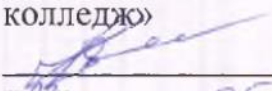


Министерство образования и науки Тамбовской области
Тамбовское областное государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Мичуринский агросоциальный колледж»
(ТОГБПОУ «Мичуринский агросоциальный колледж»)

УТВЕРЖДАЮ
Директор ТОГБПОУ
«Мичуринский агросоциальный
колледж»
 О.В. Котельникова
«32» 05 2023 г.

Фонд оценочных средств
учебной дисциплины

ОП. 15 Психология личности и профессиональное самоопределение
программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности **38.02.03 Операционная деятельность в логистике**

РАССМОТРЕНО

На заседании методического совета

Протокол № 10 от 22.05. 2023г.

Председатель  А.В. Свиридов

Фонд оценочных средств разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности СПО 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Разработчик:

Меркулова Елена Евгениевна,

педагог-психолог ТОГБПОУ «Мичуринский агросоциальный колледж»

Рассмотрена на заседании предметно-цикловой комиссии специальностей 43.02.12
Технология эстетических услуг и 43.02.13 Технология парикмахерского искусства
Протокол № 9 от 19. 05. 2023г.
Председатель Орликова /Орликова Е.В./

Согласовано:

Зам. директора по УПР

С.Ю. Гусельникова
« 22 » 05 2023 г.

I. Паспорт фонда оценочных средств

1. Область применения фонда оценочных средств

Фонд оценочных средств предназначен для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины ОП. 15 Психология личности и профессионального самоопределения.

В рамках оценочных материалов результатов освоения рабочей программы осуществляется оценка результатов практической подготовки обучающихся.

Оценка результатов практической подготовки осуществляется в образовательной организации (в техникуме) и/(или) на предприятии, в организации.

Фонд оценочных средств включает контрольные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме зачета.

Фонд оценочных средств разработан на основании: основной профессиональной образовательной программы по специальности СПО 38.02.03 Операционная деятельность в логистике программы учебной дисциплины ОП. 15 Психология личности и профессионального самоопределения.

Наименование объектов контроля и оценки (объекты оценивания) ¹	Основные показатели оценки результата и их критерии	Тип задания; № задания	Форма аттестации и (в соответствии с учебным планом)
У.1. Определять профессиональный тип личности.	Определение профессионального типа личности.	Практическое занятие № 1.	Итогового тестирования
У.2. Составлять профессиограмму своей будущей профессии.	Демонстрация умения составлять профессиограмму профессии	Практическое занятие № 2	
У.3. Определять возможные ошибки при выборе своей будущей профессиональной деятельности.	Определение возможных ошибок при выборе профессии.	Практическое занятие № 3	
У.4. Устанавливать зависимость между определенным типом темперамента, выбираемыми ими профессиями и видами профессиональной деятельности.	Демонстрация умения устанавливать зависимость между определенным типом темперамента выбираемыми ими профессиями и видами профессиональной деятельности.	Практическое занятие № 4	
У.5. Определять профессиональное самоопределение на разных стадиях становления личности.	Определение особенностей профессионального самоопределения на разных стадиях становления личности.	Практическое занятие № 5	
3.1. Необходимую терминологию, основы и	Владение научным тезаурусом в области психологии	Задание для устного опроса,	

¹ Личностные результаты обучающихся в соответствии с Рабочей программой воспитания по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике учитываются в ходе оценки результатов освоения учебной дисциплины.

сущность профессионального самоопределения.	профессиональной деятельности. Определение предмета, объекта и задач психологии профессиональной деятельности.	тестирование	
3.2. Соотношение понятий человек, личность, индивид, индивидуальность.	Способность давать определение и анализировать понятия человек, личность, индивид, индивидуальность.	Задание для устного опроса, тестирование	
3.3. Особенности личности, влияющие на выбор будущей профессии;	Анализ и оценка влияния способностей, черт характера и типов темперамента на выбор будущей профессии.	Задание для устного опроса, тестирование	
3.4. Понятие «темперамент», «характер», типы темперамента, типологию характера у человека.	Определение понятий «темперамент» и «характер». Анализ и определение типов темперамента и типов характера у человека.	Задание для устного опроса, тестирование	
3.5. Отличительные особенности характера от темперамента.	Демонстрация знаний о сравнении характера и темперамента.	Задание для устного опроса, тестирование	
3.6. Стадии профессионального становления личности, особенности профессионального и личностного самоопределения в юношеском возрасте.	Владение информацией о стадиях профессионального становления личности, особенности профессионального и личностного самоопределения в юношеском возрасте	Задание для устного опроса, тестирование	
3.7. Этапы и кризисы профессионального самоопределения.	Определение перечня этапов и кризисов профессионального самоопределения.	Задание для устного опроса, тестирование	
3.8. Значение профессионального самоопределения в жизни человека.	Владение знаниями о значении профессионального самоопределения в жизни человека.	Задание для устного опроса	
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;	Выбор и применение способов решения профессиональных задач	Тестирование, практическое занятие № 1-5	
ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;	- Оперативный поиск необходимой информации. - Отбор, обработка и результативное использование необходимой информации для эффективного выполнения профессиональных задач.	Тестирование, практическое занятие № 1-5	
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное	Демонстрация интереса к инновациям в области профессиональной	Тестирование, практическое занятие	

развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;	деятельности. - Выстраивание траектории профессионального развития и самообразования; осознанное планирование повышения квалификации.	№ 1-5	
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;	- Участие в коллективном принятии решений по поводу наиболее эффективных путей выполнения работы. -Аргументированное представление и отстаивание своего мнения с соблюдением этических норм. -Полнота представлений и реализация их на практических занятиях, о том, что успешность выполненной профессиональной задачи зависит от согласованности действий всех участников команды или коллектива. -Успешность взаимодействия с обучающимися и преподавателями в ходе обучения.	Тестирование, практическое занятие № 1-5	
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;	Демонстрация навыков грамотно излагать свои мысли и оформлять документацию на государственном языке Российской Федерации, принимая во внимание особенности социального и культурного контекста	Тестирование, практическое занятие № 1-5	
ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.	- Демонстрация навыков использования информационных технологий в профессиональной деятельности. - Анализ и оценка информации на основе применения профессиональных технологий, использование информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» для реализации профессиональной деятельности	Тестирование, практическое занятие № 1-5	

ПК 3.3 Оценивать качество логистического сервиса	-Оценивать качество логистических услуг -Поддержание необходимой коммуникации с клиентами - Применять практические рекомендации по теориям поведения людей (теориям мотивации)	Практическое занятие № 1-5	
ПК 4.2. Владеть методологией оценки эффективности функционирования элементов логистической системы	- Оценивать эффективность функционирования элементов логистической системы - Устанавливать параметры контроля (формировать «контрольные точки»)	Практическое занятие № 1-5	

2. Комплект оценочных средств

2.1. Задания для текущего контроля

Раздел I Теоретические основы психологии профессиональной деятельности.

Тема «Психология профессиональной деятельности».

Тестовые задания

ЗАДАНИЕ № 1 (теоретическое).

Инструкция: Тест состоит из 5 заданий и двух вариантов. Прежде, чем приступить к его выполнению, подумайте, в чем заключается смысл задания. Вспомните значения терминов, понятий, указанных в вопросе. Выполняя задания, необходимо выбрать один или несколько правильных ответов.

I вариант	II вариант
1. Как называется направление психологии, изучающее трудовые и профессиональные взаимоотношения людей, индивидуальные особенности личности работника, характеристики профессиональной деятельности? а) инженерная психология; б) психология труда; в) психология профессиональной деятельности.	1. Как называется наука, которая способствовала развитию психологии профессиональной деятельности? а) инженерной психологией; б) психологией труда; в) психологией массовых коммуникаций.
2. Что является объект изучения психологии профессиональной деятельности? а) человек (индивидуальный субъект) как участник процесса создания материальных и духовных ценностей, их развития и обеспечения; б) психологические особенности деятельности человека в трудовых условиях; в) труд как специфическая активность человека, идентифицирующего себя с определенным профессиональным сообществом.	2. Что является предметом изучения психологии профессиональной деятельности? а) труд как специфическая активность человека, идентифицирующего себя с определенным профессиональным сообществом; б) психологическая сущность трудовой деятельности, особенности личности работающего и его взаимодействие с производственной средой в) психологические закономерности трудового процесса, особенности личности субъекта деятельности в их взаимосвязи со средствами (орудиями), процессом (содержанием), условиями и организацией

	трудовой деятельности,
3. Как называется специфический вид человеческой активности направленный на познание и творческое преобразование окружающего мира, включая самого себя и условия своего существования? а) деятельностью; б) рефлексом; в) сознанием.	3. Как называется социально-значимая деятельность, выполнение которой требует специальных знаний, умений и навыков, а также профессионально обусловленных качеств личности? а) деятельностью; б) профессиональная деятельность; в) сознанием.
4. Что называют научно обоснованными нормами и требованиями профессии к видам профессиональной деятельности и качествам личности специалиста, которые позволяют ему эффективно выполнять требования профессии, получать необходимый для общества продукт и вместе с тем создают условия для развития личности самого работника? а) профотбор; б) профессиограмма; в) профессиональное самоопределение	4. Что называют выбором человека для профессии? а) профотбор; б) профессиограмма; в) профессиональное самоопределение
5. Перечислите типы профессий, которые были выделены Е. А. Климовым. а) человек – живая и неживая природа; б) человек – техника; в) человек – человек; г) человек – знаковая система; д) человек – художественный образ; е) человек – химия.	5. Перечислите группы методов исследования в психологии профессиональной деятельности: а) статистические методы; б) генетические методы; в) праксиметрические методы; г) психометрические методы; д) экспериментальные методы

Эталон ответов:

I вариант.	II вариант.
1. в	1. б
2. а	2. в
3. а	3. б
4. б	4. а
5. а, б, в, г, д	5. б, в, г д

Критерии оценки:

За правильный ответ на вопросы выставляется положительная оценка – 1 балл.

За неправильный ответ на вопросы выставляется отрицательная оценка – 0 баллов.

Шкала оценки образовательных достижений

Процент результативности (правильных ответов)	Оценка уровня подготовки	
	балл (отметка)	вербальный аналог
		отлично
		хорошо
		удовлетворительно
менее 70		неудовлетворительно

Раздел III Психология личности и ее структура.

Тема «Психология личности».

Инструкция:

Тест состоит из 5 заданий и двух вариантов. Прежде, чем приступить к его выполнению, подумайте, в чем заключается смысл задания. Вспомните значения терминов, понятий, указанных в вопросе. Выполняя задания, необходимо выбрать один правильный ответ.

I вариант	II вариант
1. Что такое личность? а) совокупность выработанных привычек и предпочтений, психический настрой и тонус, социокультурный опыт и приобретённые знания, набор психофизических особенностей человека, определяющих повседневное поведение и связь с обществом и природой; б) человек, имеющий возможность контактировать с другими; в) человек, концентрирующий исключительно на собственных убеждениях	Что такое индивид? а) совокупность выработанных привычек и предпочтений, психический настрой и тонус, социокультурный опыт и приобретённые знания, набор психофизических особенностей человека, определяющих повседневное поведение и связь с обществом и природой. б) человек, имеющий возможность контактировать с другими; в) это представитель биологического вида, имеет определенные врожденные особенности
Кто такой субъект деятельности? а) носитель сознания, которое формируется и развивается в процессе деятельности; человек, имеющий возможность выполняющий определенные трудовые действия; в) это представитель биологического вида, имеет определенные врожденные особенности	2. Что такое индивидуальность? а) неповторимость и своеобразие конкретного человека, выраженные в особенностях развития нижних уровней (индивид, субъект, личность); б) специфические черты, присущие человеку как биологическому организму; в) совокупность человеческих потребностей и способностей
Из скольких уровней состоит структура личности? а) двух; б) трех; в) четырех	3. Кто является автором модели личности, которая состоит из четырех подструктур: подструктура направленности, подструктура опыта, подструктура форм отражения, биологически обусловленная подструктура? а) К. К. Платонов; б) В.Н. Мясищев; в) Б.Г. Ананьев
4. Кто является автором модели личности, которая состоит из направленности, характера, возможности и системы упражнений? а) К. К. Платонов; б) В.Н. Мясищев; в) А.Г. Ковалев	4. Кто является автором модели личности, которая состоит из направленности, знаний, умений, навыков, индивидуально – типологических особенностей? а) К. К. Платонов; б) С.Л. Рубинштейн; в) Б.Г. Ананьев
5. Кто является автором модели личности, которая состоит из определенного комплекса коррелируемых свойств индивида, динамики психофизиологических функций и структуры органических потребностей, статуса и социальных функций – роли, мотивации поведения и ценностные ориентации, структуры и динамика отношений? а) К. К. Платонов;	5. Кто является автором модели личности, которая состоит из широты связей человека с миром (посредством его деятельности), степени иерархизованности этих связей, преобразованных в иерархию смыслообразующих мотивов (мотивов-целей), общей структуры этих связей, точнее мотивов-целей? а) К. К. Платонов;

б) С.Л. Рубинштейн; в) Б.Г. Ананьев	б) В.Н. Мясищев; в) А.Н. Леонтьев
--	--------------------------------------

Эталон ответов:

I вариант.	II вариант.
1. – а	1. - в
2. - а	2. - б
3. - в	3. - а
4. - в	4. – б
5. – в	5.- в

Критерии оценки:

За правильный ответ на вопросы выставляется положительная оценка – 1 балл.

За неправильный ответ на вопросы выставляется отрицательная оценка – 0 баллов.

Шкала оценки образовательных достижений

Процент результативности (правильных ответов)	Оценка уровня подготовки	
	балл (отметка)	вербальный аналог
		отлично
		хорошо
		удовлетворительно
менее 70		неудовлетворительно

Тема «Свойства личности: характер, темперамент».

Инструкция: Тест состоит из 10 заданий и двух вариантов. Прежде, чем приступить к его выполнению, подумайте, в чем заключается смысл задания. Вспомните значения терминов, понятий, указанных в вопросе. Выполняя задания, необходимо выбрать один или несколько правильных ответов.

I вариант.	II вариант.
Что называют темпераментом? а) врожденные особенности человека, которые обуславливают динамические характеристики интенсивности и скорости реагирования, степени эмоциональной возбудимости и уравновешенности, особенности приспособления к окружающей среде; б) свойство личности, характеризующее динамику протекания психических процессов и деятельности; в) качества личности, определяющие его тип нервной системы.	1. Что называют характером? а) индивидуально-психологическое образование личности, определяющее динамику, быстроту и легкость овладения деятельностью, а также эффективность ее осуществления; б) свойство личности, выражающееся в ее отношениях к окружающему миру, к обществу, к деятельности, к самому себе, к другим людям, к вещам и предметам; в) качества личности, определяющие его тип нервной системы.
2. Какой тип темперамента характеризуется низким уровнем психической активности, замедленностью движений, быстрой утомляемостью, высокой эмоциональной сензитивностью? а) сангвиник; б) холерик;	2. Какой тип темперамента характеризуется легкой ранимостью и склонностью к глубоким переживаниям? а) холерик; б) сангвиник; в) флегматик; г) меланхолик

в) флегматик; г) меланхолик	
3. Какой тип темперамента характеризуется устойчивым настроением, постоянство и глубиной чувств, равномерностью действий и речи, слабым внешним выражением чувств? а) холерик; б) сангвиник; в) флегматик; г) меланхолик	3. Какой тип темперамента отличается подвижностью, склонностью к частой смене впечатлений, отзывчивостью и общительностью? а) холерик; б) сангвиник; в) флегматик; г) меланхолик
4. По Э. Кречмеру, человек среднего или малого роста, с богатой жировой тканью, большим животом, выпуклой грудной клеткой, круглой головой на короткой шее, лицо широкое с мелкими чертами это? а) астеник; б) атлетик; в) диспластик; г) пикник	4. По Э. Кречмеру, человек высокого или среднего роста, пропорционального крепкого телосложения, с широкими плечами, хорошей мускулатурой, узкими бедрами, голова держится прямо, лицевые кости выпуклые это? а) астеник; б) атлетик; в) диспластик; г) пикник
5. Акцентуации это такие естественные варианты развития характера, которым не свойственно: а) повышение ранимости; б) снижение способности к социальной адаптации; в) повышение способности к социальной адаптации	5. Какие типы характеров существует? а) Гармонически целостный тип; б) тип внутренне конфликтный; в) конфликтный тип с пониженной адаптацией; г) вариативный тип характера
Из перечисленных качеств выберите положительные качества характера? а) благодарность; б) гордыня; в) доброта; г) верность; д) скромность; е) сострадание; ж) разочарование	6. Из перечисленных качеств выберите отрицательные качества характера? а) благодарность; б) гордыня; в) доброта; г) верность; д) скромность; е) сострадание; ж) разочарование
Характер может быть: а) природным; б) не природным; в) навязанным; г) приобретенным	7. Темперамент может быть: а) природным; б) не природным; в) навязанным; г) приобретенным
8. Какой тип акцентуации характера имеет склонность к вспышкам гнева, инертность мышления, садистские склонности, жадность, аккуратность, угодничество перед начальством, «приземленные» интересы? а) эпилептоидный; б) астено – невротический; в) психоастенический; г) сенситивный	8. Какой тип акцентуации характера имеет тенденцию «плыть по течению», слабоволие, отсутствие настойчивости, любовь к развлечениям? а) эпилептоидный; б) астено – невротический; в) психоастенический; г) неустойчивый

9. Какой тип акцентуации характера имеет беспокойный сон, плохой аппетит, плаксивость, утомляемость, раздражительность, склонность к ипохондрии (поиску у себя различных заболеваний)? а) эпилептоидный; б) астено – невротический; в) психоастенический; г) сенситивный	9. Какой тип акцентуации характера имеет склонность к рассуждениям, самоанализу, мнительность, образование навязчивых страхов, педантизм, формализм, нетерпеливость? а) эпилептоидный; б) астено – невротический; в) психоастенический; г) сенситивный
10. Какой тип акцентуации характера имеет «взрывной характер», кипучая энергия, подвижность, болтливость, склонность к панибратству, всегда приподнятое настроение? а) гипертимный; б) астено – невротический; в) психоастенический; г) сенситивный	10. Какой тип акцентуации характера имеет периодическую смену настроения, переход от периодов подъема к депрессии, раздражительность и апатия, сменяется приступами энтузиазма? а) гипертимный; б) астено – невротический; в) циклоидный; г) сенситивный

Эталон ответов:

I вариант.	II вариант.
1. – а, б	1. - б
2. - в	2. - г
3. - в	3. - б
4. - г	4. – б
5. – в	5. – а, б, в, г
6.- а, б, в, г, д, е	6.- ж
7.- а, г	7.- а
8.- а	8.- г
9.- б	9. - в
10.- а	10.- в

Критерии оценки:

За правильный ответ на вопросы выставляется положительная оценка – 1 балл.

За неправильный ответ на вопросы выставляется отрицательная оценка – 0 баллов.

Шкала оценки образовательных достижений

Процент результативности (правильных ответов)	Оценка уровня подготовки	
	балл (отметка)	вербальный аналог
		отлично
		хорошо
		удовлетворительно
менее 70		неудовлетворительно

Тема «Особенности личности, влияющие на выбор профессии».

ЗАДАНИЕ № 10 (теоретическое).

Инструкция: Тест состоит из 5 заданий и двух вариантов. Прежде, чем приступить к его выполнению, подумайте, в чем заключается смысл задания. Вспомните значения терминов, понятий, указанных в вопросе. Выполняя задания, необходимо выбрать один правильный ответ.

