**ДОКЛАД**

**«Подростковый возраст или как не потерять ребенку интереса к занятиям»**

Потерявший интерес ко всему ребёнок: хобби, чтению, а уж тем более, к занятиям, — кошмар не только любого родителя, но и самого педагога. Причиной может быть что угодно, однако узнать о ней бывает крайне трудно.

В такой ситуации психологи советуют родителям выстроить собственную систему мотивации в виде поощрений за хорошие отметки, а учителям обратить внимание ребёнка на олимпиады, конкурсы, фестивали.

Но не в каждом возрастном периоде так легко вернуть интерес ребенка к занятиям.

**Подростко́вый во́зраст** — характеризует период в развитии [человека](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A7%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%BA), который является переходным этапом между [детством](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE) и [взрослостью](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B7%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BB%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C), обуславливаемый быстрым ростом и изменениями.

Такой возраст полон противоречий. Даниил Борисович Эльконин выделял возникающее у подростков чувство взрослости и тенденцию к взрослости. Однако желание быть взрослым вызывает сопротивление со стороны окружающих. Ребёнком он уже себя не ощущает, а взрослым пока тоже не может стать.

В этот период перед подростком стоит задача самосознания и самоопределения в системе ценностей и отношений между людьми.

У подростков имеются детские (возрастные) страхи. Детский психолог А. И. Захаров отмечал, что по данным специального опроса среди подростков в возрасте 10—12 лет абсолютно преобладали природные страхи, а затем доминировали социальные страхи (их пик пришёлся на возраст 15 лет). Выделяют 5 видов социальных страхов у подростков в возрасте от 10 до 15 лет (или в возрасте от 11—12 лет до 16—17 лет):

* Страх «быть не собой», то есть стать кем-то другим;
* Страх провала, осуждения, наказания. Причина — перфекционизм или максимализм подростка, который склонен из единичного факта делать общие выводы без учёта индивидуальных особенностей человека и наклеивать «ярлык» «поражения» или «успеха» вне зависимости от затраченных усилий;
* Страх физических уродств. Подросток очень сильно переживает из-за постоянных изменений своей внешности в связи с половым созреванием и гормональными всплесками;
* Страх одиночества;
* **Страх бесперспективности и невозможности самореализации.**

Чтобы как-то сгладить страхи, родителям можно использовать Мотивирующие фразы для ребёнка:

«Я тоже ненавидел экзамены» — честно расскажите ребёнку, что  тоже боялись экзаменов, родительских собраний и плохих оценок. Так он будет знать, что вы его понимаете, и будет видеть в вас друга, а не надзирателя.

«У меня перед контрольными руки тряслись. Да и сейчас тоже» — делитесь своими эмоциями и покажите, что вы тоже нервничаете перед важными делами. Так ребёнок поймёт, что с ним всё в порядке и бояться проверок — нормально.

«Меня вообще однажды стошнило» — расскажите какой-то смешной или знаковый для вас случай из школьной поры. Смех снимает напряжение.

«Что самое плохое может случиться?» — предложите посмотреть страху в глаза. Когда известно, чего ждать в случае чего, то всегда легче. Попробуйте придумать план Б.

«Это не конец света» — пускай очевидно, но ведь это действительно так. Если даже получишь двойку за ЕГЭ, ничего страшного не произойдёт: его можно пересдать.

«Мы всё равно будем тебя любить» — это главная фраза родителя. Больше всего на свете (что бы он там ни говорил) ребёнок боится неодобрения родителей или, ещё хуже, того, что его перестанут любить.

Ещё одна и наиболее частая причина потери мотивации и апатии —

**ребёнок просто не знает, чего хочет.**

Он может быть прекрасно развит физически и интеллектуально, но у него проблемы с силой воли. Есть несколько советов, как родителям воспитать целеустремлённость ребенку. Но ввиду с высокой загруженностью на работе и семейными делами, многим родителям зачастую не хватает ни сил, ни времени на своего чадо. И проблема остается не решенной!!

