**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВОРОНЕЖСКОЙ ОБЛАСТИ**

**«АННИНСКИЙ АГРАРНО-ПРОМЫШЛЕННЫЙ ТЕХНИКУМ»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**

**ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ**

**ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

**Психология личности и профессиональное самоопределение**

программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих

по **профессии**

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п.п.** | **Название**  **практических работ** | **Стр.** |
| **1** | **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 1** | **5-9** |
| **2** | **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 2** | **9-13** |
| **3** | **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 3** | **13-14** |
| **4** | **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 4** | **15-19** |
| **5** | **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 5** | **20-25** |
| **6** | **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 6** | **26-28** |
| **7** | **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 7** | **29-30** |
| **8** | **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 8** | **31-37** |

**ВВедение**

**уважаемые обучающиеся!**

Методические указания по дисциплине Психология личности и профессиональное самоопределение для выполнения практических работ созданы Вам в помощь для работы на занятиях, подготовки к практическим работам, правильного составления отчетов.

Приступая к выполнению практической работы, Вы должны внимательно прочитать цели и задачи занятия, ознакомиться с требованиями к уровню Вашей подготовки в соответствии примерной программой дисциплины Психология личности и профессиональное самоопределение.

Все задания Вы должны выполнять в соответствии с инструкцией, анализировать полученные в ходе занятия результаты по приведенной методике.

Наличие положительной оценки по практическим работам необходимо для получения дифференцированного зачёта по дисциплине Психология личности и профессиональное самоопределение, поэтому в случае отсутствия на уроке по любой причине или получения неудовлетворительной оценки за практическую работу Вы должны найти время для ее выполнения или пересдачи.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 1**

**Тема:**  Определение профессиональных склонностей. Методика Л. Йовайши в модификации Г. Резапкиной.

**Продолжительность:** *2 часа.*

**Цель работы:** определение профессиональных склонностей студентов.

Инструкция

Вашему вниманию предлагается 24 вопроса, направленные на выявление склонностей к определенному виду занятий (склонность - это влечение к какому-либо занятию). Ознакомьтесь с ними. Для того, чтобы определить свои профессиональные склонности, в бланке ответов выберите один из трех вариантов утверждений – «а», «б» или «в» – и обведите его.  После ответа на все утверждения, подсчитайте число обведенных букв в каждом из шести столбцов и запишите эти шесть чисел в пустых клетках нижней строчки.

**Бланк ответов «Профессиональные склонности»**

**Группа:** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   **Фамилия, Имя:** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **I** | **II** | **III** | **IV** | **V** | **VI** |
| **1** | **а** |  |  | **б** |  | **в** |
| **2** |  | **а** |  | **б** | **в** |  |
| **3** | **а** | **б** |  | **в** |  |  |
| **4** |  |  | **а** |  | **б** | **в** |
| **5** | **а** | **б** | **в** |  |  |  |
| **6** | **а** | **б** |  |  |  | **в** |
| **7** |  | **а** | **б** | **в** |  |  |
| **8** | **а** |  |  |  | **б** | **в** |
| **9** |  | **а** |  | **б** | **в** |  |
| **10** |  |  |  | **а** | **б** | **в** |
| **11** | **а** | **б** | **в** |  |  |  |
| **12** |  |  | **а** | **б** | **в** |  |
| **13** | **а** |  |  |  | **б** | **в** |
| **14** |  | **а** |  | **б** | **в** |  |
| **15** | **а** |  | **б** |  | **в** |  |
| **16** | **а** |  | **б** |  |  | **в** |
| **17** |  |  |  | **а** | **б** | **в** |
| **18** | **а** | **б** | **в** |  |  |  |
| **19** |  |  | **а** |  | **б** | **в** |
| **20** | **а** |  | **б** |  |  | **в** |
| **21** |  | **а** | **б** | **в** |  |  |
| **22** |  | **а** | **б** | **в** |  |  |
| **23** |  | **а** |  | **б** |  | **в** |
| **24** | **а** |  |  |  | **б** | **в** |
| **Сумма баллов** |  |  |  |  |  |  |

**1. Мне хотелось бы в своей профессиональной деятельности**  
а) общаться с самыми разными людьми;  
б) снимать фильмы, писать книги, рисовать, выступать на сцене и т.д.  
в) заниматься расчетами; вести документацию.

**2. В книге или кинофильме меня больше всего привлекает**  
а) возможность следить за ходом мыслей автора;  
б) художественная форма, мастерство писателя или режиссера;  
в) сюжет, действия героев.

**3. Меня больше обрадует Нобелевская премия**  
а) за общественную деятельность;  
б) в области наук;  
в) в области искусства.

**4. Я скорее соглашусь стать**  
а) главным механиком;  
б) начальником экспедиции;  
в) главным бухгалтером.

**5. Будущее людей определяют**  
а) взаимопонимание между людьми;  
б) научные открытия;  
в) развитие производства.

**6. Если я стану руководителем, то в первую очередь займусь**  
а) созданием дружного, сплоченного коллектива;  
б) разработкой новых технологий обучения;  
в) работой с документами.

**7. На технической выставке меня больше привлечет**  
а) внутреннее устройство экспонатов;  
б) их практическое применение;  
в) внешний вид экспонатов (цвет, форма).

**8. В людях я ценю, прежде всего**  
а) дружелюбие и отзывчивость;  
б) смелость и выносливость;  
в) обязательность и аккуратность.

**9. В свободное время мне хотелось бы**  
а) ставить различные опыты, эксперименты;  
б) писать стихи, сочинять музыку или рисовать;  
в) тренироваться.

**10. В заграничных поездках меня скорее заинтересует**  
а) возможность знакомства с историей и культурой другой страны;  
б) экстремальный туризм (альпинизм, виндсерфинг, горные лыжи);  
в) деловое общение.

**11. Мне интереснее беседовать о**  
а) человеческих взаимоотношениях;  
б) новой научной гипотезе;  
в) технических характеристиках новой модели машины, компьютера.

**12. Если бы в моей школе было всего три кружка, я бы выбрал**  
а) технический;  
б) музыкальный;  
в) спортивный.

**13. В школе следует обратить особое внимание на**  
а) улучшение взаимопонимания между учителями и учениками;  
б) поддержание здоровья учащихся, занятия спортом;  
в) укрепление дисциплины.

**14. Я с большим удовольствием смотрю**  
а) научно-популярные фильмы;  
б) программы о культуре и искусстве;  
в) спортивные программы.

**15. Мне хотелось бы работать**  
а) с детьми или сверстниками;  
б) с машинами, механизмами;  
в) с объектами природы.

**16. Школа в первую очередь должна**  
а) учить общению с другими людьми;  
б) давать знания;  
в) обучать навыкам работы.

**17. Главное в жизни**  
а) иметь возможность заниматься творчеством;  
б) вести здоровый образ жизни;  
в) тщательно планировать свои дела.

**18. Государство должно в первую очередь заботиться о**  
а) защите интересов и прав граждан;  
б) достижениях в области науки и техники;  
в) материальном благополучии граждан.

**19. Мне больше всего нравятся уроки**  
а) труда;  
б) физкультуры;  
в) математики.

**20. Мне интереснее было бы**  
а) заниматься сбытом товаров;  
б) изготавливать изделия;  
в) планировать производство товаров.

**21. Я предпочитаю читать статьи о**  
а) выдающихся ученых и их открытиях;  
б) интересных изобретениях;  
в) жизни и творчестве писателей, художников, музыкантов.

**22. Свободное время я люблю**  
а) читать, думать, рассуждать;  
б) что-нибудь мастерить, шить, ухаживать за животными, растениями;  
в) ходить на выставки, концерты, в музеи.

**23. Больший интерес у меня вызовет сообщение о**  
а) научном открытии;  
б) художественной выставке;  
в) экономической ситуации.

**24. Я предпочту работать**  
а) в помещении, где много людей;  
б) в необычных условиях;  
в) в обычном кабинете.

***Обработка результатов***

Подсчитайте число обведенных букв в каждом из шести столбцов и запишите эти шесть чисел в пустых клетках нижней строчки.

