

Профессиональное самоопределение обучающихся

Занятие – общение с элементами тренинга (с выпускниками техникума)

Мои проблемы» («Лень – река»)

Цель: оказание помощи выпускникам в осознании их сильных и слабых сторон, положительных и негативных качеств, показать студентам приемы и способы решения, преодоления трудностей в будущем.

Ход занятия

1. Упражнение «Мозговой штурм»

Наше занятие – это занятие общения, а общение возможно, только если мы что-то знаем о партнере. Поэтому начнем с того, что напишем имя, как вам хотелось, чтобы к вам обращались на занятии.

Жизнь – борьба, она постоянно создает на пути человека всевозможные препятствия, которые необходимо преодолевать. (Успешное преодоление любых препятствий стимулирует рост и развитие личности)

Сейчас мы постараемся вспомнить те негативные качества, которые могут Вам препятствовать в вашей будущей успешной трудовой деятельности.

(«Мозговой штурм» - негативные качества, препятствующие в вашей будущей трудовой деятельности.)

(Писать на ватмане)

У каждого человека есть это качество, у кого-то оно проявляется в большой степени, у кого-то в меньшей – это Лень.

1. Чтение сказки Д. Соколова «Лень – река»

Мне хотелось бы вам прочитать очень интересную сказку Д. Соколова «Лень – река».

Синь да тень, ночь да день, то ли снег, от ли дождь, коли век обождешь – там узнаешь... Целый день среди стен, думать лень, кушать лень... Лень вставать, лень лежать, лень глаза открывать... Лень – река разлилась... Ах, и раздолье на Лень – реке! Вдаль уплываю на челноке! Ширь така! Глубь така! Хо – ро – ша Лень – река! Ох, хороша!

Я на лодке плыву, весла волочатся. Хочу рыбу поймать большущую, жду, пока сама в лодку заплывет. Ловить то лень! Но, однако, не плывет рыбина. Я размышляю: чего ж она ждет, в лодку не плывет? Думаю: борт высок. Взял топор, в борту дырку прорубил. Вода потекла. Лодка моя ниже, ниже, ну и на дно приплыла. Рыбы кругом – море. Ну не море, река. Только за хвосты и хватай. Ну мне хватать – то лень. Лежу и думаю: как мне рыбу – то наловить? Придумал. «Эй, - говорю – рыбы! Как вам не лень плавать, плавниками да хвостами шевелить?» рыбы забулькали, задумались. «И верно, - говорят, - лень!» перестали они хвостами шевелить, стали на дно опускаться. И в лодку мою их нападало – целая гора. Тут я лежу, ленюсь, а кругом они лежат, ленятся, а иные – некоторые и на мне лениться приспособились: большие на пузе, мелкота в ладошках. «Ого, - думаю, - цельну лодку наловил, пора домой плыть». А как плыть: в лодке дыра, грести неохота? Придумал Лень – реку обмануть. И говорю ей: «Лень – матушка, ласкова касатушка! Приголубила ты меня и приютила, а я ведь – стыдно сказать – не твоего поля ягодка! Парень я работейного складу! По утрам я – раз – зарядку делаю! Потом – бывает, что полчаса – читать учусь и буквы знаю немало десятков! А уж рисовать примусь - изба гори, свое домалюю! Ах, и стыдно мне в таком признаваться, но ведь...»

Не успел и выговорить, как Лень – река испугалась, возмутилась и меня с лодкой ка – ак выплеснула! Не только на берег, а так наподдала, что до родного дома мы в минуту домчались!

Хороша Лень – река, привольна. А и дома хорошо. Рыбы у нас теперь всюду живут: мелкие вроде канареек, а на крупных мы как на лошадях, катаемся.

2. Сообщение темы занятия (с элементами тренинга)

Лень – самый древний порок человечества (одна из проблем) доставляющий много препятствий для достижения поставленной цели. Сегодня на занятии мы с вами постараемся увидеть, вспомнить какие качества нам помогут справиться с ней, с другими проблемами, которые часто идут с нами нога в ногу.

3. Сочинение и проигрывание общей сказки по заданным направлениям.