Как быть тогда, когда мы прикладываем все силы на обучение, а результат слаб или его вовсе нет?

До достижения переходного возраста на ребенка могут повлиять убеждения родителей, награждения и мотивация, а в подростковый период такие вещи могут быть безрезультатными. И нам приходиться уделять время не только на образовательную деятельность, но и на мотивирование к обучению детей.

В период, когда подросток не знает, кем он хочет быть, в помощь нам ранняя профориентация.

Профориентацию можно провести как обширную, так и по специфики направления, на котором занимается в ДШИ ребенок. Ребенок сможет понять, что занятия в ДШИ не пустая трата времени, что все проведенные часы могут дать в дальнейшем результат и стать действительно любимым делом.

Ранняя профориентация – это комплекс мероприятий психолого-педагогического характера, помогающий ребенку определиться в выборе будущей профессии в соответствии со своими интересами, возможностями, способностями.

Хотя, по мнению ученых, к выбору будущей профессии нужно начинать готовить ребенка с дошкольного возраста, проводя беседы. Такую подготовку также проводят и в средней школе в средних классах. Не смотря на это, нам такая работа также необходима, так как проблема профориентации усложняется с каждым годом, на рынке труда появляется множество новых профессий, но исчезает ряд привычных, существовавших десятки лет. Выбрать подходящую работу для подростков непросто, все зависит от его склонностей к разным видам деятельности, интересов, окружения, а также от многих других не менее важных факторов.

Как правильно подростку определиться с профессией, чтобы в будущем он смог достичь успеха в том, что ему нравится? А главное, как сделать так, чтобы через 5–10 лет этому человеку не пришлось ходить на нелюбимую работу изо дня в день и мечтать о другой профессии.

**Основные советы:**

Так как подростки часто меняют свои интересы. Поэтому рекомендуется проводить специальные тесты или просто разговаривать не один раз, а несколько, через определенный промежуток времени. Лучше всего делать это 1–2 раза в год на протяжении 2–3 лет.

Поиск общего. Несмотря на то, что молодые люди каждый год меняют свои интересы, в выбранных и интересных профессиях часто есть что-то общее. Все это могут быть творческие профессии либо склонность к решению сложных технических задач. Когда будет найдено что-то общее между всеми интересами, круг профессий сузится. Существуют разные анкетирования, направленные на изучения круга интересов. Таким образом можно увидеть на какой стадии самоопределения находится подросток.

Например, у меня есть ученица, которая четко утверждала, что будущая ее профессия это архитектор, пока мы не провели анкетирование на выявление интересов и не провели беседу. По результатам этого выяснилось, что ребенок в будущем прекрасный живописец. Есть дети, интересы которых широкого спектра. Это значит, что им интересны разные профессии, ну или в направлении, на котором он обучается, они себя пока не видят!

Не стоит насильно склонять ребенка к тому или иному направлению. Часто родные ребенка пытаются помочь ему, но в итоге это его только путает. Человек сам должен выбирать профессию, ему предстоит учится, ходить на работу и жить этим делом. Необходимо давать максимальную свободу выбора, но иногда процесс можно немного корректировать. Заинтересовать!!!

Подросток должен иметь возможность реализовать себя в своих интересах. И чем раньше это произойдет, тем лучше. Только полностью погрузившись в то, что интересно, можно выявить позитивные и негативные стороны.

Выбор профессии очень важен. Чтобы смягчить данную ситуацию и не ошибиться, следует пробовать различные программы профориентации. Разберемся с тем, что они помогают сделать.

**Выбрать цель жизни**. Для многих людей главным является достижение определенного успеха в конкретной отросли. Если этот путь к успеху будет связан с будущей профессией, то проблема мотивации отпадет, человеку будет интересно учиться и работать.

**Определить интересы, а также слабые и сильные стороны**. Все это помогает определить круг будущих профессий. Если ребенок интересуется определенным предметом, то следует изучать все возможные специальности по данному направлению.