I вариант.	II вариант.
Какой тип характера человека отличается почти всегда хорошим настроением, высоким жизненным тонусом, брызжащий энергией, неудержимой активностью, стремится к лидерству, авантюрам. а) гипертемический тип; б) дистимический тип; в) возбудимый тип.	1. Какой тип характера человека имеет постоянно пониженное настроение, грустный, замкнутый, немногословен, тяготеет к шумным обществам, с сослуживцами близко не сходится? а) гипертемический тип; б) дистимический тип; в) возбудимый тип.
Какой тип характера человека имеет повышенную раздражительность, склонность к агрессии, несдержанность, угрюмость, занудливость, но возможны лживость, услужливость, склонность к хамству и нецензурной брани или молчаливости, замедленность в беседе? а) гипертемический тип; б) дистимический тип; в) возбудимый тип.	2. Какой тип характера человека отличается пониженным настроением, робостью, боязливостью, неуверенностью в себе, постоянной опасностью за себя, своих близких, долгим переживанием неудачи и сомнения в правильности своих действий? а) гипертемический тип; б) тревожный тип; в) возбудимый тип.
Какой тип характера человека чрезмерно чувствителен, раним и глубоко переживает малейшие неприятности, чувствителен к замечаниям, неудачам, поэтому у него чаще всего печальное настроение? а) тревожный тип; б) эмотивный тип; в) гипертемический тип.	3. Какой тип характера человека имеет очень изменчивое настроение, словоохотливость, повышенную отвлекаемость на внешние события, их эмоции ярко выражены и находят свое отражение во влюбчивости? а) тревожный тип; б) гипертемический тип; в) экзальтированный тип;
Какой тип темперамента не любит детальную, кропотливую работу с постоянной сосредоточенностью, любят расширять свой горизонт, открывать для себя что-то новое и проявлять в работе креативность и наиболее подходящие профессии для этого типа темперамента педагог, администратор, журналист, экономист, технолог? а) холерик; б) меланхолик; в) флегматик; г) сангвиник	4. Какой тип темперамента отличается повышенной возбудимостью, его действия прерывисты, ему свойственны резкость и стремительность движений, сила, импульсивность, яркая выраженность эмоциональных переживаний и наиболее подходящие профессии артист, дипломат, журналист, специалист по PR, дизайнер? а) холерик; б) меланхолик; в) флегматик; г) сангвиник
Какой тип темперамента характеризуется сравнительно низким уровнем активности поведения, новые формы которого вырабатываются медленно, но являются стойкими, обладает медлительностью и спокойствием в действиях, мимике и речи, ровностью, постоянством, глубиной чувств и	5. Какому типу темперамента свойственны сдержанность и приглушенность моторики и речи, застенчивость, робость, нерешительность, в нормальных условиях меланхолик - человек глубокий, содержательный, может быть хорошим тружеником, успешно справляться с жизненными задачами, наиболее

настроении, силен в точных науках? а) холерик; б) меланхолик; в) флегматик; г) сангвиник	подходящие профессии писатель, художник или кинокритик, и как программист, бухгалтер или архитектор? а) холерик; б) меланхолик; в) флегматик; г) сангвиник
--	--

Эталон ответов:

I вариант.	II вариант.
1. – а	1. - б
2. - в	2. - б
3. – б	3. – в
4. - г	4. - а
5. - в	5. - б

Критерии оценки:

За правильный ответ на вопросы выставляется положительная оценка – 1 балл.

За неправильный ответ на вопросы выставляется отрицательная оценка – 0 баллов.

Шкала оценки образовательных достижений

Процент результативности (правильных ответов)	Оценка уровня подготовки	
	балл (отметка)	вербальный аналог
		отлично
		хорошо
		удовлетворительно
менее 70		неудовлетворительно

Тема «Способности и задатки у человека».

Инструкция:

Тест состоит из 5 заданий и двух вариантов. Прежде, чем приступить к его выполнению, подумайте, в чем заключается смысл задания. Вспомните значения терминов, понятий, указанных в вопросе. Выполняя задания, необходимо выбрать один правильный ответ.

I вариант.	II вариант.
Что такое способность? а) уровень развития знаний, умений и навыков у человека, который позволяет ему успешно справляться с различными видами деятельности; б) вид деятельности; в) физическое свойство личности	1. Что такое задатки? а) уровень развития знаний, умений и навыков у человека, который позволяет ему успешно справляться с различными видами деятельности; б) морфологические и функциональные особенности строения нервной системы, органов чувств и органов движения, выступающие в качестве природных предпосылок развития способностей; в) физическое свойство личности
2. Что называют совокупностью ряда способностей, обуславливающих особенно успешную деятельность человека в определенной области и выделяющих его	2. Что называют способностью к определенной деятельности, проявляющиеся как творчество? а) одаренность;

среди других лиц, обучающихся этой деятельности или выполняющих ее в тех же условиях? а) одаренность; б) талант; в) гениальность	б) талант; в) гениальность
3. Какой вид способностей свидетельствует о склонности к абстрактным рассуждениям, логическим умозаключениям? а) задатки; б) профессиональные способности; в) теоретические способности	3. Какой вид способностей свидетельствуют о успешности выполнения конкретных практических действий? а) теоретические способности; б) практические способности; в) профессиональные способности
4. Какой вид способностей влияет на успешность выполнения различных видов деятельности? а) теоретические способности; б) общие способности; в) профессиональные способности	4. Какой вид способностей направлен на овладение конкретным видом деятельности? а) теоретические способности; б) профессиональные способности; в) специальные способности
5. Какой вид способностей связан с врожденными задатками, формирующимися на их основе через механизмы научения типа условно – рефлекторных связей? а) теоретические способности; б) общие способности; в) природные способности	5. Какой вид способностей сформировался в ходе профессионального обучения и продолжает развиваться в ходе профессиональной адаптации и последующей трудовой деятельности? а) профессиональные способности; б) теоретические способности; в) природные способности

Эталон ответов:

I вариант.	II вариант.
1. – а	1. - б
2. - а	2. - б
3. - в	3. – б
4.- б	4.- в
5.- в	5.- а

Критерии оценки:

За правильный ответ на вопросы выставляется положительная оценка – 1 балл.

За неправильный ответ на вопросы выставляется отрицательная оценка – 0 баллов.

Шкала оценки образовательных достижений

Процент результативности (правильных ответов)	Оценка уровня подготовки	
	балл (отметка)	вербальный аналог
		отлично
		хорошо
		удовлетворительно
менее 70		неудовлетворительно

Тема «Психология самопознания и самовоспитания личности».

Инструкция:

Тест состоит из 7 заданий и двух вариантов. Прежде, чем приступить к его выполнению,

подумайте, в чем заключается смысл задания. Вспомните значения терминов, понятий, указанных в вопросе. Выполняя задания, необходимо выбрать один правильный ответ.

I вариант.	II вариант.
1. Что такое самопознание? а) осознанный целенаправленный процесс познания и оценки личностью своего внутреннего (психологического) мира с целью развития своих сил и способностей; б) деятельность человека, направленная на изменение своей личности в соответствии с сознательно поставленными целями, сложившимися идеалами и убеждениями; в) процесс непосредственного получения человеком опыта поколений посредством собственных устремлений и самим выбранных средств	1. Что такое самовоспитание? а) осознанный целенаправленный процесс познания и оценки личностью своего внутреннего (психологического) мира с целью развития своих сил и способностей; б) деятельность человека, направленная на изменение своей личности в соответствии с сознательно поставленными целями, сложившимися идеалами и убеждениями; в) процесс непосредственного получения человеком опыта поколений посредством собственных устремлений и самим выбранных средств
2. Выберите наиболее подходящее определение для самообразования: а) деятельность человека, направленная на изменение своей личности в соответствии с сознательно поставленными целями, сложившимися идеалами и убеждениями; б) процесс непосредственного получения человеком опыта поколений посредством собственных устремлений и самим выбранных средств; в) система внутренней самоорганизации, направленная на усвоение опыта поколений, на собственное развитие	2. Выберите наиболее подходящее определение для самообучения? а) деятельность человека, направленная на изменение своей личности в соответствии с сознательно поставленными целями, сложившимися идеалами и убеждениями; б) процесс непосредственного получения человеком опыта поколений посредством собственных устремлений и самим выбранных средств; в) система внутренней самоорганизации, направленная на усвоение опыта поколений, на собственное развитие
3. Кто из ученых был автором правил самонаблюдения? а) А.И.Кочетов; б) Ньютон; в) Гераклит	3. Кто из ученых определил параметры самовоспитания? а) А.И.Кочетов; б) Ньютон; в) Гераклит
Какой из методов самовоспитания характеризуется наблюдением за внутренним планом собственной психической жизни, позволяющим фиксировать ее проявления — переживания, мысли, чувства? а) самосравнение; б) самоанализ; в) самонаблюдение	4. Какой из методов самовоспитания характеризуется сравнением своих качеств, поступков, размышлений и потребностей с качествами, поступками, размышлениями и переживаниями других людей? а) самосравнение; б) самоанализ; в) самонаблюдение
Какой из методов самовоспитания характеризуется сознательным воздействием на собственные личностные установки, личностные мотивы? а) самоанализ; б) самоубеждение; в) самосравнение	5. Какой из методов самовоспитания характеризуется способностью контролировать свои эмоции, мысли и поведение? а) самоанализ; б) самонаблюдение; в) самоконтроль
Какой из методов самовоспитания характеризуется воздействием психологического характера, направленным	6. Какой из методов самовоспитания характеризуется принуждением самого себя к каким – либо поступкам, действиям?

на самого себя, адресованным самому себе, когда субъект и объект внушающего воздействия совпадают? а) самовнушение; б) самонаблюдение; в) самоконтроль	а) самовнушение; б) самопринуждение; в) самоконтроль
Какой из методов самовоспитания характеризуется стремлением индивида к достижению и поддержанию определенного общественного статуса? а) самовнушение; б) самопринуждение; в) самоутверждение	7. Какой из методов самовоспитания характеризуется способностью одобрять, положительно подкреплять своё поведение, ход мыслей и рассуждений? а) самовнушение; б) самопринуждение; в) самоодобрение

Эталон ответов:

I вариант.	II вариант.
1. – а	1. - б
2. - в	2. - б
3. - а	3. – а
4.- в	4.- а
5.- б	5.- в
6.- а	6.- б
7.- б	7.- в

Критерии оценки:

За правильный ответ на вопросы выставляется положительная оценка – 1 балл.

За неправильный ответ на вопросы выставляется отрицательная оценка – 0 баллов.

Шкала оценки образовательных достижений

Процент результативности (правильных ответов)	Оценка уровня подготовки	
	балл (отметка)	вербальный аналог
		отлично
		хорошо
		удовлетворительно
менее 70		неудовлетворительно

ЗАДАНИЕ № 2 (теоретическое)

Раздел I. Теоретические основы психологии профессиональной деятельности.

Тема: «Психология профессиональной деятельности».

Вопросы со свободным ответом.

1. Что является предметом исследования психологии профессиональной деятельности и каковы ее задачи?
2. Перечислите основные определения в области психологии профессиональной деятельности и дайте им характеристику.
3. Перечислите методы, применяемые в психологии профессиональной деятельности.

Эталоны ответов:

1. Основными задачами исследований в области психологии профессиональной деятельности являются:

- психологический анализ деятельности специалистов различного профиля (разработка методов и программ анализа, изучение конкретных видов деятельности, анализ ошибок, построение профессиограмм и т. д.);

- разработка классификационных схем и построение классификаций профессий (специальностей);
- изучение механизмов психической регуляции трудовой деятельности в нормальных и экстремальных условиях;
- исследование работоспособности человека в различных видах и условиях труда и обоснование психологических рекомендаций по ее повышению или поддержанию на требуемом уровне;
- изучение особенностей функциональных (психических) состояний субъекта деятельности (разработка методов оценки и коррекции, изучение причинно-следственных отношений характера состояний и особенностей субъекта и т. д.);
- изучение закономерностей взаимосвязи особенностей личности и характеристик деятельности;
- обоснование системы профессионального психологического отбора специалистов (методы, показатели, критерии, организация и т. д.);
- изучение инженерно-психологических закономерностей взаимодействия человека с техникой, обоснование психологических требований к конструкции средств деятельности, разработка методов и критериев их оценки (экспертизы);
- разработка эргономических рекомендаций по проектированию, созданию, испытанию и эксплуатации сложных человеко-машинных комплексов;
- изучение процессов формирования и становления личности профессионала (профессионализация личности).

Объект изучения психологии профессиональной деятельности – человек (индивидуальный субъект) как участник процесса создания материальных и духовных ценностей, их развития и обеспечения; группа людей (коллективный субъект) – бригада, экипаж, смена и т. п.; система «человек – техника» («человек – человек», «человек – природа» и т. п.).

Предмет изучения в данной отрасли психологии: психологические закономерности трудового процесса, особенности личности субъекта деятельности в их взаимосвязи со средствами (орудиями), процессом (содержанием), условиями и организацией трудовой деятельности, а также система признаков, свойств и взаимоотношений объектов, явлений, которые обуславливают профессиональную деятельность.

Психология профессиональной деятельности тесно связана с психологией труда. Психология труда как область научного знания о труде и трудящихся изучает условия и разрабатывает пути и методы решения практических задач, связанных с трудовой деятельностью, анализом трудовой деятельности, профессиональными навыками. Психология профессиональной деятельности также связана с общей психологией, экспериментальной психологией, психофизиологией, организационной психологией, инженерной психологией, эргономикой, социальной психологией, психологией управления, возрастной психологией, юридической психологией, экономической психологией.

2. **Деятельность** – это специфический вид активности человека, направленный на познание и творческое преобразование окружающего мира, включая самого себя и условия своего существования.

В деятельности человек создает предметы материальной и духовной культуры, преобразует свои способности, сохраняет и совершенствует природу, строит общество, создает то, что без его активности не существовало в природе.

Основные характеристики деятельности человека: мотив, цель, предмет, структуру и средства.

Профессиональная деятельность – это социально-значимая деятельность, выполнение которой требует специальных знаний, умений и навыков, а также профессионально обусловленных качеств личности. Профессиональная деятельность – это, прежде всего, *трудовая деятельность* (Э. Ф. Зеер).

Труд – это целесообразная продуктивная деятельность, имеющая определенный результат.

Основные характеристики труда:

- это целенаправленная деятельность
- труд носит орудийный характер
- труд носит общественный характер
- материализуется в предмете труда, изменяя предмет, труд изменяет самого

трудящегося человека

В отечественной психологии наибольшую известность получила классификация профессий, разработанная Е. А. Климовым. В соответствии с объектом труда выделяются пять типов профессий:

- 1 Человек – живая природа.
- 2 Человек – техника (и неживая природа).
- 3 Человек – человек.
- 4 Человек – знаковая система.
- 5 Человек – художественный образ.

Профессиональная пригодность – это совокупность психологических и психофизиологических особенностей человека, необходимых и достаточных для достижения им при наличии специальных знаний, умений, навыков общественно приемлемой эффективности труда. В понятие профпригодности включают также удовлетворенность человеком в процессе его труда и при оценке его результатов.

Профотбор – это выбор человека для профессии, а профподбор – это выбор профессии для человека, это промежуточная форма между профконсультацией и профотбором, распределение работников по специальностям и местам работы.

Профессиограмма – это научно обоснованные нормы и требования профессии к видам профессиональной деятельности и качествам личности специалиста, которые позволяют ему эффективно выполнять требования профессии, получать необходимый для общества продукт и вместе с тем создают условия для развития личности самого работника.

3. **Лонгитюдный метод** – организационный метод, который предполагает работу с одной и той же группой людей - или с одним человеком, -регулярно и достаточно часто обследуя их на протяжении длительного времени - отслеживается развитие.

Метод биографический — способы исследования, диагностики, коррекции и проектирования жизненного пути личности.

Каузометрия - метод исследования субъективной картины жизненного пути и психологического времени.

Психобиографический метод - способы исследования, диагностики, коррекции и проектирования жизненного пути личности.

Метод анамнеза – метод исследования, при котором информация получается при медицинском обследовании путём расспроса, самого обследуемого и/или знающих его лиц.

Анализ заданий - это психолого-ориентированный метод изучения, наблюдаемого и скрытого профессионального поведения человека.

Метод изучения документации – это метод сбора данных, основанный на исследовании документированной информации, непосредственно зафиксированной ранее на предприятии.

Метод труда — это особый способ осуществления процессов труда, которому присущ определенный состав трудовых приемов, действий, движений с определенными их характеристиками, а также определенный характер и последовательность их выполнения.

Наблюдение - это описательный психологический исследовательский метод, заключающийся в целенаправленном и организованном восприятии и регистрации поведения изучаемого объекта.

Опрос – это метод психологического изучения, в ходе коего людям задаются вопросы, на базе ответов, на которые делаются выводы о психологии опрошенных.

Тестирование - это метод психодиагностики, использующий стандартизованные вопросы и задачи — тесты, имеющие определенную шкалу значений.

Тесты специальных способностей – это тесты способностей, разработанные для прогнозирования успешности (неуспешности) человека в конкретном виде (роде) деятельности.

Тест достижений – это группа психодиагностических методик, направленных на оценку достигаемого уровня развития навыков и знаний.

Естественный эксперимент — это метод исследования, который проводится в условиях, близких к обычной деятельности испытуемого, но он не знает, что участвует в исследовании.

Лабораторный эксперимент, или искусственный эксперимент, — это вид эксперимента, который проводится в искусственно созданных условиях (в рамках научной лаборатории) и в котором по мере возможности обеспечивается взаимодействие исследуемых субъектов только с теми факторами, которые интересуют экспериментатора.

Формирующий эксперимент – это метод исследования, подразумевающий формирование у участников исследования нового понятия, качества или умственного действия.

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется, если обучающийся последовательно, четко, связано, обоснованно и безошибочно излагает учебный материал, дает ответы на поставленные вопросы в логической последовательности с использованием принятой терминологии, излагает учебный материал литературным языком.

Оценка «4» (хорошо) выставляется, если обучающийся: показывает знание всего изученного учебного материала; дает в основном правильный ответ; учебный материал излагает в обоснованной логической последовательности с приведением конкретных примеров, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочетов в использовании терминологии учебного предмета, которые может исправить самостоятельно, соблюдает основные правила культуры устной речи.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется, если обучающийся дает неполные ответы на поставленные вопросы, допускает ошибки в использовании терминологии учебного предмета, показывает недостаточную сформированность отдельных знаний.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если обучающийся не раскрыл основное содержание учебного материала в пределах поставленных вопросов, не умеет применять имеющиеся знания к решению конкретных вопросов, допускает в ответе более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи преподавателя.

Раздел II Профессиональное самоопределение.

Тема: «Профессиональное самоопределение».

Вопросы со свободным ответом:

1. Дайте определение термину «профессиональное самоопределение».
2. Перечислите этапы профессионального самоопределения?
3. Какие типы профессионального самоопределения Вам известны? Дайте им характеристику.
4. Перечислите факторы, влияющие на выбор профессии.

Эталоны ответов:

1. Профессиональное самоопределение - это форма личностного выбора, отражающая процесс поиска, а также приобретения профессии.

2. Этапы профессионального самоопределения:

- первичный выбор профессии, для которого характерны мало дифференцированные представления о мире профессий, ситуативные представления о внутренних ресурсах, необходимых для данного рода профессий, неустойчивость профессиональных намерений. Этот этап характерен для учащихся младшего школьного возраста, когда еще не возникает вопросов о содержании профессии, условиях работы. Иногда на этой стадии задерживаются и подростки;
- этап профессионального самоопределения (старший школьный возраст). На этом этапе возникают и формируются профессиональные намерения и первоначальная ориентировка в различных сферах труда;

- профессиональное обучение как освоение выбранной профессии осуществляется после получения школьного образования;
- профессиональная адаптация характеризуется формированием индивидуального стиля деятельности и включением в систему производственных и социальных отношений;
- самореализация в труде (частичная или полная) связана с выполнением или невыполнением тех ожиданий, которые связаны с профессиональным трудом.

3. Основные типы самоопределения:

- профессиональное самоопределение характеризуется большой формализацией (профессионализм отражается в дипломах и сертификатах, в трудовой книжке, в результатах труда и т.п.). Для профессионального самоопределения требуются «подходящие», благоприятные условия (социальный запрос, соответствующие организации, оборудование и др.).
- жизненное самоопределение, для которого характерны:
 - образ и стиль жизни, которые специфичны для той социокультурной среды, в которой обитает данный человек;
 - зависимость от стереотипов данной социокультурной среды;
 - зависимость от экономических, социальных, экологических и других «объективных» факторов, определяющих жизнь данной социальной и профессиональной группы.
- личностное самоопределение характеризуется невозможностью формализации полноценного развития личности (человек не может иметь диплом или сертификат с записью о том, что «обладатель данного документа является... Личностью»).

4. Основными факторами, влияющими на выбор профессии, являются:

- субъективные (интересы, способности, особенности темперамента и характера);
- объективные (уровень подготовки (успеваемости), состояние здоровья и информированность о мире профессий; социальные характеристики: образовательный уровень родителей, социальное окружение и др.).

По мнению Е.А. Климова, профессиональный выбор определяется следующими факторами:

- позиция старших, семьи (формирование определенных жизненных установок и ценностей, выступая моделью определенного образа жизни, навязывание собственного мнения);
- позиция сверстников;
- позиция школьного педагогического коллектива (учителя, классные руководители);
- личные профессиональные и жизненные планы;
- способности и их проявление;
- притязание и общественное признание;
- информированность о той или иной профессиональной деятельности;
- склонности.

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется, если обучающийся последовательно, четко, связано, обоснованно и безошибочно излагает учебный материал, дает ответы на поставленные вопросы в логической последовательности с использованием принятой терминологии, излагает учебный материал литературным языком.

