МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ СТАЦИОНАРНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«СЕМЕЙНЫЙ ЦЕНТР «ДМИТРОВСКИЙ»

УТВЕРЖДАЮ
Директор
_____ М.А. Исаева
Приказ №_97_от
«_01_»_____09_____2026 г.

Рабочая программа подготовки детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей к самостоятельной жизни
«Самостоятельные шаги»
для воспитанников с умеренной, глубокой, тяжелой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
на 2026 – 2027 учебный год

Составила: Богданова Ю.А.,
Психолог

Дмитров, 2026 год

Пояснительная записка

Направление программы «Самостоятельные шаги»: формирование необходимого уровня адаптивности получателей социальных услуг к условиям социума, готовности к жизни в обществе и к выполнению общественно полезного труда, к самостоятельной жизни и деятельности в естественном социальном окружении.

База реализации программы ГБСУСО МО «Семейный центр «Дмитровский»

Программа по профориентации составлена в соответствии с Конвенцией о правах ребенка, Конституцией РФ, Семейным кодексом Российской Федерации, Федеральным Законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным Законом № 304-ФЗ «О внесении, изменений в федеральный закон «Об образовании в РФ» по вопросам воспитания обучающихся», Указом Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года», Постановлениями Правительства РФ, Министерства просвещения РФ, Методическими рекомендациями органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации.

Актуальность программы

Для получателей социальных услуг развитие способностей во многом зависит от психологической и педагогической поддержки со стороны взрослых. Эта поддержка опирается на факты из жизни людей, добившихся в жизни успеха вопреки своим ограничениям.

Профессиональная ориентация получателей социальных услуг – это обоснованный выбор трудового пути, общественно необходимой профессии, наиболее соответствующей его индивидуальным возможностям, интересам, мотивам личности.

Получатели социальных услуг семейного центра – особая категория детей, которых отличает инфантилизм, искаженное формирование образа себя и значимых взаимоотношений, неумение планировать свою жизнь и управлять ею, низкая готовность к самостоятельному решению проблем, невысокий уровень самоорганизации, отсутствие мотивации к социальной реализации.

Выпускникам семейного центра, имеющим статус детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, трудно адаптироваться в обществе, поскольку они характеризуются небольшим практическим жизненным опытом и слабым его осмыслением, непониманием индивидуальных жизненных интересов и целей. Поэтому проведение профориентационной работы и профессиональной подготовки в период нахождения получателей социальных услуг в центре повышает их шансы на успешную адаптацию в обществе.

В связи со всем вышесказанным, становится очевидной необходимость создания программы «Самостоятельные шаги», которая будет систематизировать систему воспитательных, социально-

психологических и обучающих мероприятий, способствующих свободному профессиональному самоопределению выпускников семейного центра в условиях современного рынка труда.

Цели программы:

- комплексное сопровождение процесса подготовки воспитанников и выпускников организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, к самостоятельной жизни, направленное на личностное и профессиональное самоопределение, приобретение правовых, социально-экономических, социокультурных, психолого-педагогических знаний и жизненных навыков для полноценного развития, жизнеустройства и адаптации в обществе.

Задачи:

- подготовка воспитанников, выпускников ГБСУСО МО «Семейный центр «Дмитровский» к самостоятельной жизни;
- создание условий для позитивной социализации воспитанников и выпускников ГБСУСО МО «Семейный центр «Дмитровский»
- теоретическое и практическое обеспечение процесса социальной адаптации воспитанников, выпускников;
- создание системы психолого-педагогической и социально-правовой помощи воспитанникам и выпускникам ГБСУСО МО «Семейный центр «Дмитровский»
- формирование у воспитанников и выпускников готовности к выполнению социальной роли гражданина, способного решать проблемы, связанные с реализацией определенных социальных ролей (члена коллектива, гражданина, потребителя);
- формирование у воспитанников и выпускников культуры здорового образа жизни, ценностных представлений о физическом здоровье, о ценности духовного и нравственного здоровья; навыков сохранения собственного здоровья;
- усиление мер, направленных на профориентацию воспитанников и выпускников, способствующих дальнейшему получению ими конкурентоспособных на региональном рынке труда профессий и их последующему трудоустройству;
- содействие воспитанникам и выпускникам в определении жизненных планов на этапе выхода в самостоятельную жизнь и первичной адаптации к новым условиям;
- развитие у воспитанников и выпускников способности владения навыками социального взаимодействия и толерантного общения;
- формирование у воспитанников и выпускников внутренней готовности самостоятельно и осознанно планировать, корректировать и реализовывать перспективы своего развития (профессионального, жизненного и личностного);
- психолого-педагогическая поддержка полноценного личностного развития воспитанников и выпускников;
- сопровождение выпускников в период адаптации после выпуска из организации для детей-

