.
	Знание образовательной системы	Проинформированность об учебных заведениях своего региона и государства (высших и средних специальных). Осмысление перспектив образования в других странах. Изучение временных рамок и правил поступления, а также нюансов учебного процесса
	Умение анализировать информацию о профессиях	Понимание изменчивости вектора профессионального развития и того, что сегодня нельзя выбрать вид деятельности раз и на всю жизнь. Осознание, что специальности, которые автоматически обеспечивают богатство или карьерный успех, – это миф.
Принятие решения	Образование	Ориентация на личные способности и склонности при выборе высшего или среднего специального учебного заведения. Определение оптимального варианта по ценовой политике и времени обучения.

	Согласование с близкими	Совпадение желания школьника с точкой зрения ближайшего окружения (родственники, приятели, учителя). Акцент на насущных потребностях и трендах рынка труда.
	Определенность в выборе	Обнаруженные наклонности к одному или нескольким видам деятельности. Результативность поисков ответа на вопрос «кем быть?».

Как помочь ребенку выбрать профессию.

Так как выбрать профессию школьнику самому может быть довольно сложно, родителям следует попробовать помочь ему, направив в нужное русло. Как известно, любая трудная задача решается гораздо легче, если поделить ее на части. Предлагаем ознакомиться с поэтапной инструкцией профессионального самоопределения, которая поможет ребенку выяснить, кем он желает стать в будущем.

Первый этап. Желания.

Подумайте о «хотелках» (пожеланиях и предпочтениях) касательно будущего вида деятельности в частности и жизни в целом. Ведь профессия оказывает существенное влияние на человека, его быт, досуг и даже взаимоотношения с близкими. С чем или с кем ребенку больше нравится взаимодействовать: с другими людьми, документацией, техникой, животными? Возможно, ему доставляет удовольствие работать с информацией? Может, он увлекается искусством (хореография, живопись, музыка, театральные постановки и так далее)? Ответы на эти вопросы можно почерпнуть из повседневной жизни, занятий в школе, предпочтений и увлечений. Тут важно не промахнуться: если сын или дочь часами напролет сидят в интернете, это вовсе не значит, что у них есть склонность к работе с техникой. Вполне возможно, им нравится совсем другое – например, общаться с людьми. Обозначьте требования к условиям работы: на свежем воздухе или в офисе, в движении или сидячая, постоянное общение или дистанционная занятость. Немаловажен и рабочий график: четко расписанный по часам или гибкий, которым можно управлять самостоятельно.

Второй этап. Возможности.

Тщательно взвесьте способности и возможности ребенка. Предложите ему подумать, какие предметы в школе ему даются легче всего (точные либо

гуманитарные), какие задачи решать проще (творческие или с четкой последовательностью действий). Дайте реальную оценку уровню интеллекта, умению коммуницировать (эффективное общение, убеждение собеседников, разрешение конфликтов, легкость контакта с незнакомым человеком) и организаторским способностям. Свои выводы основывайте на имеющемся у ребенка опыте. Пусть он спросит у своих близких (братьев, сестер, друзей), каким они его видят. Попросите его описать свои личные качества: ответственный или недобросовестный, опрятный или неряха, эгоист или альтруист. Очень хорошо, если школьник сможет перечислить 10 главных черт характера, которые ему присущи. Помогите сыну или дочери трезво оценить их физические возможности и обязательно учтите ограничения по здоровью, если таковые имеются. Для некоторых профессий (например, связанных со спортом или химической промышленностью) это будет важно.

Третий этап. Изучение профессий.

На этом этапе уже примерно намечен вектор будущей деятельности подростка. Теперь можно заняться изучением соответствующих профессий. Для каждой из них необходимы определенные способности, умения и личностные качества. Важно понимать, есть ли они у ребенка. Даже если вы уверены, что знаете о предпочтительном виде деятельности все, постарайтесь найти в интернете профессиограмму – полное описание профессии. В процессе знакомства с ней вы откроете для себя много новых нюансов. Кроме списка личных качеств, профессиограмма содержит подробное описание обязанностей специалиста, рекомендации касательно образования, требования работодателя, особенности карьерного роста, перспективы и так далее. Есть и альтернативный вариант знакомства с профессиями. Правда, он требует больше времени и усилий. Можно посмотреть, что они собой представляют в реальности, если пообщаться со специалистами прямо на их рабочем месте.

Четвертый этап. Анализ рынка занятости и образования.