**Повышение мотивации**. Программы по профориентации позволяют вызывать у подростков желание к самообучению, а также поступлению в высшие учебные заведения.

Если подростку сложно определиться, то можно рассмотреть мотивы, которые он преследует.

**Материальный достаток (деньги).** Каждый хочет иметь достойную зарплату, но все же некоторые профессии более перспективны в этом плане. Не стоит пугаться, если главная цель подростка — хорошо зарабатывать, это один из лучших мотиваторов, который заставляет людей учиться, уделять время определенному делу и достигать своих целей, преодолевая преграды.

**Социальные мотивы**. Некоторым необходимо занять определенное место в жизни, не так важно, какой будет заработок или сколько удовольствия принесет данный процесс. Многие просто получают удовольствие от осознания своей важности в обществе, пусть и работа неидеальна.

**Творческие мотивы.** Желание создавать что-то новое и не загонять себя в привычные рамки офисного работника. В основном это яркие и харизматичные личности, которые думают, одеваются и делают все не так, как все.

**Познавательные мотивы**. Мотивацией становится максимальное углубление, изучение узкой отрасли. Стать лучшим среди подобных — отличный повод. Ну а если данная цель достигнута, то к ней приложится хороший заработок, социальный статус и все остальное. Вот только путь может быть длинным и тернистым.

**Моральные мотивы.** Желание помогать. Важно понимать, что это необязательно волонтерство, существует огромное количество процессий, которые позволяют сделать жизнь людей и мир лучше.

Таким образом , существует огромное количество различных опросов и тестов. Их можно без труда найти не только в интернете, но даже на полках книжных магазинов. Некоторые из них охватывают все профессии, а некоторые только определенный круг. Они предназначены для тех, кто уже имеет общее представление.

Как это все поможет вернуть интерес к нашему предмету?!

Сначала мы выясняем у кого какой процент заинтересованности в нашем предмете применяя наиболее эффективные методы, проводим беседу, мягко разъясняя их круг сложившихся интересов, возможные профессии по интересам, а также возможную взаимосвязь с нашим предметом.

Далее проводим профориентационный урок с разъяснением всевозможных профессий, связанным именно с нашим направлением. Даем полную информацию по квалификациям, в чем можно себя реализовать, востребованностью, сферой деятельности, учитываем даже самый интересный и важный вопрос для подростков – это уровень зарплаты.

Следующим шагом идет предоставление сведений об уровнях образования, как о шагах к достижению цели. Предоставляем информацию по образовательным учреждениям, можно даже дать рекомендации, исходя из опыта или статистических данных. И всегда нужно держать дополнительные фишки, о которых вы можете рассказать только детям выпускных классов, а научить этим фишкам только претендентам на поступление!!! (как думаете, что можно отнести в таким фишечкам?)

Также нужно помнить и понимать, что Все это безусловно сработает, если не будет сопротивления со стороны родителей. Ведь каждый родитель знает как будет лучше.

На сегодня могу сказать, что благодаря некоторым методам, в том числе профориентации, у нас повысилось число обучающихся, а также желающих поступать по направлению изобразительного искусства. Не исключены и отчисления, но они не значительны и проблема лишь в выборе другого направления, ну или финансовые затруднения.



Материалы для исследования учащихся.

**Карта интересов: описание методики**

Для проведения исследования потребуется карта интересов - вопросник из 174 вопросов, отражающих направленность интересов в 29 сферах деятельности и лист ответов, представляющий собой матрицу из шести строк и двадцати девяти колонок. Каждая колонка соответствует одной из сфер интересов:

1. Биология

2. География

3. Геология

4. Медицина

5. Легкая и пищевая промышленность

6. Физика

7. Химия

8. Техника

9. Электро- и радиотехника

10. Металлообработка

11. Деревообработка

12. Строительство

13. Транспорт

14. Авиация, морское дело

15. Военные специальности

16. История

17. Литература

18. Журналистика

19. Общественная деятельность

20. Педагогика

21. Право, юриспруденция

22. Сфера обслуживания, торговля

23. Математика

24. Экономика

25. Иностранные языки

26. Изобразительное искусство

27. Сценическое искусство

28. Музыка

29. Физкультура и спорт

Заполнение ответного банка может выполняться индивидуально или в группе.

