

**Министерство образования Белгородской области  
Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«БЕЛГОРОДСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

**УТВЕРЖДАЮ**

**Директор ГБУДО  
«Белгородский областной  
Дворец детского творчества»**



---

**/Н.В. Орехова /**

Приказ от «31» августа 2023 г. № 315-ОС

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
социально-гуманитарной направленности  
«Персоналити»**

Срок реализации: 1 год  
Возраст обучающихся: 12-17 лет

**Автор программы**  
педагог дополнительного образования  
Мищенко Марина Геннадьевна

г. Белгород 2023 г.

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Персоналити» направлена на развитие личности и имеет **социально-гуманитарную направленность**.

### **Актуальность.**

В настоящее время внимание многих специалистов привлечено к проблеме личностного роста, развития личности в контексте профессиональной ориентации. Такие понятия как «психология личностного роста» и «психология развития личности» схожи между собой, но не много они, да отличаются. Многие специалисты не раз заводили дискуссии на тему родства данных разделов психологии, и только сейчас доказано их сходство. Сама по себе психология развития личности плечом к плечу идёт с психологией личностного роста, они полностью взаимосвязаны и не могут быть друг без друга.

«Личностный рост» – понятие, пришедшее к нам из разделов науки о психологии. Если же разложить сам термин «психология», мы увидим, что состоит он из двух древнегреческих слов: «учение» и «душа», тем самым показывая нам, что изучение души человека достойно отдельной ниши в научном мире.

Если же вернуться к психологии личностного роста, то она уже изучает более углубленно понятия о законах развития личности и само видение изначальной человеческой природы в позитивном ключе. Данный раздел психологии помогает развить внутренний потенциал человека, дать ему толчок на путь саморазвития.

Сформированные центры саморазвития личности помогают обучающимся подросткового возраста более осознанно подойти к выбору будущей профессии.

Знакомясь с различными профессиями (рабочими, творческими, инженерно-техническими, модными, уходящими, будущими) и темами о труде (горизонтальная и вертикальная карьеры, социальный лифт, откуда берется пенсия и т.д.), подростки научаются приемам самоопределения и профессиональной ориентации.

Разработанная программа «Персоналити» через применение на занятиях открытых задач позволит сформировать у обучающихся гибкие навыки (SoftSkills), так необходимые не только для успешной социализации каждого молодого человека, но и развить коммуникативные (общение и умение понимать других людей), интеллектуальные (критическое мышление, креативность), волевые (управление временем и эмоциями) и лидерские (управление другими, работа в команде) навыки.

Программа позволит обучающимся подросткового возраста (14-16 лет) познать свое «Я», выявить «самотивацию», получить практические навыки (HardSkills) по развитию и применению терминов: «профессия», «специальность», «должность», «род деятельности», а также разобраться в

типологии профессий («человек-человек», «человек-природа и т.д.») и применить её по отношению к себе.

**Предметная область** – психология.

Программа разработана в соответствии с **нормативно-правовыми документами**:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Минпросвещения России от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении [Порядка](#) организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении [санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»](#)»;

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи)»;

6. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

7. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

**Форма обучения** – очная, возможно использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**Форма организации работы с обучающимися** – групповая, индивидуальная.

**Уровни сложности** – стартовый. Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

**Отличительные особенности программы.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Персоналити» способствует познанию обучающимися своих личностных особенностей и интересов, обучению участников самостоятельному выявлению проблем,

установлению их причин и выбору адекватных вариантов решения проблем через создание проектов.

В ходе реализации программы обучающиеся не только в проектной деятельности осваивают навыки HardSkills, но и на каждом занятии решают открытые задачи, применяя SoftSkills. Открытые задачи позволяют обучающимся искать разные подходы к решению проблем, а формат работы приближен к реальным жизненным условиям.

По итогу реализации программы обучающиеся составляют индивидуальный проект «Идеальный план моего будущего» где учитывают такие выявленные у себя в ходе тестирований особенности как:

- 1) экстраверсия-интроверсия;
- 2) привязанность-обособленность;
- 3) самоконтроль-импульсивность;
- 4) эмоциональная неустойчивость – эмоциональная устойчивость;
- 5) экспрессивность – практичность;
- 6) упорство – уступчивость;
- 7) тип темперамента;
- 8) интеллектуальный потенциал;
- 9) тип мышления и уровень креативности;
- 10) уровень стрессоустойчивости и т.д.

Обучающиеся в ходе реализации программы осваивают способы практического применения своих личностных особенностей в интересующих их областях профессиональной деятельности, учатся использовать дополнительные возможности для решения лично значимых образовательных задач.

**Новизна.** Новизна программы выражается в том, что современная экономика все больше нуждается в специалистах, обладающих глубокими знаниями и способных к новаторству. Разработанная программа «Персоналити» является способом самопознания, самовыражения и самоутверждения обучающихся путем включения в проектную деятельность, что благотворно влияет на социализацию обучающихся, готовит их к освоению будущей профессии, либо определяет значимые для них цели в жизни. Программа позволяет попробовать свои силы в применении профессиональной методологии в выполнении тех или иных профессиональных функций, примерить на себя социально-трудовые роли в командной работе, познакомиться через включение в практическую деятельность с существующими профессиями или профессиями будущего, востребованных в регионе.

**Педагогическая целесообразность.** Программный материал систематизирован и изучается в определенной последовательности, соответствует возрастному периоду. Используемый на занятиях материал понятен и доступен обучающимся, пробуждает положительные эмоции, служит адаптацией в новых для него условиях, направлен на социализацию обучающихся.

**Цель программы** – развитие личности обучающихся подросткового возраста и их профессиональная ориентация через внедрение в образовательный процесс проектной деятельности и проектного подхода в решении учебных и реальных задач в различных отраслях знания.

В связи с выделенной целью реализуются следующие **задачи**:

**Обучающие:**

- обучение использованию инструментов развития интеллектуальной сферы;
- обучение самостоятельному решению задач, самостоятельному добыванию новой информации;
- активизирование характеристик креативного мышления: гибкость, беглость мыслей, разработанность идей;
- обучение коммуникативным приемам в командном взаимодействии;
- освоение участниками программы методов по созданию и реализации социально-значимых дел через проектную деятельность;
- формирование устойчивого интереса к познанию себя и умения реализовывать собственные проекты;

**Развивающие:**

- развитие у участников программы эмпатии и способности чувствовать свои потребности и понимать мотивацию;
- развитие у обучающихся организаторских и управленческих способностей;
- развитие навыков целеполагания, целедостижения, контроля и обратной связи в условиях социально-значимой деятельности;
- расширение кругозора подростков по теме «личностное развитие», «проектная деятельность»;
- способствовать развитию готовности к продуцированию идей;
- развитие позитивного самоотношения, совершенствования личностных качеств: независимость, решительность, настойчивость при достижении цели, способность отстаивать свое мнение, осознанность в будущем выборе;
- развитие деловых качеств обучающихся.

**Воспитательная:**

- воспитание ответственности, трудолюбия, добросовестности и доброжелательности;
- укрепление нравственных основ общественной жизни;
- создание условий для самореализации подростков и повышения их социальной активности;
- формирование волевых качеств обучающихся, коммуникативной культуры;
- учить организовывать свое поведение в трудных ситуациях (конфликтоустойчивость).

**Планируемые результаты.** Обучающиеся самостоятельно овладеют следующими **учебно-познавательными** компетенциями:

1. Целеполагание деятельности

2. Планирование своей деятельности
3. Анализ проделанной работы.
4. Рефлексия своей деятельности.
5. Сформируются познавательные интересы и стремление реализовать их.

6. Научатся использовать знания на практике.

Обучающиеся овладеют **ценностно-смысловыми** компетенциями:

1. Овладеют способами самоопределения в ситуациях выбора на основе собственных позиций.

2. Смогут осуществлять действия на основе выбранных целевых и смысловых установок.

3. Сумеют осуществлять индивидуальную образовательную траекторию с учетом общих требований и норм.

Обучающиеся овладеют **коммуникативными компетенциями**:

1. Научатся работать в группе, в коллективе.

2. Овладеют разными социальными ролями.

3. Овладеют навыками совместного взаимодействия, сотрудничества и партнерской деятельности.

4. Приобретут умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом, сверстниками, старшими и младшими школьниками: определять цели, распределять функции и роли участников, взаимодействовать и работать в группе.

6. Освоят умение слушать позицию собеседника, участвовать в коллективной деятельности, создавать атмосферу сотрудничества.

Обучающиеся овладеют компетенциями **личностного самосовершенствования**:

1. Овладеют способами деятельности в собственных интересах и возможностях, что выражаются в их непрерывном самопознании.

2. Освоят способы физического, духовного и интеллектуального саморазвития, эмоциональной саморегуляции и самоподдержки.

3. Подготовятся планировать собственные действия в процессе восприятия, исполнения.

4. Научатся осуществлять контроль и коррекцию в командной деятельности.

Обучающиеся владеют **информационными компетенциями**:

1. Смогут самостоятельно находить нужную информацию с помощью различных информационных средств и технологий.

2. Приобретут умение работать в группе, овладеют навыками сотрудничества, использования современных информационных технологий для решения поставленных целей и задач.

3. Будут готовы к самообразованию и саморазвитию посредством использования информационных технологий.

**Педагогические принципы, определяющие теоретические подходы к построению образовательного процесса**

В основу данной программы положены следующие принципы обучения:

1. Принцип активности. На занятиях обучающиеся вовлекаются в специально разработанные действия. Особенно эффективными в достижении целей занятий через осознание, апробирование и тренировку приемов, способов поведения, идей, являются те ситуации и упражнения, которые будут предложены не только педагогом, но и самими обучающимися.

2. Принцип исследовательской позиции. Данный принцип заключается в том, что в ходе занятий обучающиеся осознают, открывают свои идеи, свои личные ресурсы, возможности, особенности.

3. Принцип обратной связи. Необходимо создавать условия для эффективной обратной связи в группе. Обратная связь, задаваемая и отслеживаемая педагогом – спонтанная и безоценочная.

4. Принцип партнерского общения. Реализация этого принципа создает в группе атмосферу доверия, открытости, которая позволяет обучающимся экспериментировать и не стесняться ошибок, не бояться пробовать что-либо новое.

5. Принцип добровольного участия. Каждый учащийся самостоятельно принимает решение об участии, как во всей программе, так и в отдельных ее упражнениях.

#### **Годовой календарный учебный график**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий	
					Кол-во занятий в неделю	Продолжительность занятий
1	сентябрь	август	40	160	4	45 мин.

**Объем программы –160 часов**

**Возраст и возрастные особенности обучающихся (адресат программы).** Рекомендуемый возраст детей 14-16 лет.

Возраст 14-16 лет (подростковый возраст) характеризуется следующими особенностями (согласно периодизации Д.Б. Эльконина).

Д.Б. Эльконин определяет этот возраст как старший подростковый. В данном возрасте он выделяет следующие особенности:

1. Актуальная социальная ситуация: необходимость самоопределения и планирования собственного будущего.

2. Ведущая деятельность: познавательная и учебная, начало профессионального становление и наработки необходимых навыков.

3. Кризис: 16 лет – напряженное состояние в связи с окончанием подросткового возраста и детства как такового и вступлением во взрослую жизнь.

4. Новообразования: определение собственных ценностей и планов на будущее, формирование личностного мировоззрения и навыков самообразования.

Подростковый возраст является важной составляющей для развития личности и характеризуется глубокими изменениями условий, влияющих на личностное развитие ребенка. Изменения касаются физиологии организма, отношений, складывающихся у подростков со взрослыми людьми и сверстниками, уровня развития познавательных процессов, интеллекта и способностей. Во всем этом намечается переход от детства к взрослости. Во все новые отношения с людьми подросток вступает уже будучи интеллектуально достаточно развитым человеком и, располагая, способностями, которые позволяют ему занять определенное место в системе взаимоотношений со сверстниками. В течение трех-четырёх лет оформляется мотивационная сфера подростка, определяются его личные и деловые интересы, проявляются профессиональные склонности и способности.

Главные мотивационные линии этого возрастного периода, связанные с активным стремлением к личностному самосовершенствованию, – это целеустремленность, внутренняя целостность, принятие себя и окружающих, умение творчески и конструктивно решать жизненные противоречия, успешно реализуя личностный потенциал.

Именно поэтому важным становится развитие личности обучающихся и их профессиональная ориентация в данном возрастном периоде, а разработанная нами программа «Персоналити» позволит осуществить это.

### **Формы подведения итогов реализации программы**

Проверка и оценка полученных участниками программы в ходе занятий знаний, умений и навыков (в том числе и практических) являются неотъемлемой и важной составляющей частью процесса обучения, они строятся на принципе систематичности и проводятся в течение всего процесса обучения.

В педагогической практике используются различные виды контроля и оценки знаний и навыков участников:

- входной контроль – ориентирован на изучение особенностей личности каждого обучающегося, познание своих эмоционально-личностных особенностей, проводится с помощью психодиагностических методик. В качестве примера служит диагностика коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-2). **Оценочные материалы** представлены в приложение №1;

- промежуточный контроль – предусмотрен в конце I полугодия, направлен на выявление уровня усвоения программы обучающимися, проводится в форме творческих заданий, выполнение которых позволит проверить комплексные знания по пройденным темам, а также даст возможность обучающимся раскрыть свой творческий потенциал, например тест Кейрси, **Оценочные материалы** представлены в приложении № 2;



- итоговый контроль – проводится в конце обучения по программе и направлен на выявление уровня усвоения программы, форма проведения – защита индивидуального проекта. Проект направлен на определение своей модели будущего «Идеальный план моего будущего». **Структура проекта обучающихся «Идеальный план моего будущего»** представлены в приложении № 7.

## Учебный план

№	Разделы программы	Количество часов	Формы аттестации/ контроля
1.	Введение	2	Фронтальный опрос
2.	Личность	36	Тестирование
3.	Арт-техники в работе с подростками	16	Практическая работа
4.	Профессии для подростков	18	Представление и анализ работ
5.	Основы проектирования	28	Практическая работа
6.	Личностное развитие	58	Практическая работа
7.	Повторение и закрепление полученных навыков	2	Защита проекта
	<b>Всего:</b>	<b>160</b>	

## Учебно-тематический план

№ п/п	Разделы программы и темы занятий	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>1.</b>	<b>Введение</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
1.1	Вводное занятие	1	1	-
<b>2.</b>	<b>Личность</b>	<b>36</b>	<b>14</b>	<b>22</b>
2.1.	«Понятие «личность» и ее структура	6	2	4
2.2.	«Движущие силы и условия развития личности»	10	4	6
2.3.	«Индивидуальные свойства личности и их роль в развитии личности»	10	4	6
2.4.	«Особенности эмоционально-личностной сферы»	10	4	6
<b>3.</b>	<b>Арт-техники в работе с подростками</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>12</b>
3.1.	«Я-есть»	4	1	3
3.2.	«Мои чувства»	4	1	3
3.3.	«Мое тело»	4	1	4
3.4.	«Я и общество»	4	1	3
<b>4.</b>	<b>Профессии для подростков</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>10</b>
4.1.	Мини-игра «Кто ты?»	4	2	2
4.2.	Мини-игра «Ну-ка, покажи-ка!»	3	1	2
4.3.	Мини-игра «Ошибочка вышла»	3	2	1
4.4.	Мини-игра «Общее дело»	4	1	3
4.5.	Мини-игра «Проф.набор!»	4	2	2
<b>5.</b>	<b>Основы проектирования</b>	<b>28</b>	<b>14</b>	<b>14</b>
5.1.	«Основы проектной работы: теория и практика»	4	2	2
5.2.	«Организация и осуществление проектов»	4	2	2
5.3.	«Проблематизация проекта и поиск идей по решению проблем»	4	2	2
5.4.	«От проблемы к цели»	4	2	2
5.5.	«Этапы проекта»	4	2	2
5.6.	«Планирование и организация деятельности»	4	2	2
5.7.	«Мероприятия как форма продвижения проекта»	4	2	2
<b>6.</b>	<b>Личностное развитие</b>	<b>58</b>	<b>15</b>	<b>43</b>
6.1.	«В контакте с собой»	10	3	7
6.2.	«Возможности и перспективы»	10	4	6
6.3.	«Самостоятельность и работа в команде»	10	2	8
6.4.	«Коммуникация и межличностное развитие»	10	1	9
6.5.	«Потребность в достижении успеха: личность в деятельности»	10	4	6
6.6.	«Идеальный план моего будущего»	8	1	7
<b>7.</b>	<b>Повторение и закрепление полученных навыков</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
7.1.	«Обобщение материала»	2	1	1
<b>Итого</b>		<b>160</b>	<b>57</b>	<b>103</b>

## Содержание программы

### 1. Введение

#### 1.1. Вводное занятие

**Теория:** правила техники безопасности. Знакомство с образовательной программой

**Практика:** беседа с элементами игры, индивидуальные и командные упражнения

**Форма занятия:** беседа

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Оборудование:** иллюстрации, технологические схемы

**Форма подведения итогов:** фронтальный опрос

### 2. Личность

#### 2.1. «Понятие «личность» и ее структура»

**Теория:** знакомство с основными понятиями и категориями психологии личности

**Практика:** беседа, тестирование «Психотип личности», Диагностика коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-2)

**Форма занятия:** беседа, практическое занятие

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Форма подведения итогов:** обсуждение итогов

#### 2.2. «Движущие силы и условия развития личности»

**Теория:** рассмотреть основные подходы к пониманию движущих сил и развития личности, современные направления развития личности.

**Практика:** тест по соционике на определение социотипов и подтипов, Методика «Шкала эмоциональной стабильности - нестабильности (нейротизма)» Г. Айзенка

**Форма занятия:** круглый стол

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Форма подведения итогов:** блиц-опрос

#### 2.3. «Индивидуальные свойства личности и их роль в развитии личности»

**Теория:** ознакомиться с индивидуальными свойствами личности и их ролью в развитии личности

**Практика:** «стиль саморегуляции поведения» (Моросанова В. И.), Тест Кейрси – определение типа темперамента по Юнгу

**Форма занятия:** творческая мастерская

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Форма подведения итогов:** практическая работа

#### 2.4. «Особенности эмоционально-личностной сферы»

**Теория:** знакомство с особенностями эмоционально-личностной сферы

**Практика:** методика «Волшебная страна чувств» (Авторская - Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов), Тест тревожности Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен.

**Форма занятия:** тренинг

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Оборудование:** бланки, протоколы тестирования

**Форма подведения итогов:** обсуждение итогов

### **3. Арт-техники в работе с подростками**

#### **3.1. «Я- есть»**

**Теория:** исследование того, как меняются люди и предметы; выражение своего опыта.

**Практика:** арт-техники «Автобиография», «Прошлое/настоящее/будущее», «Мой день, моя неделя», «Моя карта».

**Форма занятия:** арт-тренинг

**Методы и приемы:** практические

**Форма подведения итогов:** беседа

#### **3.2. «Мои чувства»**

**Теория:** обсуждение того, что такое чувства (откуда они появляются, зачем они нам нужны, о чем они нам говорят), и перечисление различных чувств (например, радости, грусти, гнева, удивления, скуки, смущения).

**Практика:** арт-техники «Мое настроение», «Чувства», «Ларец счастьем (визуализация)», «Противоположные чувства».

**Форма занятия:** арт-тренинг

**Методы и приемы:** практические

**Форма подведения итогов:** беседа

#### **3.3. «Мое тело»**

**Теория:** исследование образа тела, помощь подросткам начать осознавать себя и их ощущение тела, а также повысить уверенность в себе.

**Практика:** арт-техники «Что говорят газеты», «Карта моего тела».

**Форма занятия:** арт-тренинг

**Методы и приемы:** практические

**Форма подведения итогов:** беседа

#### **3.4. «Я и общество»**

**Теория:** окружение подростка и осознание того, что подростков окружают те люди, которые содержат в себе те качества, присущие самому подростку; представление ситуаций, которые вызывают страх или тревогу (например, выступление перед аудиторией, необходимость доказывать свою точку зрения или иметь дело с задирой) и поиск решений в этих ситуациях.

**Практика:** арт-техники «Дружба (визуализация)», «Портреты того, что внутри/снаружи», «Преодоление».

**Форма занятия:** арт-тренинг

**Методы и приемы:** практические

**Форма подведения итогов:** беседа

### **4. Профессии для подростков**

#### **4.1. Мини-игра «Кто ты?»**

**Теория:** знакомство с терминами «профессия», «должность», «специальность», а также в специфике некоторых профессий испытать их на себе.

**Практика:** участники в игре знакомятся с миром профессий, вытягивают одну из игровых карт с профессиями. Одновременно раздаются

карточки с памяткой. Игровая программа «ПРОФИ +». Игра с опорой на знания и представления участников, решение «закрытых» задач.

**Форма занятия:** профориентационная игра

**Методы и приемы:** практические

**Форма подведения итогов:** беседа, коллективный анализ

#### **4.2. Мини-игра «Ну-ка, покажи-ка!»**

**Теория:** участники изучают специфику профессии изнутри, но на этот раз задача усложняется – им нельзя даже разговаривать, а значит, осознание профессии к зрителям приходит в большей степени интуитивно.