Помогите своему ребенку провести грамотный анализ рынков образования и труда. Главная цель: получить информацию о наиболее востребованных и наименее популярных профессиях в разрезе региона и страны. Для чего это нужно? Объясните сыну или дочери, что при перенасыщенности рынка специалистами определенного вида деятельности для успешного трудоустройства потребуется намного более высокая квалификация, чтобы обойти конкурентов. Кроме того, важно учитывать уровень заработной платы в заинтересовавшей сфере. Ведь работа должна приносить не только удовольствие, но и достаточный стабильный доход. Как получить такую информацию? Самый простой способ: зайти на несколько веб-ресурсов по трудоустройству и просмотреть базу вакансий

для вашего населенного пункта или региона. Эти данные будут наиболее объективными. Альтернативный вариант: сходить за сведениями в центр занятости по месту жительства. Отдельно остановитесь на возможностях получить нужное образование по направлениям, которые ваш ребенок определил как предпочтительные. Есть ли подходящее учебное заведение в вашем населенном пункте или ему надо будет жить в другом городе? Узнайте, как обстоят дела с бюджетными (бесплатными) местами. Если их нет, поинтересуйтесь, сколько стоит год обучения и полный курс.

Пятый этап. Выбор.

Финальный этап предполагает принятие окончательного решения. Для многих это будет непросто. Например, одна профессия очень нравится, так как соответствует увлечениям и дает возможность самореализоваться. Однако для нее не хватает определенных способностей. Другая, наоборот, легкая (справиться с обязанностями можно без особого труда), но не предусматривает карьерного роста. Третья подходит по интересам и склонностям, а в регионе абсолютно не востребована или уровень заработной платы оставляет желать лучшего. Идеального варианта не существует, поэтому сделать однозначный выбор вряд ли получится. Постарайтесь найти золотую середину. Обсудите с ребенком, будет ли выгоднее сменить место жительства для учебы и работы. Согласен ли он пожертвовать своими интересами в пользу более высокого заработка? Может, он выберет любимое, но низкооплачиваемое дело? А вдруг сын или дочь активно возьмется за развитие необходимых способностей, чтобы получить ту профессию, которая даст возможность полноценно самореализоваться? Во всяком случае решать только подростку, а задача родителей – сделать все, чтобы это решение было взвешенным и здравым. Если вы чувствуете, что не сможете помочь ребенку должным образом, лучше обратиться за рекомендациями к профконсультанту или психологу. Конечно, они не дадут ему готового решения и не выберут профессию за него, зато подскажут, как разобраться в себе.

Формы профориентационной работы в школе

Работа с учениками

- Встречи с интересными людьми, представителями профессий, представителями высших учебных заведений и предприятий-работодателей.
- Экскурсии на предприятия, ВУЗы.
- Факультативные занятия, кружки по интересам, углублённое изучение предметов.
- Помощь в определении необходимости дополнительного образования и выборе курсов в школе или за её пределами.

- Анкетирование учащихся.
- Комплексное профориентационное сопровождение на протяжении всего времени обучения в школе (консультации, тестирование, занятия, тренинги т.д.).

Работа с родителями

- Индивидуальные беседы и консультации для родителей учеников.
- Лекции для заинтересованных родителей об их вкладе в выборе ребёнком профессии и получении соответствующего образования.
- Проведение классных и общешкольных родительских собраний.
- Анкетирование родителей.
- Создание инициативной группы родителей, готовых помогать в организации и сопровождении экскурсий, привлекать интересных людей для выступлений перед классом или самостоятельно рассказать о своей профессии.
- Привлечение родителей для помощи с временным трудоустройством старшеклассников во время каникул.
- Совместно с родителями создавать и вести кружки различных направлений (художественные, спортивные, театральные, интеллектуальные).

Организационно-методическая деятельность

- Ведение профориентационной работы в школе, создание своих и адаптация имеющихся программ по профессиональной ориентации школьников.
- Помощь учителям и сотрудникам школы с подбором материала, в проведении занятий, диагностики и консультаций.



Оценка эффективности профориентационной работы в школе

Достаточность информации о выбранной профессии и методах её получения. Школьник может сделать осознанный выбор профессии, только зная о её месте на рынке, условиях труда, предъявляемых требованиях к знаниям и физическим характеристикам.

Потребность осознанного выбора будущей профессии. Если ученик проявляет активность в поиске информации о тех или иных специальностях без давления извне, самостоятельно пробует себя в интересующих направлениях возможной деятельности или составил план дальнейших действий, то данный критерий можно считать полностью удовлетворённым.

Осознание школьником общественной значимости труда. В процессе школьной профориентационной работы учащимся школ должно прививаться отношение к труду как к жизненной ценности.

Осознание школьников своих возможностей и интересов. Под руководством школьных, опытных специалистов ученик со временем осознаёт свои желания, ценности, физические и моральные возможности и основываясь на них совершает выбор дальнейшего карьерного пути. Большая роль здесь отводится школьным психологам и педагогам для максимально корректного определения характеристик ребёнка.

Наличие плана дальнейших шагов к получению профессии. Школьник должен сделать осознанный выбор профессии, базируясь на всём многообразии полученной информации о рынке труда с учётом собственного мнения и возможностей. После совершённого выбора старшеклассник также должен хорошо представлять себе все дальнейшие шаги, которые в результате и приведут его к искомой профессии.