Обработка результатов. В заполненном листе ответов в каждом из столбцов подсчитывается количество положительных ответов.

Анализируя полученные данные, необходимо выделить те сферы, которые содержат наибольшее количество положительных ответов. Если среди них окажется несколько сфер с одинаковым числом положительных ответов. Если среди них окажется несколько сфер с одинаковым числом положительных ответов, то следует считать, что более выраженным интересам соответствуют те из них, которые содержать наименьшее количество отрицательных ответов. При оценке направленности интересов следует в первую очередь учитывать сферы с наибольшим количеством положительных ответов, но необходимо обратить внимание также на сферы с наибольшим количеством отрицательных ответов, отвергаемые оптантом. Оценка степени выраженности интересов имеет пять градаций: высшая степень отрицания - от -12 до -6, интерес отрицается - от -5 до -1, интерес выражен слабо - от +1 до +4, выраженный интерес - от +5 до +7, ярко выраженный интерес - от +8 до +12.

ИНСТРУКЦИЯ

Для того чтобы помочь Вам выбрать профессию с учетом Ваших интересов, предлагаем оценить ряд ут­верждений о различных видах занятий.

Если Вам очень нравится, очень любите или очень хотели бы наниматься тем, что предлагается в утверждении, то поставьте в соответствующей клетке бланка ответов "++".

Если просто нравится, любите или хотели бы "+"

Если не знаете, сомневаетесь "О"

Если не нравится "-"

Если очень не нравится, не любите и не хотели бы «- -»

Если на один и тот же вопрос у Вас возникает два противоположных (полярных) ответа, то поставьте тот знак, который соответствует ответу, более близ­кому (по Вашему мнению) к истине. Отвечайте на каж­дый вопрос, не пропуская ни одного. Проставляя свои ответы, следите, чтобы номер клетки в бланке ответов не расходился с номером вопроса.

Если Вам что-либо непонятно, Вы можете сразу же спросить.

**ЛЮБИТЕ ЛИ ВЫ? НРАВИТСЯ ЛИ ВАМ? ХОТЕЛИ БЫ ВЫ?**

1. Знакомиться с жизнью растений или животных.

2. Уроки географии, чтение учебника по географии.

3. Читать художественную или научно-популярную литературу о геологических экспедициях.

4. Интересоваться строением тела и работой внутренних органов человека.

5. Уроки домоводства или домашние занятия домоводством.

6. Читать научно - популярную литературу о физических откры­тиях, о жизни и деятельности выдающихся физиков.

7. Читать об открытиях в химии или о жизни и деятельности выдающихся химиков.

8. Читать технические журналы («Техника - молодежи», «Юный техник»).

9. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области электротехники и радиоэлектроники.

10. Знакомиться с разными материалами и их свойствами.

11. Узнавать о разных породах древесины и об их практическом применении.

12. Узнавать о достижениях в области строительства.

13. Читать книги смотреть фильмы о водителях различных видов транспорта (автомобильного, железнодорожного и др.).

14. Читать книги смотреть фильмы о летчиках, о космонавтах.

15. Знакомиться с военной техникой, встречаться с участниками войн.

16. Читать книги об исторических событиях и исторических деятелях.

17. Читать произведения классиков русской и зарубежной литературы.

118. Читать и обсуждать газетные и журнальные статьи и очерки.

19. Обсуждать текущие дела и события в классе и школе»

20. Читать книги о жизни школы (педагогов).

21. Читать книги? смотреть фильмы о работе милиции.

22. Заботиться о порядке в вещах, о красивом виде помеще­ния, в котором учитесь, живете, работаете.

23. Читать книги типа "Занимательная математика" или "Математический досуг".

24. Знакомиться с организацией промышленности нашей страны,

25. Занятия иностранным языком.