**Практика:** игровая программа «ПРОФИ +», игровые карточки с профессиями, решение «открытых» задач.

**Форма занятия:** профориентационная игра

**Методы и приемы:** практические

**Форма подведения итогов:** опрос, тестирование (Приложение 4)

#### **4.3. Мини-игра «Ошибочка вышла»**

**Теория:** игра закрепляет полученные представления о профессиональных терминах – «должность», «профессия», «специальность», а также о типологии профессий по системе Климова. Особенности профессии в соответствии с необходимыми для нее навыками: «человек-природа», «человек-техника», «человек-знаковая система», «человек-художественный образ», «человек-человек». Обозначаются перед обучающимися различные спорные фразы, связанные с этими понятиями.

**Практика:** игровая программа «ПРОФИ +», игровые карточки с профессиями, возможные темы дебатов («Представители рабочей профессии – главная сила рабочей страны»; «Рабочие профессии должны быть в почете» и т.д.).

**Форма занятия:** профориентационная игра, дебаты

**Методы и приемы:** практические

**Форма подведения итогов:** беседа, тестирование (Приложение 4), самоанализ

#### **4.4. Мини-игра «Общее дело»**

**Теория:** задача участников создать свою компанию (организацию, фирму, предприятие), в которой будут одновременно задействованы все 5 профессий (или специальностей).

**Практика:** игровая программа «ПРОФИ +», игровые карточки с профессиями, интеллект-карта «Как появились профессии», рисуем профессии «Как появились профессии» и т.д.

**Форма занятия:** профориентационная игра, самостоятельная работа

**Методы и приемы:** практические

**Форма подведения итогов:** беседа, представление и анализ работ

#### **4.5. Мини-игра «Проф.набор!»**

**Теория:** в игре необходимо быстро определить, какие предметы характерны для той или иной профессии, уметь презентовать по этим предметам свою профессию и угадать чужую. Современные и будущие профессии. Атлас новых профессий.

**Практика:** игровая программа «ПРОФИ +», игровые карточки с профессиями, игра через проектный подход («День творческих профессий», «Детям о профессиях» и т.д.).

**Форма занятия:** профориентационная игра, фотоквест, проектная деятельность

**Методы и приемы:** практические

**Форма подведения итогов:** представление и анализ работ, тестирование (Приложение 4)

## **5. Основы проектирования**

### **5.1. «Основы проектной работы: теория и практика»**

**Теория:** изучить понятие «проектная деятельность», рассмотреть классификации проектов, технологии разработки идеи проекта, структурные блоки проекта.

**Практика:** рабочая тетрадь «Основы проектной деятельности» (Г.Б. Голуб, Е.А. Перельгина, О.В. Чуракова)

**Форма занятия:** семинар

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Форма подведения итогов:** беседа

### **5.2. «Организация и осуществление проектов»**

**Теория:** изучить содержание проекта, составление иерархической структуры работ, оценку временных ресурсов проекта. Изучить функции управления проектом, этап завершения проекта.

**Практика:** рабочая тетрадь «Основы проектной деятельности» (Г.Б. Голуб, Е.А. Перельгина, О.В. Чуракова)

**Форма занятия:** практическое занятие

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Форма подведения итогов:** практическая работа

### **5.3. «Проблематизация проекта и поиск идей по решению проблем»**

**Теория:** детально изучить проблему проекта.

**Практика:** рабочая тетрадь «Основы проектной деятельности» (Г.Б. Голуб, Е.А. Перельгина, О.В. Чуракова)

**Форма занятия:** лабораторное занятие

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Форма подведения итогов:** беседа

### **5.4. «От проблемы к цели»**

**Теория:** рассмотреть возможные цели проектов, научиться выстраивать свою цель из имеющейся проблемы

**Практика:** рабочая тетрадь «Основы проектной деятельности» (Г.Б. Голуб, Е.А. Перельгина, О.В. Чуракова)

**Форма занятия:** занятие-игра

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Форма подведения итогов:** практическая работа

### **5.5. «Этапы проекта»**

**Теория:** изучить иерархическую структуру проекта, его основные этапы и их содержание.

**Практика:** рабочая тетрадь «Основы проектной деятельности»  
(Г.Б. Голуб, Е.А. Перельгина, О.В. Чуракова)

**Форма занятия:** мастер-класс

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Форма подведения итогов:** практическая работа

### **5.6. «Планирование и организация деятельности»**

**Теория:** проработать структуру проекта.

**Практика:** рабочая тетрадь «Основы проектной деятельности»  
(Г.Б. Голуб, Е.А. Перельгина, О.В. Чуракова)

**Форма занятия:** практическое занятие

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Форма подведения итогов:** практическая работа

### **5.7. «Мероприятия как форма продвижения проекта»**

**Теория:** изучить возможные мероприятия, необходимые для реализации собственного проекта.

**Практика:** рабочая тетрадь «Основы проектной деятельности»  
(Г.Б. Голуб, Е.А. Перельгина, О.В. Чуракова)

**Форма занятия:** деловая игра

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Оборудование:** иллюстрации, технологические схемы

**Форма подведения итогов:** обсуждение итогов

## **6. Личностное развитие**

### **6.1. «В контакте с собой»**

**Теория:** изучить акцентуации характера в подростковом возрасте, психологические новообразования в подростковом возрасте, сравнить с реальным наличием тех или иных особенностей у обучающихся.

**Практика:** конструктивный рисунок человека из геометрических форм, Индивидуально-типологический опросник ИТО

**Форма занятия:** занятие-игра

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Форма подведения итогов:** обсуждение итогов

### **6.2. «Возможности и перспективы»**

**Теория:** выявить основные потребности обучающихся в подростковом возрасте, определить законы общества, потребности социума, сравнить данные показатели с представлениями обучающихся об их роли в жизни.

**Практика:** тесты Айзенка, «Экспрес-диагностика личностных особенностей подростка»

**Форма занятия:** тренинг

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Форма подведения итогов:** беседа

### **6.3. «Самостоятельность и работа в команде»**

**Теория:** изучить одиночество и его особенности у подростков, психологические барьеры подростков, формирование идентичности в подростковом возрасте, научить работать в команде, принимать помощь как со стороны сверстников, так и со стороны взрослых.



**Практика:** тест интеллектуального потенциала ИП

**Форма занятия:** тренинг

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Форма подведения итогов:** практическая работа

#### **6.4. «Коммуникация и межличностное развитие»**

**Теория:** определить роль отношений с друзьями в жизни подростков, отношения со взрослыми в подростковом возрасте, основные источники конфликтов в отношениях подростков и родителей.

**Практика:** тест «Социальный интеллект» Гилфорда, Опросник «Цель-Средство-Результат»

**Форма занятия:** тренинг

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Форма подведения итогов:** практическая работа

#### **6.5. «Потребность в достижении успеха: личность в деятельности»**

**Теория:** раскрыть понятия «успех», «карьера», показать, что потребность в достижении успеха связана с различными сферами общественной жизни, выявить желания обучающихся, в какой сфере они хотели бы себя реализовать.

**Практика:** шкала потребности в поисках ощущений Цукермана.

**Форма занятия:** дискуссия

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Форма подведения итогов:** обсуждение итогов

#### **6.6. «Идеальный план моего будущего»**

**Теория:** Разработка проекта идеального плана ближайшего плана своего будущего обучающихся с учетом полученных знаний, умений и навыков.

**Практика:** план проекта

**Форма занятия:** консультация

**Методы и приемы:** словесные, практические

**Оборудование:** иллюстрации, технологические схемы

**Форма подведения итогов:** беседа

### **7. Повторение и закрепление полученных навыков**

#### **7.1. «Обобщение материала»**

**Теория:** закрепить полученные знания, умения и навыки.

**Практика:** представление обучающимися индивидуальных проектных работ «Идеальный план моего будущего»

**Форма занятия:** практическая работа.

**Методы и приемы:** практические

**Оборудование:** карта-схема

**Форма подведения итогов:** защита проектов.

## Календарный учебный график

**Время проведения занятий:**

**Место проведения:**

№	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля
1		Вводное занятие	2	Беседа	Фронтальный опрос
2		«Понятие «личность» и ее структура	2	Беседа, практическое занятие	Блиц-опрос
3		Структура личности	2	Круглый стол	Блиц-опрос
4		Личность подростка	2		
5		«Движущие силы и условия развития личности»	2	Круглый стол	Блиц-опрос
6		«Условия развития личности»	2	Круглый стол	Блиц-опрос
7		Среда как условие развития личности	2	Круглый стол	Блиц-опрос
8		Внутренние и внешние противоречия как условия развития личности	2	Круглый стол	Блиц-опрос
9		Уровень актуального и ближайшего развития как движущие силы личности	2	Круглый стол	Блиц-опрос
10		«Индивидуальные свойства личности и их роль в развитии личности»	2	Практическое занятие	Беседа
11		«Нейродинамические свойства мозга»	2	Практическое занятие	Беседа
12		«Темперамент как предпосылка для	2	Практическое занятие	Беседа

		формирования характера»			
13		«Задатки как природная предпосылка для формирования способностей»	2	Практическое занятие	Беседа
14		«Индивидуальный стиль как форма интеграции индивидуальных и личностных свойств»	2	Практическое занятие	Беседа
15		«Особенности эмоционально-личностной сферы»	2	Тренинг	Обсуждение итогов
16		«Эмоционально-волевая устойчивость»	2	Тренинг	Обсуждение итогов
17		«Особенности самооценки»	2	Тренинг	Обсуждение итогов
18		«Дифференциация эмоций и чувств»	2	Тренинг	Обсуждение итогов
19		«Эмоциональное реагирование и его характеристики»	2	Тренинг	Практическая работа
20		«Я-есть»	2	Творческая мастерская	Беседа
21		«Я-есть»	2	Творческая мастерская	Беседа
22		«Мои чувства»	2	Арт-тренинг	Беседа
23		«Мои чувства»	2	Арт-тренинг	Опрос
24		«Мое тело»	2	Творческая мастерская	Беседа
25		«Мое тело»	2	Арт-тренинг	Беседа
26		«Я и общество»	2	Арт-тренинг	Обсуждение итогов

27		«Я и общество»	2	Творческая мастерская	Практическое занятие
28		Мини-игра «Кто ты?»	2	Проф.ориентационная игра	Беседа, тестирование, анализ
29		Мини-игра «Ну-ка, покажи-ка!»	2	Проф.ориентационная игра	Опрос
30		Мини-игра «Ну-ка, покажи-ка!»	2	Проф.ориентационная игра, дебаты	Тестирование
31		Мини-игра «Ошибочка вышла»	2	Проф.ориентационная игра	Беседа, тестирование
32		Мини-игра «Ошибочка вышла»	2	Проф.ориентационная игра	Беседа, самоанализ
33		Мини-игра «Общее дело»	2	Проф.ориентационная игра	Беседа
34		Мини-игра «Общее дело»	2	Самостоятельная работа	Представление и анализ работ
35		Мини-игра «Проф.набор!»	2	Проф.ориентационная игра	Практическая работа
36		Мини-игра «Проф.набор!»	2	Фотоквест	Представление и анализ работ
37		«Основы проектной работы: теория и практика»	2	Мастер-класс	Практическая работа
38		«Основы проектной работы: теория и практика»	2	Мастер-класс	Практическая работа
39		«Организация и осуществление проектов»	2	Лабораторное занятие	Практическая работа
40		«Организация и осуществление	2	Лабораторное занятие	Практическая

		проектов»			работа
41		«Проблематизация проекта и поиск идей по решению проблем»	2	Деловая игра	Практическая работа
42		«Проблематизация проекта и поиск идей по решению проблем»	2	Деловая игра	
43		«От проблемы к цели»	2	Занятие-игра	Обсуждение итогов
44		«От проблемы к цели»	2	Занятие-игра	Обсуждение итогов
45		«Этапы проекта»	2	Занятие-игра	Обсуждение итогов
46		«Этапы проекта»	2		
47		«Планирование и организация деятельности»	2	Занятие-игра	Обсуждение итогов
48		«Планирование и организация деятельности»	2	Семинар	Беседа
49		«Мероприятия как форма продвижения проекта»	2	Тренинг	Беседа
50		«Мероприятия как форма продвижения проекта»	2		
51		«В контакте с собой»	2	Тренинг	Беседа
52		«Целеполагание деятельности»	2		
53		«Планирование своей деятельности»	2	Тренинг	Практическая работа
54		«Познавательные интересы и стремление их реализации»	2		
55		«В контакте с собой»	2	Тренинг	Практическая

56		«Возможности и перспективы»	2		работа
57		«Медиамногозадачность: от когнитивных функций к цифровой повседневности»	2	Занятие-игра	Практическая работа
58		«Поведенческая автономия»	2	Занятие-игра	Беседа
59		«Сила достижений»	2	Семинар	Беседа
60		«Установки которые мешают и помогают»	2		
61		«Самостоятельность и работа в команде»	2	Тренинг	Беседа
62		«Особенности самостоятельной работы»	2		
63		«Особенности работы в команде»	2	Тренинг	Беседа
64		«Межличностное общение в команде»	2	Тренинг	Практическая работа
65		«Умение работать в команде»	2	Тренинг	Беседа
66		«Коммуникация и межличностное развитие»	2		
67		«Эмоциональный интеллект»	2	Тренинг	Практическая работа
68		«Социальный интеллект»	2	Тренинг	Практическая работа
69		«Источники конфликтов в команде»	2	Тренинг	Практическая работа
70		«Эффективные способы решения межличностных конфликтов»	2	Тренинг	Практическая работа

71		«Потребность в достижении успеха»	2	Тренинг	Практическая работа
72		«Понятия «успех» и «карьера»»	2	Дискуссия	Обсуждение итогов
73		«Мотивация достижении успеха»	2	Дискуссия	Обсуждение итогов
74		«Представления об успехе»	2	Консультация	Беседа
75		«Связь успеха, самооценки и целеполагания»	2	Консультация	Беседа
76		«Личность в деятельности»	2	Мастер-класс	Беседа
77		«Идеальный план моего будущего»	2	Консультация	Практическая работа
78		«Идеальный план моего будущего»	2	Практическое занятие	Защита проекта
79		«Идеальный план моего будущего»	2	Практическое занятие	Защита проекта
80		«Обобщение материала»	2	Практическое занятие	Практическая работа
		<b>Итого:</b>	<b>160 часов</b>		

## **Методическое обеспечение программы**

### **Форма проведения занятий.**

На занятиях предусматриваются следующие **формы организации учебной деятельности:**

- беседа;
- практическая работа;
- игра;
- дебаты;
- самостоятельная работа;
- проектная деятельность.

### **Виды воспитывающей деятельности**

В рамках реализации программы предусмотрено триединство социально-ценностных знаний, отношений и опыта, которые способствуют воспитанию социальной активности личности.

- проблемно-ценностное общение (мастерская ценностных ориентаций, дискуссии);
- игровая деятельность (сюжетно-ролевая игра, имитационная игра);
- досугово-развлекательная деятельность (профориентационный квест, фотокросс);
- трудовая деятельность (экологические акции, субботники);
- познавательная деятельность (познавательная игра, квиз).

Представленные виды воспитывающей деятельности могут быть использованы не только при изучении определенной темы/ раздела, но и в качестве самостоятельных воспитательных мероприятий (Приложение 8).

### **Педагогические технологии.**

В программе используются следующие педагогические технологии:

1. Развивающее обучение - заключается в умении создать учебную ситуацию, при которой у обучающегося проявляется потребность в изучении нового материала.
2. Дифференцированное обучение, целью которого является обучение каждого обучающегося на уровне его возможностей. Необходимо для того, чтобы предоставить шанс каждому обучающемуся развивать свои потенциальные способности.
3. Игровая технология создается при помощи игровых приемов и ситуаций, которые выступают как средство побуждения, стимулирования обучающихся к учебной деятельности.
4. Технология личностно-ориентированного обучения, заключающаяся в то, что в процессе обучения учитываются ценностные ориентации ребёнка и структура его убеждений, на основе которых формируется его «внутренняя модель мира».
5. Объяснительно-иллюстративная технология - объяснение учебного материала сопровождается различными визуальными средствами.
6. Здоровьесберегающая технология включает в себя рациональную организацию учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми,



индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

7. Технология проектного обучения заключается в развитии познавательных навыков обучающихся, умений самостоятельно конструировать свои знания, умений ориентироваться в информационном пространстве, развитие критического мышления.

**Методы обучения.** В процессе реализации программы используются следующие методы и приемы обучения:

1. Игровой метод является одним из основных методов и предусматривает использование разнообразных компонентов игровой деятельности в сочетании с другими:

- ролевые игры;
- тренинги;
- игры на развитие высших психических функций.

2. Словесные:

- устное изложение материала;
- объяснение;
- беседа;
- диалог;
- дискуссия;
- дебаты.

3. Практические методы:

- графические работы;
- тестирование;
- работа с проектами.

4. Наглядные методы. Применяются следующие дидактические материалы:

- иллюстративные (схемы, плакаты, карточки);
- демонстрационные (презентация, видеофильм);
- раздаточные материалы.

#### **Условия реализации программы**

**Организационно-методическое:** возможно участие в конкурсах, олимпиадах.

**Кадровое:** педагог-психолог

**Информационное:**

- электронный конспект занятий;
- картинный материал;
- дидактические игры, психологические тренинги;
- научно-методическая литература:

**Для педагога-психолога:**

1. Аверин В.А. Психология личности: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 2019

2. Бородянский М. 8 цветных психотипов: кто вы? / М.: Издательский дом: Ломионосовъ., 2017

3. Грецов А.Г. Тренинг общения для подростков. – СПб.: Питер, 2011

4. Гоулман Л. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта. – М., Альпина, 2020

5. Микляева А.В. Я-подросток. Я среди других людей. Программа уроков психологии. - СПб.: Речь, 2019

6. Немов Р.С. Психология (серия из 3 книг) М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2018

#### **Для педагога и обучающихся:**

1. Патрик Кинг. Как легко завести разговор с любым человеком. Искусство умной, легкой и увлекательной беседы. – М.: Академия, 2021

2. Ильин Е.П. Психология делового общения. – СПб.: Питер, 2017

3. Л. Хейс, Д. Чароки: Терапия принятия и ответственности для подростков. – М.: Диалектика, 2022

#### **Материально-техническое:**

Учебный кабинет:

- парты;

- доска;

- компьютер;

- материалы для творчества (краски, белая и цветная бумага, картон, ватман для рисования и конструирования, клей, фотоальбомы и др.);

- канцелярские принадлежности: ручки, карандаши, маркеры, корректоры, блокноты, тетради, бумага разных видов, клей, файлы, папки и т.д.

## Список литературы

1. Буйлова, Л.Н. Методические рекомендации по подготовке авторских программ дополнительного образования детей / Л.Н. Буйлова, Н.В. Кленова, А.С. Постников [Электронный ресурс] / Дворец творчества и молодежи. В помощь педагогу. – Режим доступа: <https://doto.ucoz.ru/metod/>
2. Закон Российской Федерации «Об образовании», 26.12.2012 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/)
3. Голуб Г.Б., Перелыгина Е.А., Чуракова О.В. Основы проектной деятельности школьника/ Г.Б., Голуб, Е.А. Перелыгина, О.В. Чуракова. – М. Учебная литература, 2006
4. Качай И.С., Федоренко П. А. Большая книга психологических практик для избавления от тревоги, паники, ВСД и стресса / И. С.Качай, П. А.Федоренко – М.: АСТ, 2022
5. Кови Ш. 7 навыков высокоэффективных тинейджеров. Как стать крутым и продвинутым / Ш. Кови. – М.: Добрая книга, 2020
6. Ланцова Е. Ловушки мышления. Почему наш мозг с нами играет и как его обыграть / Е. Ланцова. – М. Бамбора, 2020
7. Левитес Д.Г. Педагогические технологии/ Д.Г. Левитес. – М.: ИНФРА-М, 2019
8. Немов Р.С. Психология (серия из 3 книг) М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2018
9. Смирнов А. Игровая программа по профессиям для школьников. – М., 2020
10. Шер Б.. Отказываюсь выбирать! Как использовать свои интересы, увлечения и хобби, чтобы построить свою жизнь / Б. Шер. – М. Манн, Иванов, Фербер, 2022

## Приложение 1. Материалы для диагностики к разделу II «Личность»

### Диагностика коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-2)

Шкалы: коммуникативные склонности, организаторские склонности

Темы: общение, управление

Тестируем: свойства личности

Тип теста: вербальный

Вопросов: 40

Комментарии: 4 написать

Инструкция к тесту

Методика по определению **коммуникативных и организаторских склонностей** содержит 40 вопросов. На каждый вопрос следует ответить «да» или «нет». Если вы затрудняетесь в выборе ответа, необходимо все-таки склониться к соответствующей альтернативе (+) или (-). Время на выполнение методики 10-15 минут.