Шесть столбцов – это шесть видов деятельности. Обратите внимание на те виды деятельности, которые набрали большее количество баллов.

**1 - склонность к работе с людьми**. Профессии, связанные с управлением, обучением, воспитанием, обслуживанием (бытовым, медицинским, справочно-информационным). Людей, успешных в профессиях этой группы, отличает общительность, способность находить общий язык с разными людьми, понимать их настроение, намерения.

**2 - склонность к исследовательской (интеллектуальной) работе**. Профессии, связанные с научной деятельностью. Кроме специальных знаний такие люди обычно отличаются рациональностью, независимостью суждений, аналитическим складом ума.

**3 - склонность к практической деятельности**. Круг этих профессий очень широк: производство и обработка металла; сборка, монтаж приборов и механизмов; ремонт, наладка, обслуживание электронного и механического оборудования; монтаж, ремонт зданий, конструкций; управление транспортом; изготовление изделий.

**4 - склонность к эстетическим видам деятельности**. Профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью. Людей творческих профессий кроме специальных способностей (музыкальных, литературных, актерских) отличает оригинальность и *независимость.*

**5 - склонность к экстремальным видам деятельности**. Профессии, связанные с занятиями спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельности, службой в армии. Все они предъявляют особые требования к физической подготовке, здоровью, волевым качествам.

**6 - склонность к планово-экономическим видам деятельности**. Профессии, связанные с расчетами и планированием (бухгалтер, экономист); делопроизводством, анализом текстов и их преобразованием (редактор, переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (чертежник, топограф). Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности.

***Интерпретация полученных результатов***

10-12 баллов – ярко выраженная профессиональная склонность.  
7-9 баллов – склонность к определенному виду деятельности.  
4-6 баллов – слабо выраженная профессиональная склонность.  
0-3 баллов – профессиональная склонность не выражена.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 2**

**Тема:** Дискуссия «Профессиональные интересы личности»

**Продолжительность:** *2 часа.*

**Цель работы:** определение профессиональных интересов личности.

При выборе профессии человек старается ориентироваться на три основные составляющие: «хочу», «могу», «надо».

«Надо» – это потребности рынка труда. Выбирая профессию, человек, как правило, согласовывает свой выбор с потребностью общественного производства в кадрах.

«Могу» — состояние здоровья, способности человека. Это индивидуально-психологические особенности, обеспечивающие успешность выполнения какой-либо деятельности, легкость усвоения и овладения данной деятельностью, которые не сводятся к имеющимся у него знаниям, умениям и навыкам.

«Хочу» — это интересы и склонности. Интерес («хочу знать») — стремление к познанию какого-либо предмета или явления, желание изучать его. Склонности («хочу сделать») — избирательная направленность индивида на определенную деятельность, побуждающая ей заниматься.

Интересы могут переходить в склонности. Настоящая склонность обычно сочетает в себе устойчивый интерес к тем или иным явлениям действительности и устойчивое стремление самому действовать в этом направлении.

Между интересами и склонностью много общего, но есть и различие. Например, можно проявлять интерес к живописи: с удовольствием ходить на выставки, читать книги по живописи, коллекционировать картины, но самому при этом не стремиться к занятиям живописи. Таким образом, в склонности есть как содержательно-оценочная сторона (отношение к чему-либо), так и динамическая, побудительная (стремление что-то делать).

Интересы и склонности учитываются среди других профессионально важных качеств в dictionary of occupational titles, DOT (Словарь профессий); они распределены по десяти факторам, различные сочетания которых и представляют собой образцы интереса к различным видам профессионального труда.

В DOT выделены следующие склонности:

* склонность к производственной деятельности, приносящей видимые результаты,
* склонность к обработке материалов,
* склонность к деловым контактам,
* склонность к нетворческому труду,
* склонность к нравственному воспитанию людей,
* склонность к особой заботе о своем престиже,
* склонность к интеллектуальной деятельности, связанной с общением,
* склонность к научно-технической деятельности,
* склонность к абстрактному мышлению и творческому труду,
* склонность к технике и управлению механизмами.

Склонности могу различаться по широте: у одного человека склонностей может быть несколько и самых разных, у другого — только одна; по продолжительности и разной степени осознанности. Та или иная склонность может занимать очень разное место в устремлениях личности: от несущественного до самого главного, придающего смысл жизни. На формирование и проявление склонностей оказывают влияние особенности темперамента человека: живость или медлительность, большая или меньшая нервная выносливость.

Склонности зависят не только от типологических особенностей свойств нервной системы, но и от личностных особенностей. Например, если опираться на теорию З.Фрейда, люди с оральным типом личности, которые общительны, разговорчивы, любят поспорить, часто имеют склонность к профессиям орального типа (юристы, проповедники, радиокомментаторы, певцы, повара и т. п). Люди с личностью анального типа, для которых характерны любовь к порядку, упрямство, экономность и самоконтроль, должны предпочитать такие профессии, как бухгалтерское, библиотечное или банковское дело, обеспечение технической безопасности.

Профессиональное самоопределение личности имеет ряд этапов, связанных сначала с игрой, фантазией ребенка, неосознанным и постепенно осознанным (но не всегда!) выбором профессии.

Важность выявления склонностей человека к тому или иному виду деятельности также обусловлена их связью со способностями. При этом понимание этой связи весьма разнится в психологии. Например, А. Ф. Лазурский, К. Платонов отождествляли эти два понятия. Б. М. Теплов допускал возможность независимого развития склонностей и способностей и даже противоречия между ними на разных этапах развития.

Причины несоответствия между способностями и склонностями:

при наличии склонности недостаточно выражена способность (причины: нахваливание ученика при недостаточно выраженных способностях, чрезмерные похвалы могут породить самоуверенность и снизить усердие ученика; социальная обусловленность выбора деятельности (мода на профессию, ее престижность в обществе, выбор профессии по совету родителей, друзей)). При наличии способности не выражена склонность. Можно рассматривать как утрату склонности вследствие потери интереса к деятельности из-за неправильного обучения (его монотонности, чрезмерных требований, предъявляемых к ученику) или появления сильного интереса (возможно, по чисто внешней привлекательности) к другой деятельности. С первых обращений к измерению интересов и склонностей исследователи обратили внимание на то, что ответы индивида на прямые вопросы об его интересах (склонностях) оказываются чаще всего ненадежным методом их выявления и оценки.

Анализ результатов применения этого прямого метода позволил сделать два важных вывода:

1) большинство людей имеет ограниченную информацию о различных видах деятельности и поэтому не в состоянии судить о том, понравится ли им предлагаемое в прямом опроснике занятие;

2) индивид редко глубоко осознает свои интересы в различных областях деятельности.

Одна из первых попыток изучения профессиональной направленности была предпринята в 1920 г. Э. Стронгом, создавшим специальный метод диагностики интересов ‑ Бланк Стронга. В 1974 году методика была существенно переработана, в результате чего стала позволять диагностировать предпочтения человека в пяти областях, имеющих отношение к профессии: это собственно профессии (представляемые в соответствии с информированностью), учебные предметы (благодаря которым возникает профориентация), отдельные действия (например, публичное выступление, починка часов), развлечения и повседневное общение с людьми (очень старыми, представителями рискованных профессий и т.д.).

Джон Л.Холланд (1959) строил свою теорию, основываясь на том, что все существующие профессии можно объединить в шесть основных моделей профессиональной среды: практические, исследовательские, художественные, социальные, предпринимательские и конвенциональные. По мнению Холланда, этой схеме соответствуют шесть основных типов ориентации личности. Существует, кроме того, еще склонность личности не только к тем или иным группам, типам специальностей, но и к определенным должностям, к роли и положению в профессиональной иерархии. Модели возможной ориентации оказывают воздействие на решение о выборе профессии. Индивиды стремятся выбрать профессию и создать себе жизненные и производственные условия применительно к своему типу. Выбор, по мнению ученого,- это выражение структуры личности и в известной мере проявление общественного разделения труда.

Нельзя не заметить некоторого сходства типов, выделенных Холландом, с классификацией типов профессий Е. А. Климова (Дифференциально-диагностический опросник).