Цели и задачи профориентации в школе. Индивидуальный характер профориентации

Направленность профориентации на всестороннее развитие личности. Школьникам должна предоставляться возможность самостоятельного выбора профессии, пробовать свои силы в разнообразных направлениях и специальностях, планировать будущие шаги для получения искомой специальности, а педагоги и родители могут лишь активно способствовать и помогать, не делая выбора за ребёнка.

Ожидаемые результаты школьной профориентации

При наличии действующей системы школьной профориентации, сопровождающей ученика на протяжении всего времени обучения, у учащихся будет успешно сформировано сознательное отношение к труду и логически завершён процесс выбора профессии с учётом своих интересов, возможностей и требований, предъявляемых рынком труда. Результат - успешная социализация выпускников и их лёгкое вступление в профессиональный мир.

Профориентация и Интернет

На сегодняшний день существует множество направлений и программ, способствующих развитию у учащихся представлений о мире профессий, в том числе, реализуемых в Сети «Интернет». Из наиболее известных можно отметить следующие:

Навигатум.

Федеральный образовательный проект. Игровые инструменты профессионального и личностного самоопределения. Для педагогов материалы для системной профориентации и для создания идеальной траектории профориентации от 3,5 лет и до 65 лет.

Уроки по профориентации

Ресурс содержит уроки по профориентации, которые участвовали во Всероссийском профориентационном конкурсе методических разработок «Экскурс в мир профессий».

Профилум

Сервис профессиональной навигации, помогает сориентироваться в мире новых профессий, узнать диапазон зарплат, востребованность, требуемые компетенции, подбирает варианты подходящих видов деятельности, предлагает круг профессий на основе компетенций.

Электронный музей профессий ПрофВыбор.ру

На сайте содержится каталог профессий, тематические статьи о профессиях, профориентационные тесты.

Методический кабинет профориентации Резапкиной

Методики, тесты самодиагностики, статьи и фрагменты из книг и фильмов известного психолога-профконсультанта Галины Резапкиной.

Учеба.ру Профессии

Учеба.ру - крупнейший каталог учебных заведений, помогающий не только определиться с выбором вуза, но и с будущей профессией. Раздел "Профессии" содержит тесты и описания профессий.

Проектория

Интерактивная цифровая платформа для профориентации школьников. Онлайн-площадка для коммуникации, выбора профессии и работы над проектными задачами.

Рассмотрим подробнее проект «Проектория», запущенный в России в ноябре 2016г.

Это сайт по бесплатной профориентации для детей, предлагающий школьникам поучаствовать в решении современных технологических задач от крупных компаний и инженерных вузов. В обмен участники смогут получить образование, стажировку, трудоустройство или другое поощрение от заказчика, рассчитывают организаторы программы.

В данный момент на сайте размещено примерно 60 задач в различных областях – от создания внедорожника для арктических экспедиций для «АвтовАЗа» и беспилотного автомобиля для МГТУ имени Баумана до планетохода для ОРКК и неинвазивного нейроинтерфейса для Курчатовского института.

Пользователи со всей России (единственное условие – наличие доступа в интернет) после регистрации на сайте могут объединяться в команды и предлагать собственные концепты решения той или иной задачи. Помогать им будут эксперты («тьюторы») – ученые, преподаватели и другие представители вузов, сотрудничающих с «Проекторией».

Все взаимодействие с участниками осуществляется через интернет. На финальном этапе школьники презентуют свои концепты представителям бизнеса, которые «оценят предложенные проекты и вынесут экспертное заключение», рассказывают организаторы.

Система мотивации участников пока не проработана до конца, признала в разговоре с Rusbase представитель «Проектории» Мария Золотухина. Предполагается, что заказчики смогут поощрить успешных участников стажировкой, трудоустройством или учебой в вузе, однако пока что таких ситуаций не было.

В данный момент «Проектория» предоставляет все услуги бесплатно и не зарабатывает – проект полностью финансируется из государственного гранта.

На данный момент «Проектория» - это портал, форум и онлайн уроки.

ПОРТАЛ «ПРОЕКТОРИЯ»

Интерактивная цифровая платформа для профориентации школьников, которая была запущена в ноябре 2016 года. Представляет собой онлайн-площадку для коммуникации, выбора профессии и работы над проектными задачами, игровую платформу с конкурсами, опросами и флешмобами, а также интернет-издание с уникальным информационно-образовательным контентом.

ВСЕРОССИЙСКИЙ ФОРУМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОРИЕНТАЦИИ «ПРОЕКТОРИЯ» (ранее - «Будущие интеллектуальные лидеры России»)

Ключевой офлайн-формат, проводится по распоряжению Президента РФ с 2013 года. Объединяет ведущих экспертов и лидеров индустрий, лучших педагогов страны и мотивированных школьников для решения актуальных вопросов в области профессиональной ориентации и самоопределения.