Тестовый материал

1. Есть ли у вас стремление к изучению людей и установлению знакомств с различными людьми?
2. Нравится ли вам заниматься общественной работой?
3. Долго ли вас беспокоит чувство обиды, причиненной вам кем-либо из ваших товарищей?
4. Всегда ли вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Много ли у вас друзей, с которыми вы постоянно общаетесь?
6. Часто ли вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими вашего мнения?
7. Верно ли, что вам приятнее и проще проводить время за книгами или за каким-нибудь другим занятием, чем с людьми?
8. Если возникли некоторые помехи в осуществлении ваших намерений, легко ли вам отказаться от своих намерений?
9. Легко ли вы устанавливаете контакты с людьми, которые старше вас по возрасту?
10. Любите ли вы придумывать или организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли вам включаться в новые для вас компании (коллективы)?
12. Часто ли вы откладываете на другие дни дела, которые нужно было выполнить сегодня?
13. Легко ли вам удается устанавливать контакты и общаться с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли вы добиться того, чтобы ваши товарищи действовали в соответствии с вашим мнением?
15. Трудно ли вы осваиваетесь в новом коллективе?

16. Верно ли, что у вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязательств, обязанностей?
17. Стремитесь ли вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
18. Часто ли при решении важных дел вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли вас окружающие люди и хочется ли вам побыть одному?
20. Правда ли, что вы плохо ориентируетесь в незнакомой для вас обстановке?
21. Нравится ли вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у вас раздражение, если вам не удается закончить начатое дело?
23. Испытываете ли вы затруднение, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы ваших товарищей?
27. Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди незнакомых людей?
28. Верно ли, что вы редко стремитесь доказать свою правоту?
29. Полагаете ли вы, что вам не представляет особого труда внести оживление в малознакомую группу?
30. Принимаете ли вы участие в общественной работе в школе (во Дворце)?
31. Стремитесь ли вы ограничить круг своих знакомых?
32. Верно ли, что вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не сразу было принято товарищами?
33. Чувствуете ли вы себя непринужденно, попав в незнакомый коллектив?
34. Охотно ли вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у вас много друзей?
38. Часто ли вы оказываетесь в центре внимания своих товарищей?
39. Часто ли вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?
40. Правда ли, что вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

### **Ключ к тесту**

Коммуникативные склонности	Ответы
	(+) да 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37
Организаторские склонности	(-) нет 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39
	(+) да 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38
	(-) нет 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40

### Обработка результатов теста

Определяются уровни коммуникативных и организаторских склонностей в зависимости от набранных баллов по этим параметрам. Максимальное количество баллов отдельно по каждому параметру – 20. Подсчитываются баллы отдельно по *коммуникативным* и отдельно по *организаторским* склонностям с помощью ключа для обработки данных «КОС-2».

За каждый ответ «да» или «нет» для высказываний, совпадающих с отмеченными в ключе отдельно по соответствующим склонностям, приписывается один балл. Экспериментально установлено пять уровней коммуникативных и организаторских склонностей. Примерное распределение баллов по этим уровням показано ниже.

### Уровни коммуникативных и организаторских склонностей

<b>Сумма баллов</b>	1-4	5-8	9-12	13-16	17-20
<b>Уровень</b>	Очень низкий	Низкий	Средний	Высокий	Высший

Испытуемые, получившие оценку *1-4 балла*, характеризуются низким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей.

Набравшие *5-8 баллов* имеют коммуникативные и организаторские склонности на уровне ниже среднего. Они не стремятся к общению, предпочитают проводить время наедине с собой. В новой компании или коллективе чувствуют себя скованно. Испытывают трудности в установлении контактов с людьми. Не отстаивают своего мнения, тяжело переживают обиды. Редко проявляют инициативу, избегают принятия самостоятельных решений.

Для испытуемых, набравших *9-12 баллов*, характерен средний уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они стремятся к контактам с людьми, отстаивают свое, однако потенциал их склонностей не отличается высокой устойчивостью. Требуется дальнейшая воспитательная работа по формированию и развитию этих качеств личности.

Оценка *13-16 баллов* свидетельствует о высоком уровне проявления коммуникативных и организаторских склонностей испытуемых. Они не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, стремятся расширить круг своих знакомых, помогают близким и друзьям, проявляют инициативу в

общении, способны принимать решения в трудных, нестандартных ситуациях.

Высший уровень коммуникативных и организаторских склонностей (17-20 баллов) у испытуемых свидетельствует о сформированной потребности в коммуникативной и организаторской деятельности. Они быстро ориентируются в трудных ситуациях. Непринужденно ведут себя в новом коллективе. Инициативны. Принимают самостоятельные решения. Отстаивают свое мнение и добиваются принятия своих решений. Любят организовывать игры, различные мероприятия. Настойчивы и одержимы в деятельности.

## Опросник «Стиль саморегуляции поведения – ССП-98»

В. И. Моросановой

Опросник ССП-98 состоит из 46 утверждений, входящих в состав шести шкал, выделяемых в соответствии с основными регуляторными процессами (планирования, моделирования, программирования, оценки результатов) и регуляторно-личностными свойствами (гибкости и самостоятельности). В состав каждой шкалы входят по девять утверждений. Структура опросника такова, что ряд утверждений входят в состав сразу двух шкал в связи с тем, что их можно отнести к характеристике как регуляторного процесса, так и свойства регуляции.

Шкала – **Планирование** (Пл) характеризует индивидуальные особенности целеполагания и удержания целей, уровень сформированности у человека осознанного планирования деятельности. При высоких показателях по этой шкале у субъекта сформирована потребность в осознанном планировании деятельности, планы в этом случае реалистичны, детализированы, иерархичны, действенны и устойчивы, цели деятельности выдвигаются самостоятельно. У испытуемых с низкими показателями по шкале потребность в планировании развита слабо, планы подвержены частой смене, поставленная цель редко бывает достигнута, планирование не действенно, малореалистично. Такие испытуемые предпочитают не задумываться о своем будущем, цели выдвигают ситуативно и обычно несамостоятельно.

Шкала – **Моделирование** (М) позволяет диагностировать индивидуальную развитость представлений о системе внешних и внутренних значимых условий, степень их осознанности, детализированности и адекватности. Испытуемые с высокими показателями по шкале способны выделять значимые условия достижения целей, как в текущей ситуации, так и в перспективном будущем, что проявляется в адекватности программ действий планам деятельности, соответствии получаемых результатов принятым целям. В условиях неожиданно меняющихся обстоятельств, при смене образа жизни, переходе на другую систему работы такие испытуемые способны гибко изменять модель значимых условий и, соответственно, программу действий. У испытуемых с низкими показателями по шкале слабая сформированность процессов моделирования приводит к неадекватной оценке значимых внутренних условий и внешних обстоятельств, что проявляется в фантазировании, которое может сопровождаться резкими перепадами отношения к развитию ситуации, последствиям своих действий. У таких испытуемых часто возникают трудности в определении цели и программы действий, адекватных текущей ситуации, они не всегда замечают изменение ситуации, что также часто приводит к неудачам.

Шкала – **Программирование** (Пр) диагностирует индивидуальную развитость осознанного программирования человеком своих действий. Высокие показатели по этой шкале говорят о сформировавшейся у человека



потребности продумывать способы своих действий и поведения для достижения намеченных целей, детализированности и развернутости разрабатываемых программ. Программы разрабатываются самостоятельно, они гибко изменяются в новых обстоятельствах и устойчивы в ситуации помех. При несоответствии полученных результатов целям производится коррекция программы действий до получения приемлемой для субъекта успешности. Низкие показатели по шкале программирования говорят о неумении и нежелании субъекта продумывать последовательность своих действий. Такие испытуемые предпочитают действовать импульсивно, они не могут самостоятельно сформировать программу действий, часто сталкиваются с неадекватностью полученных результатов целям деятельности и при этом не вносят изменений в программу действий, действуя путем проб и ошибок.

Шкала – **Оценивание результатов (ОР)** характеризует индивидуальную развитость и адекватность оценки испытуемым себя и результатов своей деятельности и поведения. Высокие показатели по этой шкале свидетельствуют о развитости и адекватности самооценки, сформированности и устойчивости субъективных критериев оценки, успешности достижения результатов. Субъект адекватно оценивает как сам факт рассогласования полученных результатов с целью деятельности, так и приведшие к нему причины, гибко адаптируясь к изменению условий. При низких показателях по этой шкале испытуемый не замечает своих ошибок, не критичен к своим действиям. Субъективные критерии успешности недостаточно устойчивы, что ведет к резкому ухудшению качества результатов при увеличении объема работы, ухудшении состояния или возникновении внешних трудностей.

Шкала – **Гибкость (Г)** диагностирует уровень сформированности регуляторной гибкости, т.е. способности перестраивать систему саморегуляции в связи с изменением внешних и внутренних условий. Испытуемые с высокими показателями по шкале гибкости демонстрируют пластичность всех регуляторных процессов. При возникновении непредвиденных обстоятельств такие испытуемые легко перестраивают планы и программы исполнительских действий и поведения, способны быстро оценить изменение значимых условий и перестроить программу действий. При возникновении рассогласования полученных результатов с принятой целью своевременно оценивают сам факт рассогласования, вносят коррекцию в регуляцию. Гибкость регуляторики позволяет адекватно реагировать на быстрое изменение событий и успешно решать поставленную задачу в ситуации риска. Испытуемые с низкими показателями по шкале гибкости в динамичной, быстро меняющейся обстановке чувствуют себя неуверенно, с трудом привыкают к переменам в жизни, смене обстановки и образа жизни. В таких условиях несмотря даже на сформированность процессов регуляции, они не способны адекватно реагировать на ситуацию, быстро и своевременно планировать деятельность и поведение, разрабатывать программу действий, выделять значимые условия, оценивать

рассогласование полученных результатов с целью деятельности и вносить коррективы. В результате у таких испытуемых неизбежно возникают регуляторные сбои и, как следствие, неудачи в выполнении деятельности.

**Шкала – Самостоятельность (С)** характеризует развитость регуляторной автономности. Наличие высоких показателей по шкале самостоятельности свидетельствует об автономности в организации активности человека, его способности самостоятельно планировать деятельность и поведение, организовывать работу по достижению выдвинутой цели, контролировать ход ее выполнения, анализировать и оценивать как промежуточные, так и конечные результаты деятельности. Испытуемые с низкими показателями по шкале самостоятельности зависимы от мнений и оценок окружающих. Планы и программы действий разрабатываются несамостоятельно, такие испытуемые часто и некритично следуют чужим советам. При отсутствии посторонней помощи у таких испытуемых неизбежно возникают регуляторные сбои.

### **Общий уровень саморегуляции**

Характеризует общий уровень сформированности индивидуальной системы осознанной саморегуляции произвольной активности человека. Для испытуемых с высокими показателями общего уровня саморегуляции характерна осознанность и взаимосвязанность в общей структуре индивидуальной регуляции регуляторных звеньев. Такие испытуемые самостоятельны, гибко и адекватно реагируют на изменение условий, выдвижение и достижение цели у них в большой степени осознанно. При высокой мотивации достижения они способны формировать такой стиль саморегуляции, который позволяет компенсировать влияние личностных, характерологических особенностей, препятствующих достижению цели. Чем выше общий уровень осознанной саморегуляции, тем легче человек овладевает новыми видами активности, увереннее чувствует себя в незнакомых ситуациях, тем стабильнее его успехи в привычных видах деятельности. У испытуемых с низкими показателями по данной шкале потребность в осознанном планировании и программировании своего поведения не сформирована, они более зависимы от ситуации и мнения окружающих людей. Возможность компенсации неблагоприятных для достижения поставленной цели личностных особенностей у таких испытуемых снижена по сравнению с испытуемыми с высоким уровнем регуляции. Соответственно успешность овладения новыми видами деятельности в большой степени зависит от соответствия стилевых особенностей регуляции и требований осваиваемого вида активности.

**Инструкция:** Предлагаем Вам ряд высказываний об особенностях поведения. Последовательно прочитав каждое высказывание, выберите один из четырех возможных ответов: «Верно», «Пожалуй, верно», «Пожалуй, неверно», «Неверно» и поставьте крестик в соответствующей графе на листе ответов.

Не пропускайте ни одного высказывания. Помните, что не может быть хороших или плохих ответов, так как это не испытание Ваших способностей, а лишь выявление индивидуальных особенностей Вашего поведения.

### **Диагностика саморегуляции**

1. Свои планы на будущее люблю разрабатывать в малейших деталях.
2. Люблю всякие приключения, могу идти на риск.
3. Стараюсь всегда приходить вовремя, но тем не менее часто опаздываю.
4. Придерживаюсь девиза - «Выслушай совет, но сделай по-своему».
5. Часто полагаюсь на свои способности ориентироваться по ходу дела и не стремлюсь заранее представить последовательность своих действий.
6. Окружающие отмечают, что я недостаточно критичен к себе и своим действиям, но сам я это не всегда замечаю.
7. Накануне контрольных или экзаменов у меня обычно появлялось чувство, что не хватило 1–2 дней для подготовки.
8. Чтобы чувствовать себя уверенно, необходимо знать, что ждет тебя завтра.
9. Мне трудно себя заставить что-либо переделывать, даже если качество сделанного меня не устраивает.
10. Не всегда замечаю свои ошибки, чаще это делают окружающие меня люди.
11. Переход на новую систему работы не причиняет мне особых неудобств.
12. Мне трудно отказаться от принятого решения даже под влиянием близких мне людей.
13. Я не отношу себя к людям, жизненным принципом которых является «Семь раз отмерь, один раз отрежь».
14. Не выношу, когда меня опекают и за меня что-то решают.
15. Не люблю много раздумывать о своем будущем.
16. В новой одежде часто ощущаю себя неловко.
17. Всегда заранее планирую свои расходы, не люблю делать незапланированных покупок.
18. Избегаю риска, плохо справляюсь с неожиданными ситуациями.
19. Мое отношение к будущему часто меняется: то строю радужные планы, то будущее кажется мне мрачным.
20. Всегда стараюсь продумать способы достижения цели, прежде чем начну действовать.
21. Предпочитаю сохранять независимость даже от близких мне людей.
22. Мои планы на будущее обычно реалистичны, и я не люблю их менять.

23. В первые дни отпуска (каникул) при смене образа жизни всегда появляется чувство дискомфорта.
24. При большом объеме работы неминуемо страдает качество результатов.
25. Люблю перемены в жизни, смену обстановки и образа жизни.
26. Не всегда вовремя замечаю изменения обстоятельств и из-за этого терплю неудачи.
27. Бывает, что настаиваю на своем, даже когда не уверен в своей правоте.
28. Люблю придерживаться заранее намеченного на день плана.
29. Прежде чем выяснять отношения, стараюсь представить себе различные способы преодоления конфликта.
30. В случае неудачи всегда ищу, что же было сделано неправильно.
31. Не люблю посвящать кого-либо в свои планы, редко следую чужим советам.
32. Считаю разумным принцип: сначала надо ввязаться в бой, а затем искать средства для победы.
33. Люблю помечтать о будущем, но это скорее фантазии, чем реальность.
34. Стараюсь всегда учитывать мнение товарищей о себе и своей работе.
35. Если я занят чем-то важным для себя, то могу работать в любой обстановке.
36. В ожидании важных событий стремлюсь заранее представить последовательность своих действий при разном развитии ситуации.
37. Прежде чем взяться за дело, мне необходимо собрать подробную информацию об условиях его выполнения и сопутствующих обстоятельствах.
38. Редко отступаю от начатого дела.
39. Часто допускаю небрежное отношение к своим обязательствам в случае усталости и плохого самочувствия.
40. Если я считаю, что прав, то меня мало волнует мнение окружающих о моих действиях.
41. Про меня говорят, что я разбрасываюсь, не умею отделить главное от второстепенного.
42. Не умею и не люблю заранее планировать свой бюджет.
43. Если в работе не удалось добиться устраивающего меня качества, стремлюсь переделать, даже если окружающим это не важно.
44. После разрешения конфликтной ситуации часто мысленно к ней возвращаюсь, перепроверяю предпринятые действия и результаты.
45. Непринужденно чувствую себя в незнакомой компании, новые люди мне обычно интересны.
46. Обычно резко реагирую на возражения, стараюсь думать и делать все по-своему.

**Обработка:**

<b>Шкала планирования (ПЛ)</b>	<b>Шкала моделирования (М)</b>
Да 1, 8, 17, 22, 28, 31, 36 Нет 15, 42	Да 11, 37 Нет 3, 7, 19, 23, 26, 33, 41
<b>Шкала программирования (Пр)</b>	<b>Шкала оценки результатов (ОР)</b>
Да 12, 20, 25, 29, 38, 43 Нет 5, 9, 32	Да 30, 44 Нет 6, 10, 13, 16, 24, 34, 39
<b>Шкала гибкости (Г)</b>	<b>Шкала самостоятельности (С)</b>
Да 2, 11, 25, 35, 36, 45 Нет 16, 18, 23	Да 4, 12, 14, 21, 27, 31, 40, 46 Нет 34
<b>Шкала общего уровня саморегуляции (ОУ)</b>	
Да 1, 2, 4, 8, 11, 12, 14, 17, 20, 21, 22, 25, 27, 28, 29, 30, 31, 35, 36, 37, 38, 40, 43, 44, 45, 46	
Нет 3, 5, 6, 7, 9, 10, 13, 15, 16, 18, 19, 23, 24, 26, 32, 33, 34, 39, 41, 42	

<b>Регулятивна я шкала</b>	<b>Количество баллов</b>		
	<b>Низкий уровень</b>	<b>Средний уровень</b>	<b>Высокий уровень</b>
Планирование	< 3	4-6	> 7
Моделирование	< 3	4-6	> 7
Программирование	< 4	5-7	> 8
Оценивание результатов	< 3	4-6	> 7
Гибкость	< 4	5-7	> 8
Общий уровень саморегуляции	< 23	24-32	33

## Приложение 2. Материалы для раздела III «Личность подростка»

### Тест Кейрси – определение типа темперамента по Юнгу

Опросник содержит 70 утверждений, каждое из которых имеет два варианта продолжения - а) и б). Ваша задача: выбрать один из них. Имейте в виду, что оба варианта равноценны - не нужно искать какого-то «более правильного» из них, выбирайте тот, который больше соответствует Вашему поведению, Вашим представлениям о себе, Вашим взглядам на жизнь. Выбранный Вами вариант отметьте знаком «+» в соответствующей клетке бланка, помещенного в конце опросника. После заполнения бланка сделайте подсчет результатов по указанной схеме и определите формулу Вашего психологического типа.

1. В компании (на вечеринке) Вы
  - а) общаетесь со многими, включая и незнакомых людей
  - б) общаетесь с немногими - только с Вашими знакомыми.
2. Вы человек
  - а) скорее реалистичный, чем склонный теоретизировать
  - б) скорее склонный теоретизировать, чем реалистичный.
3. Как Вы думаете, что хуже -
  - а) «витать в облаках»
  - б) придерживаться проторенной дорожки.
4. Вы более подвержены влиянию
  - а) принципов, законов
  - б) эмоций, чувств.
5. Вы более склонны
  - а) убеждать
  - б) затрагивать чувства.
6. Вы предпочитаете работать
  - а) выполняя все точно в срок
  - б) не связывая себя определенными сроками.
7. Вы склонны делать выбор
  - а) довольно осторожно
  - б) внезапно, импульсивно.
8. В компании (на вечеринке) Вы
  - а) остаетесь допоздна, не чувствуя усталости
  - б) быстро утомляетесь и предпочитаете пораньше уйти.
9. Вас больше привлекают
  - а) люди здравомыслящие
  - б) люди с богатым воображением.
10. Вам интереснее
  - а) то, что происходит в действительности
  - б) те события, которые могут произойти.

11. Оценивая поступки людей, Вы
- а) больше учитываете требования закона, чем обстоятельства
  - б) больше учитываете обстоятельства, чем требования закона.
12. Обращаясь к другим, Вы склонны
- а) соблюдать формальности, этикет
  - б) проявлять свои личные, индивидуальные качества.
13. Вы человек скорее
- а) точный, пунктуальный
  - б) неторопливый, медлительный.
14. Вас больше беспокоит
- а) необходимость оставлять дело незаконченным
  - б) необходимость непременно доводить дело до конца.
15. В кругу знакомых Вы, как правило,
- а) в курсе происходящих событий
  - б) узнаете о новостях с опозданием.
16. Повседневные дела Вам нравится делать
- а) общепринятым способом
  - б) своим оригинальным способом.
17. Вы предпочитаете таких писателей, которые
- а) выражают свои мысли просто и четко, напрямую
  - б) пользуются аналогиями, иносказаниями.
18. Вас больше привлекает
- а) стройность мысли
  - б) гармония человеческих отношений.
19. Вы чувствуете себя увереннее
- а) в логических умозаключениях
  - б) в практических оценках ситуаций.
20. Жизнь доставляет Вам больше удовольствия, когда дела
- а) решены и устроены
  - б) не решены и пока не улажены.
21. Вы человек
- а) скорее серьезный, ответственный
  - б) скорее беспечный, беззаботный.
22. При телефонных разговорах Вы
- а) заранее не продумываете, что нужно сказать
  - б) мысленно «репетируете» то, что будет сказано.
23. По Вашему мнению, факты
- а) важны сами по себе
  - б) важны как проявления общих закономерностей.
24. Фантазеры, мечтатели обычно
- а) раздражают Вас
  - б) довольно симпатичны Вам.
25. Вы чаще действуете как человек
- а) хладнокровный
  - б) горячий, вспыльчивый.