типы профессий склонности

«человек — человек» устанавливать и поддерживать деловые контакты, понимать состояние людей, оказывать влияние на других, проявлять выдержку.

«человек — техника» заниматься созданием, монтажом, сборкой и наладкой технических устройств, эксплуатацией технических средств.

«человек — знаковая система» обрабатывать тексты и таблицы; производить расчеты и вычисления; перерабатывать информацию; работать с чертежами, картами и схемами; оперировать знаками и символами; искать и исправлять ошибки.

«человек – художественный образ» стремление создавать, проектировать, моделировать художественные произведения, заниматься художественным творчеством (живопись, скульптура, фотография, кино…); сочинять (стихи, прозу и др.); выступать на сцене и др.

«человек — природа» ухаживать и наблюдать за животными; разводить растения, выращивать овощи и фрукты; ориентироваться в природных явлениях; наблюдать, изучать различные природные явлениями.

Однако, при всей обоснованности этой типологии, существует очень много профессий, занимающих промежуточное между выделенными типами положение.

Протокол профессиональных предпочтений Кьюдера (KuderPreference Record-Vocational) построен на измерении соответствия структуры интересов респондента интересам, присущим профессиональной референтной группе. Показатели отражают интересы к 10 широким областям деятельности. Это работа на открытом воздухе, работа с машинами и механизмами, вычисления и расчеты, научная работа, изобразительное искусство, литература, музыка, сфера социальных услуг, канцелярская работа, просветительская деятельность.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 3**

**Тема:** Дискуссия «Анализ современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий»

**Продолжительность:** *2 часа.*

**Цель работы:** проведение анализа современного рынка труда.

Анализ рынка труда в России показывает, что его структура постепенно меняется. Актуальными становятся вакансии, которые еще два-три года назад были не особо востребованы. В частности, это ИТ-специалисты, фрилансеры в разных областях, робототехники, HR-специалисты, рекрутеры и т. д.

**Задание:**

1. Изучить направление деятельности вышеперечисленных вакансий.

2. Изучить факторы, влияющие на состояние рынка труда и уровень занятости населения.

3. Изучить характерные черты рынка труда в России.

4. Изучить характерны кризисные явления экономической системы в России.

5. Провести анализ увеличивающегося количества вакансий (какие сферы).

6. Изучить уровень безработицы в РФ на текущий год.

7. Изучить уровень заработной платы в бюджетном секторе.

8. Изучить процент временной (непостоянной) занятости современной молодежи.

9. Изучить ограничения здоровья в зависимости от профессии.

Обобщение и обсуждение полученных результатов анализа современного рынка труда. Подведение итогов дискуссии.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 4**

**Тема:** Тест на способности к классификации и анализу. Тест Мюнстерберга. Диагностика групповой мотивации (И.Д. Ладанов)

**Продолжительность:** *2 часа.*

**Цель работы:** проведение тестирования.

**Тест на способности к классификации и анализу**

http://testoteka.narod.ru/0.pngЭто тест на мышление, который определит вашу способность классифицировать понятия по общему признаку.

**Инструкция.** В каждом вопросе четыре слова объединены общим родовым понятием, пятое к нему не относится. За 3 минуты вы должны найти эти слова и отметить их. Итак, исключите слова не относящееся к ряду.

1. Василий;  
   Федор;  
   Семен;  
   Иванов;  
   Петр.
2. дряхлый;  
   маленький;  
   старый;  
   изношенный;  
   ветхий.
3. грабеж;  
   кража;  
   землетрясение;  
   поджог;  
   нападение.
4. скоро;  
   быстро;  
   поспешно;  
   постепенно;  
   торопливо.
5. лист;  
   почва;  
   кора;  
   чешуя;  
   сук.
6. ненавидеть;  
   презирать;  
   негодовать;  
   возмущаться;  
   понимать.
7. темный;  
   светлый;  
   голубой;  
   яркий;  
   тусклый.
8. гнездо;  
   нора;  
   курятник;  
   сторожка;  
   берлога.
9. неудача;  
   волнение;  
   поражение;  
   провал;  
   крах.
10. успех;  
    удача;  
    выигрыш;  
    спокойствие;  
    неудача.
11. молоко;  
    сыр;  
    сметана;  
    сало;  
    простокваша.
12. глубокий;  
    низкий;  
    светлый;  
    высокий;  
    длинный.
13. хата;  
    шалаш;  
    дым;  
    хлев;  
    будка.
14. береза;  
    сосна;  
    дуб;  
    ель;  
    сирень.
15. секунда;  
    час;  
    год;  
    вечер;  
    неделя.
16. смелый;  
    храбрый;  
    решительный;  
    злой;  
    отважный.
17. карандаш;  
    ручка;  
    рейсфедер;  
    фломастер;  
    чернила.

**Обработка результатов и интерпретация**

http://testoteka.narod.ru/0.pngСлова не относящиеся к ряду: Иванов, маленький, землетрясение, постепенно, чешуя, понимать, голубой, сторожка, волнение, спокойствие, сало, светлый, дым, сирень, вечер, злой, чернила. За каждое верно выбранное слово присваивается 1 балл. Если вы набрали:  
http://testoteka.narod.ru/0.png**0-10 баллов** низкий уровень способностей к классификации и анализу.  
http://testoteka.narod.ru/0.png**11-14 баллов** средний уровень способностей к классификации и анализу.  
http://testoteka.narod.ru/0.png**15-17 баллов** высокий уровень способностей к классификации и анализу.

**Тест Мюнстерберга.**

Методика направлена на определение избирательности и концентрации внимания. Тест разработан немецко-американским психологом Гуго Мюнстербергом (Hugo Munsterberg, 1863–1916). Методику можно использовать при профотборе на специальности, требующие хорошей избирательности и концентрации внимания, а также высокой помехоустойчивости.

**Инструкция**. Среди буквенного текста имеются слова. Ваша задача - как можно быстрее считывая текст, подчеркнуть эти слова  
Пример: «лгщьбапамятьшогхеюжп»

|  |
| --- |
| бсолнцевтргщоцрайонзгучновостьхэьгчяфактуекэкзаментроч ягшгцкпрокуроргурстабюетеорияентсджэбьамхоккейтрсицы фцуйгзхтелевизорсолджщзхюэлгщьбапамятьшогхеюжпждргщ хэнздвосприятиейцукенгшщзхъвафыапролдблюбовьавфырпл ослдспектакльячсмитьбюжюерадостьвуфцпэждлорпкнародш лджьхэшщгиенакуыфйшрепортажэждорлафывюефбьконкурс йфячыцувскапрличностьзхжэьеюдшщглоджэпрплаваниедтлж эзбьтрдщшжнпркывкомедияшлдкцуйфотчаяниейфоячвтлджэ хьфтасенлабораториягщдщнруцтргшщтлроснованиезщдэркэ нтаопрукгвсмтрпсихиатриябплмстчьйсмтзацэъагнтэхт |

**Обработка результатов и интерпретация**

Оценивается количество выделенных слов и количество ошибок (пропущенные и неправильно выделенные слова).  
В тексте содержится 25 слов.  
Хорошим считается результат – 20 и более баллов (желательно без пропуска слов). Низкие показатели - 18 и менее баллов.

Ключ

|  |
| --- |
| б**солнце**втргщоц**район**згуч**новость**хэьгчя**факт**уек**экзамен**троч ягшгцк**прокурор**гурстабюе**теория**ентсджэбьам**хоккей**трсицы фцуйгзх**телевизор**солджщзхюэлгщьба**память**шогхеюжпждргщ хэнзд**восприятие**йцукенгшщзхъвафыапролдб**любовь**авфырпл ослд**спектакль**ячсмитьбюжюе**радость**вуфцпэждлорпк**народ**ш лджьхэшщ**гиена**куыфйш**репортаж**эждорлафывюефбь**конкурс** йфячыцувскапр**личность**зхжэьеюдшщглоджэпр**плавание**дтлж эзбьтрдщшжнпркыв**комедия**шлдкцуйф**отчаяние**йфоячвтлджэ хьфтасен**лаборатория**гщдщнруцтргшщтлр**основание**зщдэркэ нтаопрукгвсмтр**психиатрия**бплмстчьйсмтзацэъагнтэхт |

**Диагностика групповой мотивации. (И.Д. Ладанов)**

Настоящий тест может применяться как для индивидуального пользования, так и для коллективной оценки факторов, относящихся к формированию общегрупповой мотивации.