Оценка «4» (хорошо) выставляется, если обучающийся: показывает знание всего изученного учебного материала; дает в основном правильный ответ; учебный материал излагает в обоснованной логической последовательности с приведением конкретных примеров, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочётов в использовании терминологии учебного предмета, которые может исправить самостоятельно, соблюдает основные правила культуры устной речи.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется, если обучающийся дает неполные ответы на поставленные вопросы, допускает ошибки в использовании терминологии учебного предмета, показывает недостаточную сформированность отдельных знаний.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если обучающийся не раскрыл основное содержание учебного материала в пределах поставленных вопросов, не умеет применять имеющиеся знания к решению конкретных вопросов, допускает в ответе более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи преподавателя.

Тема «Профессиональная пригодность».

Вопросы со свободным ответом:

1. Дайте определение термину «профессиональная пригодность».
2. Перечислите и охарактеризуйте этапы процесса формирования профессиональной пригодности.
3. Охарактеризуйте степени профессиональной пригодности.
4. Дайте определение термину «профессиональный отбор».
5. Перечислите ошибки, которые допускает человек при выборе профессии.

Эталон ответов:

1. *Профессиональная пригодность* – это совокупность психологических и психофизических свойств, а также специальных знаний, умений и навыков, необходимых для достижения приемлемой эффективности труда.

2. Процесс формирования профессиональной пригодности проходит несколько этапов:

- трудовое воспитание и обучение – этап, на котором происходит подготовка к труду и выбору профессии. На этом этапе необходимо воспитать у ребенка любовь к труду, помочь в овладении простейшими орудиями и способами труда, сформировать готовность к труду, потребность и понимание его необходимости, развитие общетрудовых навыков;
- при профессиональной ориентации помощь в основном оказывается в виде профессионального просвещения, знакомства с профессиями, анализа желаний и способностей того, кому предоставляется консультация;
- профессиональный отбор – определение степени пригодности человека к определенному виду деятельности на основе сопоставления его индивидуальных особенностей с требованиями профессии, возможно также решение задач распределения специалистов, комплектование учебных и профессиональных групп, подбор специалиста к функционирующей группе и т.д.
- профессиональная подготовка является своего рода ядром всего обучающего процесса, в нее, как правило, входят не только программы, по которым будет проводиться обучение, но и тренинги, тренажеры, а также методы, по которым будет проходить оценка новичка в новой области деятельности;
- профессиональная адаптация направлена на полное вхождение новичка в новую сферу деятельности, при этом существуют своеобразные методы оценки особенности того или иного человека в адаптации к новому;
- профессиональная деятельность – обеспечение рациональной организации, условий и процесса трудовой деятельности, высокой эффективности, качества, безопасности труда, профессионального совершенствования, охраны здоровья, удовлетворенности трудом;
- профессиональную аттестацию еще иногда называют оценкой профессиональных навыков и соответствием квалификации человека занимаемой должности. По итогам аттестации аттестационная комиссия выносит решение: соответствует занимаемой должности, соответствует занимаемой должности при условии повышения квалификации и не соответствует занимаемой должности;
- профессиональная реабилитация – восстановление функционального состояния организма и психики после напряженной работы и перенесенных заболеваний при развитии стойких отрицательных доминантных состояний в результате частых профессиональных неудач.

3. Выделяют четыре степени профессиональной пригодности:

- непригодность. Она может быть временной или практически непреодолимой по разным причинам. Существует развитая практика восстановления дееспособности (трудовой реабилитации) людей. Придумываются и технические средства, возмещающие утраты способности движений, зрения, слуха.
- годность. Об этой степени профпригодности можно говорить в случаях, когда нет противопоказаний в отношении той или иной области труда, но нет и особых показаний. Эта ситуация не исключает того, что человек может оказаться очень хорошим работником, профессионалом в ходе дальнейшего своего развития, самовоспитания, профессионального образования.
- соответствие. Установлено, что нет противопоказаний, и при этом можно выделить хотя бы некоторые личные качества, включая и опыт, которые явно ценны в данной профессии или в работе на данном трудовом посту.
- призвание. Эта степень профессиональной пригодности характеризуется тем, что во всех составляющих ее структуры, рассмотренной выше, есть признаки соответствия человека и требований деятельности. «В этом и именно в этом деле я смогу быть наиболее успешен и удовлетворен» - вот краткая характеристика данной степени профпригодности.

4. Профессиональный отбор, профотбор - это комплекс мероприятий, направленных на выявление таких сотрудников, которые по своим моральным, психофизиологическим и психологическим качествам, состоянию здоровья и уровню общеобразовательной подготовки наиболее пригодны к профессиональной деятельности по конкретной специальности.

5. Каждый из нас столкнулся с выбором профессии. При выборе профессии необходимо избежать следующих ошибок:

- незнание мира профессий;
- ориентация на престижность профессии;
- выбор под давлением окружающих;
- идти по стопам своего «кумира»;
- пойти учиться за компанию;
- желание учиться в определенном месте;
- устаревшая или неправильная информация о профессии;
- учитывание только видимой стороны;
- отсутствие желания разобраться в себе;
- неправильная оценка своих способностей;
- привязанность к любимому школьному предмету;
- незнание перспектив и требований рынка труда;
- игнорирование собственных способностей и интересов;
- мнение некомпетентных в проблемах выбора профессии людей;
- продолжение семейных традиции против своей воли;
- недооценка своих физических особенностей и возможностей;
- несвоевременность выбора или форс-мажор;
- ориентировка только на зарплату;
- выбор профессии назло или вопреки кому-нибудь;
- учиться только ради корочки о высшем образовании

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется, если обучающийся последовательно, четко, связано, обоснованно и безошибочно излагает учебный материал, дает ответы на поставленные вопросы в логической последовательности с использованием принятой терминологии, излагает учебный материал литературным языком.

Оценка «4» (хорошо) выставляется, если обучающийся: показывает знание всего изученного учебного материала; дает в основном правильный ответ; учебный материал излагает

в обоснованной логической последовательности с приведением конкретных примеров, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочётов в использовании терминологии учебного предмета, которые может исправить самостоятельно, соблюдает основные правила культуры устной речи.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется, если обучающийся дает неполные ответы на поставленные вопросы, допускает ошибки в использовании терминологии учебного предмета, показывает недостаточную сформированность отдельных знаний.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если обучающийся не раскрыл основное содержание учебного материала в пределах поставленных вопросов, не умеет применять имеющиеся знания к решению конкретных вопросов, допускает в ответе более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи преподавателя.

Раздел III. Психология личности и ее структура.

Тема: «Психология личности».

Вопросы со свободным ответом:

1. Дайте характеристику следующим терминам: личность, индивид, индивидуальность, субъект деятельности.
2. Какие компоненты структуры личности выделяют К.К. Платонов, С.Л. Рубинштейн, В.Н. Мясищев, А.Г. Ковалев, Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев.
3. Перечислите, что относят к индивидуально – типологическим особенностям личности. Дайте характеристику названным индивидуально – типологическим личности.

Эталон ответов:

1. **Личность** - это совокупность выработанных привычек и предпочтений, психический настрой и тонус, социокультурный опыт и приобретённые знания, набор психофизических особенностей человека, определяющих повседневное поведение и связь с обществом и природой.

Б.Г. Ананьев выделил 4 уровня организации человека: индивид, субъект деятельности, личность, индивидуальность.

Индивид – это представитель биологического вида, имеет определенные врожденные особенности (строение тела – возможность прямохождения, структура мозга – развитие интеллекта, строение руки – возможность использования орудий и т.д.), то есть индивид – это принадлежность конкретного человека к человеческому роду.

Субъект деятельности – это носитель сознания, которое формируется и развивается в процессе деятельности. Появляясь как индивид, человек включается в систему общественных взаимоотношений и процессов.

Индивидуальность – это неповторимость и своеобразие конкретного человека, выраженные в особенностях развития нижних уровней (индивид, субъект, личность).

Таким образом, личность – это наиболее значимый уровень организации человека, то есть особенность его развития как социального существа.

2. Структура личности (по Платонову) включает четыре подструктуры: 1. Биологически обусловленная подструктура (темперамент, половые, возрастные, в т.ч. и патологические свойства психики); 2. Психологическая подструктура (память, мышление, эмоции, ощущения, чувства, воля); 3. Подструктура социального опыта (знания, навыки, умения, привычки); 4. Подструктура направленности личности (влечения, желания, интересы, склонности, идеалы, убеждения, индивидуальная картина мира).

Важным регулятором поведения личности является Я-концепция – совокупность представлений человека о себе, взаимосвязанных с его СО. Роль Я-концепции:

- 1) способствует достижению внутренней согласованности личности;
- 2) определяет характер и особенности интерпретации приобретенного опыта;
- 3) служит источником ожидания относительно собственного поведения и самого себя.

Модель К. К. Платонова названа автором «Динамическая функциональная структура личности». Она включает три «общие» подструктуры.

Одна из них называется «основной» и состоит из четырех частных подструктур:

а) подструктура направленности - это совокупность отношений и моральных качеств личности. Как пишет К. К. Платонов, это «индивидуально преломленное классовое общественное сознание, не имеющее природных задатков». В состав этой подструктуры входят: влечения, желания, интерес, мировоззрения, убеждения. Формируется эта подструктура через воспитание;

б) подструктура опыта. Сюда включаются знания, навыки, умения, привычки. Этот блок формируется в процессе обучения;

в) подструктура форм отражения объединяет индивидуальные особенности психических процессов. Эта подструктура образуется в результате упражнений;

г) биологически обусловленная подструктура состоит из свойств темперамента, типа нервной системы, половых и возрастных особенностей, органических факторов, задатков. Эта подструктура определяется морфологией и физиологией мозга и может совершенствоваться через тренировку. Две другие «общие» подструктуры «характер» и «способности» дополнительно обозначаются эпитетом «наложенные», поскольку накладываются на «основную» подструктуру.

По мнению К. К. Платонова, все черты (свойства) личности укладываются в эти постоянно взаимодействующие друг с другом подструктуры. Характер является «каркасом личности», аккумулируя свойства четырех подструктур в «основном» блоке. Способности же актуализируются в деятельности и определяют «качество личности». Автор поясняет выбор названий подструктур и всей личностной структуры следующим образом: «основная» подструктура так названа с целью отличия от двух «наложенных»; «общие» подструктуры потому общие, что свойственны любой личности; «динамическая» структура так как изменчива в онтогенезе личности и различна для разных конкретных личностей; «функциональная» поскольку, и структура в целом, и ее части исполняют определенные функции. При этом структура личности является «психологической», так как обобщает психические свойства личности, хотя и связанные с социальными отношениями и ролями.

Автор	Компоненты структуры личности
С.Л. Рубинштейн	Направленность Знания, умения, навыки Индивидуально-типологические особенности
В.Н. Мясищев	Направленность Уровень развития Динамика нервно-психической реактивности (темперамент) Мотивация Отношение и тенденции личности
А.Г. Ковалев	Направленность Характер Возможности Система упражнений
Б.Г. Ананьев	Определенный комплекс коррелируемых свойств индивида Динамика психофизиологических функций и структура органических потребностей Статус и социальные функции-роли Мотивация поведения и ценностные ориентации Структура и динамика отношений

А.Н. Леонтьев	По мнению автора, структура личности представляет собой относительно устойчивую конфигурацию главных, внутри себя иерархизованных, мотивационных линий. Внутренние отношения главных мотивационных линий образуют как бы общий «психологический» профиль личности. Все это позволяет А.Н. Леонтьеву выделить три основных параметра личности: широту связей человека с миром (посредством его деятельностей) степень иерархизованности этих связей, преобразованных в иерархию смыслообразующих мотивов (мотивов-целей) общую структуру этих связей, точнее мотивов-целей Процесс становления личности по А.Н. Леонтьеву есть процесс «становления связной системы личностных смыслов»
---------------	--

3. В психологии, когда говорят об индивидуально-типологических характеристиках личности, обычно подразумевают такие явления как темперамент, характер и способности.

Темперамент - это свойство личности, характеризующее динамику протекания психических процессов и деятельности.

Слово темперамент ввел в оборот древнегреческий врач Гиппократ.

Темперамент относится к так называемым генотипическим свойствам личности, полностью зависит от наследственности и в течение жизни не изменяется.

Характер - это свойство личности, выражающееся в ее отношениях к окружающему миру, к обществу, к деятельности, к самому себе, к другим людям, к вещам и предметам.

Характер включает в себя устойчивые черты личности, которые с содержательной стороны описывают ее поведение и деятельность.

Поэтому в психологии часто под характером понимают совокупность индивидуально-своеобразных черт, которые проявляются в типичных для данной личности способах деятельности, обнаруживаются в этих типичных обстоятельствах и выражают отношения личности к этим обстоятельствам. Отношения человека и характерологические черты (свойства, качества) формируются в течение жизни и поэтому характер является приобретенным личностным образованием.

Для характеристики индивидуальных различий людей способности как психическое явление представляют несомненный интерес. В современной психологии более мощно представлена идея о врожденности задатков, их влияния на развитие способностей, которые, в решающей мере, определяются участием человека в конкретной деятельности.

Способности – это индивидуально-психологическое образование личности, определяющее динамику, быстроту и легкость овладения деятельностью, а также эффективность ее осуществления. Доказано, что способности проявляются в деятельности и представляют возможность овладения ею.

Проявления способностей связано, во-первых, с наличием склонности, эмоционально положительного отношения к данной деятельности, во-вторых, в демонстрации индивидом относительно высокой по сравнению с другими людьми продуктивности труда, в достижении больших успехов в деятельности, и, в-третьих, в легкости освоения и выполнения деятельности. Всегда задача отличия более способных людей от менее способных была актуальна.

Существует такая старинная быль. *У одного купца служили два мальчика из одной деревни и одного возраста, Петя и Ваня. Пете купец платил в месяц один рубль, в Ване – три рубля. Естественно, что купцу задали вопрос, почему он так несправедливо оплачивает труд. На этот вопрос купец ответил: «Посмотрите, как они работают!» Подозвал к себе Петю и сказал ему: «Видишь обоз, сбегай узнай, что там везут!»*

Петя сбежал и говорит: «Везут рыбу». Тогда купец дает ему второе задание: «Сбегай и узнай, куда везут продавать рыбу!» Петя сбежал, прибежал назад и говорит: «Рыбу везут в

соседнюю деревню». Купец дает третье задание: «Сбегай и узнай, по какой цене собираются продавать рыбу». Петя сбегал и говорит: «Просят по 10 копеек за килограмм». После этого купец просит найти и прислать к нему Ваню. Когда Ваня пришел, купец ему говорит: «Видишь обоз, сбегай узнай, что там везут!» Ваня сбегал, прибежал назад и говорит купцу: «Везут рыбу в соседнюю деревню, по цене 10 копеек за килограмм, я договорился купить у них оптом по 8 копеек за килограмм, и продавцы уже поворачивают лошадей к нашей усадьбе». После этого купец сказал присутствующим взрослым людям: «Видели, как они работают, вот поэтому я плачу Ване в три раза больше Пети».

Эта быль иллюстрирует различия в проявлении человеческих способностей.

Следует отметить, что способности не сводятся к наличным знаниям, умениям и навыкам, но представляют хорошую возможность в овладении ими. Наконец, важной характеристикой способностей является их направленность. Среди преступников нередко встречаются способные люди, но свои способности они реализуют для приготовления и совершения хитроумных и сложных для раскрытия преступлений, совершенствования криминальной деятельности руководимых ими преступных сообществ.

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется, если обучающийся последовательно, четко, связано, обоснованно и безошибочно излагает учебный материал, дает ответы на поставленные вопросы в логической последовательности с использованием принятой терминологии, излагает учебный материал литературным языком.

Оценка «4» (хорошо) выставляется, если обучающийся: показывает знание всего изученного учебного материала; дает в основном правильный ответ; учебный материал излагает в обоснованной логической последовательности с приведением конкретных примеров, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочетов в использовании терминологии учебного предмета, которые может исправить самостоятельно, соблюдает основные правила культуры устной речи.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется, если обучающийся дает неполные ответы на поставленные вопросы, допускает ошибки в использовании терминологии учебного предмета, показывает недостаточную сформированность отдельных знаний.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если обучающийся не раскрыл основное содержание учебного материала в пределах поставленных вопросов, не умеет применять имеющиеся знания к решению конкретных вопросов, допускает в ответе более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи преподавателя.

Тема: «Свойства личности: характер, темперамент».

Вопросы со свободным ответом:

1. Дайте определение термину «темперамент».
2. Перечислите известные Вам теории темперамента и охарактеризуйте их.
3. Дайте характеристику известным Вам типам темперамента.
4. Дайте определение термину «характер».
5. Охарактеризуйте известные Вам типы характера.
6. Проведите сравнительную характеристику между темпераментом и характером.

Эталон ответов:

1. **Темперамент** - это те врожденные особенности человека, которые обуславливают динамические характеристики интенсивности и скорости реагирования, степени эмоциональной возбудимости и уравновешенности, особенности приспособления к окружающей среде.

Темперамент составляет основу развития характера.

Теории темперамента:

Гуморальную теорию предложил древнегреческий врач Гиппократ. Согласно его точке зрения, темперамент зависит от преобладающей в организме человека жидкости (гумор):

* если преобладает кровь (сангвис), то темперамент будет сангвинический - энергичный, быстрый, жизнерадостный, общительный тип, легко переносящий жизненные трудности и неудачи;

* если преобладает желчь (холе), то человек будет холериком - желчный, раздражительный, возбудимый, несдержанный, очень подвижный, с быстрой сменой настроения;

* если преобладает слизь (флегма), то темперамент флегматичный - спокойный, медлительный, уравновешенный тип, медленно, с трудом переключающийся с одного вида деятельности на другой, плохо приспособляющийся к новым условиям;

* если преобладает черная желчь (мелэна холе), то темперамент будет меланхолический - несколько болезненно застенчивый и впечатлительный тип, склонный к грусти, робости, замкнутости, быстро утомляющийся и чрезмерно чувствительный к невзгодам.

Конституционная теория темперамента появилась в начале XX в. Ее главная идея заключалась в установлении связи темперамента с врожденной конституцией (телосложением) человека. Конституционные теории опирались на наглядно различимые признаки в строении человеческого тела.

Э. Кречмер выделил и описал четыре конституционных типа:

- астеник - человек высокого роста, хрупкого телосложения, с плоской грудной клеткой. Плечи узкие, ноги и руки худые и длинные, кисти рук узкие, кожа дряблая. Астеники склонны к преждевременному старению;

- пикник - человек среднего или малого роста, с богатой жировой тканью, большим животом, выпуклой грудной клеткой, круглой головой на короткой шее. Лицо широкое с мелкими чертами;

- атлетик - человек высокого или среднего роста, пропорционального крепкого телосложения, с широкими плечами, хорошей мускулатурой, узкими бедрами. Голова держится прямо, лицевые кости выпуклые;

- диспластик - человек неправильного телосложения, плохо сформировавшийся.

Если использовать традиционные названия темпераментов, то нетрудно заметить, что меланхолики преимущественно имеют хрупкое астеническое телосложение, холерики - преимущественно в переходных градациях от атлетического телосложения к астеническому, флегматики - в переходных градациях от атлетического к пикническому (крупные, спокойные «увальни»), сангвиники - преимущественно пикническое телосложение.

Конституционная теория отражает реально существующие связи между внешним обликом человека и его психическими особенностями. Вместе с тем она не позволяет выявить основу, по которой группируются определенные физические и психические свойства индивида в тот или иной тип темперамента.

Наиболее распространенной ныне является *психофизиологическая теория*

И. П. Павлова, связавшая тип темперамента человека с типом его нервной системы. Павлов выделил четыре типа нервной системы:

первый тип - сильный, уравновешенный, подвижный (сангвиник);

второй тип - сильный, неуравновешенный; возбудимый (холерик);

третий тип - сильный, уравновешенный, инертный (флегматик);

четвертый тип - слабый (меланхолик).



2. **Характер** – это неповторимое, индивидуальное сочетание устойчивых психологических черт личности, показывающих отношение человека к окружающему миру, выражающееся в его поведении и поступках.

Наряду с отдельными чертами и качествами характера можно выделить общий способ адаптации личности к социальной среде – тип характера человека. При определении типа характера мы выделяем то существенное и сходное в характерах отдельных людей, что определяет общий стиль их жизнедеятельности.

На этой основе нами выделяются следующие типы характеров:



1. Гармонически целостный тип – отличается устойчивостью отношений и в то же время высокой приспособленностью к окружающей среде. У человека с таким типом характера отсутствуют внутренние конфликты, его желания совпадают с тем, что он делает. Это общительный, волевой, принципиальный человек. Люди с гармонически целостным характером сохраняют систему своих ценностей во всех трудных обстоятельствах жизни. Это тип волевого борца за свои идеалы и принципы. Не приспособленчество, а изменение реальности сообразно своим идеалам – таков способ адаптации этих людей.