26. Знакомиться с жизнью выдающихся художников, с историей развития изобразительного искусства.

27. Знакомиться с жизнью выдающихся мастеров сцены и кино, с артистами коллекционировать их фотографии.

28. Знакомиться с жизнью и творчеством выдающихся музыкан­тов, с музыкальным искусством.

29. Читать спортивные газеты, журналы, книги о выдающихся спортсменах.

30. Изучать ботанику, зоологию, биологию.

31. Знакомиться с различными странами по описаниям и географическим картам.

32. Читать о жизни и деятельности знаменитых геологов.

33. Читать о том, как люди научились бороться с болезнями, о врачах и достижениях в области медицины.

34. Побывать на экскурсии на предприятиях легкой промышлен­ности (швейном, обувном, текстильном и т.д.)

35. Читать книги типа "Занимательная физика", "Физики шутят".

36. Находить химические явления в природе, проводить опыты с различными веществами, следить за ходом реакций.

37. Знакомиться с новейшими достижениями современной техни­ки (слушать и смотреть радио- и телепередачи, мекать статьи в газетах и журналах).

38. Посещать радио технический кружок или кружок электро­техники.

39. Знакомиться с различными измерительными инструментами для металлообработки и работать с ними.

40. Наблюдать за изготовлением изделий из дерева, рассматривать новые образцы мебели и т.д..

41. Встречаться со строителями и наблюдать за их работой.

42. Читать популярную литературу о средствах и правилах передвижения.

43. Читать книги, смотреть фильмы о речниках, о моряках.

44. Читать книги, смотреть фильмы на военные темы, знако­миться с историей крупнейших сражений и судьбой выдающихся полководцев.

45. Обсуждать текущие политические события в России и за рубежом.

46. Читать статьи о писателях и их произведениях.

47. Слушать радио - и теленовости, смотреть тематические телепередачи.

48. Узнавать о событиях, происходящих в городе, области, стране.

49. Давать объяснения товарищам, как выполнять учебное задание, если они не могут его сделать.

50. Справедливо рассудить поступок друга, знакомого или литературного героя.

51. Обеспечивать семью продуктами питания, организовывать питание всех во время похода.

52. Читать научно-популярную литературу об открытиях математики, о жизни и деятельности выдающихся математиков.

53. Интересоваться сообщениями в печати об экономических показателях работы предприятий.

54. Читать художественную литературу на иностранном языке.

55. Быть членом редколлегии, заниматься художественным оформлением газет.

56. Посещать драматический театр или театр юного зрителя.

57. Слушать оперную и симфоническую музыку.

58. Посещать спортивные соревнования, слушать и смотреть радио - и телепередачи.

59. Посещать биологический кружок.

60. Заниматься в географическому кружке, изучать природу и жизнь родного края.

61. Составлять и собирать описания, изображения геологических объектов (минералов, слоев земли и т.п.).

62. Изучать организм человека, причины возникновения болезней и пути их лечения.

63. Посещать кружок кулинарии, готовить дома обеды.

64. Проводить опыты по физике.

65. Готовить растворы, взвешивать реактивы.

66. Разбирать и ремонтировать, собирать различные механизмы (часы, утюг, велосипед, телевизор, магнитофон).

67. Пользоваться точными измерительными приборами (вольтметром, амперметром и др.) и производить расчеты.

68. Мастерить различные детали и предметы из металла.

69. Собирать различные образцы древесины или художественно обрабатывать дерево (выпиливать, выжигать, полировать и пр.)

70. Набрасывать строительный эскиз или выполнять чертежи различных построек.

71. Посещать кружок железнодорожников, автолюбителей.

72. Заниматься в секции парашютистов, в кружке авиамоделистов или в авиаклубе.

73. Заниматься в стрелковой секции.

74. Изучать историю возникновения различных народов и государств.

75. Писать классные или домашние сочинения по литературе.

76. Наблюдать за поступками, поведением, жизнью других людей, анализировать явления или события жизни.