(участников занятия разделить на 5 групп по геометрическим фигурам; каждая группа получает свое задание)

1. Появляется герой Дело, который призван спасти человечество от коварной колдуньи Лени.
2. На пути героя появляется первое препятствие - Море соблазнов.
3. Герой попадает на болото «Неохота».
4. Коварная Лень препятствует пути героя к цели, выдумывая новые препятствия.
5. На помощь герою приходит Воля, вместе они добиваются поставленной цели.

(на сочинение своего фрагмента (показ каждой группы – 2 – 3 минуты) и его инсценировку участникам отводится 10 – 15 минут. После того как все команды подготовились, они выступают в заданном порядке, разыгрывая свои фрагменты так, чтобы одно выступление плавно перетекало в другое)

Обсуждение результатов работы:

- ◆ Все ли задуманное получилось;
- ◆ Удовлетворяет участников конец сказки;
- ◆ Может, они хотели бы что-то изменить;
- ◆ Что было самым сложным;
- ◆ Какие эмоции возникали в процессе работы.

4. Упражнение «Стул» (преодоление)

Все мы по разному реагируем на трудные жизненные ситуации. Представьте, что этот стул (он стоит в центре круга) – это какая – то трудность, проблема, с которой надо «расправиться» молча, без слов.

Обсуждение

- Почему отставили стул в сторону;
- Перешагнули через него;
- Проползли под стулом;
- Перепрыгнули через стул;
- и т.д.

Что (какие качества), помогло вам преодолеть это препятствие (ведущий записывает названные способы на ватмане).

- Воля
- Ответственность
- Целеустремленность
- Дисциплинированность
- Вера в себя
-

Ведущий:

Получился общий перечень способов преодоления препятствий, который я вам советую взять на вооружение в работе.

Вывод: Если обстоятельства сильнее вас, не делайте из этого трагедию: согнитесь, как трава под снегом, - у вас еще будет возможность распрямиться.

5. Создание рисунка «Дракон»

Все вы читали сказки, легенды о смелом воине убивающем дракона или Змея Горыныча. Помните, как было страшно, когда богатырь отрубал у дракона одну голову, а на ее месте вырастала другая? И казалось, этому не будет конца. Дракон (он же Змей Горыныч) непобедим. Но слетала еще одна голова, и еще. И вдруг оказывалось, что дракон обезглавлен, побежден. Говоря современным языком, количество запасных голов было ограничено.

У каждого из нас есть свой дракон. Он появляется как маленький, почти безобидный Дракоша, но, если его вовремя не уничтожить, он может вырасти и стать опасным для самого человека и всех его близких. Почти каждый из нас в один прекрасный момент решает убить своего дракона. Но у того на месте отрубленной головы вырастает другая, потом третья. И мы часто отступаем. Не боремся с драконом, а приручаем его или стараемся «поселить» его как-нибудь так, чтобы его никто не заметил. И тогда остается только удивляться: почему из скромного, тихого вдруг вырываются клубы пламени и время от времени вдруг слышится рык дикого зверя, а иногда даже вдруг качается земля. Самое обидное, что, занятые своим драконом, мы не можем и не успеваем сделать больше ничего.

Поэтому лучше всего воевать с драконом, пока он еще мал и пока у вас еще достаточно сил. Самое главное – помнить, что количество голов у дракона отнюдь не беспредельно и его можно победить.

Уважаемые студенты! У нас не урок рисования, поэтому образно нарисуйте своего «дракона» (количество его голов неограниченно) на воздушном шаре. А теперь мы постараемся уничтожить нашего «Дракона», лопнув свой шар. (Установка: лопнув шар – мы справились с обозначенными проблемами)

Одни люди играючи решают самые сложные проблемы, стойко переносят удары судьбы. Других может «положить на лопатки» и незначительная мелочь. К какому типу относитесь вы? Вы узнаете, дома ответив на вопросы теста «Умеете ли Вы держать удар».

(раздать тест)

Тест «Умеете ли вы держать удар?»