ВСЕРОССИЙСКИЕ ОТКРЫТЫЕ УРОКИ «РОССИЯ, УСТРЕМЛЕННАЯ В БУДУЩЕЕ»

Регулярные уроки по профессиональной навигации для старшеклассников проходят в режиме «онлайн». Каждый урок собирает более 1 млн участников из 22 тыс. школ.

ФОРУМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАВИГАЦИИ



ПРОЕКТОРИЯ
ВСЕРОССИЙСКИЙ ОТКРЫТЫЙ УРОК



**РОССИЯ,
УСТРЕМЛЕННАЯ
В БУДУЩЕЕ**



Кроме того, на сайте проекта «Проектория» можно найти данные о нескольких сотнях различных профессий, изучить подробное описание условий труда, требования, предъявляемые к специалисту и уточнить учебные заведения, в которых можно получить данную специальность.

Диагностика профессиональных склонностей и интересов обучающихся

ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНО-ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ОПРОСНИК (ДДО)

(Е.Л. Климов)

Дифференциально-диагностический опросник (ДДО) разработан под руководством Е.А. Климова и предназначен для определения интересов и склонностей человека. Можно использовать в работе профконсультантов службы занятости и школьных психологов при профориентации подростков и взрослых и при отборе для обучения на различные типы профессий.

Теоретическое обоснование

В основе методики лежит предложенная Е.А. Климовым классификация профессий по предмету труда, на который они (профессии) направлены.

1. Человек - техника (Ч-Т).

Труд людей этой группы профессий связан с:

- преобразованием деталей, изделий, механизмов (изготовление деталей, машин, механизмов вручную, на станках и автоматических линиях, слесарно-сборочные работы монтажные и электромонтажные, строительно-отделочные, работы по добыче и переработке промышленного сырья, изготовление пищевых продуктов)
- обслуживанием технических объектов (наладка и обслуживание оборудования, управление станками, машинами, механизмами, транспортными средствами и строительными машинами);
- восстановлением (восстановление и ремонт технического оборудования, изделий);
- изучением (контроль и анализ качества изделий и механизмов, испытание качества изделий).

2. Человек - человек (Ч-Ч).

Труд людей этой группы профессий связан с:

- воспитанием, обучением, тренировкой других людей (воспитатель дошкольных учреждений, детских домов, преподаватель в школах и других учебных заведениях, мастер производственного обучения, тренер по спорту и др.);
- медицинским обслуживанием людей и уходом за ними (врач, зубной техник, медицинская сестра);
- правовой помощью (судья, адвокат, юрисконсульт, работник милиции т.д.)
- организацией людей, руководством и управлением ими (администратор, менеджер и пр.);
- изучением, описанием, исследованием других людей (социолог, психолог, журналист, следователь и пр.).

3. Человек - знаковая система (Ч-З).

Труд людей этой группы профессий связан с:

- преобразованием, расчетом, сортировкой (бухгалтер, экономист, почтальон и пр.);
- шифровкой, дешифровкой, распознаванием символов (стенографист, радист, лингвист, филолог, историк, математик, библиотекарь и пр.);
- управлением движением (диспетчер, инспектор ГИБДД и пр.);
- составлением и хранением документации (нотариус, архивариус, делопроизводитель и пр.);
- восстановлением, устранением искажений (корректор, редактор и пр.).

4. Человек - природа (Ч-П).

Труд людей этой группы профессий связан с:

- преобразованием, переработкой (садовник, технолог пищевой промышленности, рыбообработчик и пр.);
- обслуживанием, охраной флоры и фауны (работник лесного хозяйства, цветовод, птицевод, животновод и пр.);

- заготовкой продуктов, эксплуатацией природных ресурсов (охотник, рыбак, лесоруб, агроном, зоотехник и пр.);
- восстановлением, лечением (ветеринар, эколог, лесовод и пр.);
- изучением, описанием, изысканием (генетик, геолог, ботаник, зоолог, метролог и пр.).

5. Человек - художественный образ (Ч-Х).

Труд людей этой группы профессий связан с:

- преобразованием, созданием (архитектор, дизайнер, скульптор, модельер, художник, режиссер, композитор и пр.);
- исполнением, изготовлением изделий по образцу в единичном экземпляре (дирижер, музыкант, вокалист, актер, ювелир, реставратор, оформитель и пр.):

с воспроизведением, копированием, размножением художественных произведений (мастер по росписи, шлифовщик по камню, маляр и пр.).

Содержание методики

Методика представляет собой опросник из двадцати вопросов. Каждый вопрос содержит два альтернативных варианта («а» и «б»). Испытуемый должен в каждой из 20 пар предлагаемых видов деятельности выбрать только один вид и в соответствующей клетке «Листа ответов» поставить знак «+» (плюс).