сирот;

- профессиональная помощь выпускнику в реализации жизненных планов и решении проблем, связанных с нарушением социализации;
- защита прав и интересов воспитанников и выпускников, поддержка интересов выпускника в правозащитных и административных органах;
- обеспечение межведомственного взаимодействия в решении вопросов сопровождения выпускников

Практическая значимость программы:

Разработанная программа может быть использована психологами и педагогами с целью обеспечения процесса подготовки детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей к самостоятельной семейной жизни и адаптации в обществе.

Принципы реализации программы:

1. Принцип гуманизма: уважительное отношение к каждому человеку, а также обеспечение свободы совести, выделение в качестве приоритетных задач- забота о физическом и социальном здоровье ребенка.

2. Принцип толерантности: терпимость к мнению людей, учет их интересов.

3. Принцип сотрудничества: взаимодействие педагога и воспитанника в раскрытии потенциалов ребенка в различной деятельности, в продвижении его к определенным целям.

4. Принцип коррекционно-развивающей направленности: учитывая специфику контингента воспитанников, любое воспитательное мероприятие должно быть направлено на развитие и коррекцию высших психических функций каждого конкретного ребенка.

5. Принцип социально-практической направленности: организация всей воспитательной работы с целью достижения адекватного включения воспитанников в социальную среду на основе овладения ими конкретными трудовыми навыками и умениями.

6. Принцип последовательности и систематичности.

7. Принцип культуросообразности: воспитание основывается на общечеловеческих ценностях; эффективности социального взаимодействия (расширение сфер общения, формирование социально-бытовых умений и навыков).

Ожидаемые результаты:

- решение проблемы социальной адаптации в обществе, предупреждение правонарушений воспитанников и выпускников;
- повышение качества жизни и социальной защищенности воспитанников и выпускников Центра;

- повышение учебной и профессиональной мотивации воспитанников и выпускников Центра к обучению в организациях профессионального образования;

- увеличение числа выпускников, успешно адаптированных в новых социальных условиях;

- увеличение числа выпускников, трудоустроенных по полученным специальностям;

- снижение уровня социальных девиаций среди воспитанников и выпускников Центра.

Целевая группа: получатели социальных услуг (14 – 20 лет)

Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Обеспечение программы:

1. Правовое обеспечение программы

1.1. Конституция Российской Федерации;

1.2. Гражданский кодекс Российской Федерации;

1.3. Семейный кодекс Российской Федерации;

1.4. Трудовой кодекс Российской Федерации;

1.5. Жилищный кодекс Российской Федерации;

1.6. Федеральный закон №159-ФЗ от 21.12.1996г. «О дополнительных гарантиях по социальной защите детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»;

1.7. Постановление Правительства РФ № 481 от 24.05.2014г. «О деятельности организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и об устройстве в них детей, оставшихся без попечения родителей».

2. Психолого-педагогическое обеспечение:

- психолого-педагогическая диагностика

- психолого-педагогическая коррекция

- оптимизация психологических состояний в процессе воспитательной и практической деятельности.

3. Кадровое обеспечение:

- педагог-психолог

- педагог-организатор

- социальный педагог

- специалист по реабилитации

- педагог дополнительного образования

- воспитатели

- специалист по социальной работе.