26. Как Вы думаете, что хуже -  
а) быть несправедливым  
б) быть беспощадным.
27. Обычно Вы предпочитаете действовать  
а) тщательно оценивая все возможности  
б) полагаясь на волю случая.
28. Вам приятнее  
а) покупать что-либо  
б) иметь возможность купить.
29. В компании Вы, как правило,  
а) первым заводите беседу  
б) ждете, когда с вами заговорят.
30. С вашей точки зрения. Здравый смысл  
а) редко ошибается  
б) часто попадает впросак.
31. Детям часто не хватает  
а) практичности  
б) воображения.
32. В принятии решений Вы руководствуетесь скорее  
а) принятыми нормами  
б) своими чувствами, ощущениями.
33. Вы человек  
а) скорее твердый, чем мягкий  
б) скорее мягкий, чем твердый.
34. Что, по Вашему, больше впечатляет:  
а) умение методично организовать  
б) умение приспособиться и довольствоваться достигнутым.
35. Вы больше цените  
а) определенность, законченность  
б) открытость, многовариантность.
36. Новые и нестандартные отношения с людьми  
а) стимулируют, придают вам энергию  
б) утомляют Вас.
37. Вы чаще действуете  
а) как человек практического склада  
б) как человек оригинальный, необычный.
38. Вы более склонны  
а) находить пользу в отношениях с людьми  
б) понимать мысли и чувства других людей.
39. Вам приносит большее удовлетворение  
а) тщательное и всестороннее обсуждение спорного вопроса  
б) достижение соглашения по спорному вопросу.
40. Вы руководствуетесь более  
а) рассудком  
б) велениями сердца.

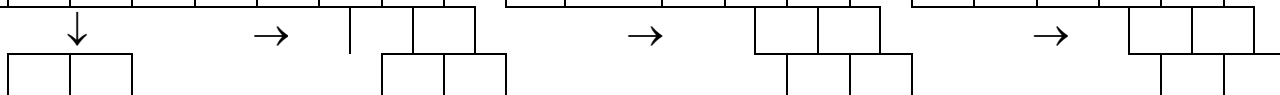


41. Вам удобнее выполнять работу
- а) по предварительной договоренности
  - б) которая подвернулась случайно.
42. Вы обычно полагаетесь
- а) на организованность, порядок
  - б) на случайность, неожиданность.
43. Вы предпочитаете иметь
- а) много друзей на непродолжительное время
  - б) несколько старых друзей.
44. Вы руководствуетесь в большей степени
- а) фактами, обстоятельствами
  - б) общими положениями, правилами, принципами.
45. Вас больше интересуют
- а) производство и сбыт продукции
  - б) проектирование и исследования.
46. Что вы скорее сочтете за комплимент:
- а) «Вы очень логичный человек»
  - б) «Вы тонко чувствующий человек».
47. Более ценным качеством для себя Вы считаете
- а) невозмутимость
  - б) увлеченность.
48. Вы предпочитаете высказывать
- а) определенные и окончательные утверждения
  - б) предварительные и неоднозначные утверждения.
49. Вы лучше чувствуете себя
- а) после принятия решения
  - б) не ограничивая себя решениями.
50. Общаясь с незнакомыми людьми, Вы
- а) легко завязываете продолжительные беседы
  - б) не всегда находите темы для разговора.
51. Вы больше доверяете
- а) своему опыту
  - б) своим предчувствиям.
52. Вы чувствуете себя человеком
- а) более практичным, чем изобретательным
  - б) более изобретательным, чем практичным.
53. Кто заслуживает большего одобрения -
- а) рассудительный, здравомыслящий человек
  - б) человек глубоко переживающий.
54. Вы более склонны
- а) быть прямым и беспристрастным
  - б) сочувствовать людям.
55. Что, по Вашему, предпочтительней -
- а) удостовериться, что все подготовлено и улажено
  - б) предоставить событиям идти своим чередом.

56. Отношения между людьми должны строиться
- на предварительной взаимной договоренности
  - в зависимости от обстоятельств.
57. Когда звонит телефон, Вы
- торопитесь подойти первым
  - надеетесь, что подойдет кто-нибудь другой.
58. Более ценным качеством для себя Вы считаете
- развитое чувство реальности
  - пылкое воображение.
59. Вы придаете больше значения
- тому, что сказано
  - тому, как сказано.
60. В Ваших глазах большим заблуждением выглядит
- излишняя пылкость, горячность
  - чрезмерная объективность, беспристрастность.
61. Вы считаете себя, в общем,
- трезвым и практичным
  - сердечным и отзывчивым.
62. Вас больше привлекают ситуации
- регламентированные и упорядоченные
  - неупорядоченные и нерегламентированные.
63. Вы человек
- скорее педантичный, чем капризный
  - скорее капризный, чем педантичный.
64. Вы чаще склонны
- быть открытым, доступным
  - быть сдержанным, скрытным.
65. В литературных произведениях Вы предпочитаете
- конкретность, буквальность
  - образность, переносный смысл.
66. Что для Вас труднее -
- находить общий язык с другими людьми
  - использовать других в своих интересах.
67. Чего бы Вы себе больше пожелали -
- ясности размышлений
  - умения сочувствовать.
68. Что хуже -
- быть неприхотливым
  - быть излишне привередливым.
69. Вы предпочитаете
- запланированные события
  - незапланированные события.
70. Вы склонны поступать
- скорее обдуманно, чем импульсивно
  - скорее импульсивно, чем обдуманно.

Бланк для ответов:

	А	В		А	В		А	В		А	В		А	В		А	В		А	В
1			2			3			4			5			6			7		
8			9			1			1			1			1			1		
						0			1			2			3			4		
1			1			1			1			1			2			2		
5			6			7			8			9			0			1		
2			2			2			2			2			2			2		
2			3			4			5			6			7			8		
2			3			3			3			3			3			3		
9			0			1			2			3			4			5		
3			3			3			3			4			4			4		
6			7			8			9			0			1			2		
4			4			4			4			4			4			4		
3			4			5			6			7			8			9		
5			5			5			5			5			5			5		
0			1			2			3			4			5			6		
5			5			5			6			6			6			6		
7			8			9			0			1			2			3		
6			6			6			6			6			6			7		
4			5			6			7			8			9			0		
Σ																				
=																				



E = сумма а в первом столбце; I = сумма б в первом столбце.

S = сумма а во 2-м и 3-м столбцах; N = сумма б во 2-м и 3-м столбцах.

T = сумма а в 4-м и 5-м столбцах; F = сумма б в 4-м и 5-м столбцах.

J = сумма а в 6-м и 7-м столбцах; P = сумма б в 6-м и 7-м столбцах.

В каждой паре (E-I), (S-N), (T-F), (J-P) выделите букву, которой соответствует большее число баллов (если в какой-либо паре числа равны, то выделите правую букву). ЭТИ ЧЕТЫРЕ ВЫДЕЛЕННЫХ БУКВЫ ОБРАЗУЮТ ФОРМУЛУ ВАШЕГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТИПА.

Методика Д. Кейрси построена на различении 16 психологических типов, определяемых сочетанием четырех факторов:

**E**(Extravertion) & **I**(Intraversion) - экстраверсия-интроверсия

**S** (Sensation) & **N**(iNtuition) - здравомыслие-интуиция

**T**(Thinking) & **F**(Feeling) - логичность-чувствование

**J**(Judging) & **P**(Perceiving) - рассудительность-импульсивность.

Первая группа психологических типов (тип темперамента *Дионисий*; главная черта - стремление к свободе) определяется сочетанием **SP**:

**ESFP** - *Тамада*: общительность, оптимизм, теплота, юмор, щедрость, богатство языка; поддаются соблазнам; способности к бизнесу, торговле.

**ISFP** - *Художник*: повышенная чувствительность, острота ощущения текущей минуты, неприятие всякого рода ограничений; сфера интересов - изобразительное искусство, музыка, танец.

**ESTP** - *Антрепренер*: энергия, прагматизм, писк выгоды во взаимоотношениях, юмор, жажда острых ощущений, любовь к риску.

**ISTP** - *Мастер*: умелые руки, мастерство в обращении с инструментами, жажда действий, бесстрашие, часто - отсутствие интереса к теоретическому обучению и высшему образованию.

Вторая группа психологических типов (тип темперамента *Эпиметей*; главная черта - чувство ответственности) определяется сочетанием **SJ**:

**ESFJ** - *Торговец*: открытый, практичный, компанейский, обладает житейской мудростью.

**ISFJ** - *Хранитель традиций*: спокойный, заботливый; хозяин в своем доме; соблюдает обычаи, преемственность, делает все по плану; больше исполнитель, чем руководитель.

**ESTJ** - *Администратор*: лидер, цельная натура; бесхитростен, не любит лишних выдумок; главные ориентиры в жизни - долг, план, порядок, иерархия.

**ISTJ** - *Опекун*: человек слова, хороший семьянин; спокоен, надежен, логичен, малоэмоционален, тверд, основателен, внимателен к деталям.

Третья группа психологических типов (тип темперамента *Аполлон*; главная черта - стремление к духовному росту, самопознанию и самовыражению) определяется сочетанием **NF**:

**ENFJ** - *Педагог*: общителен, внимателен к чувствам других людей, умеет распределять роли в группе, не любит монотонность; лидер, образцовый родитель.

**INFJ** - *Предсказатель*: проницателен, прозорлив, обладает богатым воображением, поэтичен, раним, не любит споров и конфликтов; может быть хорошим психологом, врачом, писателем.

**ENFP** - *Журналист*: понимает людей, умеет влиять на них; чувствителен к новому, необычному; энтузиаст, оптимист, противник сухой логики, обладает богатой фантазией, творческими способностями, которые может проявить в искусстве, политике, бизнесе.

**INFP** - *Романтик*: идеалист, лирик, борец со злом за идеалы добра и справедливости, покладистый супруг; кто угодно - писатель, архитектор, психолог - только не бизнесмен.

Четвертая группа психологических типов (тип темперамента *Прометей*; главная черта - дух научного поиска, изобретательство, стремление к познанию и творчеству) определяется сочетанием **NT**:

**ENTJ** - *Фельдмаршал*: руководитель, требовательный родитель, интеллигент; логичный, целеустремленный; работу иногда ставит выше, чем семейное благополучие.

**INTJ** - *Исследователь*: высокий уровень интеллекта, сочетание логики и интуиции, большие способности к обучению, независимость, самоуверенность; слабость эмоций и возможные трудности в мире чувств.

**ENTP** - *Изобретатель*: новатор, энтузиаст, не выносит рутину и банальность; инициативен, обладает смекалкой, практической интуицией, чувством юмора, педагогическими способностями.

**INTP** - *Архитектор*: сложный внутренний мир, широкий кругозор, любовь к знанию; логичен, способен мгновенно оценивать ситуацию, полон новых идей; несколько высокомерен; интересы - в мире мыслей и речи, может быть прекрасным философом, математиком

Способ подсчета баллов по бланку опросника и определения формулы психологического типа по Д. Кейрси указан в «Практикуме по психологии».

Можно также ввести величину  $\Sigma b$ , характеризующую **Яркость** выраженности типа.  $\Sigma b$  определяется следующим образом:

- для пары (E-I) - от большего числа отнять 5 и результат умножить на 2;

- для остальных пар - от большего числа отнять 10.

Полученные числа суммируются.

**Яркие типы:**  $20 < \Sigma b < 40$ . **Неяркие типы:**  $0 < \Sigma b < 20$ .

## Тренинг «Личностный рост»

**Цель тренинга** – развитие самосознания подростков, развитие умений и навыков самоанализа, рефлексии, активности, умения преодолеть психологические барьеры, мешающие полноценному самовыражению.

В процессе проведения тренинга необходимо:

- 1) организовать обсуждение и принятие правил работы группы, четко следить за их выполнением;
- 2) объяснять цель очередного упражнения, подробно излагать инструкцию к заданию или процедуре, отвечать на все вопросы, контролировать ход и правильность их выполнения;
- 3) провести детальный анализ сложившейся ситуации после очередного упражнения, давая возможность всем желающим высказать собственную точку зрения, поделиться своими переживаниями и ощущениями, связанными с целями и задачами тренинга и конкретного занятия;
- 4) контролировать эмоциональное состояние каждого из участников и группы в целом и в случае необходимости оказывать психологическую поддержку.

### Ход тренинга.

Психолог: Добрый день! Сегодня мы с вами проведем тренинг «Личностный рост».

Цель тренинга – развитие самосознания, развитие умений и навыков самоанализа, рефлексии, активности, умения преодолеть психологические барьеры, мешающие полноценному самовыражению.

Для начала мы поговорим о таком понятии как «личностный рост». Что это такое?

В каждом из нас с самого рождения заложен огромный потенциал для совершенствования своих навыков и умений. Мы самостоятельно выбираем тот путь, по которому пойдем по жизни. Процесс личностного роста возможно запустить лишь тогда, когда у человека появляется непреодолимое желание к развитию, самосовершенствованию. На это можно потратить огромное количество усилий и труда. Это длительный и достаточно трудоемкий процесс улучшения самого себя, превращения в индивидуальную, сильную личность со своими особенностями и уникальными чертами характера. Этот процесс несет в себе не только личную, но и социальную выгоду.

Человек выбирает этот путь для того, чтобы достигать высоких результатов в своем деле, утвердиться в социальной сфере и громко заявить о себе в обществе. Он получает как духовное, так и личностное развитие, а также обретает признание в обществе.

В нашем подсознании существует некий образ своего «Я», к которому мы идем на протяжении всей жизни. Это тот идеал, которым мы хотим быть, отождествляя себя с кумирами, а также исходя из собственных представлений о понятиях «хорошо» и «плохо».

Мы в течение всей жизни создаем себя как скульпторы, встраивая новые полезные привычки, которые помогут нам быстрее достичь поставленной цели. Это является самым точным показателем личностного роста.

На познание себя направлены и следующие практические упражнения, к которым мы с вами сейчас и приступим.

### **Упражнение 1. «Знакомство»**

**Цель** – представление участников группы, выявление особенностей индивидуальности.

**Инструкция:** В начале нашей работы каждый из вас оформит визитку, где должно быть указано тренинговое имя. Вы вправе взять себе любое имя: свое настоящее, игровое, имя друга или знакомого, реального политического деятеля или литературного героя и т.д. Предоставляется полная свобода выбора. Ваше тренинговое имя должно быть написано разборчиво и достаточно крупно. Эти визитки крепятся на груди так, чтобы все могли прочесть. В дальнейшем на всем протяжении занятия мы будем обращаться друг к другу по этим именам.

У вас 5 минут для того, чтобы выбрать имя, оформить визитки и подготовиться к взаимному представлению. Основная задача его – подчеркнуть свою индивидуальность. Следует сказать о себе так, чтобы все участники сразу вас запомнили. Для этого мы садимся рядом, образуя большой круг. По очереди, называя себя, вы объясняете, почему взяли именно данное имя на время тренинга. При этом необходимо подчеркнуть свои особенности (привычки, качества, умения, привязанности и т.п.), которые действительно отличают вас от окружающих, являются стрессом вашей индивидуальности.

### **Упражнение 2. «Мое физическое Я»**

**Цель** – рефлексия своих физических особенностей, знакомство со своим Я.

**Инструкция:** На занятиях этого тренинга мы будем анализировать свои привычки и личностные качества. Человек – это не только психология, у него есть еще и тело. Знаете ли вы свое тело? Когда последний раз вы измеряли свой рост, вес? Запишите основные физические показатели: цвет глаз, волос, рост, вес, объем груди, талии, бедер, размер обуви, одежды, головного убора, перчаток.

Наверное, многие из вас не смогут сразу назвать точные данные. Напишите хотя бы приблизительные. У вас есть 5 минут на заполнение таблицы. Тот, кто уверен в своих ответах и готов поделиться с аудиторией, будет внимательно выслушан. Следует говорить не только о фактической стороне, но и о тех чувствах, которые возникли во время выполнения этого упражнения.

### **Упражнение 3. «Кто я?»**

**Цель** – осознание своих индивидуально-психологических особенностей, формирование представлений о своей Я-концепции.

**Инструкция:** Каждый человек имеет свою собственную теорию относительно того, что именно делает его уникальным, единственным в

своем роде, чем он отличается от всех других людей. При этом возникает вопрос: разделяют ли окружающие его мысль о себе? Если не они видят меня иначе, то, что лежит в основе их восприятия и оценки?

Попробуем выяснить этот вопрос с помощью следующих упражнений. Возьмите несколько листов чистой бумаги и напишите на одном из них в правом верхнем углу то из своих имен, к которому вы привыкли больше всего (это может быть просто имя, имя-отчество, фамилия, уменьшительно-ласкательное имя).

После этого:

А. Дайте ответ на вопрос «Кто я такой?». Сделайте это быстро, записывая свои ответы точно в такой форме и последовательности, как они приходят в голову.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_

Б. Дайте ответ на тот же вопрос так, как, по вашему мнению, о вас сказали бы ваши отец или мать (выберите одного)

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_

В. Дайте ответ на этот же вопрос так, как, по вашему мнению, сказал бы о вас лучший друг или подруга

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_

Теперь сравните три набора ответов и в письменной форме укажите следующее:

1. В чем состоит сходство?
2. Какие отличия?
3. Если есть отличия, то, как вы объясните их относительно самого себя?

В какой мере вы ведете себя по-разному с разными людьми, и какие роли играете во время общения с близкими людьми?

4. Как можно объяснить эти отличия, исходя из индивидуальных особенностей этих людей, т.е. каким образом их ожидания формируют те суждения о вас, которые вы им приписываете?

5. Скажите, какие 10 ответов вашей самохарактеристики (пункт 1) касались:

- а) физических качеств (внешность, сила, здоровье);
- б) психологических особенностей (интеллект, эмоциональная сфера);



в) социальных ролей (профессиональная деятельность, семейное состояние).

Теперь установите ту очередность перечисления этих трех групп качеств, которую вы считаете наиболее целесообразной. Сохранили ли вы свою начальную позицию по поводу своей характеристики? Если нет, то запишите в новой последовательности свои качества, названные вами в начале. Прибавились или, изменились ли некоторые из них и чем вы это объясните?

Если вы успешно выполнили упражнение, то сделанный вами в письменной форме вывод и есть словесное определение вашей Я-концепции относительно согласованного и зафиксированного представления о самом себе. Здесь же указана зависимость вашей Я-концепции от других людей, которые вас воспринимают, от варианта своего имени, которое вы предпочитаете и которое во многом зависит от тех, кто вас окружает.

Теперь попробуем разобраться в том, как на суждения о других людях влияет наше отношение к ним, то есть выяснить особенности Я как субъекта восприятия окружающих.

#### **Упражнение 4. «Мои сильные стороны»**

**Цель** – создание позитивного образа Я.

**Инструкция:** У каждого из вас есть сильные стороны, то, что вы цените, принимаете, любите в себе, что дает вам чувство внутренней свободы и уверенности в собственных силах. При формулировании сильных сторон не умаляйте свои достоинства. Вы можете также отметить и те положительные качества, которые вам не свойственны, но вы бы хотели выработать их в себе. На составление списка вам дается 5 минут.

Затем сядем в большой круг, озвучим записи и комментарии к ним. Когда будете высказываться, говорите прямо, уверенно, без всяких «но...», «если...», «может быть...», «Я не совсем уверен в том, что...». На выступление дается по 2 минуты. Даже если закончите свою речь раньше, оставшееся время принадлежит вам. Слушатели могут только уточнить детали, попросить разъяснения. Но не имеют права высказываться. Может быть, значительная часть времени пройдет в молчании. Вы не обязаны объяснять, почему считаете те или иные свои качества точкой опоры, сильной стороной. Достаточно того, что вы сами в этом уверены.

В конце следует провести коллективную дискуссию, обращая внимание на то общее, что было в высказываниях, и на те ощущения, которые каждый испытал во время упражнения.

#### **Упражнение 5. «Без маски»**

**Цель** – осознание личностных качеств, развитие рефлексии.

**Инструкция:** все участники поочередно берут карточки, которые лежат на столе, и без подготовки продолжают высказывание, которое имеет начало на карточке.

Группа прислушивается к интонациям, голосу, оценивает меру искренности. Если признано, что высказывание было искренним, то упражнение продолжает следующий участник. Если же группа признает, что

оно было шаблонным, неискренним, то участник делает еще одну попытку, но уже после всех.

Содержание незаконченных предложений:

1. Мне в особенности не нравится, когда ...
2. Мне знакомо острое ощущение одиночества. Помню...
3. Мне очень хочется забыть, что ...
4. Бывало, что близкие люди вызывали у меня почти ненависть.

Однажды, когда...

5. Однажды меня напугало то, что...
6. В незнакомом обществе я ощущаю...
7. Даже близкие люди иногда не понимают меня. Однажды...
8. Помню случай, когда мне стало стыдно, я...
9. В особенности меня бесит то, что...