1. *Рассказываете ли Вы о своих проблемах, неприятностях:*
 - а) нет, это бы мне не помогло – 3 балла;
 - б) конечно, если есть подходящий собеседник – 1 балл;
 - в) не всегда, иной раз мне и самому тяжело думать о них – 2 балла.
2. *Насколько сильно Вы переживаете страдания:*
 - а) всегда очень тяжело – 4 балла;
 - б) это зависит от обстоятельств – 0 баллов;
 - в) стараюсь терпеть, не сомневаясь, что любой неприятности рано или поздно приходит конец – 2 балла.
3. *Если Вы употребляете спиртное, то для того, чтобы (если не употребляете, то переходите к следующему вопросу):*
 - а) «утопить» в нем свои проблемы – 5 баллов;
 - б) хоть как-то рассеять все свои «головные боли» - 3 балла;
 - в) просто это нравится – 1 балл.
4. *Что Вы делаете, если что-то Вас глубоко ранит:*
 - а) разрешаю себе радость, которую долго не мог себе позволить – 0 баллов;
 - б) иду к хорошим друзьям – 2 балла;
 - в) сижу дома и жалею самого себя – 4 балла.
5. *Когда близкий человек Вас обижает:*
 - а) «прячусь в свою раковину» - 3 балла;
 - б) требую объяснений – 0 баллов;
 - в) рассказываю об этом каждому, кто только готов слушать – 2 балла.
6. *В минуты счастья:*
 - а) не думаю о перенесенном несчастье – 1 балл;

- б) боюсь, что эта минута слишком быстро пройдет – 3 балла;
в) не забываю о том, что в жизни есть и много неприятностей – 5 баллов.
7. *Что Вы думаете о психиатрах:*
а) я бы не хотел стать их пациентом – 4 балла.
б) многим людям могли бы помочь – 2 балла;
в) человек и сам во многом может помочь себе – 3 балла.
8. *По вашему мнению, судьба:*
а) преследует меня – 5 баллов;
б) несправедлива ко мне – 2 балла;
в) благосклонна ко мне – 1 балл.
9. *О чем Вы думаете после ссоры с любимым человеком, когда Ваш гнев проходит:*
а) о том приятном, что у нас было в прошлом – 1 балл;
б) мечтаю о тайном мщении – 2 балла;
в) думаю о том, сколько я от нее (него) уже вытерпел (а) – 3 балла.
- Подсчитайте баллы, которые Вы набрали.

От 7 до 15 баллов. Вы легко миритесь со своими неприятностями, даже бедами, поскольку умеете верно, их оценить. Крайне важно и то, что вы не слишком любите жалеть себя (слабость, которую питают многие). Ваше душевное равновесие достойно восхищения!

От 16 до 26 баллов. Бывает, что вы подчас проклинаете судьбу. И все же у вас есть прекрасная отдушина: возможность «выплеснуть» свои проблемы на других. После этого вам сразу становится легче. При этом вам, конечно, важно, чтобы вас внимательно слушали и сопереживали вашим проблемам, неприятностям. Вам необходимо задуматься: не стоит ли больше владеть собой, а не пользоваться постоянно лишь таким способом решения проблем?

От 27 до 36 баллов. Вы еще не научились правильно «расправляться» со своими бедами. Быть может, поэтому они вас так и терзают. Вы предпочитаете закрыться в себе, жалеть себя. Но может быть, стоит использовать и иной способ? Мобилизуйте свою энергию! В вас достаточно доброго, хорошего начала, которое поможет вам с успехом решить все ваши проблемы и неприятные ситуации.

6. Подведение итогов занятия.

Кратко, пожалуйста, выскажите свои ощущения, которые вы получили на данном занятии, выскажите свое мнение по эффективности использования методов и приемов в работе.

«Возьмите свою левую руку и мысленно положите на нее свой собственный вклад в нашу сегодняшнюю работу. Возьмите правую руку и положите на нее все то, что вы сегодня получили. А, теперь, мы поаплодируем, сказав при этом друг другу «Спасибо».

Педагог – психолог: Аникина С.В.

Психологическая беседа для выпускников техникума

«Этапы планирования профессиональной карьеры»



*Есть люди, которые делают карьеру. И ничего больше.
Вольфганг Эйшер*

*Наибольших успехов мы достигнем в том, к чему
будем иметь наилучшие способности.*

Цель: содействие профессиональному самоопределению студентов.