77. Выполнять общественную работу (организовывать, сплачи­вать товарищей на какое-нибудь дело).

78. Проводить время с маленькими детьми (читать им книги, что-либо им рассказывать, помогать им в чем-либо).

79. Устанавливать дисциплину среди сверстников или младших.

80. Наблюдать за работой продавца, повара, официанта.

81. Заниматься в математическом кружке.

82. Изучать развитие промышленности, узнавать о новых достижениях в области планирования и учета на промышленном предприятии.

83. Работать с иностранными словарями» разбираться в малознакомом языке.

84. Посещать музеи, художественные выставки.

85. Выступать на сцене перед зрителями.

86. Играть на одном из музыкальных инструментов.

87. Играть в спортивные игры.

88. Наблюдать за ростом и развитием животных, вести записи наблюдений.

89. Самостоятельно составлять географические карты, собирать различные географические материалы.

90. Собирать коллекции минералов, собирать экспонаты для геологического музея.

91. Знакомиться с работой медсестры, врача или фармацевта.

92. Посещать кружок кройки и шитья, шить себе и членам семьи.

93. Заниматься в физическом кружке или посещать факультатив по физике.

94. Заниматься в химическом кружке или посещать факультатив по химии.

95. Заниматься в одном из технических кружков (моделировать самолеты, корабли, машины и пр.).

96. Знакомиться с устройством электроприборов, электроаппаратуры и электрических машин, собирать, конструировать, ремонтировать радиоприборы и аппаратуру.

97. Уроки труда в школьных слесарно-станочных мастерских.

98. Заниматься в столярном кружке.

99. Бывать на стройке, наблюдать за ходом строительства, за отделочными работами.

100. Наблюдать за соблюдением правил передвижения пешеходов и транспортных средств.

101. Заниматься в секции гребли, яхтсменов, аквалангистов, бригаде по спасению утопающих.

102. Участвовать в военизированных играх ("Зарница" и пр.)

103. Посещать исторические музеи, знакомиться с памятниками культуры народа.

104. Заниматься в литературном кружке, посещать факультативные занятия по литературе и русскому языку.

105. Вести личный дневник.

106. Выступать в классе с сообщениями о международном положении с докладами на различные темы.

107. Выполнять работу вожатого.

108. Выяснять причины поведения и поступков людей, которые они хотели бы скрыть.

109. Помогать покупателю в магазине выбирать покупку, которая ему нужна.

110. Решать сложные задачи по математике.

111. Точно вести подсчеты своих денежных доходов и расходов.

112. Заниматься в кружке иностранного языка.

113. Заниматься в художественном кружке, школе или изостудии.

114. Участвовать в смотрах художественной самодеятельности.

115. Заниматься в коре или одном из музыкальных кружков.

116. Заниматься в какой - либо спортивной секции.

117. Участвовать в биологических олимпиадах или готовить выставки растений или животных.

118. Участвовать в географических экспедициях.

119. Участвовать в геологических экспедициях.

120. Наблюдать и ухаживать за больными, оказывать им помощь.

121. Участвовать в выставках кулинарных или кондитерских работ (или посещать их).

122. Участвовать в физических олимпиадах.

123. Решать сложные задачи по химии, участвовать в химических олимпиадах.

124. Разбираться в технических чертежах или составлять чертежи самому.

125. Разбираться в сложных радиосхемах.

126. Посещать с экскурсией промышленные предприятия и знакомиться с новыми типами станков, наблюдать за работой на них или за их ремонтом.

127. Мастерить что-нибудь из дерева своими руками.

128. Принимать посильное участие в строительных работах.

129. Принимать посильное участие в обслуживании и ремонте автомобиля, мотоцикла или других транспортных средств.

130. Летать в любую погоду на самолетах "скорой помощи" или управлять сверхскоростными самолетами.

131. Жить по жестко установленному режиму, строго, выполняя распорядок дня.

132. Заниматься в историческом кружке (собирать материалы, выступать с докладами на исторические темы).