**Подведение итогов** тренинга.

## Приложение 3. Материалы для раздела III «Арт-техники в работе с подростками»

### Техники из Арт – терапии в работе с подростками

#### Тема 1. Я-есть

- «Автобиография»
- «Прошлое/настоящее/будущее»
- «Моя неделя, мой день, моя жизнь»
- «Космический корабль (направленная визуализация)»
- «Безопасные места (направленная визуализация)»
- «Моя карта»
- «Исполнение мечты»
- «Я хочу...»
- «Любимая вещь»
- «Мой сон»
- «Я... (визуализация)»
- «Воображаемый зверь»
- «Что мне в себе нравится...»
- «Мой портрет в лучах солнца»

#### Тема 2. Мои чувства

- «Мое настроение»
- «Чувства»
- «Ларец счастья (визуализация)»
- «Сундук того, что меня огорчает (визуализация)»
- «Противоположные чувства»
- «Издание буклетов в обложках с названиями»

#### Тема 3. Мое тело

- «Что говорят газеты»
- «Карта моего тела»
- «Рисунки тела»

#### Тема 4. Я и общество

- «Дружба»
- «Портреты того, что внутри/снаружи»
- «Преодоление»

«Я хочу/я могу сделать»

#### Тема 5. Я работаю в группе

- «Опиши и нарисуй»
- «Прекрасный сад»
- «Фруктовый/овощной салат»
- «Следуй за лидером»
- «Поэтапный рисунок»

## Тема 1. Я-есть

### «Автобиография»

«Ты можешь изобразить свою жизнь? Нарисуй картину своей жизни, изобразив важные события, большие изменения и то, что для тебя важно. Например, помнишь ли ты, как ты пошел в школу? Переезжал ли ты? Приезжал ли кто-нибудь к тебе погостить? Умирал ли кто-нибудь? Есть ли у тебя какие - то особенно радостные или печальные воспоминания, которые тебе хотелось бы сюда включить?»

Существует множество способов изобразить свою жизнь. Например, в виде кривой линии с отметками или в виде карты, или в виде соединенных между собой рисунков. Можешь рисовать так, как тебе захочется».

### «Прошлое/настоящее/будущее»

Это упражнение позволяет: исследовать то, как меняются люди и предметы; выразить свой опыт; поделиться надеждами и страхами по отношению к будущему.

Из-за того, что понятия прошлого, настоящего и будущего являются, по своей сути, относительным, маленьким детям может быть трудно это понять. Нужно начать с обсуждения того, что мы подразумеваем под этими понятиями, и того, как их можно использовать. Например, вчера, сегодня, завтра; в прошлом году, в этом году, в следующем году; в прошлом веке, в этом веке, в следующем веке. Затем детей просят изобразить и рассказать о своем опыте, чувствах и ожиданиях. Это упражнение очень подходит для работы с детьми - беженцами и иммигрантами. Это также хорошее упражнение для индивидуальных занятий с детьми, пережившими насилие или травму.

## Тема 2. Мои чувства

### «Мое настроение»

Ребенка просят изобразить настроение или чувства при помощи только форм, линий, цветов, текстуры, тональности и т. д., но не с помощью конкретных предметов. Можно попросить ребенка изобразить его настроение сейчас или же как он себя чувствовал в какой-то конкретной ситуации.

Лучше всего это упражнение дать после обсуждения того, как различные цвета и формы могут создать различное настроение (например, красный может выражать возбуждение, гнев или энергию; гладкие формы могут казаться более спокойными, чем острые). Однако важно помнить о том, что восприятие цвета или формы может различаться у разных людей и народов. Нельзя приписывать цвета и формы определенному настроению или чувству, нельзя давать им какое-то одно толкование.

### «Чувства»

Упражнение начинается с обсуждения того, что такое чувства (откуда они появляются, зачем они нам нужны, о чем они нам говорят), и перечисления различных чувств (например, радости, грусти, гнева, удивления, скуки, смущения). Дети рисуют лица, изображающие любое чувство на их выбор (здесь также подходят и комиксы, и фигурки из палочек).

«Почему лицо радостное/грустное/удивленное? О чем думает персонаж? Почему?» Это пишется в «облачке» над лицом, эта часть рисунка может быть представлена в любой форме, включая беспредметную. Затем рисуется один или несколько рисунков, каждый изображает то же лицо, но с разными чувствами.

Эти рисунки можно использовать в качестве основы для придумывания историй о персонажах, или их можно выстроить в общую «линию историй». Это упражнение — хорошая основа для написания рассказов или стихов о чувствах.

### **Тема 3. Мое тело**

#### **«Что говорят газеты»**

«В газетах, журналах, по телевидению и в кино мы видим изображения женщин и мужчин, которые считаются красивыми. Мы можем начать думать, что станем красивыми, только если будем выглядеть, как они. Давайте взглянем по-новому на то, как нас заставляют выглядеть».

Из журналов вырезаются картинки, и из них составляются изображения (можно составить вместе фрагменты частей или вообще менять их местами). Изображения могут быть странными и нереальными. Их можно делать индивидуально и всем вместе.

Законченные картинки кладутся рядом, сравниваются и обсуждаются (преувеличенные картинки подчеркивают давление и абсурдность «нормы»).

«Как на нас или на наш образ влияют изображения? Как они влияют на наше понятие того, как мы должны выглядеть?»

#### **«Карта моего тела»**

Многие молодые люди видят себя в частях, сосредотачиваясь на отдельных чертах или частях тела. Очень часто им не нравятся черты своего тела. Это упражнение дает возможность исследовать фрагментарное или негативное восприятие самого себя и начать движение к цельному и более положительному взгляду на самого себя.

Первая «карта». «Закрой глаза, сядь удобнее и обратись к своему телу. Почувствуй ту часть тела, которая тебе нравится. Затем ту часть тела, которая тебе меньше нравится или больше напряжена.

Представь те части тела, на которых ты сосредоточивался — в виде фрагментов разного цвета, размера и форм. Изобрази это в виде рисунков.

(Обсуждение рисунков с партнером.)

Вторая «карта». «На второй «карте» соедини вместе фрагменты, чтобы получился единый образ вместо множества частей. Например, если первая карта выглядела как группа островов, вторая карта должна выглядеть как континент. Используй цвет, форму, текстуру, чтобы сделать карту своего тела как можно красивее и отчетливее. Создавая образ, не забудь любовно включить все части тела. Создай образ, который принимает все аспекты тела».

«Сравните вторые рисунки в общей группе. Все отличаются, каждый рисунок — уникален. Если вы уберете или измените любую из частей - это

уже будет другой рисунок. Так приятно соединять фрагменты, ведь каждая часть придает нечто оригинальное всему образу».

#### **Тема 4. Я и общество**

##### **«Дружба»**

1. Визуализация. «Закрой глаза и представь себя в качестве друга. Мы все можем быть хорошими друзьями людям, которые нам не безразличны, по крайней мере, некоторое время. Какой ты друг?»

Представь, что ты дружишь сам с собой. С какими проблемами ты помог бы себе справиться? Чем с тобой было бы интересно заниматься? Чем бы ты мог помочь? Чем ты можешь поделиться с собой как с другом?»

2. Рисунок. «Я хороший друг, потому что...». Каждый может представить свои качества как друга как угодно, например, как комикс, собрание рисунков, картинок-настроений.

##### **«Портреты того, что внутри/снаружи»**

«Что видят люди, когда они смотрят на тебя? Как они тебя видят? Что ты им показываешь?»

Как ты себя чувствуешь внутри? Это отличается оттого, что видят другие?»

Например, люди думают, что ты смелый, но внутри ты можешь быть напуганным, или люди могут подумать, что ты слабый, но ты знаешь, что внутри ты сильный. Другие люди могут видеть тебя спокойным и счастливым, но внутри ты можешь чувствовать себя иначе.

Нарисуй два своих портрета: один, изображающий тебя снаружи, другой - изнутри».

Напоминание: можно использовать и комбинировать любые стили изображения.

##### **«Преодоление»**

На самом деле это визуализация в рисунках. На первом рисунке ребенок представляет ситуацию, которая вызывает страх или тревогу (например, выступление перед аудиторией, необходимость доказывать свою точку зрения или иметь дело с задирой).

«Попробуй выразить форму и чувство страха на своем рисунке. Какой он? Как он выглядит?»

На втором рисунке дети изображают то, как они это преодолевают (например, выступают перед большой аудиторией, говорят кому-то о своих чувствах злости или обиды).

«Изобрази, как ты делаешь то, что тебя беспокоит. Как ты себя чувствуешь от того, что тебе это удается? Как это выглядит?»

Эти рисунки можно сохранить, обращаться к ним или использовать в качестве основы для обсуждения.

## Приложение 4. Материалы для раздела IV «Профессии для подростков» Тест по профориентации Е.А. Климова

Тест позволяет определить уровень мотивации человека к различным видам деятельности. Тест можно использовать при профориентации подростков и взрослых.

Для каждого человека характерно более или менее чётко выраженное предпочтение видов деятельности, соответствующих тому предмету труда, который ему более близок. Это происходит в силу преобладания определенных интересов и личностных особенностей. Кому-то нравится работать с техникой, и это ему легко дается, а кто-то, наоборот, от одного вида бытовых приборов испытывает ужас, зато его конек — общение.

Если не акцентировать внимание на индивидуальных особенностях каждой профессии, то все возможные варианты, согласно теории известного российского психолога Е. А. Климова, можно объединить в пять типов: с природой, с техникой, с людьми, со знаковой системой, с художественным образом.

Предположим, что после соответствующего обучения вы сможете выполнить любую работу. Но если бы вам пришлось выбирать только одну из двух возможностей, что бы вы предпочли?

- |  |  |
|--|--|
| <b>1 а.</b> Ухаживать за животными   | <b>1 б.</b> Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)  |
| <b>2 а.</b> Помогать больным   | <b>2 б.</b> Составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин  |
| <b>3 а.</b> Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок | <b>3 б.</b> Следить за состоянием, развитием растений  |
| <b>4 а.</b> Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т.п.)                          | <b>4 б.</b> Доводить Товары до потребителя, рекламировать, продавать   |
| <b>5 а.</b> Обсуждать научно-популярные книги, статьи  | <b>5 б.</b> Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты)   |
| <b>6 а.</b> Выращивать молодняк (животных какой-либо породы)   | <b>6 б.</b> Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных)                 |
| <b>7 а.</b> Копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты)                  | <b>7 б.</b> Управлять каким-либо грузовым (подъемным или транспортным) средством – подъемным краном, трактором, тепловозом и др. |
| <b>8 а.</b> Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т.д.)     | <b>8 б.</b> Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов)   |
| <b>9 а.</b> Ремонтить вещи, изделия (одежду, технику), жилище  | <b>9 б.</b> Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках   |
| <b>10 а.</b> Лечить животных   | <b>10 б.</b> Выполнять вычисления, расчеты   |
| <b>11 а.</b> Выводить новые сорта растений   | <b>11 б.</b> Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания и т.п.)       |

- 12 а.** Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, наказывать, поощрять
- 13 а.** Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности
- 14 а.** Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты
- 15 а.** Составлять точные описания-отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.
- 16 а.** Делать лабораторные анализы в больнице
- 17 а.** Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий
- 18 а.** Организовать культпоходы сверстников или младших в театры, музеи, концертах экскурсии, туристические походы и т.п.
- 19 а.** Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания
- 20 а.** Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада
- 12 б.** Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок)
- 13 б.** Наблюдать, изучать жизнь микробов
- 14 б.** Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.п.
- 15 б.** Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые и представляемые)
- 16 б.** Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение
- 17 б.** Осуществлять монтаж или сборку машин, приборов
- 18 б.** Играть на сцене, принимать участие в
- 19 б.** Заниматься черчением, копировать чертежи, карты
- 20 б.** Работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе, наборной машине и др.)

### Ключ к тесту:

Человек-природа — 1 а, 3 б, 6 а, 10 а, 11 а, 13 б, 16 а, 20 а

Человек-техника — 1 б, 4 а, 7 б, 9 а, 11 б, 14 а, 17 б, 19 а

Человек-человек — 2 а, 4 б, 6 б, 8 а, 12 а, 14 б, 16 б, 18 а

Человек-знаковая система — 2 б, 5 а, 9 б, 10 б, 12 б, 15 а, 19 б, 20 б

Человек-художественный образ — 3 а, 5 б, 7 а, 8 б, 13 а, 15 б, 17 а, 18 б

### Человек — природа

Любовь и интерес к природе — определяющие качества для людей этой сферы. Это геологи, биологи, географы, физики и другие ученые в разных областях науки о природе. Здесь важно уметь ставить эксперименты, изучать, наблюдать, но большая часть работы в сфере «человек-природа» носит практический характер. Это уход за животными, охрана экологии и так далее, область довольно разнообразна:

- охрана природы (эколог, инспектор, лесничий)
- научно-исследовательская деятельность (геолог, микробиолог, ботаник, генетик, химик и т.д.)
- живая природа (ветеринар, зоолог, зоотехник, цветовод)
- сельское хозяйство (агроном, рыбак, птицевод, животновод, овощевод)

### Человек — техника

Сюда относятся все профессии, которые связаны с техникой. Например: инженер, строитель, машинист. Из современных профессий это программисты, разработчики, системные администраторы и т.д. Естественно,



что человек технической профессии должен быть внимательным и точным, необходим аналитический склад ума, интерес к различным механизмам и их работе. Какие здесь варианты?

- строительство и монтаж (строитель, инженер, слесарь, монтажник, отделочник, сварщик, электрик)
- транспорт (машинист, водитель, экспедитор, специалист технического обслуживания, механик)
- машиностроение (инженер, конструктор)
- IT-сфера (программист, разработчик ПО и мобильных приложений и т.д.)

Некоторые из профессий могут быть связаны с повышенными физическими нагрузками, шумом и сложными условиями работы.

### **Человек — человек**

Это довольно обширная сфера, куда входят все профессии, основанные на взаимодействии с людьми. Врачи, учителя, продавцы — самые яркие примеры. Человек, выбравший для себя работу с людьми должен уметь общаться и управлять своими эмоциями, обладать эмпатией, развитой речью, терпением и отзывчивостью. Самые распространенные виды деятельности в рамках «человек-человек»:

- обучение и воспитание (учитель в школе, преподаватель в вузе, воспитатель в дошкольном учреждении, репетитор, экскурсовод)
- оказание медицинской помощи (врач, медсестра)
- политика и право (адвокат, политик, полицейский, судья, следователь)
- сфера обслуживания (продавец, менеджер, администратор, консультант)
- гуманитарные науки (психолог, социолог, библиотекарь)

### **Человек — знаковая система**

Эта группа включает профессии, связанные с обработкой информации: бухгалтер, лингвист, диспетчер и другие. Для таких специальностей важны внимание и память, усидчивость и терпение, острый ум. Возможные варианты работы:

- расчеты и ведение учета (бухгалтер, экономист, статистик)
- языкознание (лингвист, филолог, переводчик)
- документоведение (нотариус, архивариус, делопроизводитель)
- гуманитарные науки (историк, математик)
- тексты (корректор, редактор, наборщик)

К этой же группе относится множество новых современных профессий: таргетолог, SSM-специалист, вебмастер и другие.

### **Человек — художественный образ**

Самая творческая группа профессий, куда можно отнести всех, кто работает с художественными образами. Это актеры, певцы, дизайнеры. Эта группа профессий представляет собой различные виды художественно-

творческого труда, например литература, музыка, театр, изобразительное искусство.

- изобразительное искусство (дизайнер, фотограф, архитектор, модельер, художник, оформитель)
- музыка (певец, композитор, музыкант, дирижер,
- кино (актер, режиссер, продюсер, ведущий)
- литература (писатель, автор, критик)

Для работы в таких творческих специальностях необходимы следующие качества: креативность, наглядно-образное мышление, творческое воображение и талант.

**Тест на самооценку стрессоустойчивости личности  
(Н.В.Киршева, Н.В. Рябчикова)**

**Цель методики:** Оценка стрессоустойчивости

**Сферы применения:** Выявление уровня стрессоустойчивости

**Инструкция.** Вам предлагается бланк-опросник с утверждениями. Обведите кружком подходящий для вас вариант по каждому утверждению. Чем искреннее будут ваши ответы, тем более точный результат вы получите.

<b>Утверждение</b>	<b>Редко</b>	<b>Иногда</b>	<b>Часто</b>
1. Я думаю, что меня недооценивают в коллективе	1	2	3
2. Я стараюсь работать, даже если бываю не совсем здоров	1	2	3
3. Я постоянно переживаю за качество своей работы	1	2	3
4. Я бываю настроен агрессивно	1	2	3
5. Я не терплю критики в свой адрес	1	2	3
6. Я бываю раздражителен	1	2	3
7. Я стараюсь быть лидером там, где это возможно	1	2	3
8. Меня считают человеком настойчивым и напористым	1	2	3
9. Я страдаю бессонницей	1	2	3
10. Своим недругам я могу дать отпор	1	2	3
11. Я эмоционально и болезненно переживаю неприятность	1	2	3
12. У меня не хватает времени на отдых	1	2	3
13. У меня возникают конфликтные ситуации	1	2	3
14. Мне не достает власти, чтобы реализовать	1	2	3
15. У меня не хватает времени, чтобы заняться любимым делом	1	2	3
16. Я все делаю быстро	1	2	3
17. Я испытываю страх, что не поступлю в институт	1	2	3
18. Я действую сгоряча, а затем переживаю за свои дела и поступки	1	2	3

Далее: подсчитайте суммарное число баллов, которое вы набрали, и определите, каков уровень вашей стрессоустойчивости по таблице:

<b>Суммарное число баллов</b>	<b>Уровень вашей стрессоустойчивости</b>
51-54	1 – очень низкий
53-50	2 – низкий
49-46	3 – ниже среднего
45-42	4 – чуть ниже среднего
41-38	5 – средний
37-34	6 – чуть выше среднего

33-30	7 – выше среднего
29-26	8 – высокий
25-18	9 – очень высокий

Чем меньше, число (суммарное число) баллов вы набрали, тем выше ваша стрессоустойчивость и наоборот. Если у вас 1-й и даже 2-й уровень стрессоустойчивости то вам необходимо кардинально менять свой образ жизни.

Каждый человек способен научиться владеть своим эмоциональным состоянием и тем самым ослабить влияние стрессовой ситуации.

Саморегуляция – это способность человека произвольно управлять своей деятельностью: планировать, ставить цель, осуществлять выбор и т.д., в том числе и контролировать свои эмоции, уметь расслабиться.