**Инструкция.**Перед вами тест, содержащий 25 факторов (положительных и отрицательных), позволяющих оценить степень сформированности групповой мотивации. Просим вас внимательно оценить эти факторы и выбрать соответствующий балл (обведите кружком цифру, соответствующую вашим представлениям), который характеризует состояние мотивации в группе, членом которой вы являетесь. Затем суммируйте все отмеченные баллы. Желательно, чтобы это задание выполнили все члены вашей группы и был получен средний результат оценок. После этого обсудите выполненное задание к группе.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Преобладающие факторы | Оценка в баллах | Преобладающие факторы |
| 1 | Высокий уровень сплоченности группы | 7 6 5 4 3 2 1 | Низкий уровень сплоченности группы |
| 2 | Высокая активность членов группы | 7 6 5 4 3 2 1 | Низкая активность членов группы |
| 3 | Нормальные межличностные отношения в группе | 7 6 5 4 3 2 1 | Плохие межличностные отношения в группе |
| 4 | Отсутствие конфликтов в группе | 7 6 5 4 3 2 1 | Наличие конфликтов в группе |
| 5 | Высокий уровень групповой совместимости | 7 6 5 4 3 2 1 | Низкий уровень групповой совместимости |
| 6 | Личностное осмысление организационных целей и их принятие | 7 6 5 4 3 2 1 | Непринятие работниками организационных целей |
| 7 | Признание авторитета руководителя | 7 6 5 4 3 2 1 | Члены группы не принимаю авторитета руководителя |
| 8 | Уважение к компетентности руководителя | 7 6 5 4 3 2 1 | Члены группы не отдают должного компетентности руководителя |
| 9 | Признание лидерских качеств руководителя | 7 6 5 4 3 2 1 | Члены группы не считают своего руководителя лидером |
| 10 | Наличие доверительных отношений членов группы с руководителем | 7 6 5 4 3 2 1 | Отсутствие доверительных отношений членов группы с руководителем |
| 11 | Участие членов группы в процессе принятия решения | 7 6 5 4 3 2 1 | Непринятие членами группы участия в обсуждении и принятии решения |
| 12 | Есть условия для выражения творческого потенциала членов группы | 7 6 5 4 3 2 1 | Нет условий для выражения творческого потенциала членов группы |
| 13 | Стремление принять ответственность членами группы за выполняемую работу | 7 6 5 4 3 2 1 | Отсутствие стремления у членов группы принимать ответственность за выполняемую работу |
| 14. | Наличие хорошего психологического климата в группе | 7 6 5 4 3 2 1 | Наличие плохого психологического климата в группе |
| 15. | Высокий уровень контроля над действиями каждого члена группы | 7 6 5 4 3 2 1 | Низкий уровень контроля над действиями каждого члена группы |
| 16. | Наличие активной жизненной позиции внутри группы | 7 6 5 4 3 2 1 | Отсутствие активной жизненной позиции внутри группы |
| 17. | Стремление к самореализации у членов группы | 7 6 5 4 3 2 1 | Отсутствие стремления к самореализации у членов группы |
| 18. | Высокая степень согласованности действий у членов группы | 7 6 5 4 3 2 1 | Слабая степень согласованности действий у членов группы |
| 19. | Сформированность общегрупповых ценностей | 7 6 5 4 3 2 1 | Отсутствие общегрупповых ценностей |
| 20. | Отсутствие стрессов внутри группы | 7 6 5 4 3 2 1 | Наличие стрессов |
| 21. | Желание работать в группе | 7 6 5 4 3 2 1 | Стремление членов группы работать индивидуально |
| 22. | Положительное отношение руководителя к своим подчиненным | 7 6 5 4 3 2 1 | Отрицательное отношение руководителя к членам рабочей группы |
| 23. | Положительное отношение членов группы к своему руководителю | 7 6 5 4 3 2 1 | Отрицательное отношение членов группы к своему руководителю |
| 24. | Принятие нравственных норм поведения внутри группы | 7 6 5 4 3 2 1 | Отсутствие нравственных норм поведения внутри группы |
| 25. | Умение проявлять самостоятельность в решении поставленных задач членами группы | 7 6 5 4 3 2 1 | Отсутствие стремления самостоятельно решать поставленные задачи |

**Обработка и интерпретация результатов**

Суть обработки результатов сводится к суммарному подсчету баллов по всем 25 утверждениям.  
Уровням групповой мотивации соответствуют следующие показатели:

25-48 баллов – группа отрицательно мотивирована.  
49-74 балла – группа слабо мотивирована.  
75-125 баллов – группа недостаточно мотивирована на получение положительных результатов.  
126-151 баллов – группа в достаточной степени мотивирована на достижение успеха в деятельности.  
152–175 баллов – группа положительно мотивирована на успех в деятельности.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 5**

**Тема:** Определение уровня развития познавательных процессов (внимание, память, мышление).

**Продолжительность:** *2 часа.*

**Цель работы:** определить уровень развития познавательных психических процессов у студентов.

**Тест 1 : «Выделение существенных признаков»**

Методика используется для исследования особенностей мышления, способности дифференциации существенных признаков предметов или явлений от несущественных, второстепенных. По характеру выделяемых признаков можно судить о преобладании того или иного стиля мышления: конкретного или абстрактного.  
http://testoteka.narod.ru/0.pngСлова в задачах подобраны таким образом, что обследуемый должен продемонстрировать свою способность уловить абстрактное значение тех или иных понятий и отказаться от более легкого, бросающегося в глаза, но неверного способа решения, при котором вместо существенных выделяются частные, конкретно – ситуационные признаки.



**Инструкция:** В каждой строчке бланка Вы найдете одно слово, стоящее перед скобками, и далее – пять слов в скобках. Все слова, находящиеся в скобках, имеют какое-то отношение к стоящему перед скобками. Выберите только два, которые находятся в наибольшей связи со словом перед скобками

Примечания:  
Во всех случаях самостоятельного выполнения заданий решения испытуемого следует обсудить, задавая ему вопросы. Нередко в процессе обсуждения испытуемый дает дополнительные суждения, исправляет ошибки. Все решения, вопросы, а также дополнительные суждения испытуемого записываются в протокол.

**Опросник**

1. Сад (растения, садовник, собака, забор, земля).
2. Река (берег, рыба, рыболов, тина, вода).
3. Город (автомобиль, здания, толпа, улица, велосипед).
4. Сарай (сеновал, лошадь, крыша, скот, стены).
5. Куб (углы, чертеж, сторона, камень, дерево).
6. Деление (класс, делимое, карандаш, делитель, бумага).
7. Кольцо (диаметр, алмаз, проба, окружность, золото).
8. Чтение (глаза, книга, очки, текст, слово).
9. Газета (правда, происшествие, кроссворд, бумага, редактор).
10. Игра (карты, игроки, фишки, наказания, правила).
11. Война (самолет, пушки, сражения, ружья, солдаты).
12. Книга (рисунки, рассказ, бумага, оглавление, текст).
13. Пение (звон, искусство, голос, аплодисменты, мелодия).
14. Землетрясение (пожар, смерть, колебания почвы, шум, наводнение).
15. Библиотека (столы, книги, читальный зал, гардероб, читатели).
16. Лес (почва, грибы, охотник, дерево, волк).
17. Спорт (медаль, оркестр, состязания, победа, стадион).
18. Больница (помещение, уколы, врач, градусник, больные).
19. Любовь (розы, чувства, человек, свидание, свадьба).
20. Патриотизм (город, родина, друзья, семья, человек).