4. Материально-техническое обеспечение:

-компьютерный класс;

- телевизор;

- кабинет реабилитации;

- кабинет психологической разгрузки;

Формы занятий различны и многообразны:

- групповые;

- индивидуальные;

- анкетирование;

- беседы на различные темы;

- тестирование;

- 3Д экскурсии на предприятия и в социальные организации;

- организация общественно-полезного труда подростков, как проба сил для выбора будущей профессии;

- психодиагностические процедуры, ролевые игры;

- экскурсии в профессиональные учебные заведения;

- лектории;

- тренинговые тематические занятия;

Содержание деятельности:

Подготовка воспитанников к самостоятельной жизни осуществляется на основании Программы, содержание которой определяется по следующим направлениям:

1. Социально-бытовое самообслуживание.
2. Социально-правовая подготовка.
3. Коммуникативная подготовка.
4. Профориентационная подготовка.
5. Подготовка к трудовой деятельности.
6. Здоровьесбережение.
7. Экономическая грамотность.
8. Подготовка к самостоятельной семейной жизни.
9. Подготовка к проведению досуга.
10. Безопасность.
11. Сохранение и укрепление духовно-нравственных ценностей.

Методы работы:

1. Беседа, занятия.
2. Дискуссия.
3. Консультации.
4. Наблюдения.
5. Интерактивные занятия.
6. Мероприятия по профориентации.
7. 3Д экскурсии.
8. Игры.
9. Тренинги.
10. Анкетирование.

Ожидаемые результаты реализации программы:

Реализация программы позволит сформировать целостную открытую социально-педагогическую систему, способную создать образовательное пространство для развития и саморазвития воспитанников.

Целенаправленно реализуя все направления Программы, Центр выпустит в жизнь молодых людей, способных к следующему:

- решение проблемы социальной адаптации в обществе, предупреждение правонарушений воспитанников и выпускников;
- повышение качества жизни и социальной защищенности воспитанников и выпускников;
- повышение учебной и профессиональной мотивации воспитанников и выпускников;
- сохранение собственного здоровья и высокой работоспособности;
- увеличение числа выпускников, трудоустроенных по полученным специальностям;
- увеличение числа выпускников, успешно адаптированных в новых социальных условиях.

План мероприятий («Дорожная карта»)

по подготовке к самостоятельной жизни воспитанников с умеренной, глубокой, тяжелой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

№п/п	Направление	Мероприятия	Формы работы
1	Социально-бытовое самообслуживание	Формирование культурно-гигиенических навыков, бытовых и трудовых навыков, обустройству жилых помещений, основам прикладного искусства, приготовлению пищи и навыкам сервировки стола. Формирование общих представлений о видах одежды, их назначении, правилах ухода. Знакомство с понятиями личной гигиены, формирование навыков ухода за собой. Знакомство со сферой имущественных отношений, организация экскурсий в управляющие жилищные организации. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	Практические занятия (групповые, индивидуальные), лекции, сюжетно-ролевые игры, лекции, 3Д экскурсии.
2	Социально-правовая подготовка.	Ознакомление с общими нормами и правилами в обществе, системой взаимоотношений между	Беседы, тренинги, просмотр видео роликов, дискуссии, занятия-презентации,

		государством и гражданином, основными документами, регулирующими права и обязанности граждан. Экскурсии в организации социального обслуживания населения. Формирование ответственного поведения. Знакомство с правами, обязанностями и льготами воспитанников и выпускников организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Формирование представлений об организациях системы социального обеспечения, навыков обращения в эти организации.	консультирование, тренинги.
3	Коммуникативная подготовка	Формирование навыков эффективного общения (вербального и невербального), формы общения со старшими и сверстниками при встрече и расставании, формы выражения благодарности. Знакомство с понятием конфликтов в отношениях, формирование навыков бесконфликтного общения. Правила знакомства с сетями социальной поддержки, формирование навыков дружеских отношений. Общие правила поведения в общественных местах. Развитие способности строить доверительные отношения с помогающими взрослыми.	Занятия (групповые, индивидуальные), презентации, экскурсии, лекции, тренинги, беседы, консультации, анкетирование, моделирование ситуаций.
4	Профориентационная подготовка	Проведение комплекса диагностических мероприятий по выявлению сферы профессиональных интересов и предпочтений воспитанников, определение способностей. Формирование психологической готовности к самостоятельному выбору на основе информации о мире профессий. Организация 3д экскурсий на предприятия и организации. Знакомство с перечнем профессий.	Занятия (групповые, индивидуальные), лекции, консультации, беседы, тестирования, тренинги.