## Тест на развитие памяти и внимания

Тест первый

Найдите цифру девять за 5 секунд:

88888888888888888888888888888888

88888888888888888888888888888888

88888888888888888888888888888888

88888888888888888888888988888888

88888888888888888888888888888888

Тест второй

Найдите две О без хвостика за десять секунд:

Q Q Q Q Q Q

Q Q Q Q Q Q

Q Q Q O Q Q

Q Q Q Q Q Q

Q Q Q Q Q Q

Q Q Q Q Q Q

Q Q Q Q Q Q

Q Q Q Q Q Q

O Q Q Q Q Q

Q Q Q Q Q Q

Тест третий

Найдите букву «N» за десять секунд:

MMMMMMMMMMMMMMMM

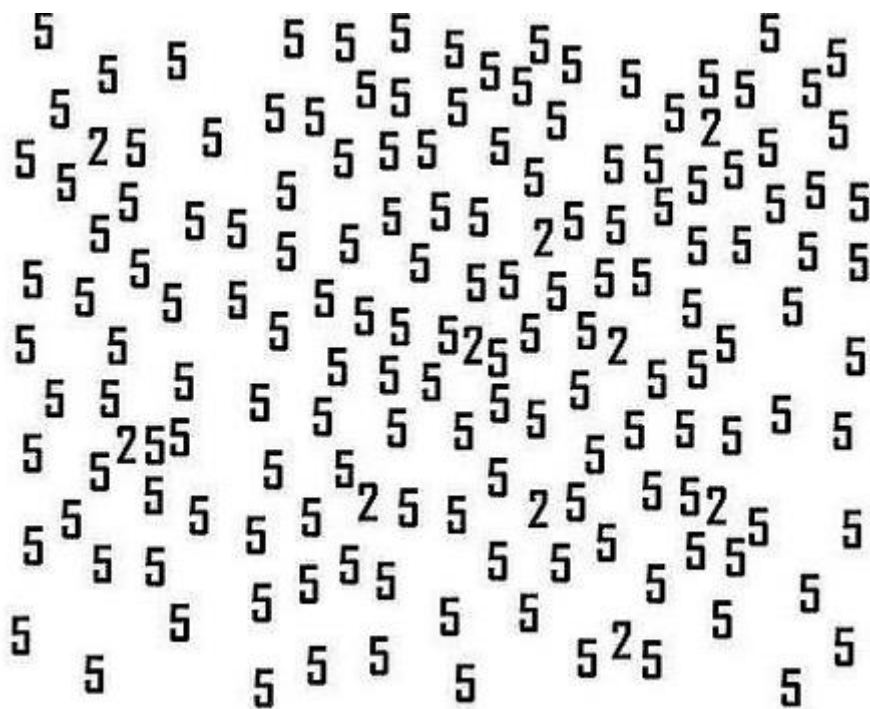
MMMMMMMMMMMMMMMM

MMMMMNMMMMMMMM

MMMMMMMMMMMMMMMM

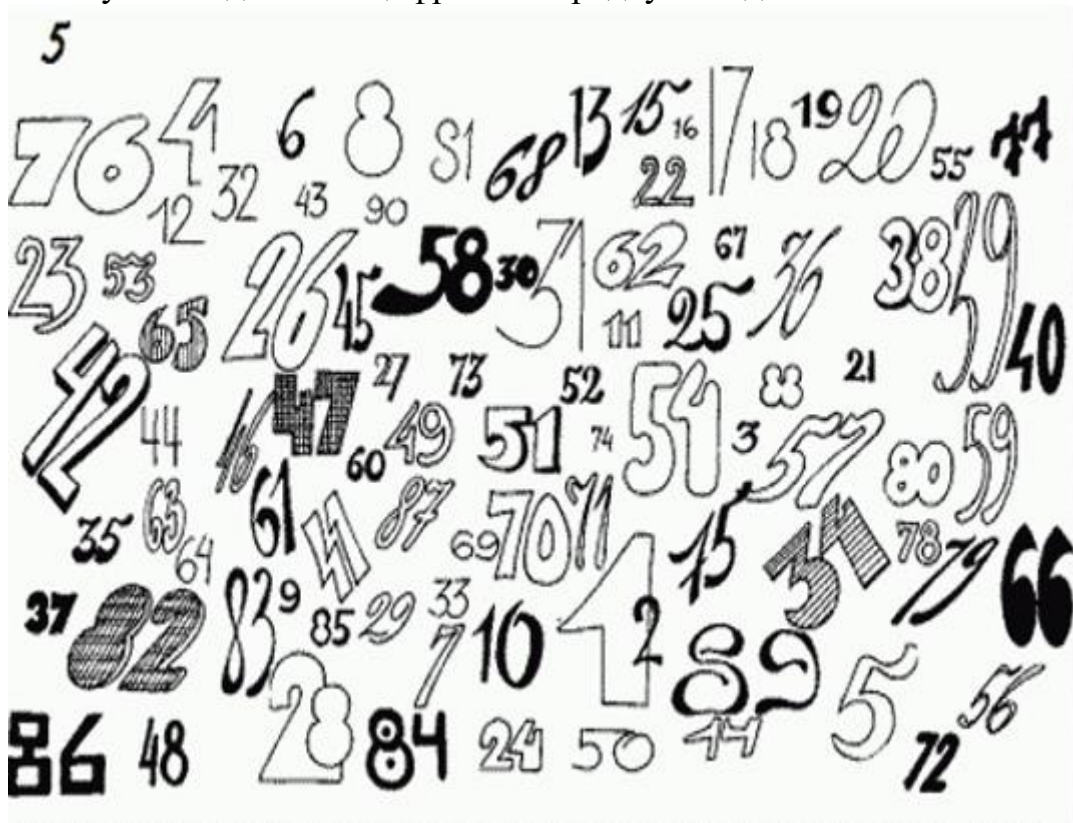
Тест четвертый

Найди десять двоек за десять секунд:



Тест пятый

За три минуты найдите все цифры по порядку от 1 до 90:



## Тесты на логику и мышление

Цель: определить формальную правильность того или иного логического умозаключения на основе определенного утверждения (или ряда заключений).

Инструкция: реальная действительность не играет при этом никакой роли (это немного усложняет тест, поскольку содержание утверждений абсурдно, но логически безупречно). Учитывайте также то, что правильных ответов может не быть или их может быть больше одного.

На ниже следующие 12 заданий отводится 8 минут!

1. Некоторые улитки являются горами. Все горы любят кошек. Следовательно, все улитки любят кошек.

- А) правильно
- Б) неправильно

2. Все крокодилы могут летать. Все великаны являются крокодилами. Следовательно, все великаны могут летать.

- А) правильно
- Б) неправильно

3. Некоторые кочаны капусты являются паровозами. Некоторые паровозы играют на рояле. Следовательно, некоторые кочаны капусты играют на рояле.

- А) правильно
- Б) неправильно

4. Две рощи никогда не похожи друг на друга. Сосны и ели выглядят совершенно одинаково. Следовательно, сосны и ели не являются двумя рощами.

- А) правильно
- Б) неправильно

5. Никто не может стать президентом, если у него красный нос. У всех людей нос красный. Следовательно, никто не может быть президентом.

- А) правильно
- Б) неправильно

6. Все вороны собирают картины. Некоторые собиратели картин сидят в птичьей клетке. Следовательно, некоторые вороны сидят в птичьей клетке.

- А) правильно
- Б) неправильно

7. Только плохие люди обманывают или крадут. Екатерина – хорошая.

- А) Екатерина обманывает
- Б) Екатерина крадет
- В) Екатерина не крадет
- Г) Екатерина обманывает и крадет
- Д) Екатерина не обманывает

8. Все воробьи не умеют летать. У всех воробьев есть ноги.

- А) Воробьи без ног могут летать
- Б) Некоторые воробьи не имеют ног

- В) Все воробьи, у которых есть ноги, не могут летать  
 Г) Воробьи не умеют летать, потому что у них есть ноги  
 Д) Воробьи не умеют летать, и у них нет ног
9. Некоторые люди – европейцы. Европейцы трехноги.  
 А) У некоторых людей три ноги  
 Б) Европейцы, являющиеся людьми, иногда трехноги  
 В) Люди с двумя ногами не являются европейцами  
 Г) Европейцы – это люди с тремя ногами  
 Д) Европейцы с двумя ногами иногда являются людьми
10. Цветы – это зеленые животные. Цветы пьют водку.  
 А) Все зеленые животные пьют водку  
 Б) Все зеленые животные являются цветами  
 В) Некоторые зеленые животные пьют водку  
 Г) Цветы, которые пьют водку, являются зелеными животными  
 Д) Зеленые животные не являются цветами
11. Каждый квадрат круглый. Все квадраты красные  
 А) Бывают квадраты с красными углами  
 Б) Бывают квадраты с круглыми углами  
 В) Бывают круглые красные углы  
 Г) Углы и квадраты круглые и красные  
 Д) У красных квадратов круглые углы
12. Хорошие начальники падают с неба. Плохие начальники могут петь.  
 А) Плохие начальники летят с неба вниз  
 Б) Хорошие начальники, которые умеют летать – могут петь  
 В) Некоторые плохие начальники не могут петь  
 Г) Некоторые хорошие начальники плохи, так как они умеют петь  
 Д) Плохие начальники не падают с неба

### Ключ

«+» - 1б, 2а, 3б, 4а, 5а, 6б, 7 – ни один, 8в, 9а, в, г, 10в, г, 11 – ни один, 12 – ни один.

За каждое соответствие с ключом вы получаете 1 балл.

Количество баллов от **0 до 2** говорит о том, что с логикой у вас очень слабо.

От **3 до 6** – логика не отсутствует, но, наверное, имеет смысл ее потренировать.

**7-10** – вполне приемлемый результат, говорящий о нормально развитых логических способностях.

**11 или 12** говорят о хорошо развитых логических способностях. Вас трудно убедить речами, в которых есть логические неувязки. Вы видите многие ситуации «насквозь» и можете «предсказывать» поведение людей из вашего окружения.



### **«ПРОФИ +» игровая программа для школьников.**

Игра «ПРОФИ +» является частью игрового профориентационного материала. Цель игры – помочь школьникам в профессиональном самоопределении и в осознанном выборе профессии. Для игры используются простые, понятные и ёмкие образы, с помощью которых раскрывается сложный мир профессий и труда.

Занятия основаны на игровых элементах подачи информации и на выстраиваемой системе мотивации обучающихся.

Используются карточки, на рубашке карточек с профессиями изображены персонажи (главные герои). Персонажи – собирательный образ школьника средних классов, они исследуют этот мир в поисках ответа на вопрос «Кем стать?». Знакомясь с различными профессиями (рабочими, творческими, инженерно-техническими, модными, уходящими, будущими) и темами о труде (горизонтальная и вертикальная карьеры, социальный лифт, откуда берется пенсия и т.д.), герои на своем примере учат приемам самоопределения личности и профессиональной ориентации.

Игра включает в себя 5 различных мини-игр: «Кто ты?», «Ну-ка, покажи-ка!», «Ошибочка вышла», «Общее дело», «Проф.набор!»

Игры последовательно не взаимосвязаны между собой.

Также на занятиях по профориентации используется Атлас новых профессий.

Это альманах профессий будущего, актуальных для российской экономики. Он основан на данных форсайт-сессий, в которых принимали участие ключевые игроки рынка. Атлас поможет понять, какие отрасли будут активно развиваться, какие в них будут рождаться новые технологии, продукты, практики управления и какие новые специалисты потребуются работодателям. Самая последняя версия, Атлас 3.0, написана специально для подростков, простым и увлекательным языком и полна интересных историй о специалистах будущего.

## ДЕБАТЫ ПО ТЕМЕ: «ПРЕДСТАВИТЕЛИ РАБОЧЕЙ ПРОФЕССИИ – ГЛАВНАЯ СИЛА РАЗВИТИЯ СТРАНЫ»

**Цель проведения:** представление элементов системы работы по технологии «Дебаты», обеспечивающих эффективное решение профессионального самоопределения обучающихся.

**Задачи:**

- 1) создание условий для профессионального самосовершенствования педагогов;
- 2) демонстрация опыта работы;
- 3) разработка профориентационной игры в режиме технологии «Дебаты».

**Структура.** Перед началом игры, рассказываются особенности проведения игры, структуры выступления и построения аргументов. Участникам предлагается тема для проведения дебатов.

**Ведущий:** Добрый день, дорогие друзья! Сегодня наша тема дебатов посвящена актуальному вопросу. Мы уже давно живем в постиндустриальном обществе, где сфера услуг является основой экономики, отказаться от рабочих профессий насовсем не получится, потому что представители рабочей профессии – это главная сила развития страны. Так ли это? Сейчас мы и узнаем в ходе наших дебатов.

**Ведущий:** Сегодня мы играем по формату К. Поппера, и мы напоминаем вам регламент нашей игры. Выступления первых спикеров – 3 минуты, вторых и третьих – 2 минуты. И так, мы начинаем нашу игру! Слово предоставляется команде «Утверждения».

**Утверждение 1:** Здравствуйте уважаемые судьи, таймкипер, уважаемые оппоненты, и все присутствующие в этом зале, вас приветствует команда **утверждения**, и я первый спикер. Тема наших сегодняшних дебатов: «Представители рабочей профессии – это главная сила развития страны». Мы полностью согласны с данным утверждением и в ходе своего выступления постараемся доказать Вам это.

**Утверждение 1:** Хотелось бы обозначить *актуальность данной темы*. К. Маркс говорил, что машины заменят человека. Однако даже когда делаются высокотехнологичные устройства: смартфоны, планшеты и компьютеры – кто их собирает? Рабочие! Рабочие профессии были и будут востребованы. «Самое базовое условие развития экономики – это, конечно, квалифицированный рабочий класс».

**Утверждение 1:** А теперь для полноты и ясности нашего кейса мы хотим представить следующие дефиниции, а именно:

**Рабочий** - (толковый словарь С.И. Ожегова) - человек, непосредственно осуществляющий определенное действие, производящий полезную работу».

**Рабочая профессия** - деятельность, чаще всего связана с физическим трудом и осуществляется благодаря полученным знаниям и навыкам,

приобретенных в учреждениях профессионального образования. Рабочая профессия тесная связана с реальным производственным процессом в изготовлении продукции.

**Утверждение 1:** Мы переходим к обсуждению нашего кейса. Наш первый аргумент звучит так *«Рабочие профессии более востребованы и перспективны для экономики страны»*.

**«Утверждение 1: Поддержка № 1.** Президент РФ В.В. Путин отметил, что «...Сегодняшний рабочий как стеновой хребет экономики – это ответственный исполнитель сложных и меняющихся технических регламентов. Квалификация рабочего, его профессиональная честь и гордость – решающий фактор конкурентоспособности».

**Утверждение 1: Поддержка к аргументу.** По данным Superjob.ru, обладатели рабочих профессий сейчас весьма востребованы. На них приходится 14 процентов заявок работодателей. Работодатели с большим удовольствием принимают на работу выпускников техникумов и колледжей, поскольку молодые специалисты, досконально владеющие навыками рабочей профессии, не нуждаются в дополнительном обучении и адаптационном периоде, они способны выполнять не только рутинную и механическую работу, но и проявлять задатки инженера и изобретателя, что существенно упрощает жизнь работодателю.

**Утверждение 1: Аргумент № 2.** *«Рабочие профессии - социально значимы для страны»*. Именно они строят для нас дома, прокладывают коммунальные сети, дают в наши дома воду, тепло, электричество. От их профессионализма зависит наш комфорт. Рабочие профессии – это классика рынка труда, которая не утратит своей актуальности. Как известно, 90% всего, что создается в государстве, приносят именно люди рабочих профессий

**Утверждение 1: Аргумент № 3.** *«Представители рабочей профессии - универсалы»*. Представители рабочей профессии, связанной с физическим трудом, способны к любой работе, могут заниматься различными видами деятельности, т.е. их способность к труду универсальна.

**Утверждение 1: Аргумент № 4.** *«Рабочие профессии основа военной промышленности страны»*. ОПК неотъемлемая часть экономики России, являющаяся важным элементом эффективного функционирования государства.

### **РАУНД ПЕРЕКРЕСТНЫХ ВОПРОСОВ**

**(Отрицание 3 – Утверждению 1)** Как вы можете прокомментировать следующее. Представители рабочих профессий нуждаются в постоянном контроле сверху. Ведь трудная, изматывающая и монотонная работа утомляет человека, и он чаще находит способы избежать нескольких часов труда. А это в масштабах страны – серьезная нехватка объемов производства. Поэтому, требуется серьезный и постоянный контроль, а также установление норм производства для предприятий. Спасибо!

**Отрицание 1:** Здравствуйте уважаемые судьи, таймкипер, уважаемые оппоненты, и все присутствующие в этом зале. Вас приветствует команда

**Отрицания.** Тема наших сегодняшних дебатов: «Представители рабочей профессии – это главная сила развития страны». Мы полностью не согласны с данным утверждением и в ходе своего выступления постараемся доказать Вам это.

**Отрицание 1:** Мы принимаем определение ключевых понятий и актуальность, предложенные оппонентами, но не согласны с их аргументами.

*Контраргумент на ваш первый аргумент звучит как «Рабочие профессии очень часто связаны с неблагоприятными условиями труда, и как следствие - заболеваниями и плохим состоянием здоровья».*

*Поддержка.* В 2006 году было опубликовано исследование за 50-летний период, которое показало тяжелое состояние водителей. Они страдают от сердечных заболеваний, проблем с желудком и позвоночником из-за нездорового ритма жизни и неудобного рабочего места. Кроме того, они подвержены депрессиям и нервным срывам, а также часто проявляют агрессию к другим.

*Поддержка.* Профессия металлурга несет ряд рисков, связанных с предрасположенностью к онкологическим заболеваниям и проблемам с сердечно-сосудистой системой.

*Контраргумент на ваш второй аргумент. Представители рабочих профессий способны только исполнять (работать по алгоритму)!»*

*Поддержка.* Представители рабочих профессий не являются движущей силой развития – его обеспечивают прикладная наука и инженеры на производстве. Без них рабочие элементарно не знают двух наиважнейших вещей – «что производить» и «как производить».

**Отрицание 1:** Вы сказали, что представители рабочей профессии универсалы, все верно, именно поэтому рабочие профессии больше подвержены постоянной оптимизации. Технологический процесс на месте не стоит. С каждым годом в мире появляются новые инженерные системы, которые помогают людям в работе. Модернизация приводит к вымиранию ряда профессий.

**Отрицание 1:** *А теперь мы переходим к нашему кейсу. И наш первый аргумент 1 – «Рабочие специальности являются малопривлекательными для молодежи, а ведь молодёжь, является основной движущей силой страны».*

*Поддержка.* Ее не устраивает условия профессиональной деятельности: устаревшие производственные технологии, низкая заработная плата, социальный статус в обществе, перспективы дальнейшего профессионального роста и развития как личности в целом.

*Аргумент 2. Несоответствие профессиональной подготовки рабочих актуальным и перспективным потребностям общества (низкое качество профессиональной подготовки рабочих).*

*Поддержка.* По данным опросов Федеральной службы государственной статистики, недостаток квалифицированных рабочих – четвертая по значимости проблема для промышленников после проблем со спросом на продукцию Российского производства, налоговой нагрузки и неопределенностью в экономике.

## РАУНД ПЕРЕКРЕСТНЫХ ВОПРОСОВ

### (Утверждение 3 - Отрицанию 1)

1. В своём выступлении вы говорили о низком качестве подготовки рабочих. А вы знаете, что с 2011 года образовательные учреждения профессионального образования реализуют модульные программы, имеющие вариативные составляющие. Поэтому за время обучения в техникумах ребята осваивают несколько смежных профессий. Например профессия сварщика, который получает образование двумя видами сварки - аргоновой и сварки с покрытым электродом. Что вы можете сказать по этому поводу? Спасибо!

**Утверждение 2:** Хотелось бы поблагодарить наших оппонентов за раунд перекрестных вопросов и уделить внимание кейсу оппонентов, а затем восстановить свой кейс.

**Утверждение 2:** *Поддержка к 1 аргументу.* «Рабочие профессии более востребованы и перспективны для экономики страны». Хотелось бы процитировать Михаила Болотина, члена Союза машиностроителей России, президент «Концерн «Тракторные заводы»: «Люди всегда были, есть и будут нашей главной ценностью и реальным капиталом, обеспечивая своим нелегким трудом экономическую стабильность и процветание страны.

*Еще одна поддержка к 1 аргументу.* По поручению В. Путина был разработан национальный справочник профессий, востребованных на рынке труда, а также список перспективных и востребованных на рынке труда профессий и специальностей, требующих среднего профессионального образования. В топ-50 наиболее перспективных из них вошли в том числе автомеханик, мастер столярно-плотницких работ, сантехник, повар-кондитер, сварщик, слесарь, токарь, фрезеровщик.

**Утверждение 2:** *Поддержка к нашему второму аргументу «Рабочие профессии - социально значимы для страны».* Новые профессии, такие как мехатроник – специалист по монтажу, диагностике и наладке автоматизированных производств и агрегатов, специалист по прототипированию (по аддитивным технологиям).

**Утверждение 2:** *Поддержка к четвертому аргументу «Рабочие профессии основа военной промышленности страны».* Кроме военной продукции, предприятия оборонно-промышленного комплекса производят продукцию гражданского назначения. Большая часть холодильников, магнитофонов, вычислительной техники, пылесосов и стиральных машин России производилась на предприятиях военно-промышленного комплекса. А телевизоры, видеоманитофоны, фотоаппараты и швейные машины выпускались только на военных заводах.

**Утверждение 2:** Второй аргумент команды отрицания звучал, как рабочие специальности являются малопривлекательными для молодежи, а ведь молодёжь, является основной движущей силой страны». Как раз для привлекательности рабочих профессий существуют конкурсы «WorldSkills International» и WorldSkills Hi-Tech – чемпионат среди представителей элиты рабочих профессий. Что касается вашего второго аргумента, то мы говорили, что с 2011 года в процессе обучения реализуются модульные программы.

Спасибо, у нас все. И мы продолжаем утверждать, что представители рабочей профессии – это главная сила развития страны

## **РАУНД ПЕРЕКРЕСТНЫХ ВОПРОСОВ**

### **(Отрицание 1 - Утверждению 2)**

1. Ответьте на такой вопрос, какую роль играют инновацию в процветание страны? И как вы считаете, возможен ли он без опоры на интеллектуальный ресурс населения.

2. До 1960-х годов операторы телефонных станций соединяли линии, вводя вручную телефонный кабель в нужный разъём, а сейчас этого не нужно. Считаете ли вы до сих пор, что рабочие профессии универсальны? Спасибо за ваши ответы.

**Отрицание 2:** Спасибо команде утверждения за свое выступление, но наша команда продолжает придерживаться позиции. Начнем с аргументов команды утверждения.

**Отрицание 2:** Второй спикер приводил поддержку о новых профессиях, мы не отрицаем того, что появляются новые профессии. Однако, по мнению Президента сервиса по поиску работы и сотрудников Superjob.ru Алексея Захарова: Два миллиона человек потеряют работу в транспортной отрасли. Машина с рулем и педалями через двадцать лет превратится из средства передвижения в абсолютную роскошь. Приоритет на дороге будет отдан беспилотникам.

**Отрицание 2:** Второй спикер также рассказывал нам о том, что рабочие профессии – основа военной промышленности страны. Все заводы сейчас автоматизируются, станки становятся в линии. Поэтому скорее всего, в скором времени их заменят на робототехнику.