**Обработка результатов и интерпретация**

**Ключ**

1. Растения, земля
2. Берег, вода
3. Здания, улица
4. Крыша, стены
5. Углы, сторона
6. Делимое, делитель
7. Диаметр, округлость
8. Глаза, текст
9. Бумага, редактор
10. Игроки, правила
11. Сражение, солдаты
12. Бумага, текст
13. Голос, мелодия
14. Колебания почвы, шум
15. Книги, читатели
16. Почва, дерево
17. Состязания, победа
18. Врач, больные
19. Чувства, человек
20. Родина, человек

http://testoteka.narod.ru/0.pngНаличие в большей мере ошибочных суждений свидетельствует о преобладании конкретно-ситуационного стиля мышления над абстрактно-логическим. Если испытуемый дает вначале ошибочные ответы, но потом их исправляет, то это можно интерпретировать как поспешность и импульсивность.

Оценка результатов осуществляется по таблице:

**Таблица**

|  |  |
| --- | --- |
| Оценка в баллах | Количество правильных ответов |
| 9 | 20 |
| 8 | - |
| 7 | 19 |
| 6 | 18 |
| 5 | 16-17 |
| 4 | 14-15 |
| 3 | 12-13 |
| 2 | 10-11 |
| 1 | 9 |

**Тест 2. «Исследование продуктивности памяти»**

http://testoteka.narod.ru/0.pngПроцедура исследования включает в себя четыре теста. Цель: изучить особенности кратковременной и долговременной памяти в аспекте их продуктивности. Испытуемому предлагается за ограниченное время (тест 1 - 40 секунд, тест 2 - 40 секунд, тест 3 - 10 секунд, тест 4 - 1 минута) запомнить соответствующий материал. Для 1 теста - слова с их цифровыми обозначениями, для 2 теста - цифры с их цифровыми обозначениями, для 3 теста - фигуры, для 4 теста нужно запомнить выделенные жирным шрифтом пронумерованные позиции и воспроизвести их, соблюдая также указанную в тексте последовательность.  
http://testoteka.narod.ru/0.pngПосле выполнения каждого из четырех тестов важно делать небольшую паузу.

**Тест 1**  
1. украинец  
2. экономика  
3. каша  
4. татуировка  
5. нейрон  
6. любовь  
7. ножницы  
8. совесть  
9. глина  
10. словарь  
11. масло  
12. бумага  
13. пирожное  
14. логика  
15. стандарт  
16. глагол  
17. прорыв  
18. дезертир  
19. свеча  
20. вишня

**Тест 2**  
1  
2  
3  
4  
5  
3  
1  
8  
5  
4

**Тест 3**  
http://testoteka.narod.ru/pozn/1/ris/28.png

**Тест 4**  
http://testoteka.narod.ru/0.pngВ 1912 году в Атлантическом океане произошла катастрофа. Огромный пассажирский пароход "Титаник", шедший первым рейсом из Европы в Америку, **столкнулся в тумане с плавающей ледяной горой - айсбергом** (1), **получил большую пробоину и стал тонуть** (2). "Спустить шлюпки!" - скомандовал капитан. **Но шлюпок оказалось недостаточно** (3). Их хватило только на половину пассажиров. **"Женщины и дети - к сходням, мужчинам надеть спасательные пояса!"** (4) - раздалась вторая команда. Мужчины молча отошли от борта. **Пароход медленно погружался в темную холодную воду** (5). Одна за другой отваливали от гибнущего судна лодки с женщинами и детьми. **Вот началась посадка в последнюю шлюпку** (6). И вдруг по сходням, крича и воя, **бросился какой-то толстяк с перекошенным от страха лицом** (7). Расталкивая женщин и детей, он совал матросам пачки денег и **пытался вскочить в переполненную людьми шлюпку** (8). Послышался негромкий сухой щелчок - **это капитан выстрелил из пистолета** (9). **Трус упал на палубу мертвым** (10), но никто даже не оглянулся в его сторону.

**Обработка результатов и интерпретация**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Продуктивность запоминания воспоизводимых слов | = | количество правильно воспроизведенных слов x 100 |
| 20 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Продуктивность запоминания воспоизводимых цифр | = | количество правильно воспроизведенных цифр x 100 |
| 10 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Продуктивность запоминания фигур | = | количество правильно воспроизведенных фигур x 100 |
| 10 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Продуктивность запоминания мыслей | = | количество правильно воспроизведенных мыслей x 100 |
| 10 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Интегральный показатель продуктивности памяти | = | сумма результатов по четырем тестам |
| 4 |

Шкала оценок:

* 90-100 - отлично
* 70-90 - очень хорошо.

На данных уровнях продуктивность памяти самая высокая. Запоминание быстрое и точное, сохранение длительное, воспроизведение полное и точное.

* 50-70 - хорошо. Этот уровень характеризуется довольно высокой продуктивностью памяти, хотя запоминание происходит медленно, но сохранение и воспроизведение полное и точное.
* 30-50 - Уровень продуктивности памяти удовлетворительный, продуктивность не очень высокая, хотя запоминание происходит быстро, но сохранение и воспроизведение неполное и неточное.
* 30-0 - На этом уровне продуктивность памяти невысокая. Процессы запоминания, сохранения и воспроизведения не обеспечивают усвоение информации в полном объеме. Запоминание осуществляется медленно, сохранение информации недолгое, воспроизведение неполное. Такой уровень наблюдается у людей с ослабленной памятью.

http://testoteka.narod.ru/0.pngДолговременная память проверяется через неделю (без опоры на что-либо воспроизвести материал четырех тестов). Если результат "хороший" - значит долговременная память хорошая.

**Тест 3. «Исследование смысловой памяти»**

**Инструкция** Вам будет зачитан короткий рассказ, в нем имеется ряд смысловых единиц (фрагментов содержания), все они находятся в некоторой логической связи. Прослушайте внимательно рассказ, а затем в течение 3 минут запишите основное содержание (то, что запомнили). Предложения можно сокращать, не теряя их смысла. Пере спрашивать во время работы нельзя.

http://testoteka.narod.ru/0.pngКорабль вошел в бухту (1), несмотря на сильное волнение моря (2). Ночь простояли на якоре (3). Утром подошли к пристани (4). 18 моряков отпустили на берег (5, 6). 10 человек пошли в музей (7, 8). 8 матросов решили просто погулять по городу (9, 10). К вечеру все собрались вместе, зашли в городской парк, плотно поужинали, в 11 часов все вернулись на корабль (11-14). К этому времени оставшиеся матросы уже провели выгрузку (15). Вскоре корабль отправился в другой порт (16).

http://testoteka.narod.ru/0.pngВторой раз необходимо выполнить аналогичное задание после более эмоционального инструктирования. Предлагается аналогичный рассказ (также содержащий 12-13 смысловых единиц и 3-4 числа), который зачитывается обследуемым. Затем предлагается записать основное содержание.

**Инструкция** Вам необходимо выполнить аналогичное задание, но постарайтесь запомнить больше, чем в предшествующем рассказе. Это делается для проверки ваших волевых качеств и эмоциональной устойчивости. Если у вас достаточно самообладания и настойчивости, вы сумеете улучшить свой результат. Далее следует второй текст, аналогично составленный.

**Обработка результатов и интерпретация**

* Оценка результатов производится по совокупности двух текстов. Цифры в скобках указывают смысловые единицы и, естественно, не читаются, а используются при обработке.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Оценка в баллах | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Количество воспроизво­димых смысловых единиц и чисел (из 16\*2=32) | 32 | 30-31 | 27-29 | 23-26 | 19-22 | 15-18 | 11-14 | 7-10 | 6 |

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 6**

**Тема:** Определение типа темперамента и характерологических особенностей. Ознакомление с основными подходами к определению типов темперамента.

**Продолжительность:** *2 часа.*

**Цель работы:** определить тип темперамента и характерологические особенности студентов. Познакомиться с основными подходами к определению типов темперамента.

