|  |
| --- |
| **Психологичечкий тренинг «Я и моя профессия»** **Обучающиеся центра «Интеллект»** В последнее время на российском рынке труда складывается парадоксальная ситуация: с одной стороны, в промышленности остро не хватает рабочих кадров, а с другой стороны, по данным Минздравсоцразвития, 16% молодых специалистов с высшим образованием являются безработными. Специалисты утверждают, что это результат неправильного профессионального выбора молодых людей. Наша задача - помочь Вам найти востребованную специальность. **1. Групповая работа по теме «Самые нужные профессии»****Психолог**: Ребята, как вы думаете, что будет, если все молокозаводы мира вдруг утроят выпуск продукции и все магазины будут забиты молоком, сметаной, йогуртами и т. п.? *(Эти продукты будет очень трудно продать, они начнут портиться, пропадут, а значит, пропадет чей-то труд, деньги, прибыль...)*Так же и на рынке труда. Если каких-то специалистов выпускают больше, чем нужно, они не могут найти работу, наступает безработица. Профессия, специальность, квалификация - это то, что продает человек на рынке труда. Время от времени одни профессии и специальности становятся очень нужными, востребованными, престижными, другие теряют свои позиции, а третьи вообще уходят в прошлое. Предлагаю вам составить списки таких профессий. Для этого разделимся на группы.Первая группа будет составлять список «Самые модные профессии».Вторая группа - «Самые забытые профессии».Третья группа - «Профессии, которые всегда нужны».Четвертая группа - «Самые отважные профессии».*(Включается музыка, дети обсуждают, составляют списки.)* Послушаем, что у вас получилось.***Примерные списки профессий:******Самые модные:*** юрист, экономист, менеджер, топ-модель, телеведущий, веб-дизайнер, журналист, программист, автослесарь, нефтяник, пластический хирург, президент, спикер, эколог и т. п.***Самые забытые:*** конюх, камердинер, ключник, шорник, трубочист, бондарь, ямщик и т. п.***Профессии, которые всегда нужны:*** врач, учитель, дворник, строитель, шофер (водитель), парикмахер, милиционер, пекарь, земледелец, животновод, повар, бухгалтер, слесарь-водопроводчик и т. п.***Самые отважные:*** пожарный, каскадер, моряк-подводник, летчик-испытатель, космонавт, горноспасатель, автогонщик, сапер, шахтер, военный и т. п.Конечно, здесь мы перечислили не все профессии. Их в мире, как я уже говорила, около 50 тыс. Но, выбирая себе специальность, мы ориентируемся не на весь мир, а на то общество, которое нас окружает, на страну, в которой живем. |
| **Формула успешного выбора профессии** Выбор профессии «стоит на трех китах»: «ХОЧУ», «МОГУ», «НАДО».                                       http://pandas.gaginschool.edusite.ru/images/formulakopiya.jpg«ХОЧУ» – личные цели, интересы, потребности.«МОГУ» – учет своих возможностей, способностей, состояния здоровья.«НАДО» – потребности рынка труда, востребованность профессии.      Человек будет удовлетворен только в том случае, если ему удастся соединить все эти стороны в стройную геометрическую конструкцию. Причем, желательно, чтобы стороны были действительно равны друг другу.     Попробуйте немного заняться жизненной геометрией и нарисуйте собственный подобный треугольник. Если стороны получаются слишком неравнозначными, значит, вас явно занесло не туда. Чтобы скорректировать ваш профессиональный выбор, можно использовать такие способы диагностики, как различные тесты, анкеты, опросники. Они позволят определить, к ка­кому типу личности вы относитесь, какие качества являются решающими для той или иной области деятельности. Существует идентичная формула выбора профессии, предложенная А. Грецовым: формула «три В» - Возможность, Влечение, Востребованность.         Возможность (могу)— наличие способностей именно к данной работе, соответствие особенностей личности специфике выбранной профессии, отсутствие медицинских или психологических противопоказаний к ней.        Влечение (хочу) — желание выполнять конкретную работу, интерес к ней, увлеченность, направленность именно на эту деятельность.        Востребованность (надо) — потребность общества в работниках этого профиля. Определяется спросом на рынке труда и готовностью работодателей платить им достойную заработную плату.Когда три В совпадают, человек доволен делом, которым занимается, своим местом работы, должностью, достижениями, видит перспективы для профессионального роста, зарабатывает на достойную жизнь. Увлеченность трудом и возможность раскрыть в нем свои способности ведут к тому, что труд оказывается результативным и достигается высокий уровень профессионализма. Как следствие, окружающие тоже довольны таким человеком и его делами, он пользуется заслуженным уважением. Получается заколдованный круг: если человек охотно выполняет востребованную в обществе работу, он достигает хороших результатов, обретает материальный достаток и признание окружающих, и, как следствие, его увлеченность трудом еще более возрастает.**Успешно выбранная профессия — та, которая соответствует возможностям человека, которой он увлечен, и которая востребована в обществе.** Семь шагов выбора профессии  1.  СОСТАВИТЬ СПИСОК ПОДХОДЯЩИХ ПРОФЕССИЙ.Составьте список профессий, которые вам нравятся, интересны, по которым вы хотели бы работать, которые вам подходят. 2.  СОСТАВИТЬ ПЕРЕЧЕНЬ ТРЕБОВАНИЙ К ВЫБИРАЕМОЙ ПРОФЕССИИ. Составьте список своих требований:         выбираемая профессия и будущий род занятий;         выбираемая профессия и жизненные ценности;         выбираемая профессия и жизненные цели;         выбираемая профессия и мои сегодняшние «горячие» проблемы;         выбираемая профессия и реальное трудоустройство по специальности;         желательный уровень профессиональной подготовки;         выбираемая профессия и мои склонности и способности;         желательные содержание, характер и условия работы. 3.  ОПРЕДЕЛИТЬ ЗНАЧИМОСТЬ КАЖДОГО ТРЕБОВАНИЯ. Определите, насколько все перечисленные требования значимы. Может быть, есть менее важные требования, которые, по большому счету, можно и не учитывать. 4.  ОЦЕНИТЬ СВОЕ СООТВЕТСТВИЕ ТРЕБОВАНИЯМ КАЖДОЙ ИЗ ПОДХОДЯЩИХ ПРОФЕССИЙ. Кроме тех требований, которые есть у вас к профессии, существуют и требования самой профессии. Проанализируйте, развиты ли у вас профессиональные качества, отвечают ли ваши интеллектуальные способности, психологические особенности, состояние здоровья требованиям профессии. 5.  ПОДСЧИТАТЬ И ПРОАНАЛИЗИРОВАТЬ РЕЗУЛЬТАТЫ.  Проанализируйте, какая профессия из всего списка больше других подходит вам по всем пунктам. 6.  ПРОВЕРИТЬ РЕЗУЛЬТАТЫ. Чтобы убедиться в правильности ваших размышлений, обсудите свое решение с друзьями, родителями, учителями, психологом, профконсультантом. 7.  ОПРЕДЕЛИТЬ ОСНОВНЫЕ ПРАКТИЧЕСКИЕ ШАГИ К УСПЕХУ. Итак, вы приняли решение, и теперь нужно определить: в каком учебном заведении вы сможете получить профессиональное образование, как развивать в себе профессионально важные качества, как можно получить практический опыт работы по данной специальности, как повысить свою конкурентоспособность на рынке труда. |
|

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

 |

**Мини-лекция «Формула профессии»**

Психолог: Скажите, пожалуйста, что получится, если длину нашей классной комнаты умножить на ширину *(пишет на доске: а х Ь-S)? (Площадь классной комнаты.)*

А что получится, если сложить три слова, которые вынесены в тему сегодняшнего классного часа: «хочу», «могу» и «надо»?

*(Воспитатель мелом перечеркивает тире между словами в названии темы классного часа, получаются плюсы. Дети высказывают предположения.)*

Я открою вам секрет: получится правильный выбор профессии.

Специалисты по профориентации установили, что правильным может быть только осознанный выбор профессии.

*(Психолог дописывает на доске после трех слов называние тренинга: « = осознанный выбор профессии».)*

Как объяснить эту формулу? В ней всего три величины:

1. **хочу** - это все, что мне нравится, к чему лежит душа;
2. **могу** - это все, что мне по силам, по способностям;
3. **надо** - это все, что нужно для общества, страны.

Вместе получается формула осознанного выбора профессии. Осознанный выбор - это такой выбор, при котором человек учитывает и личные устремления (хочу), и свои возможности (могу), и потребности общества в это профессии именно в данный момент (надо).

**Демонстрация осознанного выбора профессии**

**«Это мой выбор!»**

**Воспитатель**: Как же работает формула осознанного выбора профессии?

Сейчас вы увидите это в исполнении*{Большакова Т.Тихонова Т.Аполлонова С.)*

*(К доске выходят ученики, читают или произносят тексты.)*

Участник 1. Хочу быть модельером, парикмахером, швеей. Могу быть парикмахером, швеей. Сейчас везде требуются швеи - стану швеей.

Участник 2. Хочу быть каскадером, космонавтом, водителем, летчиком, горноспасателем. Могу стать водителем, трактористом, горноспасателем. Водители требуются сейчас везде, мой отец - водитель. Может быть, и я стану водителем.

Участник 3. Хочу стать артисткой, телеведущей, репортером. Могу стать продавцом, рекламным агентом. Буду заниматься, работать над собой и обязательно своего добьюсь - стану репортером.

**Психолог**: Кто из вас тоже хочет продемонстрировать, как работает формула осознанного выбора профессии?

Соотношение между «хочу» и «могу» - в ваших руках. Если у человека есть мечта и он твердо идет к своей цели, он обязательно ее достигнет. Но для этого нужно разобраться в себе, узнать свои сильные и слабые стороны, свои способности и недостатки.

**7.Тестирование**

**Психолог**: Может быть, немного разобраться в себе вам поможет шуточный тест с геометрическими фигурами. Используя три геометрические фигуры - треугольник, круг, квадрат, нарисуйте человечка, состоящего из 10 элементов. Должны быть использованы все три вида фигур. Качество рисунка не имеет значения. Если нарисованы лишние элементы - их надо зачеркнуть, если их не хватает - дорисовать недостающие.

*(Дети рисуют фигурки.)*

Теперь подсчитайте количество треугольников.

*(Дети выполняют задание.)*

А теперь слушайте ключ к тесту*(читает).*

***Первый тип:*** 6-8 треугольников - тип руководителя, хорошие преподаватели. Ярко выражено стремление к лидерству, хорошо разбираются в людях, работают с информацией.

***Второй тип:*** 5 треугольников. Ответственный исполнитель, хорошие организаторские способности. Профессионал, до мелочей продумывающий свою деятельность.

***Третий тип:*** 4 треугольника. Разнообразие интересов и талантов. Склонность к индивидуальной работе.

***Четвертый тип:*** 3 треугольника. Тип ученого. Рационален, объективен, легко переключается с одного вида деятельности на другой.

***Пятый тип:*** 2 треугольника. Интерес к искусству и человеку. Тонко чувствует все новое и необычное.

***Шестой тип:*** 1 треугольник. Изобретатель, конструктор, художник. Обладает богатым воображением.

Конечно, этот тест не отражает все многообразие ваших талантов. Но, может быть, он поможет вам задуматься о себе, о своих возможностях и способностях и начать развивать эти способности. В конечном итоге это поможет вам в выборе жизненного пути.

**8. Заключительное слово**

**Психолог**: Выбор профессии - это очень важное событие в жизни каждого человека. Но какую бы профессию вы, ни выбрали, вам всегда пригодятся знания, полученные в школе. Поэтому постарайтесь уже сейчас определить область ваших интересов, больше читайте, набирайтесь опыта и знаний. Для этого нужно пробовать себя в самых разных областях. Как хорошо заметил один мудрец: «Чтобы не ошибаться, нужно иметь опыт. Чтобы иметь опыт, нужно ошибаться».

**9.Подведение итогов (рефлексия)**

**Психолог**: Какие чувства остались после тренинга? Какие открытия вы для себя сделали?