Текст опросника

Инструкция: «Предположим, что после соответствующего обучения вы сможете выполнять любую работу из перечисленных ниже. Однако, если бы вам пришлось выбирать только из двух возможностей, то какой вид деятельности вы бы предпочли? Ниже предложено 20 пар утверждений, обозначенных индексами “а” и “б”, раскрывающих в краткой форме различные виды деятельности. Внимательно прочитан оба утверждения, знаком «+» отметьте то из них, которое более привлекательно для вас”.

1а	Ухаживать за животными	или	1б	Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)
2 а	Помогать больным	или	2б	Составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин
3а	Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок	или	3б	Следить за состоянием и развитием растений
4а	Обрабатывать материалы	или	4б	Доводить товары до потребителя, рекламировать, продавать
5а	Обсуждать научно-популярные книги, статьи	или	5б	Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты)
6а	Выращивать молодняк (животные какой-либо породы)	или	6б	Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных).
7а	Копировать рисунки, или настраивать музыкальные инструменты	или	7б	Управлять подъемным краном, трактором, тепловозом и т.п.
8а	Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т.д.)	или	8б	Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов).

9а	Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику), жилище.	или	9б	Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках
10а	Лечить животных	или	10б	Выполнять вычисления, расчеты.
11а	Выводить новые сорта растений.	или	11б	Конструировать, новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания и т.п.)
12а	Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, наказывать, поощрять.	или	12б	Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок).
13а	Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности	или	13б	Наблюдать, изучать жизнь микробов
14а	Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты	или	14б	Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.д. помощь
15а	Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые и представляемые)	или	15б	Составлять точные описания – отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях
16а	Делать лабораторные анализы в больнице	или	16б	Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение
17а	Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий	или	17б	Осуществлять монтаж или сборку машин, приборов
18а	Организовывать культпоходы сверстников или младших в театры, музеи, экскурсии, туристические походы и т.п.	или	18б	Играть на сцене, принимать участие в концертах
19а	Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания	или	19б	Заниматься черчением, копировать чертежи, карты
20а	Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада	или	20б	Работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе, наборной машине и др.)

Лист ответов

1а	1б	2а	2б	3а
3б	4а	4б	5а	5б
6а		6б		7а
	7б	8а		8б
	9а		9б	
10а			10б	
11а	11б	12а	12б	13а
13б	14а	14б	15а	15б
16б		16б		17а
	17б	18а		18б
	19а		19б	

20а			20б	
Сумма Ч-П-	Сумма Ч-Т-	Сумма Ч-Ч-	Сумма Ч-З	Сумма Ч-Х

Обработка результатов

После заполнения «Листа ответов» подсчитайте число знаков «+» в каждом вертикальном ряду (таких рядов пять в соответствии с типами профессий) и поставьте полученные суммы в нижних клетках листа (рядом с буквенной аббревиатурой).

Вопросы в первом столбце относятся к профессиям типа “человек - природа”, во втором - “человек - техника”, в третьем - “человек - человек”, в четвертом - “человек - знаковая система”, в пятом - художественный образ”.

Интерпретация результатов

Сумма баллов (“+“) будет показателем степени выраженности вашей осознанной склонности к одному из типов профессий (П, Т, Ч, З, Х). Максимальная сумма баллов указывает на преобладание интересов, а возможно, и склонностей к той или иной сфере деятельности.

Результаты, полученные по ДДО, помогают ограничить круг выбираемых профессий теми или иными областями в соответствии с интересами и склонностями.

Примеры профессий в соответствии с представленными типами

Типы профессий	Предметы труда	Примеры профессий
Человек-природа (Ч-П)	Различные живые организмы, биологические процессы	Тракторист, рыбовод, зоотехник, агроном, садовник, ветеринар, животновод, геолог, биолог, почвовед и т.д.
Человек-техника (Ч-Т)	Технические системы, вещественные объекты, материалы, виды энергии	Водитель, токарь, инженер, слесарь, радиотехник, швея, электрик, механик, монтажник и т.п.
Человек-человек (Ч-Ч)	Люди	Продавец, медсестра, секретарь, бортпроводник, учитель, воспитатель, няня, преподаватель, врач, официант, администратор и т.п.
Человек-знаковые системы (Ч-З)	Условные знаки, цифры, формулы, коды, естественные или искусственные языки	Наборщик, кассир, делопроизводитель, бухгалтер, программист, экономист, радист, оператор ЭВМ, машинистка, наборщик и т.п.
Человек-художественный образ (Ч-Х)	Произведения литературы, искусства	Парикмахер- модельер, чеканщик, маляр, гравер, резчик по камню, фотограф, актер, шлифовщик камней, художник, музыкант, стеклодув и т.п.

КАРТА ИНТЕРЕСОВ (вар. Елисеева)

Методика “Карта интересов” служит для определения профессиональной направленности человека. Она может использоваться как самостоятельная методика или в дополнение к ДДО и ОПГ для уточнения профессиональной направленности клиента.