**Тест 1. Определение типа темперамента по методике Н.Н. Обозова**

* Методика Н.Н. Обозова, использующая 15 эмпирических характеристик проявлений темперамента, позволяет определить тип темперамента человека, в том числе и без его участия.  
  http://testoteka.narod.ru/0.png**Инструкция**. Для определения типа темперамента произведите построчный выбор степени проявления каждого из пятнадцати характерологических признаков. Предположим, в строке «Уравновешенность поведения» для испытуемого наиболее соответствует значение «Хорошо уравновешенное», несколько менее соответствует значение «Отлично уравновешенное». В этом случае для первого значения присваивается оценка: «2 балла», для второго: значения – «1 балл». Остальные значения в данной строке оцениваются в 0 баллов. Подобным же образом оцениваются показатели по всем остальным характерологическим признакам.
* **Бланк ответов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Характерологический признак | Типы темперамента | | | |
| Сангвиник | Флегматик | Холерик | Меланхолик |
| 1 | Уравновешенность поведения | Хорошо уравновешенное | Отлично уравновешенное | Неуравновешенное | Очень неуравновешенное |
| 2 | Эмоциональные переживания | Поверхностные, кратковременные | Слабые | Сильные, кратковременные | Глубокие и длительные |
| 3 | Настроение | Устойчивое, жизнерадостное | Устойчивое, без больших радостей и печалей | Неустойчивое с преобладанием бодрого | Неустойчивое с преобладанием пессимизма |
| 4 | Речь | Громкая, живая, плавная | Монотонная, радостная | Громкая, резкая, неравномерная | Тихая с задыханием |
| 5 | Терпение | Умеренное | Очень большое | Слабое | Очень слабое |
| 6 | Адаптация | Отличная | Медленная | Хорошая | Трудная (замкнутость) |
| 7 | Общительность | Умеренная | Невысокая | Высокая | Низкая (замкнутость) |
| 8 | Агрессивность в поведении | Миролю6ивое поведение | Сдержанность в поведении | Агрессивен | Истеричность в поведении, возмущение и уход от сложностей |
| 9 | Отношение к критике | Спокойное | Безразличное | Возбужденное | Обидчивое |
| 10 | Активность в деятельности | Энергичная (деловая) | Поведение неутомимого труженика | Страстная, увлеченная | Неравномерное, реактивное поведение (как ответ на активность других) |
| 11 | Отношение к новому | Безразличное | Отрицательное | Положительное | Оптимистическое отношение сменяется пессимистическим и наоборот |
| 12 | Отношение к опасности | Расчетливое, без особого риска | Хладнокровное, невозмутимое | Боевое, рискованное, без особого расчета | Тревожное, растерянное, подавленное |
| 13 | Стремление к цели | Быстрое, с избеганием препятствий | Медленное, упорное | Сильное, с полной отдачей | То сильное, то слабое, с избеганием препятствий |
| 14 | Самооценка | Некоторая переоценка своих способностей | Реальная оценка своих способностей | Значительная переоценка своих способностей | Чаще всего – недооценка своих способностей |
| 15 | Внушаемость и мнительность | Небольшая | Стабильная | Умеренная | Большая |
| Сумма баллов | |  |  |  |  |

**Обработка результатов и интерпретация**

http://testoteka.narod.ru/0.pngПодсчитываются суммы баллов по столбцам.  
http://testoteka.narod.ru/0.pngТот тип личности, по которому набрана наибольшая сумма баллов, является для испытуемого основным.

**Тест 2.** **«Определение эмоциональности» В.В. Суворова**

Методика предназначена для выявления интегрального показателя эмоциональности личности. Знание данного показателя является необходимым для всех сфер человеческой деятельности, т.к. позволяет выбирать соответствующие стратегии и тактики общения с конкретным субъектом.

**Инструкция.** Пожалуйста, ответьте на вопросы теста. Варианты ответов: Да, Нет

**Тест**

1. Можете ли вы сильно покраснеть от смущения или стыда так, что сами ощущаете, что щеки пылают и слезы навертываются на глаза?
2. Приходилось ли вам бледнеть от страха или огорчения?
3. Часто ли вы смущаетесь, свойственна ли вам застенчивость?
4. Легко ли вы плачете от обиды, несчастья, сопереживания или даже от радости? Могут ли у вас появиться слезы от эстетического удовольствия, когда слушаете музыку, читаете стихи?
5. Прошибал ли вас пот в неприятной или трудной обстановке?
6. Наблюдается ли у вас сухость во рту при сильном волнении? Садится ли у вас при этом голос?
7. В моменты сильного волнения или смущения не ощущаете ли вы скованности конечностей, когда ноги становятся негнущимися, «ходульными» или «ватными» и подкашиваются?
8. Не замечали ли вы дрожание пальцев рук при сильном волнении или смущении, не бывает ли у вас внутренней дрожи и ознобоподобного состояния («мороз по коже»)?
9. Вы действительно перед каждым выступлением так волнуетесь, что вам кажется, что вы все забыли?
10. Можете ли вы во время ответа на экзамене, публичного выступления потерять мысль, растеряться и замолчать?
11. Часто ли вы раздражаетесь и возмущаетесь? Можете ли, рассердившись на ребенка, сгоряча наказать его?
12. Свойственно ли вам ссориться с близкими, если вы видите несправедливость их поступков? Часто ли при этом дело кончается вашими слезами, унынием и раскаянием?
13. Вы действительно не можете отключиться от неприятностей и огорчений, не думать о них и плохое настроение всецело владеет вами длительное время?
14. В моменты волнения или смущения вы становитесь излишне суетливы?
15. При волнении у вас возникают боли в области солнечного сплетения?

**Обработка результатов и интерпретация**

http://testoteka.narod.ru/0.pngЗа каждый утвердительный ответ («Да») начисляется 1 балл. Чем большее число баллов набирает респондент, тем выше его эмоциональность.

* от 0 до 5 баллов – эмоциональность низкая,
* от 6 до 10 баллов – средняя,
* от 11 баллов и выше – высокая.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 7**

**Тема:** Дискуссия «Ознакомление с понятием саморегуляции. Сущность психической саморегуляции».

**Продолжительность:** *2 часа.*

**Цель работы:** проработать информационные источники с целью поиска информации и дальнейшего обсуждения вопроса саморегуляции. Изучить сущность психической саморегуляции».

**Задание:**

1. Изучить понятие «саморегуляции».

2. Изучить теории психической саморегуляции.

3. Изучить виды саморегуляции.

4. Изучить функции саморегуляции.

5. Изучить популярные методы саморегуляции.

6. Изучить механизм естественной саморегуляции.

7. Просмотреть видео: саморегуляция психических состояний.

Обобщение и обсуждение полученных результатов. Подведение итогов дискуссии.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 8**

**Тема:** Самоопределение, мотивация, профессиональная ориентация, факторы выбора профессии.

**Продолжительность:** *2 часа.*

**Цель работы:** изучить способыпрофессионального самоопределения на разных стадиях возрастного развития человека.

Профессиональное самоопределение личности является социальным процессом, основным содержанием которого выступает выбор человеком своей профессии. Выбор является отправной точкой развития личности, важным этапом самоопределения и «условной единицей» этого процесса, в психологическом плане означая «примеривание» индивида к требованиям профессии, оценку объективных возможностей в осуществлении конкретных видов деятельностей и самооценку уровня притязаний, прежде всего соотнесение ценностно-мотивационной сферы личности с требованиями социальной среды.

Выбор профессии - это всегда критический момент в жизни человека, требующий разрешения целого комплекса противоречий, в первую очередь, между индивидуальным и социальным, между желаемым для личности и необходимым для общества. Престижность и привлекательность профессии в контексте ситуации выбора являются факторами, обусловливающими поведение субъекта, и одновременно социальными механизмами регуляции профессиональной мобильности личности.

Престиж и привлекательность профессии имеют сходные черты, но по сути - различные явления. Если оценка привлекательности всегда в большей степени субъективна и выражает интересы, ценности, отношения и другие особенности конкретного человека, то престиж профессии - отражение в его сознании положительной общественной оценки. Привлекательность профессии можно представить, как «примеривание» профессии на себя, как принципиальное или абстрактное согласие ее приобрести, как прожективное решение, принимаемое личностью на основе анализа, соотнесения и согласования собственных свойств и различных характеристик профессиональной деятельности. Процесс профессионального самоопределения личности – явление многофакторное, престижность и привлекательность профессии выступают одними из множества детерминант поведения субъектов выбора.