2. Тип внутренне конфликтный, но внешне гармонически согласованный со средой – отличается противоречивостью между внутренними побуждениями и внешним поведением, которое, согласуясь с требованиями среды, осуществляется с большим напряжением.

Человек с таким типом характера склонен к импульсивным действиям, однако они постоянно сдерживаются волевыми усилиями. Система его отношений устойчива, но коммуникативные свойства недостаточно развиты.

Люди такого типа имеют сложную систему соотношения своей ценностной ориентации с условиями реальной действительности.

Разлад с внешним миром эти люди преодолевают путем внутренних тактических перестроек, психологической защиты, обесценивая текущие события, не вписывающиеся в их ценностную систему, сохраняя базовые ценности личности, но не стремясь активно изменить внешние обстоятельства. Это тип отрешенного от повседневной борьбы мудрого созерцателя.

3. Конфликтный тип с пониженной адаптацией – отличается конфликтностью между эмоциональными побуждениями и социальными обязанностями, импульсивностью, преобладанием отрицательных эмоций, неразвитостью коммуникативных свойств, недостаточной структурированностью самосознания. Отдельные связи с миром у людей данного типа не включены в какую-либо общую поведенческую систему. Жизнь таких людей проходит по упрощенной схеме: их изменчивые потребности должны, по их собственному мнению, немедленно удовлетворяться без особых усилий.

Психика таких индивидов не обременена большим опытом, их не заботит и будущее. Они не закалены в борьбе за существование. В детстве они, как правило, подвергались гиперопеке, были окружены чрезмерной заботой окружающих людей. Они отличаются инфантильностью, неприспособленностью к преодолению жизненных трудностей. Основной механизм их жизнедеятельности – удовольствие (гедонизм). Все трудные ситуации люди такого типа воспринимают как остроконфликтные и прибегают к бессознательной психологической псевдозащите – искаженному отражению действительности (капризы, упрямство, уход в мир грез и бесплодных мечтаний).

4. Вариативный тип характера – внешне приспособляющийся к среде в результате неустойчивости позиций, беспринципности, свидетельствует о низком уровне развития личности, об отсутствии у нее устойчивого общего способа поведения.



Акцентуация характера или акцентуация личности – это чрезмерное усиление отдельных черт характера. Эта особенность личности определяет поведение и поступки, накладывает отпечаток на все сферы ее деятельности: отношение к себе, к окружающим, к миру. Акцентуация является крайним вариантом нормы и не считается психическим расстройством или заболеванием.

Тип акцентуации характера	Описание
Гипертимный	«Взрывной характер», кипучая энергия, подвижность, болтливость, склонность к панибратству, всегда приподнятое настроение
Циклоидный	Периодическая смена настроения, переход от периодов подъема к депрессии, раздражительность и апатия, сменяется приступами энтузиазма
Лабильный	Крайняя изменчивость настроения под влиянием ничтожных стимулов
Астено - невротический	Беспокойный сон, плохой аппетит, плаксивость, утомляемость, раздражительность, склонность к ипохондрии (поиску у себя различных заболеваний)
Сенситивный	Пугливость, робость, застенчивость, замкнутость с новыми людьми, плохая устойчивость к стрессу, чрезмерная впечатлительность, чувство неполноценности, глубокая привязанность к дружбе
Психастенический	Склонность к рассуждениям, самоанализу, мнительность, образование навязчивых страхов, педантизм, формализм, нетерпеливость
Шизоидный	Замкнутость, отгороженность от окружающего мира, холодность, неумение понимать чувства других, склонность к фантазиям, необычные увлечения, подчеркнутая независимость
Эпилептоидный	Склонность к вспышкам гнева, инертность мышления, садистские склонности, жадность, аккуратность, угодничество перед начальством, «приземленные» интересы
Истероидный	Жажда постоянно быть в центре внимания, демонстративное поведение, показанные попытки самоубийства, обостренное самолюбие, склонность к симуляции заболеваний, лживость

Неустойчивый	Тенденция «плыть по течению», слабоволие, отсутствие настойчивости, любовь к развлечениям
Конформный	Готовность подчиняться, ханжества, уступчивость

3. Отличительные особенности характера от темперамента.

Критерий для сравнения	Темперамент	Характер
Время проявления	Генетически первичен	Прижизненное образование
Сфера проявления	Проявляется во всех сферах жизни	Связан с определенными ситуациями
Время проявления	Проявляется рано	Формируется позже под воздействием воспитания
	Связан с особенностями нервной системы	Связан с социальными ситуациями
Отношение к миру	Не определяет отношение к миру	Выражает отношение к миру
	Влияет на формирование характера т.к. черты характера возникают тогда, когда темперамент достаточно развит	Влияет на темперамент
	Ярче проявляется в трудных ситуациях	Проявляется в типичных ситуациях

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется, если обучающийся последовательно, четко, связано, обоснованно и безошибочно излагает учебный материал, дает ответы на поставленные вопросы в логической последовательности с использованием принятой терминологии, излагает учебный материал литературным языком.

Оценка «4» (хорошо) выставляется, если обучающийся: показывает знание всего изученного учебного материала; дает в основном правильный ответ; учебный материал излагает в обоснованной логической последовательности с приведением конкретных примеров, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочетов в использовании терминологии учебного предмета, которые может исправить самостоятельно, соблюдает основные правила культуры устной речи.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется, если обучающийся дает неполные ответы на поставленные вопросы, допускает ошибки в использовании терминологии учебного предмета, показывает недостаточную сформированность отдельных знаний.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если обучающийся не раскрыл основное содержание учебного материала в пределах поставленных вопросов, не умеет применять имеющиеся знания к решению конкретных вопросов, допускает в ответе более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи преподавателя.

Тема: «Особенности личности, влияющие на выбор профессии».

Вопросы со свободным ответом:

1. Охарактеризуйте каждый тип характера человека и расскажите о влиянии этих типов на выбор профессии.
2. Перечислите, какие профессии подходят каждому типу темперамента человека (сангвинику, холерику, флегматику и меланхолику).

Эталон ответов:

1. Различают от 10 до 14 типов характера. Они бывают гармоничными и дисгармоничными.

Гармоничные типы характера характеризуются достаточным развитием основных черт характера без выделения, обособления, без преувеличения в развитии каких-то одних черт.

Дисгармоничные – проявляются с выявления разных черт характера и получили название *акцентированные* или *акцентуированные*.

Выделяют двенадцать дисгармоничных (акцентуированных) типов характера и опишем их положительные и отрицательные качества, которые могут отражаться на профессиональной деятельности человека.

Тип характера	Характеристика
Гипертемический тип.	Отличается почти всегда хорошим настроением, высоким жизненным тонусом, брызжущий энергией, неудержимой активностью. Стремится к лидерству, авантюрам. Конфликт возможен при монотонной работе, одиночестве, в условиях жесткой дисциплины, постоянных нравоучений.
Дистимический тип.	Серьезный, пессимист. Постоянно пониженное настроение, грусть, замкнутость, немногословность. Эти люди тяготеют шумными обществами, с сослуживцами близко не сходятся. В конфликты вступают редко, чаще являются в них пассивной стороной. Они очень ценят тех людей, которые дружат с ними и склонны им подчиняться.
Циклоидный тип.	Резко меняющееся настроение. Эти частые смены душевного состояния утомляют человека, делают его поведения малопредсказуемым, противоречивым, склонным к смене профессии, места работы, интересов
Возбудимый тип.	Повышенная раздражительность склонность к агрессии, несдержанность, угрюмость, занудливость, но возможны лстивость, услужливость, склонность к хамству и нецензурной брани или молчаливости, замедленность в беседе. Они активно и часто конфликтуют, не избегают ссор с начальством, неуживчивы в коллективе, в семье деспотичны и жестоки.
Застревающий тип	Люди с таким типом акцентуации «застревают» на своих чувствах, мыслях. Они не могут забыть обид и «сводят счеты» со своими обидчиками. У них наблюдается служебная и бытовая неговорчивость, склонность к затяжным склокам. В конфликте чаще всего бывают активной стороной и четко определяют для себя круг друзей и врагов. Проявляют властолюбие. Конфликт возможен при задетом самолюбии, несправедливой обиде, препятствии к достижению честолюбивых целей.
Педантичный тип.	У этих людей ярко выражена "занудливость" в виде переживания подробностей, на службе они способны замучить посетителей формальными требованиями, изнуряют домашних чрезмерной аккуратностью. Конфликты возможны в ситуации личной ответственности за важное дело, при недооценке их заслуг. Они склонны к навязчивости, психастении.
Тревожный тип	Люди этого типа акцентуации отличаются пониженным настроением, робостью, боязливостью, неуверенностью в себе. Они постоянно опасаются за себя, своих близких, долго переживают неудачу и сомневаются в правильности своих действий. В конфликты вступают редко и играют пассивную роль.

	Конфликты возможны при ситуации страха, угрозы, насмешек, несправедливых обвинений.
Эмотивный тип	Человек того типа характера чрезмерно чувствителен, раним и глубоко переживает малейшие неприятности. Он чувствителен к замечаниям, неудачам, поэтому у него чаще всего печальное настроение. В конфликты вступает редко и играет в них пассивную роль. Обиды не выплескивает наружу, а предпочитает держать их в себе.
Демонстративный тип.	Этот человек стремится быть в центре внимания и добивается своих целей любой ценой: слезы, обморок, скандалы, болезни, хвастовство, наряды, необычные увлечения, ложь. Он легко забывает о своих неблагоприятных поступках. У него выражена высокая приспособляемость к людям. Конфликт с таким человеком происходит при ущемлении его интересов, недооценки заслуг, низвержения с "пьедестала". Эти ситуации вызывают у него истерические реакции.
Экзальтированный тип	Люди с таким типом характера имеют очень изменчивое настроение, словоохотливость, повышенную отвлекаемость на внешние события. Их эмоции ярко выражены и находят свое отражение во влюбчивости.
Интровертированный тип.	Люди этого типа характера характеризуются малой общительностью, замкнутостью. В конфликты вступают редко, только при попытке вторгнуться в их внутренний мир.
Конформный тип	Люди этого типа обладают высокой общительностью, словоохотливостью до болтливости. Конфликты возможны в ситуации вынужденного одиночества, бесконтрольства.

2. Влияние типа темперамента на выбор профессии.

Выбор профессии - это социальный процесс, в ходе которого индивиды последовательно осознают наличие в обществе профессионального разделения труда и конкретных видов трудовой деятельности - профессий и специальностей, путей и способов приобретения знаний и навыков, необходимых для этой деятельности, и реальных возможностей их использования. Выбор профессии включает профессиональную ориентацию, а также выбор связанного с профессией социального положения.

Специалисты придают большое значение темпераменту как одному из важнейших критериев выбора профессии.

Все хотят иметь хороший достаток и работу, которая будет всегда по душе и в радость. Однако часто возникает ситуация, когда работа приносит хороший заработок, условия работы великолепны, а в коллективе только дружелюбные работники. Но удовольствия такая работа не приносит. В чём же дело? Оказывается, вся проблема в природном характере человека, его индивидуальных особенностях, которые сказываются на протекании различных психических процессов, – речь идёт о темпераменте.

«Чистый» сангвиник быстро приспосабливается к новым условиям, быстро сходится с людьми, он общителен. Чувства легко возникают и сменяются, эмоциональные переживания, как правило, неглубоки. Мимика богатая, подвижная, выразительная. Несколько непоседлив, нуждается в новых впечатлениях, недостаточно регулирует свои импульсы, не умеет строго придерживаться выработанного распорядка, жизни, системы в работе. В связи с этим не может успешно выполнять дело, требующее равной затраты сил, длительного и методичного напряжения, усидчивости, устойчивости внимания, терпения. При отсутствии серьезных целей, глубоких мыслей, творческой деятельности вырабатываются поверхностность и непостоянство.

Сангвиник рождён для того, чтобы занимать должности руководителя. Из них чаще всего получаются самые приятные и душевные начальники. Сангвиник - очень расчётливый человек, он знает, как уговорить и расположить к себе человека. Единственное, в чём видят затруднение сангвиники – это технические моменты, в которых данный тип темперамента не совсем силён.

Что касается профессий, сангвиникам подходят живые, яркие профессии, которые требуют значительного общения с другими людьми. Сангвиники любят расширять свой горизонт, открывать для себя что-то новое и проявлять в работе креативность. Сангвиник - прежде всего педагог, администратор, журналист, экономист, технолог, адвокат и менеджер по персоналу. Также сангвиник сможет добиться значительного успеха в роли официанта или продавца.

Монотонная работа, которая будет требовать постоянного внимания, точно не для сангвиников. Данный тип темперамента не любит детальную, кропотливую работу с постоянной сосредоточенностью. Поэтому такие профессии, как бухгалтер, архивист, ювелир, диспетчер и реставратор можно сразу исключить из списка подходящих сангвинику профессий. Холерик отличается повышенной возбудимостью, его действия прерывисты. Ему свойственны резкость и стремительность движений, сила, импульсивность, яркая выраженность эмоциональных переживаний. Вследствие неуравновешенности, увлекшись делом, склонен действовать изо всех сил, истощаться больше, чем следует. Имея общественные интересы, темперамент проявляет в инициативности, энергичности, принципиальности. При отсутствии духовной жизни холерический темперамент часто проявляется в раздражительности, эффективности, несдержанности, вспыльчивости, неспособности к самоконтролю при эмоциональных обстоятельствах.

В плане работы холерики имеют большие преимущества относительно других типов темперамента. Работники-холерики отличаются тем, что они меньше всего подвержены стрессу. Даже если обстановка на работе напряжённая, имеется большое количество проблем – холерики быстро восстанавливают свои силы и снова готовы упорно работать. В большинстве случаев холерики – это отличные лидеры, поэтому им легче всего руководить. Холерики, хоть и строгие, но самые качественные начальники.

Скука – главный враг холерика, заставить себя учиться и работать через скуку холерик практически не способен. Холерики добиваются больших успехов в тех профессиях, где значим человеческий фактор, где важно уметь устанавливать контакты и располагать к себе. Холерик легко включается в новую для себя деятельность, быстро приспосабливается к переменам.

Холерикам подойдут те профессии, которые требуют большой энергии и высокой концентрации внимания: артист, дипломат, журналист, специалист по PR, дизайнер. Кроме того, из холериков получаются отличные предприниматели и бизнесмены. Среди успешных педагогов также немало холериков. Люди с холерическим типом темперамента полюбят такие профессии, как тренер, геолог, следователь и даже лётчик.

Говоря о профессиях, которые близки холерикам, стоит упомянуть и те, которые им совсем не подходят. Род деятельности, который требует однообразной и конвейерной работы загубит энергичного холерика. Эти люди никогда не смогут монотонно перебирать бумаги в библиотеке или бухгалтерии.

Флегматик характеризуется сравнительно низким уровнем активности поведения, новые формы которого вырабатываются медленно, но являются стойкими. Обладает медлительностью и спокойствием в действиях, мимике и речи, ровностью, постоянством, глубиной чувств и настроений. Настойчивый и упорный «труженик жизни», он редко выходит из себя, не склонен к аффектам, рассчитав свои силы, доводит дело до конца, ровен в отношениях, в меру общителен, не любит попусту болтать. Экономит силы, попусту их не тратит. В зависимости от условий в одних случаях флегматик может характеризоваться «положительными» чертами - выдержкой, глубиной мыслей, постоянством, основательностью и т. д., в других - вялостью, безучастностью к окружающему, ленью и безволием, бедностью и слабостью эмоций, склонностью к выполнению одних лишь привычных действий.

Как уже выяснилось, главная черта флегматиков – это медлительность. В случае стрессовой ситуации на работе только флегматики способны с абсолютным спокойствием проанализировать сложившуюся неприятную ситуацию и принять наиболее правильное решение. Хотя флегматики и «раскачиваются» довольно долго, порученное им задание будет выполнено идеально, без нареканий. Однако, данный тип темперамента не будет выполнять работу, которая в поручение не входила.

Что касается монотонной и однообразной работы, флегматики в ней наиболее продуктивны. Флегматический тип темперамента очень силен в точных науках. Из флегматика получается отличный механик и инженер, физик или математик, ботаник или астроном, ювелир, диспетчер.

Работа, требующая публичной и энергичной жизни, измучает тихого и медлительного флегматика. Профессии, которые флегматику однозначно не подойдут: секретарь, ведущий шоу, дирижёр, бизнесмен, хирург или менеджер.

Однако, многие из флегматиков своей размеренностью и неторопливостью достигли больших успехов и стали знаменитыми. Например, М. И. Кутузов имел постоянность в своей деятельности, и начав с самого детства службу в армии, он посвятил ей всю жизнь. Про него говорили, что он «поспешал, не спеша», то есть делал все без излишней торопливости, работал не быстро, но очень продуктивно.

У меланхолика реакция часто не соответствует силе раздражителя, присутствует глубина и устойчивость чувств при слабом их выражении. Ему трудно долго на чем-то сосредоточиться. Сильные воздействия часто вызывают у меланхолика продолжительную тормозную реакцию (опускаются руки). Ему свойственны сдержанность и приглушенность моторики и речи, застенчивость, робость, нерешительность. В нормальных условиях меланхолик – человек глубокий, содержательный, может быть хорошим тружеником, успешно справляться с жизненными задачами. При неблагоприятных условиях может превратиться в замкнутого, боязливого, тревожного, ранимого человека, склонного к тяжелым внутренним переживаниям таких жизненных обстоятельств, которые вовсе этого не заслуживают.

Меланхолики успешны в деятельности, требующей внимания к деталям и наблюдательности, но не связанной с большим количеством общения. Предметом труда меланхолика может стать техника, информация, художественные образы.

Меланхолики любят работу в одиночестве. Люди с меланхолическим типом темперамента весьма эмоциональны и чувствительны, они замечают каждую тонкость в поведении окружающих их людей. Меланхолики великолепно чувствуют искусство, музыку, литература. Меланхолики способны впасть в депрессию от малейшей их неудачи, они часто грустят и печалются без причины, часто тревожатся.

Меланхолик может состояться и как писатель, художник или кинокритик, и как программист, бухгалтер или архитектор. Много меланхоликов среди талантливых ученых. Меланхолики нелегко переносят деятельность, где часты форс-мажоры и различные перемены, малейший стресс может сильно повредить их работоспособности.

Меланхолический темперамент и выбор профессии, которая потребует постоянного общения с людьми, будет не лучшим вариантом. Тонкая нервная организация меланхоликов не выдержит напряжения таких профессий, как: врач (особенно хирург), спасатель, лётчик, диспетчер.

Отличается высокой эмоциональной чувствительностью, повышенной ранимостью, неуверенностью.

Голос тихий, речь замедленная, мимика и движения бедны и невыразительны.

Внешне меланхолик кажется подавленным, заторможенным, у него всегда плохое настроение. Меланхолик чрезмерно обидчив, болезненно чувствителен, незначительный повод может вызвать у него слезы. Склонен к опасениям по поводу и без повода. Накануне каких-либо перемен в жизни волнуется, нередко понапрасну. Его пугает новая обстановка, он теряется, смущается, боится новых контактов с незнакомыми людьми, уходит в себя, замыкается, уединяется. Он успешно приспосабливается лишь к узкому кругу особенно близких людей.

Меланхолик неэнергичен, ненастойчив и малоработоспособен. Он быстро утомляется, особенно при значительном напряжении. Если он занимается делом, противоречащим его характеру (например, самостоятельной управленческой работой), он может, конечно, успешно с ним справиться, но цена за несвойственное ему поведение может быть слишком велика - нервное перенапряжение, стресс. Если же для меланхолика созданы необходимые условия, имеются точные инструкции, а его самого поощряют и поддерживают, меланхолик - отличный работник.

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется, если обучающийся последовательно, четко, связано, обоснованно и безошибочно излагает учебный материал, дает ответы на поставленные вопросы в логической последовательности с использованием принятой терминологии, излагает учебный материал литературным языком.

Оценка «4» (хорошо) выставляется, если обучающийся: показывает знание всего изученного учебного материала; дает в основном правильный ответ; учебный материал излагает в обоснованной логической последовательности с приведением конкретных примеров, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочетов в использовании терминологии учебного предмета, которые может исправить самостоятельно, соблюдает основные правила культуры устной речи.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется, если обучающийся дает неполные ответы на поставленные вопросы, допускает ошибки в использовании терминологии учебного предмета, показывает недостаточную сформированность отдельных знаний.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если обучающийся не раскрыл основное содержание учебного материала в пределах поставленных вопросов, не умеет применять имеющиеся знания к решению конкретных вопросов, допускает в ответе более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи преподавателя

Тема: «Способности и задатки у человека».