Задачи:

- 1) дать определение понятиям «профессиональная карьера», «профессионально-важные качества», «профессиональная пригодность»;
- 2) познакомить студентов с основными условиями, при которых возникает призвание;
- 3) познакомить студентов с факторами, влияющими на профессиональную карьеру;
- 4) определить профессиональные склонности с помощью методики Дж.Голланда;
- 5) дать классификацию типов личности Дж.Голланда;
- 6) познакомить с условиями правильного выбора карьеры.

Оборудование: методика Голланда и бланки ответов к методике.

Время проведения: 1 час.

Ход занятия:

Мир профессий многообразен. И здесь каждый должен быть сам себе разведчиком. Специалисты утверждают, что сейчас в мире существует более 40 тысяч профессий и специальностей.

Молодежь обычно видит себя представителями конкретных профессий, которые помогут осуществить профессиональный и социальный рост, просто хорошими специалистами, уважаемыми людьми. Как сделать, чтобы эти светлые ожидания в сфере профессионального самоопределения не обернулись горькими разочарованиями? Решение этого вопроса во многом определяется степенью информированности не только о выбираемой профессии, но и об этапах планирования своей профессиональной карьеры.

Данная беседа позволит вам познакомиться с понятиями «профессиональная карьера», «профессионально-важные качества (ПВК)», «профессиональная пригодность», «призвание», с основными условиями, при которых возникает призвание, с факторами, влияющими на профессиональную карьеру.

Планирование карьеры - процесс очень индивидуальный и, безусловно, ответственный. **Профессиональная карьера** – это активное достижение человеком успехов в профессиональной деятельности. Профессиональная карьера тесно связана с призванием, мастерством. Кроме того, в содержание профессиональной карьеры включается более высокая оплата труда, улучшение бытовых и жилищных условий, продвижение по служебной лестнице, занятие определенных постов и должностей, личная удовлетворенность профессиональной деятельностью.

Различают **вертикальную** и **горизонтальную** карьеру. Вертикальная – это должностной рост, продвижение по служебной лестнице, горизонтальная – рост профессионального мастерства. Следует помнить, что если есть мастерство, то должность приложится. Для карьеры важно бывает не только добиться определенной должности, но и удержать ее.

Первое, что нужно сделать человеку, задумывающемуся о карьере, это ответить на вопрос: «Знаете ли Вы, какой карьеры Вам хочется?». Попробуйте взять лист бумаги и записать на нем, какое положение в обществе Вы хотели бы занять через десять лет. Если

такая запись получится, то можете считать себя определившимся с выбором карьеры. И вам нужно решать практические задачи по достижению цели.

Если же вы не сумеете четко сформулировать видение самого себя через 10 лет, то вам следует решать задачу выбора карьеры. А для этого нужно, прежде всего, **правильно выбрать профессию**. Выбор профессии основывается на учете ряда *факторов*:

- во-первых, нужно правильно определить свои профессиональные интересы и склонности, помочь в этом могут профориентационные тесты;
- во-вторых, следует правильно оценить свои реальные способности, чтобы не ставить завышенных или заниженных целей карьеры;
- в-третьих, нужно учесть конъюнктуру рынка труда и ее ожидаемые изменения;
- в-четвертых, нужно исходить из реальных возможностей получения образования.

Вернемся к первому условию – определение своих профессиональных интересов и склонностей, и обратимся к теории американского психолога Джона Голланда. Дж. Голланд считает, что успешность человека в том или ином виде карьеры зависит не только от личностных характеристик, но и от совместимости отдельных типов личности с определенными типами профессиональной среды. Каждый тип профессий привлекает к себе людей, личность которых обладает общими взглядами, наклонностями и т.д. Давайте определим свой тип (*провести тест Дж. Голланда, см. Приложение*).

Голланд выделяет шесть основных типов личности и профессиональной среды:

Реалистический тип - мужской, несоциальный, эмоционально стабильный, ориентированный на настоящее. Предпочитаемые виды деятельности:

- механические виды деятельности, управление большими машинами, тяжелым оборудованием, использование инструментов, требующих точности, ловкости, координации;
- строительство, военные виды деятельности, конструкторские работы;
- любая деятельность, которая дает осязаемый результат, предпочитают действие мышлению, конкретные задачи трудным и абстрактным проблемам.

Рекомендуемые профессии: плотник, картограф, фермер, инженер, лесничий, пилот, милиционер, ветеринар, водитель, сварщик.