Предназначена для использования в практической профконсультационной работе.

Методика представляет собой опросник состоящий из 144 вопросов- высказываний, которые клиент должен оценить в соответствии со своими интересами и проставить знак (-, -, 0, +, ++) в лист ответов.

Инструкция:

У Вас есть возможность продолжить учебу или поступить на интересную работу, для того, чтобы помочь Вам выбрать профессию, предлагаем перечень вопросов.

Подумайте перед тем, как ответить на каждый вопрос. Постарайтесь дать как можно более точный ответ.

В своем «Листе ответов» под номером вопроса поставьте:

++ /два плюса - если Вы очень любите или Вам очень нравится то, о чем мы спрашиваем:

+ !один плюс! - если Вам это просто нравится /любите/

О !Ноль/ если Вы не знаете, сомневаетесь,

- !один минус! - если это Вам не нравится !не любите/:

- - /два минуса! - это Вам очень не нравится.

Отвечайте на каждый Пункт, не пропуская ни одного. Если Вам что-либо непонятно, сразу задайте вопрос.

Вопросы: ЛЮБИТЕ ЛИ ВЫ, ХОТЕЛИ БЫ ВЫ, ПРАВИТСЯ ЛИ ВАМ?

1. Уроки по физике.
2. Уроки по математике.
3. Уроки по химии.
4. Читать книги или статьи по астрономии.
5. Читать об опытах и животных.
6. Читать о жизни и работе врачей,
7. Читать о сельском хозяйстве, о растениях и животных.
8. Читать о лесе.
9. Читать произведения классиков мировой литературы.
10. Читать газеты, журналы, слушать радио, смотреть телевизор.
11. Уроки истории.
12. Посещать театры, музеи, художественные выставки.
13. Читать литературу о геологических экспедициях.
14. Читать о различных странах, их экономике, государственном устройстве.
15. Организовывать товарищей на выполнение общественной работы и руководить ими.
16. Читать о работе милиции.
17. Читать о моряках, летчиках.
18. Читать о работе воспитателя.
19. Знакомиться с работой и устройством станков.
20. Готовить обеды.
21. Читать о строителях.
22. Заботиться о красоте помещения, в котором Вы учитесь, живете, работаете.
23. Читать о достижениях техники (например, журналы «Техника – молодежи» «Юный техник»)
24. Знакомиться с устройством бытовых электро и радиоприборов.
25. Читать научно-популярную литературу об открытиях в физике.
26. Читать научно-популярную литературу.
27. Узнавать о новых достижениях в области химии (из журналов, радио и телепередач и т.д.).
28. Смотреть телепередачи о космонавтах.
29. Изучать биологию.
30. Интересоваться причинами и способами лечения болезней,
31. Изучать ботанику.
32. Проводить время в лесу.
33. Читать литературно-критические статьи.
34. Активно участвовать в общественной жизни.
35. Читать книги об исторических событиях.
36. Слушать симфоническую музыку.
37. Узнавать об открытиях новых месторождений полезных ископаемых.
38. Узнавать о географических открытиях.
39. Обсуждать текущие дела и события.

40. Устанавливать дисциплину среди сверстников и младших.
41. Путешествовать по стране.
42. Давать объяснения товарищам, как решить трудную задачу, правильно написать предложение
43. Знакомиться с различными инструментами.
44. Уроки домоводства.
45. Узнавать о новых достижениях в области строительства.
46. Посещать фабрики.
47. Знакомиться с устройством механизмов, машин.
48. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области радиотехники
49. Разбираться в теории физических явлений.
50. Решать сложные математические задачи.
51. Ставить опыты по химии, следить за ходом химических реакций.
52. Наблюдать за небесными светилами.
53. Вести наблюдение за растениями.
54. Делать перевязки, оказывать первую помощь при ушибах и т.д.
55. Выращивать животных и ухаживать за ними.
56. Собирать гербарий.
57. Писать рассказы и стихи.
58. Наблюдать за поведением и жизнью людей.
59. Принимать участие в работе исторического кружка, разыскивать материалы, свидетельствующие о событиях прошлого.
60. Декламировать, петь в хоре, выступать на сцене.
61. Собирать минералы, интересоваться их происхождением.
62. Изучать природу родного края.
63. Организовывать общественные мероприятия в школе.
64. Обращать особое внимание на поведение людей.
65. Посещать кружок автолюбителей.
66. Проводить время с маленькими детьми (читать им книги, что-нибудь рассказывать, помогать чем либо).
67. Изготавливать различные детали и предметы.
68. Организовывать питание во время походов.
69. Бывать на стройках.
70. Шить одежду.
71. Собирать и ремонтировать механизмы велосипедов, швейных машин, часов и т.д.
72. Ремонтировать бытовые электро- и радиоприборы.
73. Заниматься в физическом кружке.
74. Заниматься в математическом кружке.
75. Готовить растворы, взвешивать реактивы.
76. Посещать планетарий.
77. Посещать кружок биологии.
78. Наблюдать за больными, оказывать им помощь.
79. Наблюдать за природой и вести записи наблюдений.
80. Сажать деревья и ухаживать за ними.
81. Работать со словарем и литературными источниками, библиографическими справочниками.
82. Быстро переключаться с одной работы на другую.
83. Выступать с докладами на исторические темы.
84. Играть на музыкальных инструментах, рисовать или резать по дереву
85. Составлять описания минералов.
86. Участвовать в географических экспедициях.
87. Выступать с сообщениями о международном положении.
88. Помогать работникам милиции.