Вопросы со свободным ответом:

1. Что представляют способности?
2. На какие группы делятся способности?
3. Что называется, одаренностью?
4. Дайте определение термину «талант»?
5. Что такое гениальность?
6. Дайте определение термину «задатки».
7. Дайте определение термину «профессиональные способности» и охарактеризуйте их проявление.
8. Перечислите составляющие, которые влияют на формирование профессиональных способностей.

Эталон ответов:

1. Способности выступают как свойства души человека и включают в себя возможные психические процессы и состояния. Такая характеристика способностей является наиболее старой из имеющихся определений и в настоящее время практически не используется.

Способности – это такой уровень развития знаний, умений и навыков у человека, который позволяет ему успешно справляться с различными видами деятельности.

Такое определение применялось в XVIII- XIX веке, иногда используется и в наши дни.

Способности – это особенности человека, несводимые к знаниям, умениям и навыкам, но позволяющие быстро их приобретать и эффективно применять в практической деятельности.

В настоящее время именно это определение наиболее точное и самое распространенное.

Б.М. Теплов выделяет три главных признака способностей:

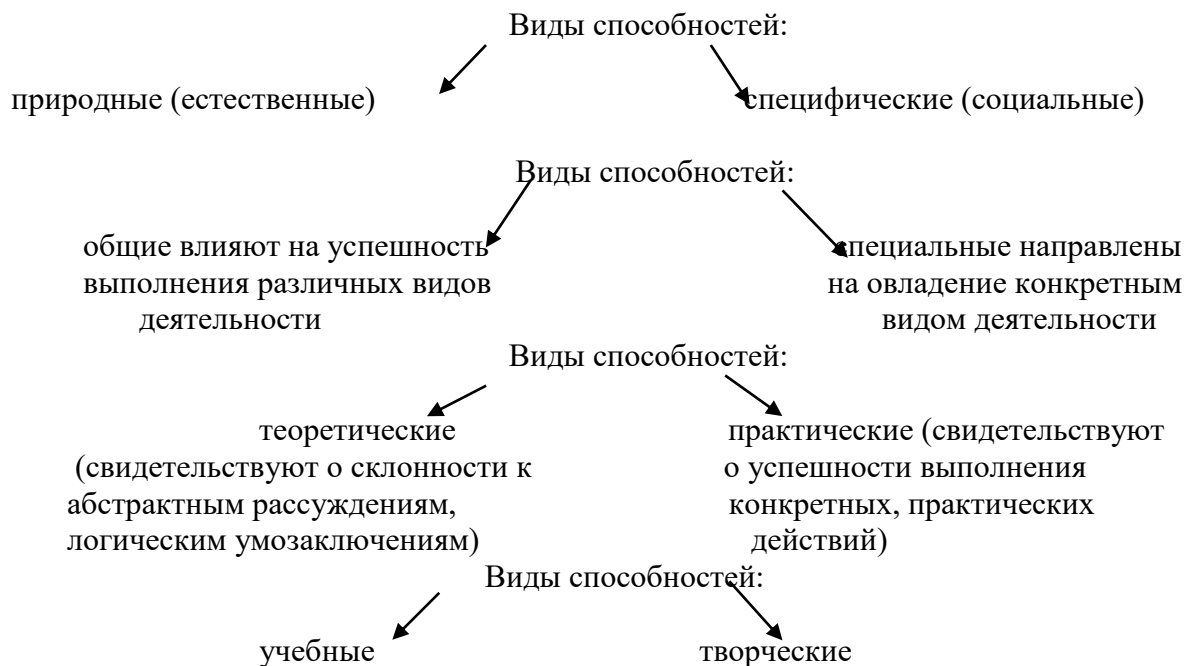
1. Способности – это индивидуально психические особенности, отличающие одного человека от другого.

2. Способности имеют отношение к успешности выполнения определенной деятельности или многих видов деятельности.

3. Способности не сводятся к знаниям, умениям и навыкам.

Иногда о способностях, учащихся говорят только тогда, когда они проявляются как одаренность или приближаются к таланту, что неверно.

2.



3. **Одаренность** – это совокупность ряда способностей, обуславливающая особенно успешную деятельность человека в определенной области и выделяющая его среди других лиц, обучающихся этой деятельности или выполняющих ее в тех же условиях.

Одаренность обычно проявляется в разносторонних способностях и граничит с талантом.

4. **Талант** – это способности к определенной деятельности, проявляющиеся как творчество.

Талантливость близка к гениальности, но меньше значимости.

5. **Гениальность** – это высшая степень одаренности.

6. **Задатки** – это морфологические и функциональные особенности строения нервной системы, органов чувств и органов движения, выступающие в качестве природных предпосылок развития способностей. Задатки характеризуются двумя важнейшими особенностями.

1. Задатки являются врожденными особенностями, то есть они либо передаются по наследству, либо формируются в пренатальном периоде.

2. Задатки многозначны, то есть на основе одних и тех же задатков могут сформироваться разные способности.

В качестве задатков выделяются:

- типологические свойства нервной системы, определяющие скорость образования временных нервных связей, их прочность, легкость дифференцировок;
- анатомические особенности строения анализаторов и связанных с ними областей коры головного мозга.

Задатки являются основой способностей, которые обнаруживаются и развиваются, при благоприятных условиях, только в ходе процесса деятельности.

Для задатков характерно, что

- на основе одних и тех же задатков могут развиваться разные способности;
- задатки, развиваясь, приобретают новые качества.

При отсутствии некоторых задатков, когда человек вовлечён в соответствующую развитию данной способности деятельность, происходит процесс компенсации, то есть развития других задатков в качестве компенсации. Пример - музыкальные способности; здесь задатком является абсолютный слух, однако отсутствие именно такого задатка может быть компенсировано развитием памяти музыкальных интервалов.

7. Профессиональные способности – это способности, сформировавшиеся в ходе профессионального обучения и продолжающие развиваться в ходе профессиональной адаптации и последующей трудовой деятельности.

Профессиональные способности формируются на основе задатков, общих и специальных способностей и включают их элементы в свою структуру в преобразованном виде.

Каждая профессия и специальность требует от рабочего определенных способностей для овладения ею и успешной производственной деятельности.

Профессиональные способности развиваются только в профессиональной деятельности и в специальных упражнениях, рассчитанных на формирование необходимых для профессии личных качеств.

Способности к определенной профессиональной деятельности, включающие в свою структуру интенсивную, устойчивую и действенную направленность личности в виде стремления к этой профессии, и убеждения в своем ей соответствии определяют призвание.

Профессиональные способности представляют собой не новые особые качества, а определенные сочетания психических свойств и процессов, благоприятных для осваиваемой учащимися профессии. Следовательно, чтобы изучить способность того или иного обучающегося, необходимо изучать различные особенности его личности.

8. На формирование профессиональных способностей благотворное влияние оказывают:

- интерес к избранной профессии;
- организованность учебного процесса и обеспеченность необходимыми учебными пособиями;
- успешность теоретических занятий и производственных упражнений;
- хорошо подготовленные, организованные и оставляющие хорошие впечатления экскурсии на базовое предприятие;
- встречи со знатными рабочими данной профессии, особенно с бывшими выпускниками училища, умеющими увлекательно рассказывать о своей работе;
- систематичность учебного процесса, в частности производственных упражнений;
- воспитание уверенности в успешности овладения профессией и стремления к преодолению трудностей;
- стимулирование активности и самостоятельности учащихся в выполнении учебной и производственной работы.

Чем сильнее педагог сумеет заинтересовать учащегося выбранной им профессией, тем легче ему будет формировать его профессиональные способности и тем лучше эти способности будут формироваться.

Заставляя обучающегося анализировать свои действия, вскрывать причины допущенных им отклонений, неточностей и ошибок, а потом вносить поправки в свои действия, преподаватель тем самым формирует его профессиональные способности. Точнее говоря, развивает свои способности сам учащийся собственной практической, умственной и физической работой, а преподаватель только управляет этой его деятельностью. Но успех формирования профессиональных способностей учащегося зависит главным образом от этой управляющей деятельности педагогов.

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется, если обучающийся последовательно, четко, связано, обоснованно и безошибочно излагает учебный материал, дает ответы на поставленные

вопросы в логической последовательности с использованием принятой терминологии, излагает учебный материал литературным языком.

Оценка «4» (хорошо) выставляется, если обучающийся: показывает знание всего изученного учебного материала; дает в основном правильный ответ; учебный материал излагает в обоснованной логической последовательности с приведением конкретных примеров, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочётов в использовании терминологии учебного предмета, которые может исправить самостоятельно, соблюдает основные правила культуры устной речи.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется, если обучающийся дает неполные ответы на поставленные вопросы, допускает ошибки в использовании терминологии учебного предмета, показывает недостаточную сформированность отдельных знаний.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если обучающийся не раскрыл основное содержание учебного материала в пределах поставленных вопросов, не умеет применять имеющиеся знания к решению конкретных вопросов, допускает в ответе более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи преподавателя

Тема: «Психология самопознания и самовоспитания личности».

Вопросы со свободным ответом:

1. Охарактеризуйте понятие «самовоспитание» и «самопознание» личности.
2. Перечислите движущие силы и механизм самовоспитания личности.
3. Перечислите известные Вам методы самовоспитания и дайте им характеристику.

1. Формирование и развитие личности не может происходить по принуждению, без соответствующего желания человека, без его стремления к самосовершенствованию. Такое желание появляется уже в подростковом возрасте и начинается оно с познания других и постижения своего «Я». Это связано с такими особенностями этого возраста, как чувство взрослости, интерес к себе, самоутверждение среди сверстников и др.

Познание как другого человека, так и самого себя осуществляется в разнообразных отношениях с окружающей действительностью. Поэтому чтобы знать качества своей личности, необходимо наблюдать и анализировать не только чужие, но и свои действия в различных жизненных ситуациях, поступки и отношения с окружающим миром. Познание человеком самого себя осуществляется в процессе общения, активного взаимодействия с другими людьми, в реальной практической деятельности. В этой связи главным средством самопознания себя является самоизучение. Следующим шагом самопознания является самоанализ. Он завершает определенный этап самопознания (самоизучения) самооценка, которая включает в себя умение оценить свои силы и возможности, отнестись к себе критически.

У каждого человека своеобразно проявляется мера осознания и понимания себя. Это обусловлено комплексом индивидуально-психологических особенностей личности, развитием абстрактно-логического мышления, аналитическими способностями, уровнем потребности в самопознании.

Следовательно, **самопознание** представляет собой осознанный целенаправленный процесс познания и оценки личностью своего внутреннего (психологического) мира с целью развития своих сил и способностей.

Важным средством формирования самопознания является самонаблюдение.

А.И. Кочетов сформулировал следующие его правила:

- фиксировать и учиться воспроизводить свои действия, поступки и состояния в обычных ситуациях;
- осуществлять самонаблюдение целенаправленно в различных видах деятельности и отношений, отмечая свои успехи и неудачи;
- доверять истинности тех качеств, которые выражаются в конкретных результатах;
- постоянно проверять данные самонаблюдения сравнением с оценкой, которую дают сверстники, педагоги, родители;
- бороться с самолюбованием, самообманом.

Наблюдение за своими действиями и поступками позволяет сделать их самоанализ. Самоанализ лежит в основе соответствующей самооценки и позволяет определить, какие произошли изменения, что удалось сделать, какие качества сформировались. Познание человеком самого себя позволяет организовать процесс самовоспитания.

Самовоспитание - это деятельность человека, направленная на изменение своей личности в соответствии с сознательно поставленными целями, сложившимися идеалами и убеждениями.

Самовоспитание предполагает определенный уровень развития личности, ее самосознания, способности к ее анализу при сознательном сопоставлении своих поступков с поступками других людей. Отношение человека к своим потенциальным возможностям, правильность самооценки, умение видеть свои недостатки характеризуют зрелость человека и являются предпосылками организации самовоспитания.

Воспитание, если оно не насилие, без самовоспитания невозможно. Их следует рассматривать как две стороны одного и того же процесса. Осуществляя самовоспитание, человек может самообразовываться.

Самообразование - это система внутренней самоорганизации не усвоению опыта поколений, направленной на собственное развитие.

Самообучение - это процесс непосредственного получения человеком опыта поколений посредством собственных устремлений и самим выбранных средств.

2. Когда появляется на свет новорожденный, мы говорим: «Родился человек», т.е. говорим о биологическом его рождении. Однако дальнейший процесс биологического развития теснейшим образом сочетается с приобретением таких качеств и свойств, которые по своему происхождению не связаны с биологической природой человека (например, усвоение навыков, привычки, поведение и др.). Названные свойства и качества могут сформироваться лишь прижизненно и характеризуют социальное развитие человека. Таким образом, общее понятие «человек» включает в себя более узкое и специфическое понятие – «личность».

О личности мы судим по следующим признакам:

1. Определенные сформированные социальные качества. Например, ответственность, достоинство, индивидуальность, общественная активность, твердость взглядов и убеждений.
2. Личность характеризуется таким уровнем психического развития, который позволяет ей управлять собственным поведением и деятельностью. Способность обдумывать свои поступки и отвечать за них - существенный и главный признак личности.

А.И.Кочетов в своей книге «Организация самовоспитания школьников» говорит, что как всякое развивающееся явление, личность противоречива, в ее внутреннем мире неизбежны столкновения, конфликты, периоды спада и усиления развития. Понятия личность невозможно вне вычленения ее движущих сил. Ученые единодушны в том, что движущими силами в самовоспитании личности являются определенные противоречия.

В настоящее время в науке накоплен достаточный фактический материал, позволяющий проникнуть в суть процесса самовоспитания. Механизм самовоспитания имеет следующие особенности: воспитанник выбирает цели жизни, идеалы в соответствии с общественными критериями, готовит себя к жизни в обществе, совершенствуется в коллективной деятельности по улучшению окружающего мира. Между указанными факторами самовоспитания существуют сложные взаимосвязи и противоречия: цель жизни может быть одной, а увлеченность - в другой сфере, в результате чего между желанием совершенствовать себя и реальным самовоспитанием возникает несоответствие и т.д. и не всегда противоречия могут быть разрешены усилиями самого воспитанника.

В своей работе А.И.Кочетов определяет параметры самовоспитания:

- а) направленность, т.е. мотивы работы над собой.
- б) содержание (умственное, физическое, нравственное, трудовое, эстетическое, волевое, профессиональное, комплексное).
- в) устойчивость (случайное, эпизодическое, постоянное).
- г) эффективность в формировании личности (выполняет функции главные и вспомогательные).

Главная воспитательная задача в руководстве самовоспитания заключается в том, что надо сформировать те положительные качества, от которых зависит разрешение указанных

противоречий, и привести в действие такие факторы как: самосознание, увлеченность, направленность, умение управлять собой и т.д.

3. Выделяют следующие методы самовоспитания:

- *самопознание* включает: самонаблюдение, самоанализ, самооценивание, самосравнение.
- *самообладание*, которое опирается на: самоубеждение, самоконтроль, самоприказ, самовнушение, самоподкрепление, самоисповедь, самопринуждение.
- *самостимулирование*, которое предполагает: самоутверждение, самоодобрение, самопоощрение, самонаказание, самоограничение.

Самопомощь - это умение поддержать себя, вывести себя из тяжелого душевного состояния, умение самоубеждения облегчить самую сложную ситуацию, умение, не уходя в переживания, решать проблемы в психологически некомфортном состоянии стресса, что в конечном итоге, учит самоорганизации всей жизни.

Самонаблюдение - это метод получения эмпирических психологических данных при наблюдении человека за самим собой; наблюдение за внутренним планом собственной психической жизни, позволяющее фиксировать ее проявления — переживания, мысли, чувства и пр.

Самоанализ — это анализ собственных переживаний, поступков, размышлений и потребностей.

Самооценивание — это представление человека о важности своей личности, деятельности среди других людей и оценивание себя и собственных качеств.

Самосравнение — это сравнение своих качеств, поступков, размышлений и потребностей с качествами, поступками, размышлениями и переживаниями других людей.

Самоубеждение — это процесс критико-аналитического, сознательного воздействия на собственные личностные установки, личностные мотивы

Самоконтроль — способность контролировать свои эмоции, мысли и поведение.

Самоприказ — это короткое и отрывистое распоряжение, которое человек даёт самому себе.

Самовнушение — это воздействие психологического характера, направленное на самого себя, адресованный самому себе, когда субъект и объект внушающего воздействия совпадают.

Самоподкрепление — это процесс, в котором люди улучшают и сохраняют свое собственное поведение, поощряя себя и имея над этими поощрениями какой-то контроль.

Самоисповедь - начальный и необходимый момент процесса общения с собой, без которого все остальные этапы и способы самоосуществления, «обработка самого себя» малоэффективны.

Самопринуждение — это принуждение самого себя к каким — либо поступкам, действиям.

Самоутверждение — это стремление индивида к достижению и поддержанию определенного общественного статуса.

Самоодобрение — это способность одобрять, положительно подкреплять своё поведение, ход мыслей и рассуждений.

Самопоощрение — это эмоциональное подкрепление совершенных поступков.

Самонаказание - это осознание и пере-живание своей вины, недовольство собой.

Самоограничение - это способность добровольно следовать выбранным обетам, контролировать желания своего тела и ума, держать себя в рамках культурных ограничений.

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется, если обучающийся последовательно, четко, связано, обоснованно и безошибочно излагает учебный материал, дает ответы на поставленные вопросы в логической последовательности с использованием принятой терминологии, излагает учебный материал литературным языком.

Оценка «4» (хорошо) выставляется, если обучающийся: показывает знание всего изученного учебного материала; дает в основном правильный ответ; учебный материал излагает в обоснованной логической последовательности с приведением конкретных примеров, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочётов в использовании терминологии

учебного предмета, которые может исправить самостоятельно, соблюдает основные правила культуры устной речи.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется, если обучающийся дает неполные ответы на поставленные вопросы, допускает ошибки в использовании терминологии учебного предмета, показывает недостаточную сформированность отдельных знаний.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если обучающийся не раскрыл основное содержание учебного материала в пределах поставленных вопросов, не умеет применять имеющиеся знания к решению конкретных вопросов, допускает в ответе более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи преподавателя.

Раздел IV Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека.

Тема: «Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека».

Вопросы со свободным ответом.

1. Кто из ученых выделил типы самоопределения человека?
2. Перечислите и охарактеризуйте типы самоопределения человека.
3. Охарактеризуйте этапы профессионального самоопределения, которые охватывают старший школьный возраст.
4. Охарактеризуйте профессиональное самоопределение на каждом этапе онтогенетического развития личности.

Эталон ответов:

1. Н.С. Пряжников.
2. Н.С. Пряжников выделяет основные типы самоопределения человека:
 - самоопределение в конкретной трудовой операции: есть люди, для которых смысл работы заключается в качественном выполнении отдельных операций (например, на заводском конвейере).
 - самоопределение на конкретном трудовом посту предполагает выполнение довольно многообразных функций (например, труд токаря).
 - самоопределение на уровне конкретной специальности предполагает сравнительно безболезненную смену различных трудовых постов и в этом смысле расширяет возможности самореализации личности. Например, водитель автотранспорта легко управляет любыми видами автомобилей;
 - самоопределение в профессии (в группе родственных специальностей) – работник может работать, выбирая смежные специальности, например, учитель. Педагог, имеющий филологическое направление в образовании, может работать учителем русского языка, учителем литературы, учителем словесности и т.д.
 - жизненное самоопределение – это выбор образа жизни человека. Жизненное самоопределение предполагает не только выбор и реализацию человеком тех или иных социальных ролей, но и выбор стиля жизни и самого образа жизни. В этом случае профессия может стать средством реализации определенного образа жизни;
 - личностное самоопределение (как высший уровень жизненного самоопределения) – высшее проявление жизненного самоопределения, это создание своеобразного «образа я» и утверждение этого образа в социуме.
3. Этапы профессионального самоопределения, которые охватывает старший школьный возраст:
 1. Первичный выбор профессии, он характерен для учащихся младшего школьного возраста, когда ещё не возникает вопросов о содержании профессии, условиях работы. Иногда на этой стадии задерживаются и подростки;

2. Этап профессионального самоопределения (старший школьный возраст). На этом этапе возникают и формируются профессиональные намерения и первоначальная ориентировка в различных сферах труда;
3. Профессиональное обучение как освоение выбранной профессии осуществляется после получения школьного образования;
4. Профессиональная адаптация характеризуется формированием индивидуального стиля деятельности и включением в систему производственных и социальных отношений;
5. Самореализация в труде (частичная или полная) связана с выполнением или невыполнением тех ожиданий, которые связаны с профессиональным трудом.

4. **Дошкольное детство.** Общеизвестно стремление детей в своих играх подражать взрослым и воспроизводить их действия и деятельность. В дошкольном возрасте широкое распространение получают сюжетно ролевые игры, часть из них имеет профессионально ориентированный характер. Дети играют, присваивая себе роли врача, продавцов, воспитателей, водителей транспортных средств, поваров и др.