Интеллектуальный тип: ориентирован на умственный труд. Он несоциален, аналитичен, рационален. Предпочитаемые виды деятельности:

- сбор информации, ее систематизация, анализ;
- выполнение сложных или абстрактных заданий;
- решение проблем через размышления, анализ гипотез и теорий;
- независимая, самостоятельная работа с опорой на самого себя;
- выполнение научной или лабораторной работы;
- предпочтение размышления действиям.

Интеллектуал предпочитает научные профессии: астроном, ботаник, физик, математик и др.

Социальный тип: ориентирован на тесный контакт с окружающей средой, стремится воспитывать, поучать. Он активен, проблемы решает, опираясь, главным образом на эмоции, чувства, умение общаться.

Предпочитаемые виды деятельности:

- ориентация на работу в группе с людьми, а не с предметами;
- обучение, объяснение, разъяснение;
- оказание помощи, консультирование;

- ✦ организация групповых мероприятий, ведение дискуссий.

К этому типу относятся профессии: учитель, воспитатель, работник сферы здравоохранения, социальный работник, психолог.

Конвенциональный тип: отдает предпочтение четко структурированной деятельности. Предпочитаемые виды деятельности:

- ✦ работа, которая требует внимания к деталям и аккуратности;
- ✦ управление офисным оборудованием;
- ✦ ведение карточек, хранение и систематизация записей, данных, финансовых книг;
- ✦ написание финансовых отчетов, подготовка схем, таблиц, диаграмм.

К этому типу относятся профессии, связанные с канцелярией и расчетами – машинопись, бухгалтерия, экономика.

Предпринимательский тип: энергичный, импульсивный, предпочитающий исконно «мужские», руководящие роли. Предпочитаемые виды деятельности:

- ✦ финансовый и межличностный риск, участие в соревновательной деятельности;
- ✦ продажа, покупка, коммерция;
- ✦ руководство организациями, компаниями, управление людьми и проектами.

Профессии: заведующий, директор, телерепортер, журналист, товаровед, менеджер страховой агент, биржевой брокер, адвокат, коммерсант.

Артистический тип: в общении с окружающими опирается на свои ощущения, эмоции, интуицию, воображение. Ему присущ сложный взгляд на жизнь, гибкость, независимость решений. Это женственный, несоциальный, оригинальный тип. Предпочитаемые виды деятельности:

- ✦ художественное творчество (живопись.Скульптура, фотография, создание украшений, дизайн, композиция, литературное творчество и т.п.);
- ✦ игра на музыкальных инструментах;
- ✦ исполнительская актерская деятельность.

Профессии – артист, архитектор, скульптор, дирижер, фотограф, учитель музыки, директор музея.

Каждый человек обладает личностными свойствами, характерными для всех шести описанных типов. Однако преобладают черты всего лишь одного или нескольких типов.

Второе условие правильного выбора карьеры - это правильная оценка своих реальных способностей. **Способности** - это не знания, умения и навыки, а некоторая возможность освоения этих знаний умений и навыков. Станет ли эта возможность действительностью, т.е. освоите ли вы эти знания, навыки, умения, зависит от очень многих условий, без которых даже имеющиеся способности могут заглухнуть, так и не развившись. Для примера можно привести историю жизни величайшего гения человечества - Альберта Эйнштейна. В школе он был очень посредственным учеником и учителя считали его непригодным к обучению.

Способности никогда не проявляются сами по себе. Как тогда можно говорить о том, что у Вас есть способности? Проявляются способности именно в процессе деятельности. Способности проявляются в том, с какой быстротой и легкостью человек овладевает определенными умениями, навыками, знаниями. Если у человека нет способностей к какой-то деятельности, то вполне возможно, что данному человеку потребуется больше времени и сил на усвоение знаний, умений, навыков. Способности -

это не врожденная особенность человека, хотя и имеет под собой биологическую основу. Способности - это больше социальное явление, т.к. развиваются лишь в определенных социальных условиях. Если человек перестает на практике пользоваться своими способностями, то они со временем теряются.

В техникуме предоставляется огромная возможность определить, какие у Вас есть способности и развить их. Вы имеете дело с основами различных наук, общественной жизнью техникума, культурной жизнью города, и т.д.. Определить ваши способности поможет участие в разных мероприятиях и клубах, посещение выставок, театров, музеев, общение с друзьями, сверстниками и взрослыми, чтение разной литературы и многое другое.