89. Посещать кружок юных моряков.
90. Выполнять работу воспитателя.
91. Уроки труда.
92. Давать советы знакомым при покупке одежды.
93. Наблюдать за работой строителя.
94. Знакомиться со швейным производством.
95. Делать модели самолетов, планеров, кораблей,
96. Собирать радиоприемники и электроприборы.
97. Участвовать в олимпиадах по физике.
98. Участвовать в математических олимпиадах.
99. Решать задачи по химии.
100. Участвовать в работе астрономического кружка.
101. Проводить опыты на животных.
102. Изучать функции организма человека и причины возникновения заболеваний.
103. Проводить опытную работу с целью выращивания новых сельскохозяйственных культур.
104. Быть членом общества охраны природы.
105. Участвовать в диспутах, читательских конференциях.
106. Анализировать явления и события жизни.
107. Интересоваться прошлым нашей страны.
108. Проявлять интерес к теории и истории развития искусства.
109. Совершать длительные и трудные походы, во время которых приходится напряженно работать по заданной программе.
110. Составлять географические карты и собирать другие географические материалы.
111. Изучать политический строй различных стран.
112. Работа юриста.
113. Посещать кружок юных космонавтов.
114. Работа учителя.
115. Быть на заводах.
116. Оказывать людям различные услуги.
117. Принимать участие в строительных работах.
118. Знакомиться с изготовлением промышленных товаров.
119. Разбираться в технических чертежах и схемах.
120. Пользоваться точными измерительными приборами и производить расчеты по полученным данным.
121. Проводить опыты по физике.
122. Выполнять работы, требующие знания математических правил и формул.
123. Ассистировать преподавателю при проведении опытов по химии
124. Собирать сведения о других планетах.
125. Читать о деятельности известных биологов.
126. Быть активным членом санитарных дружин.
127. Выполнять работу по уходу за сельскохозяйственными машинами и орудиями труда.
128. Знакомиться с ведением лесного хозяйства.
129. Изучать происхождение слов и отдельных словосочетаний.
130. Вести дневник, писать заметки в школьную и городскую газеты.
131. Изучать историческое прошлое других стран.
132. Неоднократно смотреть в театре одну и ту же пьесу.
133. Читать о жизни и деятельности известных геологов.
134. Изучать географию нашей планеты.
135. Изучать биографии выдающихся политических деятелей.
136. Правильно оценивать поступок друга, знакомого, литературного героя и т.д.
137. Читать книги о средствах передвижения.
138. Обучать и воспитывать детей.

139. Наблюдать за действиями квалифицированного рабочего.
 140. Постоянно общаться со многими людьми.
 141. Проектировать строительные объекты
 142. Посещать выставки легкой промышленности.
 143. Выполнять чертежи, проектировать машины.
 144. Разбираться в радиосхемах

Лист ответов методики «Карта интересов»

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
29	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96
97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120
121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144

Итого Номера столбцов

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	

Обработка и интерпретация результатов

Область профессиональных предпочтений определяется в соответствии с ключом.

Ключ

Номер столбца	Название предмета	Номер столбца	Название предмета
1	Физика	13	Геология
2	Математика	14	География
3	Химия	15	Общественная работа
4	Астрономия	16	Право
5	Биология	17	Транспорт
6	Медицина	18	Педагогика
7	Сельское хозяйство	19	Рабочие специальности
8	Лесное хозяйство	20	Сфера обслуживания
9	Филология	21	строительство
10	Журналистика	22	Легкая промышленность
11	История	23	Техника
12	Искусство	24	Электроника

Подсчитайте количество баллов в каждом столбце «Листа ответов» и полученная сумма проставляется в графе «Итого».

При этом вариантам ответа приписываются следующие баллы:

- ++ - 2 балла,
- + - 1 балл
- 0 – баллов
- - (-1) балл
- - (-2) балла

Полученные по столбикам и столбцам значения сравниваются. Если есть столбцы с равным количеством баллов, наиболее выраженными считаются профессиональные интересы в том столбце, где содержится наименьшее количество «-».