Важное значение для дальнейшего профессионального самоопределения имеют первоначальные трудовые пробы - выполнение несложных действий по уходу за одеждой, растениями, уборке помещений и др. Эти трудовые действия развивают интерес к труду, составляют основу воспитания положительной мотивации к любой деятельности вообще, обогащают знания детей о труде взрослых.

Положительное влияние на дальнейшее профессиональное самоопределение имеют знания о труде взрослых.

Результатом профессионально-ролевых игр, выполнения простейших видов труда, наблюдения за трудом взрослых становится «самоопределение» дошкольников на основе различения видов труда и сравнения разных профессий.

Младший школьный возраст. Психологической особенностью младших школьников является подражание взрослым. Отсюда и ориентации на профессии значимых для них взрослых: учителей, родителей, родственников, близких знакомых семьи. Наблюдается своего рода профессиональная индукция.

Учебная и трудовая деятельность способствует развитию воображения детей как воссоздающего, так и продуктивного (творческого). На основе этой способности происходит обогащение представления о содержании различных видов труда, формируется умение понимать условность отдельных событий, воображать себя в определенной профессии. У ребенка появляются профессионально окрашенные фантазии, которые окажут в будущем большое влияние на профессиональное самоопределение личности.

Подростковый возраст. В этом возрасте закладываются основы нравственного отношения к разным видам труда, происходит формирование системы личностных ценностей, которые определяют избирательность отношения подростков к различным профессиям.

Подражание внешним формам поведения взрослых приводит к тому, что мальчики-подростки ориентируются на романтические профессии «настоящих мужчин», обладающих сильной волей, выдержкой, смелостью, мужеством (летчик-испытатель, космонавт, автогонщик и др.). Девочки начинают ориентироваться на профессии «настоящих женщин», обаятельных, привлекательных и популярных (топ-модель, эстрадная певица, телеведущая и др.). Ориентация на романтические профессии складывается под влиянием средств массовой информации, тиражирующих образцы «настоящих взрослых». Формированию такой романтической профессиональной ориентации способствует также стремление подростков к самовыражению и самоутверждению.

Эти ориентации способствуют появлению новых профессионально ориентированных мотивов учения, инициируют саморазвитие качеств, способностей, присущих представителям желаемых профессий.

Образцы желаемого будущего, профессиональные мечты становятся психологическими вехами, штрихами профессионального самоопределения.

Ранняя юность. Важнейшая задача этого возраста - выбор профессии. Это период реалистической оптации. Профессиональные планы подростка весьма расплывчаты, аморфны, имеют характер мечты. Он чаще всего воображает себя в разных эмоционально привлекательных для него профессиональных ролях, но окончательный психологически обоснованный выбор профессии сделать не может. А ведь в самом начале юношеского возраста эта проблема возникает перед теми девушками и юношами, которые вынуждены оставить основную общеобразовательную школу. Это примерно треть старших подростков: одни из них поступят в учреждения начального и среднего профессионального образования, другие вынуждены будут приступить к самостоятельной трудовой деятельности.

В 14 - 15 лет крайне сложно выбрать профессию. Профессиональные намерения диффузны, неопределенны. Профессионально ориентированные мечты и романтические устремления реализовать в настоящем невозможно. Неудовлетворенность реально наступившим будущим стимулирует развитие рефлексии — осознания собственного «Я» (кто я? каковы мои способности? каков мой жизненный идеал? кем я хочу стать?). Самоанализ становится психологической основой отсроченного профессионального самоопределения для многих учащихся профессиональной школы. Хотя, казалось бы, именно они, получающие профессиональное образование в профтехучилищах, профлицеях, техникумах и колледжах, профессионально уже определились.

К моменту окончания школы девушки и юноши из многих воображаемых, фантастических профессий должны выбрать наиболее реальные и приемлемые варианты. Психологически устремленные в будущее, они понимают, что благополучие и успех в жизни, прежде всего, будут зависеть от правильного выбора профессии.

На основе оценки своих способностей и возможностей, престижа профессии и ее содержания, а также социально-экономической ситуации девушки и юноши, прежде всего самоопределяются в путях получения профессионального образования и резервных вариантах приобщения к профессиональному труду.

Таким образом, для старших подростков и для девушек и юношей актуальным является учебно-профессиональное самоопределение - осознанный выбор путей профессионального образования и профессиональной подготовки.

Юность. В возрасте 16 - 23 лет подавляющее большинство девушек и юношей получают профессиональное образование в учебных заведениях или профессиональную подготовку на предприятиях либо в учреждениях.

Общеобразовательная школа с ее романтическими устремлениями и профессионально ориентированными мечтами осталась в прошлом. Желаемое будущее стало настоящим. Однако многие переживают неудовлетворенность и разочарование в сделанном (вынужденно или по желанию) выборе учебно-профессионального поля. Предпринимаются попытки внести коррективы в профессиональный старт.

У большинства же девушек и юношей в ходе профессионального обучения укрепляется уверенность в оправданности сделанного выбора. Идет неосознаваемый процесс кристаллизации профессиональной направленности личности. Постепенное усвоение будущей социально-профессиональной роли способствует конституированию себя как представителя определенного профессионального сообщества.

Молодость (до 27 лет). Это возраст социально-профессиональной активности. Позади остались сомнения в правильности сделанного профессионального выбора. Как правило, уже имеются определенный профессиональный опыт и место работы. Актуальным становится профессиональный рост. Часть сверстников уже добилась определенных профессиональных достижений. Но подавляющее большинство молодых людей, завершивших, казалось бы, строительство своей жизни и профессионально самоопределившихся, начинают испытывать психологический дискомфорт, обусловленный нереализованными возвышенными профессиональными планами и психологическим насыщением профессиональным трудом.

Отсутствие реальных профессиональных достижений, неопределенность перспектив карьеры актуализируют рефлексии своего бытия, порождают самоанализ и самооценку «Я-концепции».

Наступает период душевной смуты. Ревизия профессиональной жизни инициирует определение новых жизненно значимых целей. Перечислим некоторые из них:

- совершенствование и повышение профессиональной квалификации;
- инициирование повышения в должности и смена работы;
- выбор смежной специальности или новой профессии.

Очевидно одно: для многих молодых людей к 30 годам вновь актуальной становится проблема профессионального самоопределения. Возможны два пути: либо оставаться в избранной профессии и утверждать себя в ней, становиться профессионалом, либо профессиональная миграция, означающая смену места работы или профессии.

Зрелость. Это наиболее продуктивный возраст - период реализации себя как личности, использования своего профессионально-психологического потенциала. Именно в этом возрасте реализуются жизненные и профессиональные планы, оправдывается смысл самого существования человека. Профессия предоставляет уникальную возможность применить свои способности на конкретном трудовом посту, выработать индивидуальный стиль деятельности, реализовать свою потребность быть Личностью, Индивидуальностью в профессиональном труде. Высокий профессионализм позволяет личности реализовать и свою склонность к сверхнормативной профессиональной активности, максимально выражающей запредельные возможности человека.

Полная погруженность в профессиональную жизнь, удовлетворенность выбранной профессией, осознанная профессиональная позиция, постоянное подтверждение своей профессиональной значимости, нужности и полезности приводят к возникновению особого эмоционального состояния - профессионального оптимизма.

Все эти профессионально обусловленные изменения способствуют профессиональному самоутверждению, конституируют самоопределение личности в профессиональной культуре и означают полную интеграцию в профессиональную среду.

Пожилой возраст. Достижение пенсионного возраста приводит к уходу из профессиональной жизни. К 55 ~ 60 годам личность не успевает полностью исчерпать свой профессиональный потенциал. Все еще высокий профессионализм, несмотря на имеющуюся профессиональную усталость, порождает сомнение в оправданности выхода на пенсию. Наступает тревожное время, в одночасье разрушаются десятилетиями складывавшиеся стереотипы, образ жизни. Профессионально важные качества, профессиональные знания и умения, опыт и мастерство - все становится невостребованным. Эти негативные моменты ускоряют социальное старение.

Профессиональная жизнь после карьеры возможна для тех пожилых людей, которые находят в себе силы продолжать активную профессиональную деятельность в форме менторинга - наставничества, передачи профессионального опыта. Для большинства пенсионеров характерны психологическая растерянность, ощущение «профессиональной беспризорности», дезинтеграция из профессиональной среды, вызывающие тягостные переживания своей ненужности и бесполезности.

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется, если обучающийся последовательно, четко, связано, обоснованно и безошибочно излагает учебный материал, дает ответы на поставленные вопросы в логической последовательности с использованием принятой терминологии, излагает учебный материал литературным языком.

Оценка «4» (хорошо) выставляется, если обучающийся: показывает знание всего изученного учебного материала; дает в основном правильный ответ; учебный материал излагает в обоснованной логической последовательности с приведением конкретных примеров, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочётов в использовании терминологии учебного предмета, которые может исправить самостоятельно, соблюдает основные правила культуры устной речи.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется, если обучающийся дает неполные ответы на поставленные вопросы, допускает ошибки в использовании терминологии учебного предмета, показывает недостаточную сформированность отдельных знаний.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если обучающийся не раскрыл основное содержание учебного материала в пределах поставленных вопросов, не умеет применять имеющиеся знания к решению конкретных вопросов, допускает в ответе более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи преподавателя.

Тема: «Конфликты и кризисы профессионального самоопределения»

1. В чем сущность и каковы способы преодоления внутриличностных конфликтов профессионального самоопределения?
2. Каковы основные факторы кризисов профессионального становления?

Эталон ответов:

1. Конфликты профессионального самоопределения.

Самоопределение – это всегда утверждение собственной позиции в проблемной ситуации. Профессиональное самоопределение предполагает выработку собственной позиции в ситуации, характеризующейся большой степенью неопределенности. Чтобы определиться в проблемно-ориентационной ситуации, личности нужно соотнести свои потребности, позиции, интересы, мечты с собственными возможностями: подготовленностью, способностями, эмоционально-волевыми качествами, состоянием здоровья. Возможности, в свою очередь, необходимо соотнести с требованиями профессионального учебного заведения, профессии, специальности, конкретной трудовой функции.

Нередко согласование всех этих позиций затруднено. Если иметь в виду еще и социально-экономические факторы, позиции родственников, то становится очевидным, что профессиональное самоопределение, как правило, означает конфликт. Поскольку речь идет о самоопределении, то этот конфликт имеет внутриличностный характер. Его разрешение осуществляется путем ревизии и коррекции профессиональных устремлений, и конечно, внутриличностный конфликт может разрешаться продуктивно и деструктивно.

Сторонами внутриличностного конфликта самоопределения являются различные составляющие структуры личности. Выделяют конфликты, обусловленные следующими факторами:

1) рассогласованием составляющих направленности: противоречиями между социально-профессиональными ожиданиями и профессиональной действительностью, между мотивами профессионального роста, успеха и материального благополучия, между высоким уровнем притязаний (самооценки) и самоуважением, между неосознаваемыми мотивами (стремление к власти, подчинению) и ценностными ориентациями и др.;

2) несовпадением характера профессиональной деятельности и уровня профессиональной компетентности, порождающим внутриличностные конфликты между осознанной необходимостью в повышении квалификации и недостаточной профессиональной активностью, между неудовлетворенностью содержанием труда и нежеланием сменить профессию, между отсутствием перспектив карьеры и уровнем профессиональной компетентности и др.;

3) противоречием между направленностью личности на достижение успеха, карьеру, высокие материальные блага и недостаточным уровнем развития социально-профессиональных способностей, качеств, психофизио-логических свойств, состоянием здоровья и др.;

4) несовпадением представления о своих профессиональных достоинствах и реальных профессиональных возможностей: противоречиями между «Я-возможным» и «Я-реальным», между «Я-идеальным» и «Я-деформированным». Важнейшим конфликтообразующим фактором выступает мотив соответствия самому себе. Этот мотив связан с самооценкой и обеспечивает непротиворечивость «Я-образов»;

5) противоречиями между профессиональными возможностями, потенциалом, способностями и социальными ограничениями, обусловленными возрастом, полом, этнической

принадлежностью, внешностью; между необходимостью профессиональной мобильности и отчетливо выраженной возрастной ригидностью; между потребностью в продолжении профессиональной карьеры и вынужденным уходом на пенсию и др.

Первая группа противоречий характерна для лиц, находящихся на стадии оптации, вторая проявляется на стадиях профессиональной подготовки и профадаптации, третья и четвертая – на стадиях профессионализации и мастерства, пятая группа порождает конфликты на завершающей стадии профессионального становления.

Внутриличностные конфликты в отличие от межличностного человека не всегда осознаются. Как правило, они проявляются в виде астенических эмоциональных переживаний, подавленного настроения, фрустрации, повышенной раздражительности, агрессивности, тревожности и др. Симптомы эмоционального неблагополучия побуждают человека к поиску путей снятия психического напряжения. Разрешение внутриличностного конфликта профессионального самоопределения требует высокой психологической компетентности и не всегда под силу самому человеку. Психологическую помощь и поддержку в разрешении этих конфликтов может оказать специально подготовленный практический психолог. Способы разрешения внутриличностных конфликтов зависят от характера противоречий, рассогласований, возникающих в процессе профессио-нального развития человека.

Преодоление внутриличностных конфликтов профессионального самоопределения возможно путем развития психологической компетентности, разработки альтернативных сценариев профессиональной жизни, повышения профессиональной активности, создания оптимистической профессиональной перспективы, усиления «авторства» своей профессиональной жизни, определения новых смыслов профессиональной деятельности, согласования амбивалентных установок и отношений, постоянного повышения своей квалификации, снижения уровня притязаний, самосохранения профессиональной целостности личности, предвидения возможных трудностей и потерь вынужденного увольнения или смены профессии, предупреждения возможных деформаций, кризисов и др.

Таким образом, можно выделить ряд типичных психологических проблем, порождающих внутриличностные конфликты профессионального самоопределения:

- 1) рассогласование идеального и реального образа профессии и самооценки: «Я-реального», «Я-возможного» и «Я-деформированного»;
- 2) несоответствие профессиональной квалификации уровню притязаний в области карьеры, материального и морального поощрения;
- 3) неправильный, вынужденный выбор профессии, места работы и должности;
- 4) противоречия между осознаваемыми и неосознаваемыми составляющими профессионального сознания.

В процессе профессионального становления личности постоянно возникают проблемы самоопределения: при выборе профессионального учебного заведения, профессии, специальности, при включении в профессиональный коллектив и т.п. – и всегда самоопределение принимает характер конфликта, который становится основой кризисных явлений.

2. Кризисы профессионального самоопределения.

Н.С. Пряжников и Е.Ю. Пряжникова выделяют кризисы и определяют их причины следующим образом:

Название кризиса	Признаки кризиса профессионального самоопределения	Способы выхода из кризиса
Кризис учебно – профессиональной ориентации	Неудачное формирование и реализация профессиональных намерений. Несформированность Я – концепции проблемы с ее коррекцией. Случайные судьбоносные события в	Выбор профессионального учебного заведения или другого способа профессиональной подготовки. Глубокая и систематическая по - мощь в профессиональном и

	жизни.	личностном самоопределении.
Кризис профессионального самоопределения	Неудовлетворенность профессиональным образованием и профессиональной подготовкой. Перестройка ведущей деятельности (испытание «свободой» по сравнению со школьным обучением) Изменение социально – экономических условий жизни. Денег объективно больше, чем у старшеклассника, но субъективно их всегда не хватает	Смена мотивов учебной деятельности с большей ориентацией на практику. Усвоение большего объема знаний возможно, если у студента есть профессиональная идея, цель. Коррекция выбора профессии, специальности, специализации. Удачный выбор научного руководителя, темы научной работы.
Кризис адаптации к социально – профессиональной ситуации	Трудности в профессиональной адаптации, особенно в плане общения с разно-возрастными коллегами. Освоение новой ведущей деятельности профессиональной. Несовпадение профессиональных ожиданий и реальной действительности	Активизация профессиональных усилий. Обозначение «верхнего предела» своих возможностей. Коррекция мотивов труда и Я – концепции. Поиск смысла труда и работы в данной организации.
Кризис профессионального роста (23-25 лет)	Неудовлетворенность возможностями занимаемой должности. Сравнение своих успехов с успехами бывших сокурсников. Потребность в дальнейшем повышении квалификации. Создание семьи и неизбежное ухудшение финансовых возможностей.	Повышение квалификации, включая образование за свой счет. Ориентация на карьеру. Смена работы и должности. Уход в хобби, семью и быт.
Кризис профессиональной карьеры (30 -33 года)	Стабилизация профессиональной ситуации. Неудовлетворенность собой и своим профессиональным статусом. Ориентация на эротические приключения как компенсация профессиональной несостоятельности.	Переход на новую должность или работу. Принятие «рискованных» предложений о работе. Освоение новой специальности, повышение квалификации. Ревизия «Я – концепции», связанная с переосмыслением себя и своего места в мире.
Кризис социально – профессиональной самоактуализации (38-42 года)	Неудовлетворенность возможностями самореализовать себя в сложившейся профессиональной ситуации. Изменение в ценностно – смысловой форме.	Переход на инновационный уровень выполнения деятельности. Сверхнормативная социально – профессиональная деятельность, переход на новую должность или работу Смена профессиональной позиции (если в этом возрасте человек не

		решился реализовать свои замыслы, то он будет жалеть об этом всю жизнь).
Кризис угасания профессиональной деятельности (55 – 60 лет)	Ожидание ухода на пенсию и новой социальной роли. Сужение социально – профессионального поля. Психофизиологические изменения в ухудшении здоровья.	Постепенно повышение активности во внепрофессиональной деятельности.
Кризис социально – психологической адекватности (65 -70 лет)	Новый способ жизнедеятельности, увеличение количества свободного времени, загруженность домашними заботами. Сужение финансовых возможностей. Социально – психологическое старение. Утрата профессиональной идентификации. Общая неудовлетворенность жизнью. Чувство собственной ненужности. Резкое ухудшение здоровья.	Организация социально – психологической взаимопомощи пенсионерам. Вовлечение в общественно – полезную деятельность. Социально – психологическая активность.

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется, если обучающийся последовательно, четко, связано, обоснованно и безошибочно излагает учебный материал, дает ответы на поставленные вопросы в логической последовательности с использованием принятой терминологии, излагает учебный материал литературным языком.

Оценка «4» (хорошо) выставляется, если обучающийся: показывает знание всего изученного учебного материала; дает в основном правильный ответ; учебный материал излагает в обоснованной логической последовательности с приведением конкретных примеров, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочётов в использовании терминологии учебного предмета, которые может исправить самостоятельно, соблюдает основные правила культуры устной речи.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется, если обучающийся дает неполные ответы на поставленные вопросы, допускает ошибки в использовании терминологии учебного предмета, показывает недостаточную сформированность отдельных знаний.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если обучающийся не раскрыл основное содержание учебного материала в пределах поставленных вопросов, не умеет применять имеющиеся знания к решению конкретных вопросов, допускает в ответе более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи преподавателя

Тема: «Ценностно-смысловое значение профессионального самоопределения».

Вопросы со свободным ответом:

В чем заключается ценностно – смысловое значение профессионального самоопределения.

Эталон ответов:

Подчеркивая неразрывную связь профессионального самоопределения с самореализацией личности в других важных сферах жизни, Н.С. Пряжников пишет: «Сущностью профессионального самоопределения является самостоятельное и осознанное нахождение смыслов выполняемой работы и всей жизнедеятельности в конкретной культурно-исторической и социально-экономической ситуации».

Основные характеристики профессионального самоопределения:

1. Профессиональное самоопределение - это избирательное отношение индивида к миру профессий в целом и к конкретной выбранной профессии.
2. Ядром профессионального самоопределения является осознанный выбор профессии с учетом своих особенностей и возможностей, требований профессиональной деятельности и социально-экономических условий.
3. Профессиональное самоопределение осуществляется в течение всей профессиональной жизни: личность постоянно рефлексировывает, переосмысливает свое профессиональное бытие и самоутверждается в профессии.
4. Актуализация профессионального самоопределения личности инициируется разного рода событиями, такими как окончание общеобразовательной школы, профессионального учебного заведения, повышение квалификации, смена места жительства, аттестация, увольнение с работы и т.д.
5. Профессиональное самоопределение является важной характеристикой социально-психологической зрелости личности, ее потребности в самореализации и самоактуализации.