133. Работать с литературными источниками, библиографическими справочниками, вести дневник впечатлений о прочитанном.

134. Участвовать в диспутах и читательских конференциях.

135. Подготавливать и проводить различные сборы, либо собрания и т.д.

136. Шефствовать над трудновоспитуемыми, обсуждать с кем-либо вопросы воспитания детей и подростков.

137. Помогать в работе милиции.

138. Постоянно общаться со многими и разными людьми.

139. Участвовать в математических олимпиадах.

140. Интересоваться стоимостью товаров, пытаться понять вопросы ценообразования, заработной платы, организации труда.

141. Беседовать с товарищем (или знакомым) на иностранном языке.

142. Участвовать в выставках изобразительного искусства.

143. Посещать театральный кружок.

144. Участвовать в музыкальных смотрах-конкурсах.

145. Принимать личное или командное участие в спортивных соревнованиях.

146. Выращивать в саду, на огороде растения или воспитывать животных, ухаживать за ними.

147. Производить топографическую съемку местности.

148. Совершать длительные и трудные походы, во время которых приходится напряженно работать по заданной программе.

149. Работать в больнице, поликлинике или аптеке.

150. Работать специалистом на предприятии легкой или пищевой промышленности (швеей, закройщицей, поваром, кондитером, технологом и пр.)

151. Решать сложные задачи по физике.

152. Работать на химическом производстве или химлаборатории.

153. Участвовать в выставках технического творчества»

154. Работать в области энергетики или радиоэлектроники.

155. Работать у станка (в основном стоя), изготовлять различные металлические детали к изделиям.

156. Выполнять по чертежам столярные или модельные работы.

157. Работать в строительном бригаде.

159. Возить пассажиров или грузы, соблюдая правила уличного движения.

159. Работать в штормовую погоду на реке или в открытом море.

160. Быть военным инженером или командиром.

161. Ходить в походы по историческим местам родного края.

162. Писать рассказы, сочинять стихи, басни и т.п.

163. Писать заметки или очерки в стенгазеты или в периодическую печать.

164. Руководить бригадой во время трудового десанта.

165. Организовывать игры и праздники для детей.

166. Работать в юридическом учреждении (в суде, адвокатуре, прокуратуре, юридической консультаций и т.п.)

167. Выполнять работы по обслуживанию населения (принимать заказы, помогать выбирать покупку, оказывать бытовые услуги).

168. Выполнять работу, постоянно требующую применения математических знаний.

169. Работать в области экономики, планирования или финансирования предприятий.

170. Участвовать в олимпиадах, конкурсах, конференциях на иностранном языке.

171. Участвовать в выставках изобразительного искусства.

172. Играть на сцене или сниматься в кино.

173. Работать музыкантом, музыкальным режиссером или преподавать музыку.

174. Работать преподавателем физкультуры или тренером.

**Профориентационный тест "Кубок профессий"**

Предназначение

Данная профориентационная психодиагностическая методика предназначена для очерчивания круга профессий, находящихся у оптанта на пересечении его направленности (интересов и склонностей - "хочу") и возможностей (способности и состояние здоровья - "могу").

Методика весьма проста и оперативна в использовании. При этом дает довольно много информации о текущем состоянии процесса профессионального самоопределения оптанта.

Стимульный материал включает в себя 64 профессии (наиболее востребованные на текущий момент). Оптант сравнивает эти профессии между собой, отсекая нежелательные. Этот прием (отсекание) побуждает оптанта хотя бы на мгновение "примерить" каждую профессию на себя. Если бы он выбирал желательные профессии, в этом случае оптант действовал бы больше по привычке (он привык считать, например, профессию юриста лучшей на свете - он сразу ее отметил, проигнорировав остальные).

Методику можно применять индивидуально и в группе. Она имеет не только диагностическое, но и развивающее значение - можно использовать в программах профориентационных тренингов.