Какие же способности бывают?

Общие способности - те способности, которые определяют успех в той или иной деятельности. Это способности: точность, тонкость ручных движений, развитая память, совершенная речь, уровень интеллекта.

Специальные способности - это способности, которые требуются в специфических видах деятельности. Для развития этих способностей нужны особого рода задатки. Это музыкальные, математические, лингвистические, технические, литературные, художественно-творческие, спортивные и др.

Какие же способности нужны для избранной сферы деятельности? Чтобы определить это, стоит обратиться к книгам, посвященным данной профессии, к воспоминаниям или жизнеописаниям людей, отличившихся в этой области; стоит поговорить с людьми, работающими в этой сфере; обратиться за помощью к психологам учебных заведений и профконсультантам Службы занятости».

Каждый из нас наделен какими-то способностями и по тому, насколько они соответствуют требованиям, предъявляемым конкретной профессией к человеку, можно судить о его **профессиональной пригодности**, т.е. соответствия человека профессии. Соответствие человека профессии - это степень, при которой отсутствуют противопоказания к работе, и есть ряд качеств, которые явно указывают на возможность выбора профессии или группы профессий.

Существует еще одна степень соответствия человека к профессии, когда говорят «мастер, специалист от Бога» или призвание. **Призвание** - это высший уровень профпригодности, при котором есть явные признаки соответствия человека требованиям профессии. Благодаря этим признакам человек выделяется среди остальных.

Требования профессии к человеку называются **профессионально-важными качествами** - ПВК. Если быть точным, то те способности, которые у вас имеются и являются вашими профессионально важными качествами для какой-то профессии, и вы уже являетесь пригодным к этой профессии. Вот почему важно знать о своих способностях, суметь их распознать. Определить их можно самостоятельно, но более квалифицированно это сделает профконсультант.

Существуют разные виды непригодности профессии к человеку:

- техническая (например – космонавт: работа проходит в необычных сложных условиях, требует физической силы и выносливости; поэтому не каждому человеку она подходит);
- предметная непригодность, когда предмет труда в выбранной вами профессии вас не интересует (если вы хотели стать актером, а работаете зоотехником, например);
- социально-организационная непригодность (например: вам не подходит та обстановка, в которой вам предстоит работать).

О непригодности человека к труду можно говорить, если у него имеются отклонения в состоянии здоровья, которые будут усугубляться в процессе этой деятельности или мешать ее осуществлению.

Иногда, непригодность человека может искусственно создаваться самими людьми (неспециально, конечно). Для примера можно привести профессию водителя. Дальтоникам не выдают права, но если бы на наших светофорах вместо известных цветов загорались три, две и одна точки, то все, кто не различает цвета, могли бы безопасно водить машину и иметь права.

Следующий важный фактор при выборе профессии - это **учет возможных изменений ситуации на рынке труда.**

Сделать достоверный и детальный прогноз изменений ситуации на рынке труда очень сложно. Но, если исходить из того, что рыночные отношения будут развиваться, можно сделать ряд предположений:

➤ Рыночной экономике нужна мощная банковско-финансовая инфраструктура. Потому можно ожидать постоянную потребность в *высококвалифицированных* специалистах банковского дела, финансов, страхования, фондового рынка. В то же время уже сейчас наметилась тенденция к перенасыщению рынка труда специалистами данного профиля.

➤ Дальнейшая интеграция России в мировой рынок будет поддерживать потребность в специалистах по внешнеэкономической деятельности. Кроме того, будут расширяться возможности для работы наших специалистов за рубежом.

➤ Российская экономика будет сопровождаться развитием сферы услуг, предназначенных для удовлетворения их потребностей (медицинские услуги, образование, туризм и др.)

➤ Уже сейчас имеется некоторое количество успешно работающих перспективных предприятий, особенно в области добычи топлива и сырья, а также производства относительно простых продуктов на их основе. Работники этих предприятий окажутся в более выгодном положении.

Сегодня мы ознакомились с понятиями «профессиональная карьера», «профессионально-важные качества», «профессиональная пригодность»; определили для себя профессиональный тип личности по методике Дж.Голланда; ознакомились с условиями и факторами правильного выбора карьеры.