Исследуя профессиональное самоопределение личности, Н.С.Пряжников обосновал следующую его содержательно-процессуальную модель:

- Осознание ценности общественно-полезного труда и необходимости профессиональной подготовки (ценностно-нравственная основа самоопределения).
- Ориентировка в социально-экономической ситуации и прогнозирование престижности выбираемого труда.
- Общая ориентировка в мире профессионального труда и выделение профессиональной цели - мечты.
- Определение ближних профессиональных целей как этапов и путей к дальней цели.
- Информирование о профессиях и специальностях, соответствующих профессиональным учебным заведениям и местам трудоустройства.
- Представление о препятствиях, осложняющих достижение профессиональных целей, а также знание своих достоинств, способствующих реализации намеченных планов и перспектив.
- Наличие системы резервных вариантов выбора на случай неудачи по основному варианту самоопределения.
- Начало практической реализации личной профессиональной перспективы, и постоянная корректировка намеченных планов по принципу обратной связи.

Анализируя потенциальные возможности самореализации личности, Н.С. Пряжников предлагает семь типов ее самоопределения:

1. Самоопределение в конкретной трудовой функции. Для этого типа самоопределения характерна реализация себя в рамках выполняемой деятельности. Работник находит смысл своей деятельности в качественном выполнении отдельных трудовых функций или операций (например, при работе на конвейере). Свобода выбора и диапазон действий человека минимальны. Для многих работников такой однообразный и монотонный труд почти невыносим. Поэтому организаторы производства стараются обогатить такой труд дополнительными функциями за счет смены характера выполняемых операций, усиливают кооперативное начало в деятельности, расширяя тем самым возможности самореализации работников. Вместе с тем следует отметить, что некоторые люди получают удовлетворение от такого однообразного труда.
2. Самоопределение на конкретном трудовом посту. Предполагает выполнение многообразных функций (например, труд токаря). Трудовой пост характеризуется определенными правами и производственными заданиями, ограниченной производственной средой, включающей средства труда. Возможность самореализации в рамках выполняемой деятельности значительно выше, чем в первом случае. Смена конкретного трудового поста негативно сказывается на качестве и производительности труда и вызывает неудовлетворенность работника.
3. Самоопределение на уровне конкретной специальности - предполагает сравнительно безболезненную смену различных трудовых постов и в этом смысле расширяет возможности самореализации личности. Например, водитель автотранспорта легко управляет любыми видами автомобилей.

4. Самоопределение в конкретной профессии - предполагает, что работник способен выполнить близкие смежные виды трудовой деятельности. Как известно, профессия объединяет группу родственных специальностей. Поэтому, по сравнению с предыдущим типом самоопределения работник выбирает уже специальности, а не только трудовые посты.

5. Жизненное самоопределение, - к которому, помимо профессиональной деятельности, относится учеба, досуг, вынужденная безработица и др. по сути, речь идет о выборе образа жизни человека. Следует отметить, что немало людей видят смысл своей жизни во вне профессиональной деятельности. Жизненное самоопределение предполагает не только выбор и реализацию человеком тех или иных социальных ролей, но и выбор стиля жизни и самого образа жизни. В этом случае профессия может стать средством реализации определенного образа жизни.

6. Личностное самоопределение - более сложный тип, рассматривается как высшее проявление жизненного самоопределения, когда человек становится хозяином ситуации и всей своей жизни. Личность в этом случае как бы поднимается и над профессией, и над социальными ролями и стереотипами. Человек не просто овладевает социальной ролью, а создает новые социальные роли и в каком-то смысле даже занимает социально-психологическим нормотворчеством, когда окружающие говорят о нем не как о хорошем инженере, враче, педагоге, а просто как об уважаемом человеке, уникальной и неповторимой личности. Можно сказать, что личностное самоопределение - это нахождение самобытного «образа Я», постоянное развитие этого образа и утверждение его среди окружающих людей.

7. Самоопределение личности в культуре - самый сложный тип, высшее проявление личностного самоопределения. Здесь обязательно обнаруживается внутренняя активность, направленная на «продолжение себя в других людях», что в каком-то смысле позволяет говорить о социальном бессмертии человека. Высший тип самоопределения проявляется в значительном вкладе личности в развитие культуры, понимаемом в самом широком смысле (производство, искусство, наука, религия и др.).

Переход от одного типа самоопределения к другому, более сложному напрямую зависит от отношения человека к своей деятельности. Негативное, деструктивное отношение человека к своему труду не позволяет подняться человеку на следующий уровень самоопределения. Активное, творческое отношение человека дает возможность профессионального развития, поднимает человека на более сложный тип профессионального самоопределения. Высших типов профессионального самоопределения человек достигает только при наличии активного, творческого отношения к собственной профессиональной деятельности.

Профессиональное самоопределение личности - сложный и длительный процесс, охватывающий значительный период жизни. Его эффективность, как правило, определяется степенью согласованности психологических возможностей человека с содержанием и требованиями профессиональной деятельности, а также сформированностью у личности способности адаптироваться к изменяющимся социально-экономическим условиям в связи с устройством своей профессиональной карьеры.

Профессиональное самоопределение тесным образом связано с понятием «профессиональная ориентация» (это многоаспектная, целостная система научно - практической деятельности общественных институтов, ответственных за подготовку подрастающего поколения к выбору профессии и решающих комплекс социально - экономических, психолого - педагогических и медико - физиологических задач по формированию у школьников профессионального самоопределения, соответствующего индивидуальным особенностям каждой личности и запросам общества в кадрах высокой квалификации).

Профориентация, являясь целостной системой, состоит из взаимосвязанных подсистем (компонентов), объединенных общностью целей, задач и единством функций.

Организационно - функциональная подсистема - деятельность различных социальных институтов, ответственных за подготовку школьников к сознательному выбору профессии, выполняющих свои задачи и функциональные обязанности на основе принципа координации.

Логико-содержательная подсистема - профессиональное просвещение учащихся, развитие их интересов и склонностей, максимально приближенных к профессиональным; профессиональная консультация, профессиональный подбор, социально - профессиональная адаптация.

Личностная подсистема - личность школьника рассматривается в качестве субъекта развития профессионального самоопределения. Последнее характеризуется активной позицией, т.е. стремлением к творческой деятельности, самовыражением и самоутверждением в профессиональной деятельности; направленностью, т.е. устойчивой доминирующей системой мотивов, убеждений, интересов, отношением к усваиваемым знаниям и умениям, социальным нормам и ценностям; уровнем нравственной и эстетической культуры; развитием самосознания; представлением о себе, своих способностях, особенностях характера.

Результатом процесса профессионального самоопределения в старшем школьном возрасте является выбор будущей профессии. Помощь учащимся в правильном выборе профессии предполагает необходимость специальной организации их деятельности, включающей знания о себе и о мире профессионального труда с последующим соотношением знаний о себе со знаниями о профессиональной деятельности.

Эти компоненты являются основными составляющими процесса профессионального самоопределения на этапе выбора профессии.

Выделим ряд направлений, способствующих решению практических вопросов профессионального самоопределения подрастающего поколения. К ним относятся: система профориентации, вооружающая школьников необходимыми знаниями для ориентации в мире профессий, умениями объективно оценивать свои индивидуальные особенности; диагностические методики изучения личности школьников в целях оказания индивидуальной помощи в выборе профессии; теоретические и методические основы проф. консультации молодежи; системный подход к профориентации школьников; общественно-значимые мотивы выбора профессии

Однако, несмотря на некоторые положительные результаты профориентации в современных условиях всё ещё не достигает своих главных целей - формирования у учащихся профессионального самоопределения, соответствующего индивидуальным особенностям каждой личности и запросам общества в кадрах, его требованиям к современному труженику. О низкой результативности профориентационной работы со школьниками свидетельствуют и противоречия, связанные с профессиональным самоопределением учащихся: между их склонностями, способностями и требованиями избираемой профессии; осознанием уровня своего общего развития и возможностью менее квалифицированной работы; их притязаниями и реальными возможностями заполнения вакантных мест; склонностью и представлениям о престиже профессии; желанием заранее попробовать себя в избираемой профессиональной деятельности и отсутствием таковой возможности в школе и ближайшем её окружении; несоответствием здоровья, характера, привычек требованиям, предъявляемым профессией и др. Данные противоречия можно отнести к группе внутренних, личностно-психологических.

Таким образом, профессиональное самоопределение тесно связано с профориентацией и рассматривается как сложный динамический процесс формирования личностью системы своих основополагающих отношений к профессионально-трудовой среде, развития и самореализации духовных и физических возможностей, формирования им адекватных профессиональных намерений и планов, реалистического образа себя как профессионала.

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется, если обучающийся последовательно, четко, связано, обоснованно и безошибочно излагает учебный материал, дает ответы на поставленные вопросы в логической последовательности с использованием принятой терминологии, излагает учебный материал литературным языком.

Оценка «4» (хорошо) выставляется, если обучающийся: показывает знание всего изученного учебного материала; дает в основном правильный ответ; учебный материал излагает в обоснованной логической последовательности с приведением конкретных примеров, при этом

допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочётов в использовании терминологии учебного предмета, которые может исправить самостоятельно, соблюдает основные правила культуры устной речи.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется, если обучающийся дает неполные ответы на поставленные вопросы, допускает ошибки в использовании терминологии учебного предмета, показывает недостаточную сформированность отдельных знаний.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если обучающийся не раскрыл основное содержание учебного материала в пределах поставленных вопросов, не умеет применять имеющиеся знания к решению конкретных вопросов, допускает в ответе более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи преподавателя.

ЗАДАНИЕ № 3. **Практические занятия.**

Практическое занятие № 1.

Тема: Профессиональная пригодность.

Название практической работы: Определение профессионального типа личности.

Ведущая дидактическая цель: формирование практического умения определять профессиональный тип личности.

Формируемые ОК/умения:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

У.1. Определять профессиональный тип личности.

Учебные материалы: опорный конспект по теме «Профессиональная пригодность», памятка «Краткое описание профессиональных типов личности».

Содержание работы: определите профессиональный тип личности.

Характер выполнения работы: репродуктивный.

Форма организации занятия: индивидуальная.

Вопросы для закрепления теоретического материала к практическому занятию:

1. Дайте определение термину «профессиональное самоопределение».
2. Перечислите этапы профессионального самоопределения?
3. Какие типы профессионального самоопределения Вам известны? Дайте им характеристику.

Задания для практического занятия:

Задание 1.

Прочитайте список профессий, сравнивая их попарно. После каждой профессии стоит буква. Это код профессии. Выберите профессию, которая для вас более привлекательна, и в бланке ответов рядом с ее кодом поставьте «+». Если в паре «автомеханик (Р)» - «физиотерапевт (С)» для вас интереснее профессия автомеханика. Код этой профессии - Р. Значит, в бланке ответов в строке «Р» надо поставить «+» и подсчитайте количество плюсов в каждой строке:

8—10 — ярко выраженный тип;

5—7 — средне выраженный тип;

2—4 — слабо выраженный тип.

Максимальное количество плюсов указывает на вашу принадлежность к одному из шести профессиональных типов.

Р										
И										
С										
О										
П										
А										

Реалистический тип (Р) - люди, относящиеся к этому типу, предпочитают выполнять работу, требующую силы, ловкости, подвижности, хорошей координации движений, навыков практической работы. Результаты труда профессионалов этого типа ощутимы и реальны — их руками создан весь окружающий нас предметный мир. Люди реалистического типа охотнее делают, чем говорят, они настойчивы и уверены в себе, в работе предпочитают четкие и конкретные указания. Придерживаются традиционных ценностей, поэтому критически относятся к новым идеям. Близкие типы: интеллектуальный и офисный. Противоположный тип - социальный.

Интеллектуальный тип (И) людей, относящихся к этому типу, отличают аналитические способности, рационализм, независимость и оригинальность мышления, умение точно формулировать и излагать свои мысли, решать логические задачи, генерировать новые идеи. Они часто выбирают научную и исследовательскую работу. Им нужна свобода для творчества. Работа способна увлечь их настолько, что стирается грань между рабочим временем и досугом. Мир идей для них может быть важнее, чем общение с людьми. Материальное благополучие для них обычно не на первом месте. Близкие типы: реалистический и артистический. Противоположный тип: предпринимательский.

Социальный тип (С) - люди, относящиеся к этому типу, предпочитают профессиональную деятельность, связанную с обучением, воспитанием, лечением, консультированием, обслуживанием. Люди этого типа гуманны, чувствительны, активны, ориентированы на социальные нормы, способны понять эмоциональное состояние другого человека. Для них характерно хорошее речевое развитие, живая мимика, интерес к людям, готовность прийти на помощь. Материальное благополучие для них обычно не на первом месте. Близкие типы: артистический и предпринимательский. Противоположный тип: реалистический.

Офисный тип (О) - люди этого типа обычно проявляют склонность к работе, связанной с обработкой и систематизацией информации, предоставленной в виде условных знаков, цифр, формул, текстов (ведение документации, установление количественных соотношений между числами и условными знаками). Они отличаются аккуратностью, пунктуальностью, практичностью, ориентированы на социальные нормы, предпочитают четко регламентированную работу. Материальное благополучие для них более значимо, чем для других типов. Склонны к работе, не связанной с широкими контактами и принятием ответственных решений. Близкие типы: реалистический и предпринимательский. Противоположный тип: артистический.

Предпринимательский тип (П) - люди этого типа находчивы, практичны, быстро ориентируются в сложной обстановке, склонны к самостоятельному принятию решений, социально активны, готовы рисковать, ищут острые ощущения. Любят и умеют общаться. Имеют высокий уровень притязаний. Избегают занятий, требующих усидчивости, большой и длительной концентрации внимания. Для них значимо материальное благополучие. Предпочитают деятельность, требующую энергии, организаторских способностей, связанную с руководством, управлением и влиянием на людей. Близкие типы: офисный и социальный. Противоположный тип: исследовательский.

Артистический тип (А) - люди этого типа оригинальны, независимы в принятии решений, редко ориентируются на социальные нормы и одобрение, обладают необычным взглядом на жизнь, гибкостью мышления, эмоциональной чувствительностью. Отношения с людьми строят, опираясь на свои ощущения, эмоции, воображение, интуицию. Они не выносят жесткой регламентации, предпочитая свободный график работы. Часто выбирают профессии, связанные с литературой, театром, кино, музыкой, изобразительным искусством. Близкие типы: интеллектуальный и социальный. Противоположный тип: офисный.

Автомеханик (Р)	Физиотерапевт (С)
Специалист по защите информации (И)	Логистик (П)
Оператор связи (О)	Кинооператор (А)
Водитель (Р)	Продавец (С)
Инженер-конструктор (И)	Менеджер по продажам (П)
Диспетчер (О)	Дизайнер компьютерных программ (А)
Ветеринар (Р)	Эколог (С)
Биолог-исследователь (И)	Фермер (П)
Лаборант (О)	Дрессировщик (А)
Агроном (Р)	Санитарный врач (С)
Селекционер (И)	Заготовитель сельхозпродуктов (П)
Микробиолог (О)	Ландшафтный дизайнер (А)
Массажист (Р)	Воспитатель (С)
Преподаватель (И)	Предприниматель (П)
Администратор (О)	Режиссер театра и кино (А)
Официант (Р)	Врач (С)
Психолог (И)	Торговый агент (П)
Страховой агент (О)	Хореограф (А)
Ювелир-гравер (Р)	Журналист (С)
Искусствовед (И)	Продюсер (П)
Редактор (О)	Музыкант (А)
Дизайнер интерьера (Р)	Экскурсовод (С)
Композитор (И)	Арт-директор (П)
Музейный работник (О)	Актер театра и кино (А)
Верстальщик (Р)	Гид-переводчик (С)
Лингвист (И)	Антикризисный управляющий (П)
Корректор (О)	Художественный редактор (А)
Наборщик текстов (Р)	Юрисконсульт (С)
Программист (И)	Брокер (П)
Бухгалтер (О)	Литературный переводчик (А)

Задание 2.

Прочитайте высказывания и подумайте, к какому профессиональному типу личности можно отнести каждое из них. Поставьте после каждого высказывания начальную букву соответствующего типа.

1. Хороший продавец и хороший ремонтник никогда не будут голодать. Шенк
2. Научная работа не подходит человеку, который обеими ногами стоит на земле и обеими руками тянется к долларам. Марти Ларни
3. Если больному после разговора с врачом не стало легче, то это не врач. В. Бехтерев

4. Офис может работать без шефа, но не без секретаря. Дж. Фонд
5. Специальность налетчика куда менее заманчива, чем смежные с ней профессии политика или биржевого спекулянта. О. Генр
6. Только поэты и женщины умеют обращаться с деньгами так, как деньги того

заслуживают. А. Боннар

Вопросы и задания для закрепления:

1. Какие типы профессионального самоопределения встречались Вам в ходе выполнения практического задания. Охарактеризуйте их.

Интернет – ресурсы:

http://www.profir.ru/education/courses/8/?COURSE_ID=8&LESSON_ID=45

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется в том случае, если верно определен свой профессиональный тип личности и верно определены профессиональные типы у 6 предложенных заданий.

Оценка «4» (хорошо) выставляется в том случае, если верно определен свой профессиональный тип личности, но присутствуют незначительные ошибки в оформлении и верно определены профессиональные типы у 6 предложенных заданий.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется в том случае, если верно определен свой профессиональный тип личности, но присутствуют незначительные ошибки в оформлении и верно определены профессиональные типы у 3 из 6 предложенных заданий.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется в том случае, если не верно определен свой профессиональный тип личности, но присутствуют значительные ошибки в оформлении и неверно определены профессиональные типы 6 предложенных заданий.

Практическое занятие № 2.

Тема: Профессиональная пригодность.

Название практической работы: Составление профессиограмм.

Ведущая дидактическая цель: формирование практического умения составлять профессиограмму профессии «Логист».

Формируемые ОК/умения:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

У.2. Составлять профессиограмму своей будущей профессии.

Учебные материалы: памятка «Составление профессиограммы».

Содержание работы: составление профессиограммы «Логист».

Характер выполнения работы: репродуктивный, частично – поисковый

Форма организации занятия: индивидуальная

Вопросы для закрепления теоретического материала к практическому занятию:

1. Дайте определение термину «профессиограмма».
2. Перечислите пункты профессиограммы.

Задания для практического занятия: используя Интернет – ресурсы составьте профессиограмму «Логист».

Вопросы и задания для закрепления:

1. Дайте общую характеристику профессии «Логист».
2. Перечислите индивидуальные особенности, которыми должен обладать водитель автомобиля.
3. Какие выделяют медицинские противопоказания к работе водителя автомобиля.
4. Какие существуют требования к профессиональной подготовке водителя автомобиля.
5. Перечислите пути получения профессии «Водитель автомобиля».

Интернет – ресурсы:

<https://hr-portal.ru/blog/menedzher-po-reklame-primernaya-professiogramma-i-testirovanie-dlya-otbora-na-dolzhnost>

<https://trud.krskstate.ru/professiograms/detail/76ef894f-3448-40a1-b50b-fe8a49d62609>

<https://mirznanii.com/a/203174/professiogramma-pr-spetsialista/>

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется в том случае, если профессиограмма составлена по плану, соблюдается логичность, последовательность изложения, качественное внешнее оформление.

Оценка «4» (хорошо) выставляется в том случае, если профессиограмма составлена по плану, но некоторые вопросы раскрыты не полностью, есть небольшие недочеты в работе.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется в том случае, если при составлении профессиограммы наблюдается отклонение от плана, нарушена логичность, отсутствует внутренняя логика изложения, удовлетворительное внешнее оформление.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется в том случае, если при составлении профессиограммы наблюдается отклонение от плана, неудовлетворительное внешнее оформление.

Практическое занятие № 3.

Тема: Профессиональная пригодность.

Название практической работы: Определение возможных ошибок в выборе профессии.

Ведущая дидактическая цель: формирование практического умения определять возможные ошибки в выборе профессии.

Формируемые ОК/умения:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

У.3. Определять возможные ошибки при выборе своей будущей профессиональной деятельности.

Учебные материалы: опорный конспект по теме «Профессиональная пригодность».

Содержание работы: определение возможных ошибок в выборе профессии.

Характер выполнения работы: репродуктивный

Форма организации занятия: индивидуальная

Вопросы для закрепления теоретического материала к практическому занятию:

перечислите ошибки, которые допускает человек при выборе профессии.

Задания для практического занятия: решите ниже предложенные ситуационные задачи и определите, какие ошибки их участники совершили при выборе профессии.

1. «Мои родители – врачи и очень любят свою работу. У них это семейное. Я тоже должен стать врачом, иначе предаю семейные традиции. Я – интроверт, мне интереснее с книгами, чем с

людьми. Я боюсь крови, стрессов, человеческой боли. Я не очень хорошо учусь. Увлекаюсь моделированием и технической литературой. Что мне делать? Какую профессию выбрать? Какую ошибку избежать при выборе профессии?»