**Отрицание 2:** В опровержении вашей поддержке об атласе профессий, хотелось бы сказать следующее. В августе 2014 года Минобрнауки обнародовало список 97 специальностей, по которым предлагалось прекратить подготовку в колледжах и техникумах в связи с низким набором студентов. В него вошли, например, сварщики на лазерных установках, вышкомонтажники, проходчики, горномонтажники, доменщики, операторы в производстве огнеупоров, обработчики рыбы и морепродуктов, мастера-изготовители деталей и изделий из стекла, наладчики кузнечно-прессового оборудования и другие.

**Отрицание 2:** В поддержку нашего аргумента о низком качестве профессиональной подготовки рабочих, хотелось бы привести следующий пример. По данным института статистических исследований *уровень поступающих в ПТУ, колледжи и техникумы понижается*. На программы СПО чаще поступают школьники, учившиеся в обычных школах (в среднем 81%) и в классах без специализации (в среднем 76%), получавшие в последний год обучения в школе преимущественно удовлетворительные (в среднем 33%) и хорошие оценки (в среднем 41%). Наблюдаются значимые отличия в худшую сторону по сравнению с поступающими на программы высшего образования. Таким образом, мы продолжаем утверждать, что представители рабочей профессии не главная сила развития страны.

## РАУНД ПЕРЕКРЕСТНЫХ ВОПРОСОВ

### (Утверждение 1 - Отрицанию 2)

1. Как вы думаете, можно ли без электричества запустить самое передовое производство, передовые процессы? А ведь его запускают электрики?

2. Следующий вопрос. Суперпрофессионал в токарном или фрезерном деле может зарабатывать очень большие деньги для рабочей профессии - 300-400 тыс. руб. Как вы считаете, может ли такая зарплата стать стимулом для молодёжи при выборе профессии?

**Утверждение 3:** Спасибо соперникам за игру, хотелось провести анализ игры. Нашей командой были предложены 4 аргумента и ряд поддержек, которые и явились точками соприкосновения в данной игре. Команда отрицания на наш взгляд не привела состоятельных аргументов и поддержек на наш кейс. Поэтому на наш взгляд наша команда в данной игре была более убедительной.

**Отрицание 3:** Хотелось бы поблагодарить команду оппонентов за игру, и отметить основные точки соприкосновения, такими стали все аргументы соперников, наши контраргументы, поддержки и раунды перекрестных вопросов. Аргумент нашей команды о том, что рабочие профессии очень часто связаны с неблагоприятными условиями труда, и как следствие – заболеваниями и плохим состоянием здоровья», не был прокомментирован командой утверждения. Следовательно, она согласилась с ними. Таким образом, наша команда была более убедительна и аргументирована в данной игре. Спасибо за внимание.

*Подведение итогов игры.*

*Рефлексия. Обмен мнениями с участниками мастер-класса.*

# АТЛАС НОВЫХ ПРОФЕССИЙ



Под редакцией Дарьи Варламовой и Дмитрия Судакова



АЛЬПИНА  
КАБАНОВ

Москва, 2021



## Приложение 5. Материалы для раздела V «Основы проектирования»

### ОТ ПРОБЛЕМЫ К ЦЕЛИ

#### Тема 1. Ситуация и проблема

**Ситуация** – часть действительности (людей, отношений между ними, предметов, существующего порядка вещей и т.п.), которую вы рассматриваете в связи с тем или иным вопросом.

Предположим, вы и ваша бабушка выглянули в одно и то же окно, выходящее во двор. При этом вы оказались в разных ситуациях. Ваша ситуация: «Народ уже всюю гоняет мяч, а мне надо еще сделать одно, другое, третье... Опять на ворота поставят!»; ситуация вашей бабушки: «Опять сосед своей машиной все кусты у бордюра помял! Сейчас же пойду к его Нинке, скажу, чтобы объяснила мужику своему, что это двор, а не гараж!».

**Описание ситуации** – все сведения о людях, отношениях между ними, предметах, установленном порядке действий и т.п., которые вы должны сообщить, чтобы другой человек понял, как вы представляете себе ту или иную ситуацию.

**1** Выберите кого-либо из действующих лиц и опишите ситуацию от его имени. Объясните, почему вы считаете, что ситуация будет выглядеть именно так. Представьте классу результаты вашей работы.

Вариант 1. **Место:** классная комната.

**Действующие лица:**

уборщица	ученик вашего класса	родитель ученика	учитель, обычно работающий в этом кабинете	классный руководитель
----------	-------------------------	---------------------	--	--------------------------

Вариант 2. **Место:** переполненный автобус, движущийся по маршруту.

**Действующие лица:**

пассажир, который хочет залезть в автобус и которому надо ехать до конечной остановки	пассажир без билета, желающий проехать бесплатно
кондуктор	пассажирка, отягощенная множеством сумок и стоящая у входа
пассажир, которому нужно залезть в автобус и которому надо выйти через одну остановку	пассажир, который находится в середине салона и которому нужно выйти на следующей остановке

*Я описываю ситуацию от имени* \_\_\_\_\_

*Описание ситуации:* \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

**Признак ситуации** – важное для вас свойство, которым обладает та или иная ситуация. Часто для того, чтобы сформулировать признаки ситуации, вам приходится делать выводы относительно составляющих ее частей. Например, в ситуации «взгляд из окна» важным для вас признаком может быть то, что ребята всегда начинают играть в пять часов.

**2** Ответьте на один из предложенных ниже вопросов. Для этого вам необходимо выделить признаки ситуации, обсудить их в группе и записать настолько подробно, чтобы любой человек, прочитавший вашу работу, смог представить себе ситуацию во всех подробностях.

**Какие знаки, доступные наблюдению, сигнализируют о том, что:**



---

---

---

---

---

---

---

## Приложение 6. Материалы к разделу VI «Личностное развитие»

### Индивидуально-типологический опросник (ИТО) Л.Н. Собчик

Ключ:

**Ложь:** Да 16, 31, 45, 46, 60, 61, 75, 76, 90.

**Аггравация:** Да 2, 17, 32, 47, 62, 77, 64, 79.

Нет 91

**Экстраверсия:** Да 12, 27, 29, 42, 44, 72

Нет 14, 57, 87.

**Сpontанность:** Да 4, 19, 21, 34, 49, 50

Нет 6, 65, 80.

**Агрессивность:** Да 7, 22, 36, 37, 51, 53, 68

Нет 66, 81.

**Ригидность:** Да 9, 24, 26, 39, 41, 56.

Нет 71, 83, 86.

**Интроверсия:** Да 3, 5, 33, 35, 48, 78

Нет 18, 20, 63.

**Сензитивность:** Да 15, 28, 43, 59, 89.

Нет 11, 13, 30, 74.

**Тревожность:** Да 8, 23, 38, 52, 54, 69, 84.

Нет 67, 82.

**Лабильность:** Да 10, 25, 40, 55, 58.

Нет 70, 73, 85, 88.

Полученные по каждой учитываемой шкале баллы откладываются на соответствующих радиусах схемы.

Интерпретация находится в прямой зависимости от количества значимых ответов по восьми шкалам.

- Показатели в пределах нормы (3-4 балла) - гармоничная личность.
- Выраженные умеренно (5 - 7 баллов) - акцентуированные черты.
- Выраженные избыточно (8-9 баллов) - дезадаптирующие свойства.
- Тенденции, компенсированные полярными свойствами (то есть, антитенденциями), являются свидетельством значительной эмоциональной напряженности и признаком наличия внутреннего конфликта, если показатели выше 5 баллов. Для нормы (в пределах 4-х баллов) это свидетельство сбалансированности разнонаправленных свойств.

- Показатели 0 и 1 баллов указывают на гипоэмотивность, плохое самопонимание или неоткровенность при обследовании.

Социально-психологические аспекты (лидерство, компромиссность и т.д.) проявляются как акцентуированный или дезадаптирующий стиль межличностного поведения при выраженных показателях (более 4-х) по соседствующим типологическим свойствам.

При этом:

Ложь (неискренность) более 5 баллов - данные недостоверны.

Аггравация (подчеркивание проблем) более 5 баллов - данные недостоверны.

Данная типология индивидуально-личностных свойств базируется на целостном понимании личности с позиций теории ведущих тенденций, которые пронизывают все уровни личности: и самые низкие, биологические, и его характерологическую структуру, и более высокий уровень - социальной активности человека

Показатель «тревожности» при умеренных показателях (3-4 балла) выявляет лишь осторожность в принятии решений, ответственность по отношению к окружающим, социальную созвучность среде, при высоких показателях эта шкала выявляет избыточную тревожность, мнительность, боязливость, склонность к навязчивым страхам и паническим реакциям.

Шкала «стеничности (агрессивности)» в норме соответствует достаточно уверенной тенденции самоутверждения, активной самореализации, отстаивания своих интересов и лишь при высоких баллах указывает на эгоцентризм и склонность к агрессивной манере самоутверждения вопреки интересам окружающих, вплоть до явных агрессивных высказываний или действий.

Спонтанность (раскованное самоутверждение, наступательность, стремление к лидированию), сочетающая в себе экстравертированность и агрессивность, формирует «сильный» (гипертимный) тип поведения с наиболее четко выраженными типологическими свойствами, в то время как сензитивность (чувствительность, ориентация на авторитет более сильной личности, конформность, черты зависимости), представляющая собой сплав интровертированности и тревожности, формирует атрибутику типологически «слабой» (гипотимной) конституциональной структуры. Нижняя часть полукруга отражает те типологические свойства, которые проявляются как более выраженная ориентация не на средовое воздействие, а на собственные субъективно обусловленные установки, т.е. гомономность. Напротив, верхняя его часть представляет типологические тенденции, указывающие на подвластность индивида воздействию среды (гетерономность).

Противопоставляемые друг другу типологические свойства ригидности и лабильности (подвижности) формируют в свою очередь два полярных типа, представляющих собой смешанные варианты по отношению к чисто гипертимному и чисто гипотимному. Один из них - ригидный - характеризуется сочетанием субъективизма интроверта с инертностью (тугоподвижностью) установок и настойчивостью личности, склонной к педантизму и настороженной подозрительности. Другой - лабильный (эмотивный) - отличается выраженной изменчивостью настроения, мотивационной неустойчивостью, повышенной эмотивностью, чертами демонстративности (личность, ищущая признания).

Промежуточные характеристики представляют собой сплав соседствующих на схеме свойств, синтез двух ведущих тенденций, формирующих дериватные свойства, проявляющиеся в социальной активности индивида:

«Конформность» проявляется на стыке таких ведущих тенденций как —тревожность и «сензитивность». Конформность как стиль поведения базируется на типологических свойствах неуверенности в себе и избыточной ориентированности на общепринятые нормы поведения. Повышенная тревожность в сочетании с эмоциональной неустойчивостью в эксперименте показали высокую корреляцию с таким социально-психологическим свойством как «компромиссность», т.е. одновременное стремление к самоутверждению и к избеганию конфликта с референтной группой. «Зависимость» как стиль взаимодействия с микросоциумом оказалась тесно связанной с такими типологическими свойствами как «интроверсия» (склонность к уходу в мир идеалов, застенчивость, замкнутость) и «сензитивность» (чувствительность и ранимость в отношении средовых воздействий с выраженной потребностью в глубокой и постоянной привязанности и в защите со стороны более сильной личности), так эти тенденции создают почву для поведения, направленного на избегание конфликта и поиска щадящей социальной ниши. «Лидерство» как свойство, проявляющееся в норме самостоятельностью в принятии решений, предприимчивостью и стремлением быть «ведущим», а не «ведомым», формируется сочетанием умеренно выраженной «спонтанности» и «агрессивности» (как продолжение высокой активности). Однако при высоких (8-9) баллах отражает самоуверенность и неумение соблюдать субординацию по отношению к старшим по должности или по возрасту лицам, или даже самовлюбленность и манию величия. «На стыке» таких свойств как «эмоциональная лабильность» и «экстраверсия» проявляется «коммуникативность». Этому способствуют демонстративность и поиски признания неустойчивой личности в сочетании с высокой социальной активностью экстраверта.

В то же время следует подчеркнуть, что «социальная пассивность», базирующаяся на «интровертированности» здесь рассматривается как свойство неоднозначное: имеется в виду менее выраженная реактивность внешних проявлений чувств при одновременно более богатой интрапсихической активности, что проявляется как высокая рефлексивность (чувствительность к внешним воздействиям), напряженная внутриличностная работа по самосовершенствованию, склонность к мечтам и фантазированию. Напротив, «социальная активность» рассматривается как склонность к широким контактам с людьми, разговорчивость и двигательная раскрепощенность, но при этом ослаблена склонность к самосовершенствованию и тенденция к самонаблюдению.

«Индивидуализм» формируется сочетанием «интровертированности» с «ригидностью» и проявляется устойчивостью собственного, временами достаточно самобытного и субъективного мнения. Сочетание «ригидности» с «агрессивностью» проявляется конфликтным и неконформным стилем поведения. Если «конформность» в норме проявляется как хранительница традиций и устоев общества, то неконформность - тенденция к отвержению общепринятых канонов и устаревших догм, спутница радикализма и

прогресса, которая при низком уровне развития или при патологии ведет к антисоциальным формам поведения.

Из этой достаточно богатой гаммы индивидуально-личностных свойств, базирующихся на восьмеричной типологической градации можно выделить наиболее характерные признаки, связанные с половой принадлежностью. Так, среди женщин чаще встречаются сензитивный, тревожный и эмотивный типы реагирования, уходящие корнями в тормозимые и лабильные свойства нервной системы. Среди мужчин чаще можно наблюдать спонтанный, агрессивный и ригидный типы реагирования, базирующиеся на импульсивных, возбудимых и тугоподвижных свойствах нервной системы.

Кроме того, некоторые сочетания несоседствующих на схеме тенденций дают новые типологические паттерны. Так, комбинация «спонтанности» с «интроверсией» характерна для экспансивных шизоидов, а склонность к перепадам настроения (колебания между «интровертированностью» и «экстравертированностью») свойственна циклотимным личностям.

Изучение индивидуального стиля когнитивной деятельности в сравнительном анализе с данными типологического опросника позволило обнаружить следующие закономерности: социально активные коммуникабельные экстраверты отличаются преобладанием правополушарных характеристик: освоение новой информации им дается легче через разговорное общение.

### **Опросник**

Инструкция: Прочитав каждое утверждение, поставьте «+» перед номером соответствующего утверждения, если согласны с ним, или «-», если не согласны.

1. Я постараюсь отнестись к исследованию ответственно и быть максимально искренним.
2. У меня очень сложный и трудный для окружающих характер.
3. Я лучше справляюсь с работой в тиши и одиночестве, чем в присутствии многих людей или в шумном месте.
4. Решая серьезные проблемы, я, как правило, обхожусь без посторонней помощи.
5. Я очень редко заговариваю первым с незнакомыми людьми.
6. Для меня важно, что подумают другие о моих высказываниях и поступках.
7. Если будет нужно, я разрушу все преграды на пути к достижению цели.
8. Я часто тревожусь по пустякам.
9. В моих неудачах виноваты определенные люди.
10. Для меня важно иметь общее мнение с теми людьми, с которыми я обычно общаюсь.
11. Меня мало касается все, что случается с другими.
12. Мне интересны яркие, артистичные личности.
13. Мне нет дела до чужих страданий: хватает своих.
14. В шумной компании я чаще всего - в роли только наблюдателя.

15. Для меня невыносимо наблюдать страдания других людей.
16. Я - человек абсолютно правдивый и искренний.
17. Все мои беды связаны с собственным неумением ладить с людьми.
18. Меня часто тянет к шумным компаниям.
19. Принимая важное решение, я всегда действую самостоятельно.
20. Мне всегда приятно заводить новых знакомых.
21. Берясь за какое-либо дело, я не стану долго раздумывать прежде чем начать действовать.
22. Меня раздражают люди, пытающиеся изменить мое мнения, когда я уверен в своей правоте.
23. Я часто волнуюсь за близких мне людей даже без серьезного повода.
24. Я не могу терпеть, когда кто-нибудь меняет заведенный мною порядок.
25. Я умею привлекать к себе внимание окружающих меня людей.
26. В жизни я твердо придерживаюсь определенных принципов.
27. Люблю посещать компании, где можно танцевать или петь.
28. Я чрезвычайно чувствителен к изменениям в настроении окружающих меня людей.
29. Я могу не смущаясь дурачиться в веселой компании.
30. Я спокойно отношусь к тому, что кто-то рядом переживает по поводу своих неприятностей.
31. Я никогда не поступаю как эгоист.
32. Часто бывает так, что из-за меня у окружающих портится настроение.
33. Интересные идеи приходят мне в голову чаще, когда я один, а не в присутствии многих людей.
34. Я могу взять на себя ответственность за целую группу людей для пользы дела.
35. Мне трудно преодолеть застенчивость, когда нужно говорить перед группой людей.
36. Мнение старших по возрасту или положению большого значения для меня не имеет.
37. Мне не трудно заставить других людей действовать так, как я считаю нужным.
38. Я так сильно переживаю неудачи, что у меня ухудшается самочувствие.
39. Я всегда бываю упрям в тех случаях, когда уверен в своей правоте.
40. Если в компании я не нахожусь в центре внимания, мне становится скучно и не интересно.
41. Никто не может навязать мне свое мнение.
42. Мне нравится путешествовать с разными, каждый раз новыми попутчиками.

43. Я могу изменить свое мнение под давлением окружающих.
44. В поезде я с удовольствием провожу время в беседе с попутчиками.
45. Я никогда не вру.
46. Я никогда не откладываю на завтра то, что следовало сделать сегодня.
47. Я вечно ни чем не доволен.
48. Я люблю одиночество, позволяющее мне сосредоточиться на своих мыслях.
49. Я умею заинтересовать людей и повести их за собой.
50. Мне нравится командовать другими.
51. Я умею дать отпор тем, кто вмешивается в мои дела.
52. Мне бывает неловко за высказывания и поступки моих близких.
53. Мне нередко приходилось в драке защищать свои права.
54. Я испытываю чувство вины (или даже стыда), если меня преследуют неудачи.
55. Мое настроение находится в сильной зависимости от настроения тех, кто меня окружает.
56. Я добиваюсь своего упорством и настойчивостью.
57. Мне часто бывает скучно, когда вокруг все веселятся.
58. Мое грустное настроение легко исправляется, если я смотрю в кино или по телевизору комедийное представление.
59. Ради сохранения добрых отношений я могу отказаться от своих намерений.
60. Я всегда придерживаюсь общепринятых правил поведения.
61. Меня любят все мои друзья.
62. У меня трагичная судьба.
63. У меня много близких друзей.
64. Я самый несчастный человек на свете.
65. Мне проще надеяться на других, чем брать на себя ответственность, даже если речь идет о моих проблемах.
66. Я стараюсь быть таким «как все», не выделяться среди других.
67. Я - человек спокойный, уравновешенный.
68. Я могу долго не реагировать на чьи-то шутки, но потом «взорваться» гневной реакцией.
69. Я очень чувствителен к изменениям погоды.
70. Я не люблю присутствовать на шумных застольях.
71. Я могу проявить безалаберность в делах, а потом понемногу приводить их в порядок.
72. Я люблю ходить в гости.
73. Мне все равно, что обо мне думают окружающие.
74. Я волнуюсь только по поводу очень больших неприятностей.
75. Я никогда не испытываю желания выругаться.
76. Я никого никогда не обманывал.
77. Мне никто не нужен и я не нужен никому.



78. Я - человек застенчивый.
79. Мне ужасно не везет в жизни.
80. Я часто стараюсь следовать советам более авторитетной личности.
81. Я бы очень переживал, если бы кого-то задел или обидел.
82. Меня ни чем не испугать.
83. Я часто пользуюсь чужими советами при решении своих проблем.
84. В своих неудачах я в первую очередь виню самого себя.
85. Я совершенно не обращаю внимания на свой стиль одежды.
86. Я не стараюсь планировать свое ближайшее будущее и работу.
87. Когда меня зовут в гости, я чаще всего думаю: «Лучше бы мне остаться дома».
88. Я ничего не знаю о личных проблемах окружающих меня людей.
89. Малейшая неудача резко снижает мое настроение.
90. Я никогда не сержусь.
91. Я отвечал на все вопросы очень правдиво.

## Тренинг «Общение в коллективе»

**Тренинг «Общение в коллективе»** создает и развивает коммуникацию в творческом объединении.

**Цель тренинга общения в команде:** установление эффективной коммуникации в творческом коллективе обучающихся для решения деловых задач.

**Проблемы, на решение которых направлен тренинг «Общение в коллективе»:**

- Отсутствие четкой системы взаимодействия обучающихся.
- Непонимание участниками друг друга, разговор «на разных языках».
- Перекалывание ответственности друг на друга.
- Систематические конфликты в коллективе.
- Невыполнение задач обучающимися из-за непонимания.
- Конкуренция и соперничество в коллективе, низкий уровень сотрудничества.
- Ощущение хаоса в творческом коллективе.

**Ожидаемые результаты тренинга:**

- Формирование четкой структуры взаимодействия между обучающимися.
- Разрешение конфликтов, выработка механизмов конструктивного разрешения разногласий.
- Разделение зон ответственности между участниками тренинга.
- Разработка внутрикорпоративных стандартов общения, выработка единого языка.
- Развитие навыков постановки задачи, обратной связи.
- Разделение личного и профессионального общения в коллективе, формирование эффективной структуры.
- Развитие навыков сотрудничества в коллективе, совместного разрешения вопросов.
- Сокращение длительности выполнения работ.