Несмотря на очевидность присутствия ограничений при выборе профессии (да и сам профессиональный выбор можно понимать как самоограничение от других видов деятельности), это, в первую очередь, личностный выбор.

В трудах С.Л. Рубинштейна, К.А. Абульхановой-Славской суть самоопределения видится в способности человека не только находиться в каком-то отношении к реальности и в некоторой степени определяться ею, но и самостоятельно при этом формировать свое отношение. Из этого следует, что отношение человека к самому себе - ключевой момент в понимании процесса самоопределения.

Потребность в самоопределении, как считает Л.И. Божович, возникает на рубеже старшего подросткового и младшего юношеского возраста, предполагая профессиональную идентификацию личности. В работах Т.В. Кудрявцева сформулированы основные этапы этого процесса:

1) возникновение и формирование профессиональных намерений;

2) профессиональное обучение как целенаправленная подготовка к избранной деятельности;

3) профессиональная адаптация - этап «вхождения в профессию», что характеризуется ее активным освоением и поиском своего места в коллективе;

4) полная или частичная реализация личности в самостоятельном труде.

Значимыми факторами выбора профессии выступают ее эмоциональная привлекательность, интерес к этому виду деятельности, который появляясь в учебе, в дальнейшем перерастает в намерение освоить определенную профессию. В работах В.Д.Брагиной, А.Е.Голомшток, Е.А.Климова, И.В.Михайлова утверждается, что профессиональные или/и познавательные интересы мотивируют субъекта к выбору профессии.

Вопросы мотивации профессионального выбора широко представлены в концепциях зарубежных психологов, в известных работах отечественных специалистов, посвященных исследованию особенностей формирования профессиональных намерений у школьников, рабочей молодежи.

В широко известной теории Дж.Холланда выбор профессии описывается как поиск каждым того окружения, которое совпадает с его личностной ориентацией, типом личности, полагая, что в период становления у человека складываются собственные методы взаимодействия с окружением, формируются предпочтительные пути решения поставленных перед ним задач. Соответственно выделяются шесть типов личности: практический, интеллектуальный, общественный, обычный, предприимчивый, артистичный. В основе классификации лежат ряд характеристик людей, предпочитающих именно эти виды деятельности. По мнению Ш.Бюлер, профессионализация личности есть сложный, длительный процесс, состоящий из периодов: фантазий (6-9 лет); пробных выборов (10-17 лет); реалистичных выборов (старше 17 лет).

В многочисленных работах отечественных специалистов формируется понимание предопределенности выбора профессии социальным происхождением личности, условиями ее воспитания и жизни, наконец, признаком пола. Среди основных, личностных факторов, определяющих процесс выбора профессии, обычно выделяют следующие: а) познавательные, профессиональные интересы и склонности; б) общие и профессиональные способности, как психологические механизмы, определяющие уровень успешности в какой-либо деятельности; в) темпераментальные (нейродинамические) особенности; г) характерологические черты; д) профессиональная мотивация; е) эмоционально-волевые особенности. Кроме того, на выбор профессии могут оказывать влияние и такие объективные факторы, как уровень общеобразовательной подготовленности, состояние здоровья, информированность о мире профессий, социальное окружение и т. д.

Профессиональное самоопределение по И. С. Кону можно подразделить на ряд этапов, продолжительность которых зависит от социальных условий и индивидуальных особенностей развития личности.

Первый этап - детская игра, в ходе которой ребёнок принимает на себя разные профессиональные роли и «проигрывает» отдельные элементы связанного с ним поведения.

Второй этап - подростковая фантазия, когда подросток видит себя в мечтах представителем той или иной привлекательной для него профессии.

Третий этап захватывает весь подростковый и большую часть юношеского возраста - предварительный выбор профессии. Разные виды деятельности оцениваются с точки зрения интересов подростка, его способностей, системы ценностей.

Четвёртый этап - практическое принятие решения, что включает в себя два главных компонента: определение уровня квалификации будущего труда, объёма подготовки к нему и, непосредственно, выбор специальности.

Профессиональное самоопределение личности – сознательное выявление и утверждение собственной позиции в решении проблемы профессионального выбора. Технология профессионального самоопределения учащихся традиционно связана с понятием «профессиональная ориентация».

Для успешного вхождения человека в мир профессий и продвижения к желаемой цели, его необходимо информировать о мире профессий, предоставить ориентиры, отражающие востребованность разных профессий на рынке труда, рассказать об особенности конкретного вида труда и этапах профессиональной подготовки.

Профессиональная ориентация – это система научно–практической деятельности по решению социально–экономических, психолого–педагогических и медико–физиологических задач по формированию у школьников профессионального самоопределения, соответствующего индивидуальным особенностям каждой личности и запросам общества в квалифицированных кадрах.

Профессиональную ориентацию можно рассматривать как систему взаимодействия личности и социального окружения, направленную на удовлетворение потребностей личности в профессиональном развитии и потребности общества в обеспечении своей социально-профессиональной структуры. Результатом такого взаимодействия должно стать профессиональное самоопределение, которое осуществляется в раннем юношеском возрасте, и выбор учащимся профессии.

Профессиональное самоопределение рассматривают как процесс формирования отношения личности к себе как к субъекту профессиональной деятельности, владеющему комплексом знаний, умений и навыков, качеств личности, обеспечивающих возможность профессионального роста, что позволяет подготовить человека в будущем к смене профессии, адаптации к меняющимся социально-экономическим условиям, требованиям ситуации на рынке труда

*2.3.2. Самоопределение в юношеском возрасте*

Профессиональное самоопределение начинается с раннего возраста в играх детей и постепенно достигает своего реального завершения в юности и молодости.

**Профессиональное самоопределение** следует понимать, как процесс становления мотивационно – смысловой доминанты субъекта труда в целостном пространстве жизненного пути человека (л.и. Катаева, Т.А. Полозова), где успешность профессиональной деятельности выступает критерием успешности жизни. Само же профессиональное самоопределение следует рассматривать в единстве трех субъективно-личностных форм жизнедеятельности человека:

1) выбор трудового пространства для приложения личностью ресурсов трудовой активности;

2) выбор профессии;

3) реализации содержания трудовой деятельности.

На самоопределение влияют:

* Социальное положение семьи
* Материальное благополучие семьи
* Уровень образования родителей
* Случайные факторы подростков и юношей. Увлечений

Раннее профессиональное самоопределение обычно связано: с неблагополучными семейными условиями; с низкой успеваемостью в школе; с недостаточно осознанным выбором специальности:

Затягивание, откладывание самоопределения связано:

а) с отсутствием устойчивых интересов;

б) при незрелости личности.

Э. Роу связывает профессиональное становление человека с характером дeтско -родительских отношений в семье. Авторитарные родители могyт не считаться с интересами ребенка, основываясь на своем опыте. Они сами определяют, что ему нужно, с какими умениями ему будет легче жить.

Иногда выбирают для детей ту специальность, которую они сами хотели бы иметь, но в силу каких-то обстоятельств не приобрели, могyт принижать способности ребенка, сразу устанавливая потолок его стремлениям. Диктат родителей может привести к тому, что проучившись, проработав, человек поймет: надо менять специальность и заново строить жизнь.

В юности необходимо сделать решающий выбор. Это в первую очередь касается тех, кто оставляет школу и приступает к самостоятельной трудовой деятельности. К окончанию школы очень трудно выбрать профессию. Профессиональные намерения неопределённы. Романтические устремления в настоящем реализовать невозможно, возникает рефлексивный самоанализ: кто я? Каковы мои способности? Каков мой жизненный идеал? Кем я хочу быть? Основываясь на результатах самоанализа, прикидывают возможные варианты профессиональной карьеры.