При оценке интересов следует обязательно учитывать столбцы с наибольшим количеством «-» (минусов), как сферы деятельности, отвергаемые клиентом.

Изучение мотивации профессиональной деятельности

Авторы методики: Замфир К., модификация Реана А.

Цель: Диагностика мотивации профессиональной деятельности

Методика может применяться для диагностики мотивации профессиональной деятельности. В основу положена концепция о внутренней и внешней мотивации. О внутреннем типе мотивации следует говорить, когда для личности имеет значение деятельность сама по себе. Если же в основе мотивации профессиональной деятельности лежит стремление к удовлетворению иных потребностей внешних по отношению к содержанию самой деятельности (мотивы социального престижа, зарплаты и т.д.), то в данном случае принято говорить о внешней мотивации. Сами внешние мотивы дифференцируются здесь на внешние положительные и внешние отрицательные. Внешние положительные мотивы, несомненно, более эффективны и более желательны со всех точек зрения, чем внешние отрицательные мотивы.

Инструкция: Прочитайте ниже перечисленные мотивы профессиональной деятельности и дайте оценку из значимости для Вас по пятибалльной шкале. Насколько для Вас актуален тот или иной мотив?

Бланк методики

	в очень незначи- тельной мере (1)	в достато- чно незначи- тельной мере (2)	в небольшой, но и в немаленькой мере (3)	в достато- чно большо- й мере (4)	в очень большо- й мере (5)
Денежный заработок					
Стремление к продвижению по работе					
Стремление избежать критики со стороны руководителя или коллег					
Стремление избежать возможных наказаний или неприятностей					
Потребность в достижении социального престижа и уважения со стороны других					
Удовлетворение от самого процесса и результата работы					
Возможность наиболее полной самореализации именно в данной деятельности					

Обработка результатов

Подсчитываются показатели внутренней мотивации (ВМ), внешней положительной (ВПМ) и внешней отрицательной (ВОМ) в соответствии со следующими ключами.

$$ВМ = (\text{оценка пункта 6} + \text{оценка пункта 7})/2$$

$$ВПМ = (\text{оценка п.1} + \text{оценка п.2} + \text{оценка п.5})/3$$

$VOM = (оценка\ п.\ 3 + оценка\ п.\ 4) / 2$

Показателем выраженности каждого типа мотивации будет число, заключенное в пределах от 1 до 5 (в том числе возможно и дробное).

Интерпретация

На основании полученных результатов определяется мотивационный комплекс личности. Мотивационный комплекс представляет собой тип соотношения между собой трех видов мотивации: VM, ВПМ и VOM.

К наилучшим, оптимальным, мотивационным комплексам следует относить следующие два типа сочетания: VM>ВПМ>VOM и VM=ВПМ>VOM.

Наихудшим мотивационным комплексом является тип VOM>ВПМ>VM.

Между этими комплексами заключены промежуточные с точки зрения их эффективности иные мотивационные комплексы.

При интерпретации следует учитывать не только тип мотивационного комплекса, но и то, насколько сильно один тип мотивации превосходит другой по степени выраженности.

По данным исследований, удовлетворенность профессией имеет значимые корреляционные связи с оптимальностью мотивационного комплекса (положительная значимая связь, $r = +0,409$). Иначе говоря, удовлетворенность избранной профессией тем выше, чем оптимальнее мотивационный комплекс: высокий вес внутренней и внешней положительной мотивации и низкий - внешней отрицательной.

Чем оптимальнее мотивационный комплекс, чем более активность мотивирована самим содержанием деятельности, стремлением достичь в ней определенных позитивных результатов, тем ниже эмоциональная нестабильность. И наоборот, чем более деятельность обусловлена мотивами избегания, порицания, желанием «не попасть впросак» (которые начинают превалировать над мотивами, связанными с ценностью самой деятельности, а также над внешней положительной мотивацией), тем выше уровень эмоциональной нестабильности.

Литературные источники:

1. Грецов А. Выбираем профессию. Советы практического психолога. - СПб, 2006.
2. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям: Педагогика и психология, Соц. педагогика, Педагогика. - М.: Academia, 2004. – 301 с.
3. Павлова Т.Л., Профориентация старшеклассников, Диагностика и развитие профессиональной зрелости, 2006-240с.
4. Реан А.А. Психология и психодиагностика личности: Теория, методы исследования, практикум. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. С. 84-86)
5. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. - М.: Генезис, 2007. - 128 с.

Интернет-ссылки:

<https://navigatum.ru/metodika.html>

https://moeobrazovanie.ru/gotovije_uroki_po_proforientatsii.html

<https://profilum.ru/>

<https://proektoria.online/>

<https://xn--80acqkxbs.xn--p1ai/>

http://proftime.edu.ru/index.php?id_catalog=1&id_position=1

<http://profvibor.ru/>

<https://proforientatsia.ru/career-guidance/proforientatsiya-v-shkole/>