Оцениваемые качества - Профессиональное самоопределение

Возрастная категория 12+

Порядок проведения

Для диагностики понадобится:

- бланки ответов в количестве 2 шт. на одного оптанта,

- комплект фломастеров на каждого оптанта: красный, синий, зеленый.

В принципе, фломастеры можно заменить на цветные карандаши или на комплект: синяя ручка, черная ручка, карандаш. Но с фломастерами результат выглядит нагляднее и более эстетично (что тоже важно).

Оптантам зачитывается инструкция: сначала одна (перед работой с первым бланком), потом вторая (перед работой со вторым бланком).

Время не ограничивается. Наоборот, непосредственно уже по ходу диагностики можно призывать участников не торопиться, лучше думать.

Инструкция

1. Перед вами на столе два бланка. Они совершенно одинаковые. Возьмите один. Подпишите его сверху ручкой - укажите свое имя и фамилию. Рядом напишите слово "хочу". Это значит, что сейчас мы будем выбирать профессию - ту, которая вам по душе, ту, к которой у вас интерес, ту, к которой у вас склонности.

Перед вами 16 клеточек. В каждой клеточке 4 профессии. Сначала работаем с первой клеточкой. В этой клеточке, как я уже сказал, 4 профессии. Возьмите в руки красный фломастер. Из этих четырех профессий выберите ту, которая вам меньше всего нравится. Меньше всего нравится. Подумайте и зачеркните ее. У вас в клеточке осталось 3 профессии. Из оставшихся трех профессий опять выберите ту, которая меньше всего нравится, по которой вы бы не хотели работать. Тоже ее зачеркните. Останется две профессии. И опять - выберите ту, которая меньше нравится и зачеркните ее. В клеточке останется одна профессия. Перейдем к следующей клеточке. Там то же самое. Во всех 16-ти клеточка должна остаться одна профессия. Все понятно? Начали...

Отложите в сторону красный фломастер. Возьмите в руки синий. Все взяли? Теперь работаем со строчками. Вот строка, помеченная цифрой 1. В ней у вас 4 профессии. Опять - зачеркните ту, которая меньше нравится. Делаем то же самое. В итоге у нас в каждой строке должна остаться одна профессия. Начали...

Отложите в сторону синий фломастер. Возьмите зеленый. У вас осталось четыре профессии. Опять зачеркните одну, вторую, третью. Чтобы осталась одна профессия. Можете эту последнюю профессию, которая вам нравится больше других, даже обвести кружочком.

2. Отложите в сторону первый бланк. Возьмите второй. Тоже его подпишите. Теперь рядом напишите слово "могу". Это значит, что теперь мы будем выбирать профессию согласно своим возможностям, как вам это кажется. Возможности состоят из двух качеств: способностей (например, физическая сила или интеллект) и состояние здоровья.

Действуем по прежней схеме. Сначала работаем с первой клеточкой. Вы берёте в руки красный фломастер и зачеркиваете ту профессию, которая для вас слишком сложна, в которой, как вам кажется, вы добьетесь меньше всего успехов из-за своих способностей или состояния здоровья. Начали...

Тот, кто закончил с клеточками, переходим к строчкам. Не забываем менять фломастеры. В строчках мы зачеркиваем синим фломастером, а в конце зеленым.

Задания

Стимульный материал (pdf)

Обработка результатов

Производится качественный анализ результатов. На что следует обратить внимание:

- какая профессия победила в "хочу"?

- какая профессия победила в "могу"?

- это одна и та же профессия?

- если есть противоречие между "хочу" и "могу", то в чем (предположительно) характер этого противоречия (почему "хочу", но не "могу" и почему "могу", но не "хочу")?

- попробовать уяснить ценностную сферу оптанта по таблице "хочу" (какие профессии он сразу отметает и почему);

- попробовать уяснить самооценку оптанта по таблице "могу" (какие профессии он сразу отметает и почему);

- уяснить, к какому типу профессий оптант более склонен (например, по известной типологии "Человек - Человек", "Человек - техника" и т.д.);

- как коррелируют результаты по этой методике с другими тестами.