2. Сергей учится в 9 классе Суворовского училища, так как с детства мечтал стать военным. У него твердый характер, он настойчив и целеустремлен, всесторонне развит, имеет хорошую физическую подготовку. В связи с переходом на профильное обучение Сергей должен решить, какое направление ему выбрать, как лучше подготовиться к поступлению в высшее учебное заведение. Чтобы продолжить династию военных летчиков, логичнее выбрать физико-математический профиль, так как 70% высших военных училищ требуют сертификат ЕГЭ по физике. Но с преподавателем физики у Сергея не складываются отношения. От мамы – учительницы – он унаследовал интерес и любовь к литературе. Ему хорошо дается изучение иностранных языков. Кое-кто из друзей-однокурсников советует последовать их примеру и выбрать филологический класс, ведь Сергей лучший в группе по иностранному языку, можно стать военным переводчиком, разведчиком. Кто-то выбирает универсальный профиль, так как не определился окончательно с выбором будущей профессии. Они предлагают Сергею идти с ними, мол, определишься со специальностью позже. Что же нужно сделать Сергею, чтобы принять правильное решение? Какую профессию выбрать? Какую ошибку избежать при выборе профессии?
3. Вы учащийся 11 класса в общеобразовательном учреждении. В этом году Вам надо сдавать ЕГЭ и выбирать вуз. Перед Вами сложный выбор предметов для сдачи экзамена и вузов, ведь Ваш сегодняшний выбор определит Вашу судьбу, поэтому нужно подойти к этой проблеме основательно и выбрать наиболее подходящий вариант. Вам нужно оценить, какие предметы вы можете успешно сдать в формате ЕГЭ, а какие нет, в какой вуз Вы можете поступить, и в какой – Вы хотите. Но что делать, если предметы, которые вы выбрали, не соответствуют тем предметам, к которым у Вас предрасположенность. Например, Вы склонны к химии и биологии, а с детства мечтаете заниматься экономикой, но во время обучения Вы не заострили внимание на обществознании, которое нужно для поступления в экономический вуз. Что делать? Какую профессию выбрать? Какую ошибку избежать при выборе профессии?
4. Людмиле в школе очень нравились уроки математики, учитель любила свой предмет и была очень душевным человеком. Девушка в школе активно занималась общественной работой. Выбрала профессию учителя математики. Получив профессиональное образование, несколько лет проработала в данной должности. Работа быстро разонравилась, и она пришла за помощью в службу занятости. Какую профессию предложите Людмиле центру занятости? Какую ошибку при выборе профессии совершила Людмила?
5. Светлана с сестрой закончили факультет иностранных языков: Светлана закончила с отличием, а сестра еле – еле. Светлана работает переводчиком, часто бывает за границей, а сестра решила поступить на курсы секретаря – референта. Какую ошибку при выборе профессии совершила сестра Светланы?
6. Олег всегда увлеченно занимался географией, но когда поступил на факультет топографии, то понял, что это ему не по душе. Какую ошибку при выборе профессии совершил Олег?
7. Руслан хорошо писал сочинения и решил, что его призвание журналистика. Поступил, однако, профессия журналиста предполагала частые поездки, умение вникать в различные сферы деятельности и взаимоотношения людей. Поэтому работать он не смог, так как долго и тактично не умел разговаривать с людьми. Какую профессию Вы предложите выбрать Руслану? Какую ошибку при выборе профессии совершил Руслан?
8. Анна не уверена в себе. Мама посодействовала ее поступлению в экономико – правовой колледж (специальность «Правоведение»). Но учиться ей не нравится. Большую часть времени занимается рисованием. Считает, что ее никто не понимает. Какую профессию Вы предложите выбрать Анне? Какую ошибку при поступлении в экономико – правовой колледж совершила девушка?
9. Сергей с ранних лет проявлял интерес к техническим специальностям. Однако в силу того, что был человеком порывистым и инфантильным, к окончанию 11 класса так и не смог определиться с дальнейшим выбором жизненного пути. В это время престижными считались

экономические и юридические профессии, поэтому родственники Сергея решили за него, что он будет учиться на экономическом факультете технического вуза, расположенного неподалеку. При этом сам Сергей и его родственники не имели ни малейшего представления о профессии экономиста, так как были технарями. Вскоре начав общаться со студентами других направлений своего вуза, Сергей понял, что учеба на технических специальностях была бы ему ближе и коллектив который сформировался в тех группах был бы ему более приятен. Какие ошибки совершил Сергей при выборе профессии и как вы посоветуете ему теперь поступить?

10. Света и Виолетта, жившие по-соседству, с детства были лучшими подругами, хотя Света и была на год старше. После 9 класса Светлана поступила в агросоциальный колледж в соседнем городе и на следующий год позвала Виолетту к себе. Виолетта переехала к ней, ведь вместе не скучно жить и учиться, однако из-за того, что уровень подготовки у нее был значительно выше, учиться в техникуме ей быстро стало неинтересно, отношения с подругой разладились, и уже через месяц Виола пожалела, что уехала и бросила художественную школу, ведь у нее так хорошо получалось рисовать. Какие ошибки совершил Сергей при выборе профессии и как вы посоветуете ему теперь поступить?

Вопросы и задания для закрепления:

1. Кто-нибудь из Ваших знакомых, друзей, товарищей совершал ошибку при выборе профессии? И какую?
2. Какие ошибки в выборе профессии чаще других допускали участники предложенных Вам ситуационных задач.

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется, если обучающийся дал правильную оценку сложившейся ситуации и выбрал оптимальную тактику выхода из сложившейся ситуации. Задача решена полностью, умеет отлично интерпретировать полученные знания.

Оценка «4» (хорошо) выставляется, если обучающийся дал правильную оценку сложившейся ситуации и выбрал оптимальную тактику выхода из сложившейся ситуации. Задача решена полностью, умение интерпретировать полученные знания хорошего качества.

Оценка «3» (удовлетворительно), если обучающийся дал неверную оценку сложившейся ситуации и не выбрал оптимальную тактику выхода из сложившейся ситуации. Задача решена не полностью, умение интерпретировать полученные знания среднего качества.

Оценка «2» (неудовлетворительно), если обучающийся дал неверную оценку сложившейся ситуации и не выбрал оптимальную тактику выхода из сложившейся ситуации. Задачу не решил, умение интерпретировать полученные знания отсутствуют.

Практическое занятие №4.

Тема: Особенности личности, влияющие на выбор профессии.

Название практической работы: Определение влияния типа темперамента на выбор профессии.

Ведущая дидактическая цель: формирование практического умения определять влияние типа темперамента на выбор профессии.

Формируемые ОК/умения:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

У.4. Устанавливать зависимость между определенным типом темперамента выбираемыми ими профессиями и видами профессиональной деятельности.

Ресурсы: персональный компьютер с лицензионным программным обеспечением, операционной системой Windows.

Содержание работы: определите влияния типа темперамента на выбор профессии.

Характер выполнения работы: репродуктивный, поисковый

Форма организации занятия: индивидуальная

Вопросы для закрепления теоретического материала к практическому занятию:

1. Что такое темперамент?
2. Перечислите виды темперамента.

Задания для практического занятия: используя Интернет – ресурсы, заполните таблицу «Влияние типа темперамента на выбор профессии».

Тип темперамента	Положительные качества	Отрицательные качества	Профессия

Вопросы и задания для закрепления:

1. Что такое темперамент?
2. Перечислите виды темперамента.
3. Перечислите положительные, отрицательные качества личности для меланхолика и назовите профессии, какие больше всего подходят меланхолику.
4. Перечислите положительные, отрицательные качества личности для сангвиника и назовите профессии, какие больше всего подходят сангвинику.
5. Перечислите положительные, отрицательные качества личности для флегматика и назовите профессии, какие больше всего подходят флегматику.
6. Перечислите положительные, отрицательные качества личности для холерика и назовите профессии, какие больше всего подходят холерику.

Интернет – ресурсы:

<https://e-koncept.ru/2015/65009.htm>

<https://zachnik.ru/blog/temperament-i-professiya-kak-ne-oshibitsya-s-vyborom-ot-kotorogo-zavisitsya-zhizn/>

<https://novainfo.ru/article/5952>

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется, если: графы таблицы заполнены полностью, соблюдены требования к внешнему оформлению; основные требования к заполнению таблицы соблюдены полностью.

Оценка «4» (хорошо) выставляется, если: основные требования к заполнению граф таблицы соблюдены, но при этом допущены недочеты, например, имеются неточности в изложении материала, имеются упущения в оформлении.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется, если: тема раскрыта не полностью, обнаруживается существенное непонимание проблемы, допущены ошибки в оформлении таблицы; таблица обучающимся заполнена частично.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если: допущены ошибки в оформлении таблицы; таблица обучающимся не заполнена.

Практическое занятие № 5.

Тема: Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека.

Название практической работы: Определение профессионального самоопределения на разных стадиях становления личности.

Ведущая дидактическая цель: формирование практического умения определять профессиональное самоопределение на разных стадиях становления личности.

Формируемые ОК/умения:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности

применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

У.5. Определять профессиональное самоопределение на разных стадиях становления личности.

Ресурсы: персональный компьютер с лицензионным программным обеспечением, операционной системой Windows.

Содержание работы: определите, как происходит процесс профессионального самоопределения на разных стадиях становления личности.

Характер выполнения работы: репродуктивный, поисковый

Форма организации занятия: индивидуальная

Вопросы для закрепления теоретического материала к практическому занятию:

1. Кто из ученых выделил типы самоопределения человека?
2. Перечислите и охарактеризуйте типы самоопределения человека.
3. Охарактеризуйте этапы профессионального самоопределения, которые охватывают старший школьный возраст.

Задания для практического занятия: используя Интернет – ресурсы, заполните таблицу «Профессиональное самоопределение на разных стадиях становления личности».

Возрастной этап	Содержание профессионального самоопределения
Дошкольное детство	
Младший школьный возраст	
Подростковый возраст	
Ранняя юность	
Юность	
Молодость	
Зрелость	
Пожилой возраст	

Вопросы и задания для закрепления:

Охарактеризуйте содержание профессионального самоопределения в дошкольном, младшем, подростковом возрасте, ранней юности, молодости, зрелости, пожилом возрасте.

Интернет – ресурсы:

<https://megalektsii.ru/s59272t7.html>

<https://studfiles.net/preview/2234583/>

<https://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=9365>

Критерии оценки:

Оценка «5» (отлично) выставляется, если: графы таблицы заполнены полностью, соблюдены требования к внешнему оформлению; основные требования к заполнению таблицы соблюдены полностью.

Оценка «4» (хорошо) выставляется, если: основные требования к заполнению граф таблицы соблюдены, но при этом допущены недочеты, например, имеются неточности в изложении материала, имеются упущения в оформлении.

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется, если: тема раскрыта не полностью, обнаруживается существенное непонимание проблемы, допущены ошибки в оформление таблицы; таблица обучающимся заполнена частично.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если: допущены ошибки в оформлении таблицы; таблица обучающимся не заполнена.

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется, если обучающийся дал менее 7 правильных ответов на вопросы тестирования.

2.2.Задания для промежуточной аттестации

Задания к итоговому тестированию

Инструкция: Дифференцированный зачет состоит из 6 заданий. Прежде, чем приступить к выполнению, подумайте, в чем заключается смысл задания. Вспомните значения терминов, понятий, указанных в вопросе. Выполняя задания, необходимо ответить на вопросы, дополнить определение или вставить пропущенные слова, перечислить основные понятия психологии личности и профессионального самоопределения.

I вариант.

1. Ответьте на вопросы:

- а) Какой метод психологии чаще всего используется в психологии труда?
- б) Какие тесты направлены при профотборе на оценку скорости и точности моторной координации?
- в) Для какого метода психологии характерны следующие признаки: активная позиция самого исследователя, создание специальных условий, возможность вызвать интересующий процесс?
- г) К какому типу профессий по Е.А. Климову относится профессия «Водитель автомобиля»?

2. Дополните определение

- а) Совокупность психологических и психофизиологических особенностей человека, необходимых и достаточных для достижения им при наличии специальных знаний, умений, навыков общественно приемлемой эффективности труда называется...
- б) Метод исследования, подразумевающий формирование у участников исследования нового понятия, качества или умственного действия называется ...
- в) Научно обоснованные нормы и требования профессии к видам профессиональной деятельности и качествам личности специалиста, которые позволяют ему эффективно выполнять требования профессии, получать необходимый для общества продукт и вместе с тем создают условия для развития личности самого работника называются...
- г) Совокупность ряда способностей, обуславливающая особенно успешную деятельность человека в определенной области и выделяющая его среди других лиц, обучающихся этой деятельности или выполняющих ее в тех же условиях называется ...
- д) Уровень развития знаний, умений и навыков у человека, который позволяет ему успешно справляться с различными видами деятельности называется ...
- е) Врожденные особенности человека, которые обуславливают динамические характеристики интенсивности и скорости реагирования, степени эмоциональной возбудимости и уравновешенности, особенности приспособления к окружающей среде называются...
- ж) Деятельность человека, направленная на изменение своей личности в соответствии с сознательно поставленными целями, сложившимися идеалами и убеждениями называется...

3. Перечислите:

- а) Профессионально – важные качества специалистов сферы «человек – человек»
- б) Свойства личности
- в) Типы профессий, которые выделил Е. А. Климов

4. Назовите тип темперамента:

- а) Ровен в поведении, не принимает скоропалительных решений, медленно переключается в одного вида работы на другой, малоактивен
- б) Характеризуется легкой ранимостью, склонностью к глубоким переживаниям
- в) С работой, требующей тонких ручных умений, высокой точности, легче справиться

5. Определите тип акцентуации характера

- а) Склонность к вспышкам гнева, инертность мышления, садистские склонности, жадность, аккуратность, угодничество перед начальством, «приземленные» интересы
- б) Тенденция «плыть по течению», слабоволие, отсутствие настойчивости, любовь к развлечениям
- в) Беспокойный сон, плохой аппетит, плаксивость, утомляемость, раздражительность, склонность к ипохондрии (поиску у себя различных заболеваний)

6. Ситуационная задача

В настоящее время всё больше распространяется состояние, которое развивается на фоне хронического стресса и ведет к истощению эмоционально-энергических и личностных ресурсов работающего человека.

Вопросы. Что это за состояние?

Кто наиболее может быть подвержен данному состоянию?

II вариант.

1. Ответьте на вопросы

- а) В каком виде теста используются тестовые материалы с размытым, неопределенным смыслом, к примеру, черные пятна, незаконченное предложение, сюжетная картинка?
- б) Какой метод психодиагностики использует стандартизованные вопросы и задачи — тесты, имеющие определенную шкалу значений?
- в) Какой метод психологии заключается в диагностике, коррекции и проектировании жизненного пути личности?
- г) К какому типу профессий по Е. А. Климову относится профессия «Автомеханик»?

2. Дополните определение

- а) Комплекс мероприятий, направленных на выявление таких сотрудников, которые по своим моральным, психофизиологическим и психологическим качествам, состоянию здоровья и уровню общеобразовательной подготовки наиболее пригодны к профессиональной деятельности по конкретной специальности называется...
- б) Метод психологического изучения, в ходе коего людям задаются вопросы, на базе ответов, на которые делаются выводы о психологии опрошенных называется ...
- в) Способности, сформировавшиеся в ходе профессионального обучения и продолжающие развиваться в ходе профессиональной адаптации и последующей трудовой деятельности называются ...
- г) Высшая степень одаренности называется...
- д) Морфологические и функциональные особенности строения нервной системы, органов чувств и органов движения, выступающие в качестве природных предпосылок развития способностей называются...
- е) Неповторимое, индивидуальное сочетание устойчивых психологических черт личности, показывающих отношение человека к окружающему миру, выражающееся в его поведении и поступках называется ...
- ж) Умение поддержать себя, вывести себя из тяжелого душевного состояния, умение само убеждения облегчить самую сложную ситуацию, умение, не уходя в переживания, решать проблемы в психологически некомфортном состоянии стресса, что в конечном итоге, учит самоорганизации всей жизни называется...

3. Перечислите:

- а) Профессионально — важные качества специалистов сферы «человек — знаковая

система»

б) Типы темперамента, которые выделила И.П. Павлова

в) Виды способностей

4. Назовите тип темперамента:

а) Отличается подвижностью, общительностью и отзывчивостью

б) Быстро сходится с людьми, жизнерадостен, легко переключается с одного вида деятельности на другой, но не любит однообразной работы

в) Сильный, неуравновешенный тип нервной системы

5. Определите тип акцентуации характера

а) «Взрывной характер», кипучая энергия, подвижность, болтливость, склонность к панибратству, всегда приподнятое настроение

б) Периодическая смена настроения, переход от периодов подъема к депрессии, раздражительность и апатия, сменяется приступами энтузиазма

в) Склонность к рассуждениям, самоанализу, мнительность, образование навязчивых страхов, педантизм, формализм, нетерпеливость

6. Ситуационная задача

Руководителем небольшой, но динамично развивающейся компании была сформулирована установка на прием новых сотрудников, обязательно молодых, амбициозных и нацеленных на профессиональный рост. Руководитель рассуждал так: «Если сотрудник стремится к успеху, он станет работать не только на себя, но и на компанию, что будет способствовать ее развитию». В течение полутора лет эта политика давала свои плоды, однако к концу второго года возник резкий «обвал» увольнений. При приеме на работу людям обещали карьерный рост, но свободных вакансий на руководящие должности в компании не было. В результате за короткое время организация потеряла самых активных и успешных сотрудников.

Вопросы:

Как вы думаете, в чем заключалась ошибка руководителя?

Какие решения в этой ситуации можно было бы предпринять, чтобы стабилизировать наиболее ценных сотрудников?

Эталон ответов:

I вариант.	Р	II вариант.	Р
1. Ответы на задание, где необходимо ответить на вопросы		1. Ответы на задание, где необходимо ответить на вопросы	
а) метод наблюдения	2	а) интеллектуальные тесты	2
б) психомоторные	1	б) тестирование	1
в) эксперимент	1	в) метод биографический	2
г) человек – техника	2	г) человек – техника	1
Ответы на задание, где необходимо дополнить определение		2. Ответы на задание, где необходимо дополнить определение	
а) профессиональная пригодность	1	а) профессиональный отбор	1
б) формирующий эксперимент	1	б) опрос	1
в) профессиограмма	1	в) профессиональные	1
г) одаренность	1	г) гениальность	1
д) способности	1	д) задатки	1
е) темперамент	1	е) характер	1
ж) самовоспитание	1	ж) самопомощь	1

Ответы на задание с перечислением		3. Ответы на задание с перечислением	
а) общительность, эмоциональная устойчивость, интерес к людям, доброжелательное отношение к ним, тактичность, справедливость, эмпатия, самоконтроль	8	а) общая сообразительность, комбинаторные способности, умение работать со знаковой информацией, способность к установлению закономерностей, усидчивость	5
б) характер, темперамент	2	б) сангвиник; меланхолик; флегматик; холерик.	4
в) человек – живая природа; человек – техника; человек – человек; человек – знаковая система; человек – художественный образ	5	в) природные (естественные); специфические (социальные); теоретические; практические; учебные; творческие;	6
4. Ответы на задание, где необходимо определить тип темперамента		4. Ответы на задание, где необходимо определить тип темперамента	
а) флегматик	1	а) сангвиник	1
б) меланхолик	1	б) сангвиник	1
в) меланхолик	1	в) холерик	1
5. Ответы, на задание, где необходимо определить тип акцентуации характера		5. Ответы, на задание, где необходимо определить тип акцентуации характера	
а) эпилептоидный	1	а) гипертимный	1
б) неустойчивый	1	б) циклоидный	1
в) астено - невротический	1	в) психоастенический	1
6. Решение ситуационных задач		6. Решение ситуационных задач	
Данное состояние – это синдром профессионального (эмоционального) выгорания. Синдрому профессионального выгорания наиболее подвержены: • Педантичные люди; • Демонстративные; • Эмотивные (впечатлительные); • Люди с низким уровнем профессиональной защищенности (отсутствие опыта, не повышающие свою квалификацию).	20	Работники, имеющие потребность в успехе, стремятся к умеренному риску, ориентированы на личную ответственность, проявляют инициативу, ждут, когда им передадут полномочия в решении серьезной производственной задачи. Ошибка руководителя заключалась в том, что он не обеспечил карьерный рост и интересные задачи. С целью мотивирования этим работникам необходимо делегировать важные задачи, формулировать творческие задания и применять поощрительные воздействия за успехи.	20

Условия выполнения задания:

1. Место выполнения задания – учебный кабинет.
2. Максимальное время выполнения задания: 85 мин.

3. Количество существенных операций составляет $P = 55$.

4. Критерии оценивания выполненной работы:

оценка «5» ставится при выполнении существенных операций от 1 до 0,9;

оценка «4» ставится при выполнении существенных операций от 0,8 до 0,7;

оценка «3» ставится при выполнении существенных операций от 0,6 до 0,5.