5	Подготовка к трудовой деятельности	Формирование общего представления об основах трудового законодательства и правовых аспектах; условиях получения дополнительного профессионального образования; основах делового общения при первичном контакте с работодателем. Формирование умения находить информацию, связанную с поиском работы, составлением резюме.	Занятия (групповые, индивидуальные), презентации, 3Д экскурсии, беседы, лекции.
6	Здоровьесбережение	Формирование ответственного отношения к своему здоровью, заботе о нем, ответственности за последствия своих решений. Формирование навыков ответственного поведения, мотивация на ведение здорового образа жизни, осознание последствий употребления ПАВ. Профилактика вредных привычек; основы здорового питания. Знакомство с симптомами наиболее распространенных заболеваний, правилами оказания первой помощи. Формирование навыков работы со справочным материалом в сфере медицинских услуг и общения в данной сфере.	Занятия (групповые, индивидуальные), викторины, занятия-презентации, лекции, 3Д экскурсии в медицинские учреждения.
7	Экономическая грамотность	Формирование общего представления о денежных знаках, дебетовых картах, финансовых документах. Умение распоряжаться определенной суммой денежных средств. Обучение ведению домашнего хозяйства, закупке необходимых предметов домашнего обихода. Обучение решению вопросов оплаты жилья и коммунальных услуг. Проведение сюжетно-ролевых игр, тренинговых занятий по формированию навыков обращения с денежными средствами, по умению грамотно	Занятия (групповые, индивидуальные), 3Д экскурсии в банк, лекции, беседы, тренинги, сюжетно-ролевые игры.

		распределять приоритеты покупок.	
8	Подготовка к самостоятельной семейной жизни	Знакомство с понятием «семья», видами семьи, значением семьи в жизни человека. Особенности построения семейных отношений. Проектирование себя в воображаемом семейном будущем. Формирование представлений о нормах и правилах, по которым живет семья. Знакомство с законами, определяющими жизнь семьи в обществе, с Семейным кодексом Российской Федерации.	Занятия (групповые, индивидуальные), беседы, практикумы, сюжетно-ролевые игры, анализ проблемных ситуаций, презентации, тренинговые занятия, беседы, тренинги, сюжетно-ролевые игры,
9	Подготовка к проведению досуга	Выявление собственных предпочтений, интересов, хобби, которыми можно заниматься в свободное время. Формирование представлений о различных способах проведения досуга и сознательного отношения к планированию своего свободного времени.	Занятия (групповые, индивидуальные), беседы, практикумы, сюжетно-ролевые игры, 3Д экскурсии на выставки, кинотеатры, клубы и кружки по интересам, беседы-практикумы.
10	Безопасность	Формирование представлений об основах безопасности в быту. Техника безопасности пользования бытовыми приборами. Знание правил дорожного движения, правил пожарной безопасности, поведение в экстремальных ситуациях. Ориентирование на местности, знание правил поведения, когда заблудился. Безопасное общение в социальных сетях. Знакомство с понятиями экстремизм и терроризм, осознание последствия участия в антисоциальной деятельности.	Практические занятия (групповые, индивидуальные), беседы, практикумы, сюжетно-ролевые игры, анализ проблемных ситуаций, тренинговые занятия-упражнения.

11	Сохранение и укрепление духовно-нравственных ценностей.	Формирование представлений об общественных и личностных ценностях человека. Знакомство с культурным наследием России: традиции и обычаи; ремесла и промыслы; историческое и культурное наследие.	3Д экскурсии в музеи, выставки, картинные галереи. