**«ТРЕНИНГ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЛЕНИЯ»**

(методическая разработка внеурочного мероприятия по профориентации студентов 4 курса)

Автор: **Бешенова Ирина Михайловна,**

преподаватель психолого-педагогических дисциплин ГБОУ ЛПК.

**Цель:** формирование осознанного отношения выпускников колледжа к предстоящей профессиональной деятельности.

**Задачи:**

1. Проанализировать мотивы и возможности трудоустройства после окончания колледжа.

2. Развивать аналитические способности, навыки рефлексии по отношению к собственной деятельности.

3. Формировать устойчивую положительную мотивацию к профессии учителя начальных классов.

**Место проведения:** учебная аудитория. Стулья по количеству участников расставлены по кругу, за кругом – столы для групповой работы по одному на 5 человек.

**Оборудование:** листы бумаги А4, бумага большого формата (два метра обоев на каждую группу из 5 человек), ручки, маркеры, карандаши, по 5 вырезанных из бумаги геометрических фигур (по количеству участников) краски, кисти, музыка для сопровождения выполнения упражнений (фонограммы песен о школе, музыка для релаксации), ноутбук и колонки.

**Ход внеурочного мероприятия**

**1. Оргмомент.** Участники рассаживаются на стулья в кругу.

**2. Вступительное слово учителя.**

- Добрый день. Сегодня наше занятие посвящено важному событию в вашей жизни, которое произойдет совсем скоро – трудоустройству после окончания колледжа.

- Совсем недавно вы были первокурсниками, а теперь стоите на пороге взрослой жизни. Было очень приятно наблюдать, как вы растете, взрослеете и становитесь и внешне, и внутренне похожими на учителей. Посмотрите друг на друга внимательно. Скажите, какие люди рядом с вами. Какое впечатление на вас производят ваши одногруппники? Нравятся ли вам люди, которых вы видите сейчас? Представьте, что через несколько месяцев эти люди придут в школу в качестве учителей. Как вы думаете, похожи ли ваши соседи на учителей начальной школы?

- Сегодня я предлагаю вам поразмышлять о том, что вас ждет после окончания колледжа.

**3. «Портрет учителя начальных классов» (работа в группах).**

*Время выполнения – 30 минут. Перед выполнением упражнения каждый участник выбирает одну из фигурок – треугольник, квадрат, круг, ромб, звездочку, (их 25, по пять каждой формы).*

***Цель:*** вербализация представления об основных значимых чертах учителя начальных классов.

***Ход упражнения:***

- Сейчас я предлагаю вам нарисовать портрет учителя начальных классов, отразив в нем основные черты той профессии, в которой вам предстоит работать. Работать будете в группах по 5 человек, в группы вы объединитесь по тем фигуркам, которые выбрал, получится группа кругов, треугольников и т.д. Выполнение задания будет немного необычным. Вам нужно выбрать в каждой группе человека, внешне наиболее похожего на учителя начальных классов. К стене прикреплены большие листы бумаги, нужно обвести по контуру выбранного человека, а потом уже дополнить контур деталями так, чтобы в итоге получился тот самый портрет идеального учителя (вариант – бумага разложена на столе). В вашем распоряжении столы на каждую группу, маркеры, цветные карандаши (краски, кисти).

- Каждая группа презентует свой портрет после его создания. Творческий подход приветствуется.

***Обсуждение.***

Каждый участник в кругу отвечает на вопросы:

- Что запомнилось больше всего?

- На портрет какой из групп больше всего похоже мое представление об учителе?

- Что хотелось бы добавить?

**4. Упражнение «Хочу. Могу. Надо.»**

*Время выполнения 15 минут. Выполняется в кругу. Для выполнения у каждого участника есть лист А4, ручка.*

***Цель:*** создание условий для осознания факторов, влияющих на выбор профессии (желание, возможность, необходимость).

***Ход упражнения:***

- Поднимите, пожалуйста, руки те, кто уже определился с местом работы после окончания колледжа. Те, кто знает, в какой сфере будет работать, но не знает, где точно. Те, кто не определился с тем, где будет работать. Кто будет продолжать образование очно. Это упражнение для всех вас. Попробуем проанализировать факторы, которые влияют на ваш выбор.

Перед вами листы бумаги. Их нужно расположить горизонтально и разделить на три примерно равные колонки. Первую назовем «хочу», вторую «могу», третью «надо». Заполните эти колонки применительно того места работы, которое считаете возможным для себя. Например, в колоне «хочу» я бы записала «Университет Дружбы народов», большая зарплата, работа с иностранными студентами, проживание в городе Москва. «Могу» – колледж, где есть ставка преподавателя психологии. «Надо» - педагогический колледж, зарплата, работа по специальности. После выполнения обсудим то, что получилось.

**Обсуждение.** Выберите человека их группы, который, по вашему мнению, сможет представить вашу работу. Поменяйтесь с ним листами. Ознакомьтесь с написанным вашим товарищем. Затем расскажите группе о желаниях, возможности и необходимости в выборе места работы вашего товарища.

Каждый участник рассказывает о впечатлениях услышанного о своих планах, отвечая на вопросы:

- Понравилось ли то, что услышал о своих планах.

- Что изменил бы?

- Что показалось неожиданным?

**5. Тест «Мотивы выбора профессии»**

*Время выполнения 10 минут. Выполняется в кругу.*

***Цель*:** определить и проанализировать мотивы выбора места работы.

***Ход выполнения теста:***

Вы помните, что большую роль в выборе любой деятельности играет мотивация, а мотивом называют причину, по которой выполняется эта деятельность. Мотивы делятся на положительные и отрицательные, социальные, эмоциональные, познавательные и другие. Все это мы изучили в курсе психологии. Предлагаю вам при помощи теста определить и проанализировать мотивы вашего выбора профессии.

***Обсуждение результатов.*** Каждый участник озвучивает свои результаты.

**6. Упражнение «Рука судьбы»**

*Время выполнения – 10 минут. Выполняется в кругу.*

***Ход упражнения.***

- Подумайте и на листах бумаги запишите, кем в профессиональном плане вы видите себя через 10 лет. Лист сверните красиво, можете сложить какую-то фигурку оригами. Теперь возьмите этот лист, зажмите между ладоней и посидите так некоторое время, представляя, что же с вами будет через 10 лет. Закройте глаза и пофантазируйте. *(Звучит музыка для релаксации, ведущий говорит о том, что прошло 10 лет, каждый из участников стал взрослым, состоявшимся человеком. Предлагает представить себя. Какой я? Как выгляжу? Как отношусь к своей профессии? Есть ли семья? Устаю ли на работе?).*

***Обсуждение.*** Откройте глаза. Разверните свой листок, прочитайте то, что написали. Расскажите о своих впечатлениях. Какие чувства испытываете?

**7. Упражнение «Письмо себе»**

*Время выполнения – 15 минут. Выполняется за столами. Для выполнения нужны листы А4, ручки.*

***Цель:*** создание профессионального образа, визуализация профессиональных планов.

***Ход упражнения:***

- Я прошу вас пересесть за столы, будем писать письма. Это будут не обыкновенные письма, а письма самими себе из будущего, от лица тех вас, которых вы только что представляли. Итак, прошло 10 лет, и вы, повзрослевшие, уже 10 лет как учителя начальных классов, пишете письмо себе, выпускнику педагогического колледжа.

**Обсуждение.** Что вы испытали в процессе письма? А перечитывая его? Было ли это письмо полезным для вас?

**8. Рефлексия по занятию.**

*Время выполнения – 5 минут. Выполняется в кругу.*

- Занятие подошло к концу. Прошу вас рассказать, было ли полезно для вас. Что вы осознали сегодня?

- Поблагодарите одногруппников за работу, обнимите тех, с кем было комфортно работать.

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Диагностическая методика «Мотивы выбора профессии» (.В. Овчарова)**

Данная методика позволяет определить ведущий тип мотивации при выборе профессии. Текст опросника состоит из двадцати утверждений, характеризующих любую профессию. Необходимо оценить, в какой мере каждое из них повлияло на выбор профессии. С помощью методики можно выявить преобладающий вид мотивации (внутренние индивидуально-значимые мотивы, внутренние социально-значимые мотивы, внешние положительные мотивы и внешние отрицательные мотивы).

**Инструкция**: ниже приведены утверждения, характеризующие любую профессию. Прочтите и оцените, в какой мере каждое из них повлияло на ваш выбор профессии. Назовите эту профессию, специальность. Ответы могут быть 5 видов:

* «очень сильно повлияло» - 5 баллов;
* «сильно повлияло» - 4 балла;
* «средне повлияло» - 3 балла;
* «слабо повлияло» - 2 балла;
* «никак не повлияло» - 1 балл.

Поставьте напротив каждого утверждения соответствующий вашему ответу балл.

*Бланк для ответов*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Утверждения | Оценка |
|  | Требует общения с разными людьми |  |
|  | Нравится родителям |  |
|  | Предполагает высокое чувство ответственности |  |
|  | Требует переезда на новое место жительства |  |
|  | Соответствует моим способностям |  |
|  | Позволяет ограничиться имеющимся оборудованием |  |
|  | Дает возможность приносить пользу людям |  |
|  | Способствует умственному и физическому развитию |  |
|  | Является высокооплачиваемой |  |
|  | Позволяет работать близко от дома |  |
|  | Является престижной |  |
|  | Дает возможности для роста профессионального мастерства |  |
|  | Единственно возможная в сложившихся обстоятельствах |  |
|  | Позволяет реализовать способности к руководящей работе |  |
|  | Является привлекательной |  |
|  | Близка к любимому школьному предмету |  |
|  | Позволяет сразу получить хороший результат труда для других |  |
|  | Избрана моими друзьями |  |
|  | Позволяет использовать профессиональные умения вне работы |  |
|  | Дает большие возможности проявить творчество |  |

**Обработка данных**

* Внутренние индивидуально значимые мотивы: 1, 5, 8, 15, 20.
* Внутренние социально значимые мотивы: 3, 7, 12, 14, 17.
* Внешние положительные мотивы: 4, 9, 10, 16, 19.
* Внешние отрицательные мотивы: 2, 6, 11, 13, 18.

Внутренние мотивы выбора той или иной профессии - ее общественная и личная значимость; удовлетворение, которое приносит работа благодаря ее творческому характеру; возможность общения, руководства другими людьми и т.д. Внутренняя мотивация возникает из потребностей самого человека, поэтому на ее основе человек трудится с удовольствием, без внешнего давления.

Внешняя мотивация - это заработок, стремление к престижу, боязнь осуждения, неудачи и т.д. Внешние мотивы можно разделить на положительные и отрицательные. К положительным мотивам относятся: материальное стимулирование, возможность продвижения по службе, одобрение коллектива, престиж, т.е. стимулы, ради которых человек считает нужным приложить свои усилия. К отрицательным мотивам относятся воздействия на личность путем давления, наказаний, критики, осуждения и других санкций негативного характера.

Исследования показывают, что преобладание внутренних мотивов наиболее эффективно с точки зрения удовлетворенности трудом и его производительности. То же самое можно сказать и относительно положительной внешней мотивации

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1. Грецов А.Г. Выбираем профессию. Советы практического психолога / А.Г. Грецов.- СПб.: Питер, 2009.- 224 с.: ил.

2. <https://studfile.net/preview/3963441/page:3/>