С учетом основных факторов выбора можно наметить план осуществления карьеры. Успешная карьера сама по себе, конечно же, не сделает человека счастливым. Но еще меньше шансов чувствовать себя счастливым у неудачника. Поэтому успех всегда желателен. Успехов!

Методика Голланда (сокращённый вариант)

Инструкция: Вам предлагаются пары профессий. Обратите внимание, что рядом с каждой профессией стоит цифра. Она обозначает тот или иной профессиональный тип. Чтобы определить Ваш тип, Вам необходимо из *каждой пары* профессий выбрать ту, которой Вы отдаете большее предпочтение. Теперь в лист ответов поставьте один балл в ту клеточку, номер которой стоит рядом с выбранной профессией. Например, если из первой пары «портной»-«конструктор» Вам больше нравится конструктор, то в листе ответов в клеточке с номером 2 Вы ставите один балл.

- Портной (1) — Конструктор (2)
- Вязальщик (1) — Воспитатель (3)
- Повар (1) — Диспетчер (4)
- Фермер (1) — Зав. магазином (5)
- Столяр (1) — Дизайнер (6)
- Философ (2) — Юрист (3)
- Химик (2) — Бухгалтер (4)
- Работник архива (2) — Адвокат (5)
- Лингвист (2) — Переводчик художественной литературы (6)
- Социолог (2) — Статистик (4)
- Продавец (3) — Коммерсант (5)
- Тренер (3) — Искусствовед (6)
- Нотариус (4) — Снабженец (5)
- Кассир (4) — Косметолог (6)
- Политический деятель (5) — Метеоролог (2)
- Водитель (1) — Медицинская сестра (3)
- Парикмахер (1) — Художник-модельер (6)
- Биолог (2) — Библиотекарь (3)
- Журналист (5) — Режиссёр (6)
- Математик (2) — Архитектор (6)
- Физиолог (2) — Оператор ЭВМ (4)
- Учёный (2) — Главный инженер (5)
- Работник детской комнаты милиции (3) — Контролёр-кассир (4)
- Экскурсовод (3) — Художник-оформитель (6)
- Экономист (4) — Товаровед (5)
- Корректор (4) — Критик (6)
- Милиционер (5) — Фотограф (6)
- Поэт (6) — Психолог (3)
- Строитель (1) — Программист (2)
- Электромонтёр (1) — Оператор почтовой связи (4)
- Овощевод-цветовод (1) — Прораб (5)
- Пекарь (1) — Музыкант (6)
- Археолог (2) — Лаборант (4)
- Астроном (2) — Консультант (3)
- Историк (2) — Актёр (6)
- Логопед (3) — Стенографистка (4)
- Врач (3) — Дипломат (5)
- Секретарь-машинистка (4) — Менеджер (5)
- Телемеханик (1) — Писатель (6)
- Электрик (1) — Ревизор (5)
- Автомеханик (1) — Бортпроводник (3)
- Учитель (3) — Редактор журнала (5)

Обработка результатов

Подсчитывается количество предпочитаемых профессий по каждой группе: 1 (реалистический тип), 2 (исследовательский тип), 3 (социальный тип), 4 (конвенциональный тип), 5 (предприимчивый), 6 (артистический).

Интерпретация результатов

1. Если испытуемый набрал максимальное число баллов по профессиям первой группы, то его можно отнести к *реалистическому профессиональному типу*.

2. Если испытуемый набрал максимальное число баллов по профессиям второй группы, то его можно отнести к *исследовательскому профессиональному типу*.

3. Если испытуемый набрал максимальное число баллов по профессиям третьей группы, то его можно отнести к *социальному профессиональному типу*.

4. Если испытуемый набрал максимальное число баллов по профессиям четвертой группы, то его можно отнести к *конвенциональному профессиональному типу*.

5. Если испытуемый набрал максимальное число баллов по профессиям пятой группы, то его можно отнести к *предприимчивому профессиональному типу*.

6. Если испытуемый набрал максимальное число баллов по профессиям шестой группы, то его можно отнести к *артистическому профессиональному типу*.

Бланк ответов:

1	2	3
4	5	6