Профессиональное самоопределение идет с точки зрения:

а) ИНТЕРЕСОВ оптанта (человека, выбирающего профессию). Интересно или неинтересно. «Я люблю исторические романы. Стану историком». Соотнесение с тем, где и как работать. Есть предмет размышления и конечный результат. Но нет ни плана действия, ни способа достижения. Интересы оптанта стимулируют eгo больше заниматься этим предметом (историей). Учебные предметы в этот период разделяются на важные, нужные и не важные;

б) выбор профессии с точки зрения СПОСОБНОСТЕЙ оптанта. «У меня хорошо идет математика не заняться ли eю». Нужно иметь в виду, что задатки способностей многоплановы. Даже великие люди находили себя не сразу. Выявление способностей оптанта подкрепляет eгo интересы к выбираемой профессии;

в) выбор профессии с точки зрения СИСТЕМЫ ЦЕННОСТЕЙ: «Хочу помогать ЛЮДЯМ: стану врачом» На этом этапе юноша обсуждает с осведомленными лицами ценности той или иной профессии.

Практическое принятие решения включает в себя два компонента:

1. Определение уровня квалификации будущего труда, объем и длительность подготовки к нему.

2. Выбор специальности.

Последовательность этих выборов может быть разной. Девушка может сначала определить сферу деятельности: «Хочу заниматься медициной», а потом: уровень квалификации (быть ли врачом, фельдшером или медсестрой). Может быть и, наоборот, сначала поступить в учебное заведение. Этот путь преобладает.

Психологически более комфортно чувствуют себя те юноши и девушки, которые продолжают общее образование или учатся в профессиональных техникумах, колледжах. Через профессиональное образование происходит учебно-профессиональное самоопределение.

В возрасте 16 - 2З лет большинство юношей и девушек получают профессиональное образование в учебных заведениях или профессиональную подготовку на предприятиях. Желаемое будущее стало настоящим. Это настоящее не всем приносит удовлетворение. Некоторые разочарованы в выборе профессии. Работа может быть скучной и механической, руководитель - несправедливым, а сослуживцы не разделяют их мнений. Неспособность адаптироваться может помешать дальнейшему профессиональному росту. Срочно необходимо вносить коррективы в отношении будущей работы и своих профессиональных достижений. Большую помощь может оказать наставник. Юноши, опекаемые наставниками, приобретают мастерство и уверенность в своих силах. Вскоре они осваиваются на своем рабочем месте и могyт начать даже чем-то превосходить своих наставников, переставая нуждаться в их помощи. Затем они приобретают авторитет среди работников, и уже сами могyт выполнять функции наставников. Наставник выполняет роль воспитателя и учителя.

Общение в юности. Общение со взрослыми. Любовь и дружба в юношеском возрасте.

Общение в юности.

Мы уже знаем психологические особенности юношей и девушек, социальную ситуацию их развития. Давайте подумаем, как изменится характер общения со взрослыми в этом возрасте? Что будет оказывать влияние на взаимоотношения юношей со значимыми взрослыми?

Содержание и характер общения юношей со всеми категориями партнеров определяются решением проблем, связанных со становлением и реализацией их как субъектов отношений в значимых сферах жизнедеятельности.

Ценностно-смысловая доминанта общения обнаруживается в ведущей тематике бесед старшеклассников: обсуждение личных дел (своих и партнеров), взаимоотношений людей, своего прошлого, планов на будущее, взаимоотношений юношей и девушек, отношений с товарищами, отношений с учителями, отношений с родителями, своего развития - физического, интеллектуального.

Общение юношей и девушек со взрослыми, с родителями предполагает растущую демократизацию взаимоотношений поколений, решение проблемы автономии выросших детей и авторитета родителей, проблемы взаимопонимания между ними. Отношения со взрослыми сложны, но фактически влияние родителей по многим важным проблемам остается для юношей преобладающим. Отвечая на вопрос массовой анкеты, чье понимание для вас важнее, многие старшеклассники называют взрослых (а не сверстников), мать, отца. Содержание общения со взрослыми включает в себя проблемы поиска смысла жизни, познания самого себя, жизненных планов и путей их реализации, взаимоотношений между людьми, получение информации, связанной с областью интересов старшеклассника и профессиональной принадлежностью взрослого.

Общение со взрослыми протекает неравномерно, стремительная интенсификация общения, обсуждение проблем и вопросов сменяется периодом спада интенсивности общения, пока не накопятся новые беспокоящие проблемы.

Юноши и девушки нуждаются в общении с близкими взрослыми, в обращении к их жизненному опыту в решении проблемы самоопределения, но эффективное взаимодействие возможно только в условиях сотрудничества на основе взаимопонимания и взаимоподдержки. Смысл доверительного общения со взрослыми для старшеклассников состоит в возможности найти понимание своих проблем, сочувствие и помощь в их решении. Доверительность в общении как уважение к личности молодого человека, как вера в его потенциальную способность справиться с жизненными трудностями - важнейшая основа для новой гармонии родительско - детских отношений.

Общение со сверстниками продолжает играть большую роль в жизни юношей. Подумайте пару минут и запишите, самые характерные на ваш взгляд черты общения юношей со сверстниками.

В старших классах происходят изменения в ориентации на предпочитаемые места общения, наряду с ориентацией преимущественно на общение дома и в школе, происходит дальнейшее освоение социального пространства (улиц, центра города).

В юношеском возрасте происходит увеличение потребности в общении, увеличение времени на общение и расширение его круга (не только в школе, семье, по соседству, но и в разных географических, социальных, виртуальных пространствах).

Параллельно с расширением сферы общения происходит и углубление, индивидуализация общения. У молодых людей развивается способность устанавливать дружеские отношения, более избирательные, тесные и глубокие. Поиск друга начинается уже в подростковом возрасте, но юношеская дружба интимнее и стабильнее. Дружба характеризуется верностью, близостью и устойчивостью. Друг впервые осознается как alter ego (другой Я). Ему можно «излить душу», с ним можно поделиться своими переживаниями, секретами и надеяться на совет, взаимопонимание, эмоциональное тепло, искренность. Это первая самостоятельно выбранная глубоко личная привязанность, предваряющая и в какой-то степени предвосхищающая другие привязанности, в частности любовь. Дружба и приятельство различаются самими молодыми людьми, число друзей обычно невелико.

Юношеская дружба полифункциональна и многообразна: от простого совместного времяпрепровождения до глубочайшей исповедальности и самораскрытия. Однако юношеская дружба имеет свои сложности: свойственные возрасту требовательность и критичность по отношению к другому, бескомпромиссность, повышенная эгоцентричность порождают болезненные трудности и напряженность во взаимоотношениях со значимыми и близкими сверстниками.

В ранней юности сильнее по сравнению с предыдущими возрастными этапами проявляется потребность в уединении. Коммуникативное уединение представляет собой общение с неким идеальным партнером, со своим Я, с представляемыми лицами. В уединении юноши и девушки проигрывают роли, которые им недоступны в реальной жизни. Они делают это в играх-грезах и в мечтах, по преимуществу рефлексивных и социальных.

Первая любовь также в определенной мере следствие стремления молодого человека к эмоциональному контакту, душевной близости, к пониманию. Проявления любви в юношеском возрасте обычно принимают форму симпатии, увлечения, влюбленности или же форму дружбы~лю6ви. Во всех своих проявлениях первая любовь - это важное испытание в юности, во многом влияющее на развитие личности юноши.

Юность - напряженный период формирования нравственного сознания, выработки ценностных ориентаций и идеалов, устойчивого мировоззрения, гражданских качеств личности.

Становление личности в юношеском возрасте есть процесс социальный. Развитие личности осуществляется в процессе aктивной деятельности caмoгo юноши (девушки). Деятельность юношей (девушек) вceгдa опосредована отношениями со сверстниками и взрослыми

**Контрольные вопросы:**

1. Профессиональное самоопределение – это процесс или результат? Почему?
2. В чем смысл профориентационной помощи?
3. Приведите конкретные примеры влияния каждого из факторов на профессиональное самоопределение юноши из собственного опыта.
4. Подумайте, по какой причине юноша может затягивать с выбором профессии или, наоборот, сделать свой выбор очень рано? Каким критерием определяется выбор друга детьми, подростками в юности?
5. Могут ли у разных людей быть разные основные факторы выбора профессии?