Оборудование: мяч, салфетки, ручки, листы А4, бутылка, бумага для записок, фигуры (круг, квадрат, треугольник) красного и синего цветов, рисунок на ватмане «Дерево».

### Ход тренинга

**Психолог.** Здравствуйте уважаемый коллектив! Мы сегодня проведем тренинг, который называется «Общение в коллективе».

**Цель тренинга** – это сплочение нашего коллектива.

Сплочение – это возможность для коллектива стать единым целым для достижений конкретных целей и задач. Ведь как хорошо, когда тебя понимает и поддерживает твой товарищ, нужно уметь услышать и помочь, когда необходима эта помощь, и понимать друг друга даже без слов. Сплоченный коллектив добивается многих вершин и побед.

**Эффективное общение между всеми членами команды** относится к числу наиболее важных аспектов деятельности нашего объединения. В

любой организации каждый сотрудник выполняет лишь часть работы от общего целого, а потому для успешного движения организации к цели необходимо, чтобы все части были согласованы друг с другом и двигались в одном направлении, с одной скоростью. Общение внутри команды нужно для координации совместной деятельности.

**Общение – это сложный процесс, включающий в себя три составляющих, каждая из которых будет проработана в тренинге «Общение в коллективе»:**

- Коммуникация (обмен информацией).
- Интеракция (обмен действиями).
- Социальная перцепция (восприятие и понимание коллег).

Также сегодня на нашем тренинге мы поговорим о нашем коллективе, о взаимоотношениях друг с другом.

Для начала нам с вами необходимо познакомиться. Для этого выполним следующее упражнение.

**Упражнение: «Снежный ком»**

**Цель упражнения:** разряжение обстановки.

**Инструкция.** Участники по очереди называют свое имя с каким-нибудь прилагательным, начинающимся на первую букву имени. Следующий по кругу должен назвать предыдущих, затем себя; таким образом, каждый следующий должен будет называть все больше имен с прилагательными, это облегчит запоминание и несколько разрядит обстановку.

Пример:

1. Сергей строгий, Петр прилежный, Наташа независимая и т.д.

**Психолог:** Отлично! В каждом тренинге существуют свои правила. И мы не будем с вами исключением. Сейчас мы с вами проговорим эти правила.

**ПРАВИЛА РАБОТЫ В КОМАНДЕ**

1. Каждый из присутствующих находится здесь только потому, что он уже здесь, и ни по какой другой причине.
2. Для каждого понятие истины определяется тем, что он собой представляет, что чувствует, как оценивает происходящее.
3. Наша первая цель — установить позитивные контакты друг с другом.
4. Мы должны быть честными, искренне выражать свое отношение к происходящему.
5. Мы должны прислушиваться к другим.
6. Необходимо, чтобы в принятии группового решения участвовали все.
7. Новые участники становятся членами нашей группы просто потому, что они садятся в общий круг и остаются.

**Анализ упражнения:**

1. В какой степени предложенные правила ясны участникам?
2. Какие из правил оказались полезными, а какие обременительными?
3. Стоит ли принимать дополнительные правила или следует ограничиться традиционными?

**Психолог:** Итак, идем дальше! Как я уже говорила ранее, существует три вида общения.

- Коммуникация (обмен информацией).
- Интеракция (обмен действиями).
- Социальная перцепция (восприятие и понимание коллег).

**Коммуникация** - передача сообщения, сознательный, адресный и целесообразный обмен информацией между собеседниками, построенный преимущественно на рациональной основе.

К коммуникациям относят деловую переписку, переговоры, межличностную, межгрупповую, публичную, массовую и политическую коммуникацию. В межличностной коммуникации всегда отличают вербальную (словесную) и невербальную (жестовую) коммуникацию, подчеркивая важность последней.

Понятия «коммуникация» и «общение» в жизни часто употребляют как синонимы, но это не вполне справедливо, между ними есть существенная разница. Бытовое - чаще общение, профессиональное - чаще коммуникация. Бесцельное и без правил - чаще общение, с осознанной целью и по скриптам (по заранее подготовленным текстам) - чаще коммуникация. В отличие от общения, коммуникация предполагает наличие цели как минимум у одного из участников.

**Интеракция** – термин обозначает взаимодействие, взаимное влияние людей или воздействие групп друг на друга как непрерывный диалог. Это непосредственная межличностная коммуникация («обмен символами»), важнейшей особенностью, которой признается способность человека «принимать роль другого», представлять себе (ощущать), как его воспринимает партнер по общению (или группа).

**Социальная перцепция** – является одной из важных функций в психическом восприятии, что проявляется в виде процесса, имеющего сложную структуру. Благодаря этому процессу человек не только получает различную информацию от органов чувств, но и преобразовывает её. Воздействие на различные анализаторы приводит к формированию цельных образов в сознании индивида. Основываясь на вышесказанном можно сделать вывод, что перцепция характеризуется как одна из форм сенсорного воспроизведения.

А сейчас я предлагаю вам перейти от теории к практике. Первое наше упражнение будет следующее.

### **Упражнение 1. «Мои пожелания»**

**Цель:** создание настроения на предстоящую работу, снятие барьеров общения.

**Задание:** приветствие участников тренинга оформить в виде пожелания.

**Инструкция:** сегодняшнее занятие начнем с того, что выскажем друг другу пожелания на день. Они должны быть краткими, желательно в одно слово. Адресовать пожелания участникам тренинга мы будем с помощью мяча.

**Выберем форму игры:** можно бросать мяч любому из участников и при этом говорить пожелание. Следим, чтобы мяч побывал у всех, а можно передавать мяч по кругу, и тогда ваше приветствие будет относиться к соседу.

**Анализ упражнения:**

1. Расскажите, что вы чувствовали, когда высказывали пожелание.
2. Какие состояния появлялись у вас, когда к вам обращались с пожеланиями на день?
3. Какие трудности возникли у вас во время выполнения задания?

**Упражнение 2. «Здравствуйте, а вот и я»**

**Цель:** развитие навыков самопрезентации, налаживания позитивного настроения на предстоящее общение.

**Задание:** заявить о себе, показать свою индивидуальность, неповторимость, желание работать и общаться совместно с другими участниками тренинга.

**Инструкция:** во время налаживания контактов немаловажную роль играет взаимонаправленность, взаимовосприятие партнеров по общению, поэтому бывает очень важным момент подачи себя. Девиз упражнения: Покажи себя, заяви о себе! Способы самопрезентации могут быть самые разные: реклама, объявление в газете, рассказ о себе, песня, афоризм. В общем, все, что поможет окружающим лучше представить вас. Пусть девизом вашего выступления будут слова: «Смотрите, кто пришел!»

**Анализ упражнения:**

1. Презентация кого из участников вам понравилась больше всего, почему?
2. Что нового об участнике тренинга вы узнали?
3. Почувствовали ли вы в процессе выступления, что человек настроен на доброжелательное, открытое общение?

**Упражнение 3. «Салфетка»**

Каждому участнику дается салфетка, которая сложена несколько раз. Психолог дает команды: Оторвать правый угол, затем нижний левый и т.д. Затем салфетка разворачивается. Нужно постараться найти одинаковые салфетки. Их нет.

**Анализ упражнения.**

1. Скажите, нашли ли мы одинаковые салфетки?
2. Как вы думаете, почему их нет?
3. Получается, что все мы разные и салфетки разные, но мы все живем в мире и согласии. Почему?

**Упражнение 4. «Мы похожи с тобой тем...»**

Участники делятся на две группы. Одна группа образует внутренний круг, другая – внешний. Все стоят лицом друг к другу. Каждый участник внешнего круга говорит своему напарнику: «Мы с тобой похожи...», после чего стоящие во внутреннем кругу отвечают «Мы с тобой отличаемся тем...» затем делают шаг к новому партнеру. Процедура повторяется до тех пор, пока все не дойдут до своего первого партнера.

### **Анализ упражнения.**

1. Чем же вы похожи друг на друга и чем отличаетесь?

**Вывод.** Мы выяснили, что все мы разные, но все же общие черты у нас все же есть. И не смотря на индивидуальность каждого члена коллектива, мы работаем вместе. А теперь я

### **Упражнение 5. «Ассоциации»**

**Цель:** Это очень простое и интересное упражнение поможет каждому участнику тренинга прояснить для себя понятие «команда».

**Время:** 10–15 минут

**Инструкция:** Предлагаю каждому прояснить для себя значение понятия «дружный коллектив». Упражнение, которое мы сейчас с вами проведем, вроде бы простое, но это не совсем так. Вы в этом убедитесь, когда увидите, какими интересными и неожиданными могут быть ответы на многие вопросы.

1. Возьмите ручки и бумагу.

2. Ваша задача — услышать мой вопрос и записать первые же образы, связанные с ним, которые пришли вам в голову.

Если коллектив— это постройка, то она...

Если коллектив — это цвет, то он...

Если коллектив — это музыка, то она...

Если коллектив — это геометрическая фигура, то она...

Если коллектив — это название фильма, то это...

Если коллектив — это настроение, то оно...

### **Анализ упражнения.**

-Что вам понравилось в этом упражнении?

- Какие ответы были для вас самыми интересными?

- Какие ответы удивили вас?

- О чем нам говорит это упражнение?

**Психолог:** сейчас я попрошу вас объединиться в малую группу для следующего упражнения.

### **Упражнение 6. «Волшебная бутылочка»**

Упражнение позволяет участникам задуматься о тех изменениях, которые они хотели бы видеть в своем коллективе. Так же это упражнение можно использовать для завершения занятия.

Материалы: Бумага для записок, карандаши, бумага формата А3.

**Время:** 10 мин.

**Инструкция.** «Представьте себе, что вы и ваш коллектив находят старую лампу, кто-то берет ее в руки, потирает и из нее появляется волшебный джин. Теперь вы можете загадать три желания. Но есть маленький нюанс, так как лампу вы нашли вместе со своей командой, то и желания должны быть совместными.

Далее, каждый пишет свои три желания, которые направлены на изменение творческой обстановки. И следом формируется общий список пожеланий.

**Обсуждение:** Можно ли что-то сделать, чтобы эти перемены произошли в реальности? Если нет, то, что можно сделать для улучшения волнующего вопроса?

В конце упражнения мы складываем все пожелания в бутылку.

**Рефлексия.** «Дерево настроения»

Наш тренинг подходит к концу.

**Назначение метода:** Фиксация уровня эмоционального состояния перед занятием, после занятия, в начале учебного дня или в его конце.

**Требования к реализации метода.** Оптимальное количество участников – до 25 человек.

**Необходимое оборудование.** «Дерево», цветные фигуры красного и синего цвета.

**Порядок реализации метода.** Руководитель предлагает участникам выбрать фигуру того цвета, которая соответствует их состоянию (в начале или конце занятия, рабочего дня) и вывесить ее на «дерево»; («дерево» располагается на стене, на доске и должно быть видно всем участникам). Руководитель анализирует эмоциональное состояние группы перед занятием, в конце занятия, предлагает высказаться публично, либо наедине некоторым участникам (особенно тем, чье состояние изменилось).

**Вывод:** скажите, какие выводы мы можем сделать по итогам сегодняшнего занятия? Что вы узнали нового? С каким настроением вы уходите с нашего тренинга?

**Структура проекта обучающихся  
«Идеальный план моего будущего»**

1. Титульный лист

2. Введение

Во введении, общим объемом 1-2 страницы, необходимо:

- обозначить проблему, которую решает проект
- обосновать актуальность выбранной темы,
- определить цель работы (в соответствии с названием работы),
- определить задачи, подлежащие решению в процессе написания

работы.

3. Основная часть

В 1 части необходимо изложить теоретические основы, концепции и принципы, которые, по мнению автора, позволят решить поставленные задачи. Особое внимание следует обратить на критическое осмысление излагаемого материала. На основе сравнения и сопоставления различных точек зрения необходимо обосновать свой собственный подход к решению рассматриваемых проблем.

Во 2 части необходимо представить практические результаты: план своего будущего со сроками реализации каждого пункта.

При составлении индивидуального проекта «Идеальный план моего будущего» обучающиеся должны будут учитывать такие выявленные у себя в ходе тестирования особенности как:

- 1) экстраверсия-интроверсия;
- 2) привязанность-обособленность;
- 3) самоконтроль-импульсивность;
- 4) эмоциональная неустойчивость – эмоциональная устойчивость;
- 5) экспрессивность – практичность;
- 6) упорство – уступчивость;
- 7) тип темперамента;
- 8) интеллектуальный потенциал;
- 9) тип мышления и уровень креативности;
- 10) уровень стрессоустойчивости и т.д.

4. Заключение

В заключении приводятся основные выводы, обозначается образовательная ценность работы для автора.



**ФОТОКРОСС «PRO\_ТВОРЧЕСТВО»**

Считается, что фотокросс – это соревнование фотографов, однако можно с уверенностью сказать, что фотокросс – это форма соревнования, которая сочетает в себе скорость и правильность выполнения задания, его креативность.

В нашем случае фотокросс «Pro\_творчество» – это интерактивная игра по профессиональному самоопределению обучающихся в мир творческих профессий. Ведь творческая профессия – не только работа, но и призвание, и образ жизни.

**Цель** проведения мероприятия: активизация процесса профессионального самоопределения обучающихся, популяризация творческих профессий, формирование у обучающихся положительного отношения к трудовой деятельности.

**Задачи:** проведение профориентационной работы в игровой и практической форме, ознакомление обучающихся с творческими профессиями и специальностями, популяризация творческих профессий среди молодёжи.

**Порядок проведения.** Перед началом фотокросса участники собираются в точке сбора (площадке). Желательно участников разбить на команды по 5-8 человек. После распределения, каждая команда получает чек-лист, в ходе выполнения которого, участники знакомятся с представителями творческих профессий и выполняют задания. По факту выполнения задания команде необходимо сделать коллективное фото, выложить его в социальной сети.

**Материально-техническое оснащение:** просторный зал или площадка для локаций, специальное оснащение для локации в соответствии с её тематикой.

Для участников: телефоны с выходом в Интернет.

**Методическое и дидактическое оснащение.** Задания на локациях составляются таким образом, чтобы погрузить обучающихся в профессиональную среду, сделать каждого обучающегося активным участником мероприятия, проявляющим инициативу, умения работать в группе.

**Кадровое оснащение.** На каждой локации участников встречает представитель творческой профессии (педагогический работник). В ходе выполнения задания педагогический работник помогает командам выполнять задания, координирует их деятельность.

Творческие профессии, с которыми обучающиеся познакомятся:

- «Хореограф». Главный персонаж – балерина, которая выполняет хореографические движения классического танца, русской народной хореографии, современных танцевальных направлений.

Задания для команд: исполнить командой отрывок балета «Лебединое озеро», «Хоровод», «Нір-Нор». Балерина помогает командам в подготовке композиции, показывает базовые движения.

- «Дизайнер (художник, скульптор)». Главный персонаж – художник, который рисует картину. Он рассказывает об особенностях профессии, о том, что в настоящее время художник может быть и дизайнером, и скульптором, архитектором, иллюстратором, художником-модельером.

Задания для команд: нарисовать всей командой картины: «Девятый вал» Айвазовского, «Грачи прилетели» Саврасова; проиллюстрировать сказку «Колобок», «Репка» и др.

Можно рассмотреть следующие профессии: 3D-дизайн и анимация, дизайн интерьера, ландшафтный дизайн, изобразительное искусство, мода, медиа-дизайн, графический дизайн и иллюстрация.

- «Певец». На локации сооружена импровизированная сцена, певец (певица) исполняет песенную композицию. После этого он (она) рассказывает командам о своих коллегах по «цеху» – композиторах, музыкантах, дирижёрах, хормейстерах.

Задания для команд: исполнить композицию (на выбор) в соответствии с ролями: музыканты, дирижёр, участники хора. Песни для исполнения: «Куда уходит детство», «Каравай-каравай», «Антошка» и др.

Можно рассмотреть следующие профессии, связанные с музыкой: диджей, видеожурналист, звукооператор, аниматор, специалист по озвучиванию и спецэффектам, звукорежиссер, саунд-дизайнер.

- «Актёр». Главный персонаж – «Зайчик». Он предлагает разыграть команде сцены из сказок: «Волк и семеро козлят», «Сказка о рыбаке и рыбке», «Гадкий утёнок».

– «Фотограф/кинооператор». Задания для команд: придумать оригинальную композицию, на которой будут запечатлены все участники команды, один из героев локации и 3 желтых предмета.

– «Писатель, поэт, сценарист, журналист». Главный персонаж – молодой человек, сидящий на стуле, рядом с ним разбросаны листы с черновиками. Он встречает команды, говорит об особенностях творческих профессий поэта, сценариста, журналиста, и предлагает командам выполнить задание.

Задания для команд: придумать оригинальное стихотворение со словами: профессия, быть, кем стать.

- «Блогер». Главный персонаж – молодая девушка, снимающая на фронтальную камеру отзыв о проходящем мероприятии. Её задача рассказать командам, что появилась новая профессия – блогер.

Задания для команд: придумать оригинальную фотографию, которая стала бы обложкой паблика в инстаграмме, и придумать к нему подпись.

- «Творческая профессия будущего». Творчество – вещь непредсказуемая. Вскоре появятся творческие профессии, которые мы пока не можем себе представить. Задания для команд: придумать новую

творческую профессию, снять короткий видеоролик, в котором будет рассказано о будущей профессии.

Примеры: куратор творчества; специалист по mind-фитнесу; персональный наставник по эстетическому развитию; арт-оценщик; мастер песочного и светового шоу.

Подведение итогов фотокросса «Pro\_творчество».

Каждая команда получает диплом участника фотокросса. Лучшие фотоработы могут быть отмечены организаторами (памятными подарками и дипломами). В завершении фотокросса можно всеми командами исполнить танцевальный флешмоб и сделать общую фотографию на память.

Таким образом, при проведении фотокросса удастся развеять миф о том, что профориентация это скучно и неинтересно, они превратят рядовое событие в увлекательное путешествие в мир специальностей и профессий. У ребят школ появится четкий и конкретный образ перечисленных профессий.

Это фотокросс универсален, ведь каждый педагог может дополнить это соревнование любой творческой профессией, придумать любое творческое задание к ней.

## Динамика результативности реализации программы

### Протокол входного контроля ГБУДО «Белгородский областной Дворец детского творчества» 2021-2022 учебный год

Объединение «Персоналити»

Образовательная программа Персоналити  
 срок её реализации 1 год

Ф.И.О. педагога Мищенко М.Г.

Количество групп 2

Количество ИУП 1

Форма проведения: тестирование

Форма оценки результатов: уровень (высокий, средний, низкий)

#### РЕЗУЛЬТАТЫ АТТЕСТАЦИИ

№ группы	год обучения	кол-во обучающихся в группе	Количество обучающихся, освоивших образовательную программу по уровням					
			высокий		средний		низкий	
			кол-во	%	кол-во	%	кол-во	%
1	1	10	3	30	7	70		
2	1	10	6	50	4	50		
ИУП	1	1			1	100		
<b>Всего:</b>		21	9	43	12	57		

Всего аттестовано 21 обучающийся.

Из них по результатам аттестации:

Высокий уровень 9 чел. 43%;

Средний уровень 12 чел. 57%;

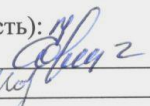
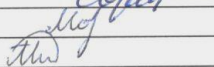
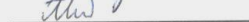
Низкий уровень 0 чел. \_\_\_%.

Члены аттестационной комиссии (Ф.И.О., должность):

заместитель директора

методист/куратор

педагог

  
 \_\_\_\_\_  
  
 \_\_\_\_\_  
  
 \_\_\_\_\_

/Черных С.А./  
 /Манойленко Е.М./  
 /Мищенко М.Г./

**Протокол  
результатов аттестации по итогам обучения  
ГБУДО «Белгородский областной Дворец детского творчества»  
2021-2022 учебный год**

Объединение «Персоналити»

Образовательная программа Персоналити  
срок её реализации 1 год

Ф.И.О. педагога Мищенко М.Г.

Количество групп 2

Количество ИУП 1

Форма проведения: защита проекта

Форма оценки результатов: уровень (высокий, средний, низкий)

**РЕЗУЛЬТАТЫ АТТЕСТАЦИИ**

№ группы	год обучения	кол-во обучающихся в группе	Количество обучающихся, освоивших образовательную программу по уровням					
			высокий		средний		низкий	
			кол-во	%	кол-во	%	кол-во	%
1	1	10	8	80	2	20		
2	1	10	9	90	1	10		
ИУП	1	1	1	100				
<b>Всего:</b>		21	18	86	3	14		

Всего аттестовано 21 обучающийся.

Из них по результатам аттестации:

Высокий уровень 18 чел. 86%;

Средний уровень 3 чел. 14%;

Низкий уровень 0 чел. \_\_\_%.

Члены аттестационной комиссии (Ф.И.О., должность):

заместитель директора

методист/куратор

педагог

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

/Черных С.А./

/Манойленко Е.М./

/Мищенко М.Г./