

**Муниципальное бюджетное учреждение
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи г. Владивостока»**

Я В МИРЕ ПРОФЕССИЙ

тренинг для подростков

Владивосток

Выбор профессии — наиболее важное решение, которое необходимо принять в подростковом возрасте. К сожалению, многие подростки недостаточно знают о конкретных особенностях каждого вида деятельности и не всегда учитывают свои профессиональные интересы и склонности, выбирая профессию. Данная программа позволит подросткам в доброжелательной и непринужденной обстановке рассмотреть проблемы профессионального самоопределения. Во время тренинга молодые люди смогут:

- изучить свои личностные особенности, интересы и склонности;
- получить подробную информацию об учебных заведениях и различных профессиях;
- получить информацию о правилах выбора профессии;
- определиться в выборе будущей профессиональной деятельности.

Цели и задачи программы. Формирование ответственного отношения к выбору профессионального пути через расширение границ самопознания и получение информации о мире профессий.

Структура тренинга. Программа рассчитана на учащихся 9–11-х классов. Состоит из 14 занятий, которые могут проводиться 1–2 раза в неделю. Занятия включают в себя профориентационные игры и упражнения, теоретические блоки, сюжетно-ролевые игры, беседы, диагностические методики.

Продолжительность занятий. Примерно 35–60 минут в зависимости от сложности предлагаемых упражнений и других конкретных обстоятельств работы.

Условия проведения. Оптимальное количество детей в группе — 10–15 человек. Рекомендуется проводить тренинг, рассаживая участников в круг.

В результате усвоения курса “Я в мире профессий” учащиеся должны:

- осознать свои личные особенности, интересы и склонности;
- получить и уметь использовать информацию об учебных заведениях и различных профессиях;
- научиться пользоваться правилами выбора профессии;
- определиться в выборе будущей профессиональной деятельности и при необходимости уметь корректировать свой выбор в зависимости от рынка труда;

- обрести уверенность в себе и уметь предоставлять свои возможности потенциальному работодателю.

Необходимым элементом каждого занятия является получение от участников «обратной связи».

Тематический план

Занятие 1 Знакомство

Занятие 2 «Мои личные и профессиональные планы»

Занятие 3 «Ценностные ориентации»

Занятие 4 «Самооценка и уровень притязаний»

Занятие 5 «Интересы и склонности в выборе профессии»

Занятие 6 «Классификация профессий по типам»

Занятие 7 «Соотнесение профессии со школьными предметами»

Занятие 8 «Факторы, влияющие на выбор профессии»

Занятие 9 «Профессия — необходимое качество»

Занятие 10 «Закодируй профессию»

Занятие 11 «Профессиограмма»

Занятие 12 «Учебные заведения»

Занятие 13 «Устраиваемся на работу»

Занятие 14 «Я в мире профессий»

ЛИТЕРАТУРА

1. *Матвеева Л., Выбойщик И., Мякушкин Д.* Практическая психология для родителей, или Что я могу узнать о своем ребенке. — М.: АСТ-ПРЕСС, Южно-Уральское книжное издательство, 1999.
2. *Климов Е.А.* Введение в психологию труда. — М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1998.
3. *Пряжников Н.С.* Игровые профориентационные упражнения. Методическое пособие. — М.: Издательство «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997.
4. *Пряжников Н.С.* Ценностно-нравственные активизирующие опросники профессионального и личностного самоопределения. Методическое пособие 3. — М.: Издательство «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЕК», 1997.
5. *Резапкина Г.* Я и моя профессия. Факультативный курс для учащихся 9-х классов.//Школьный психолог, № 14, 1999.
6. *Шевандрин Н.И.* Психодиагностика, коррекция и развитие личности. — М.: ВЛАДОС, 1998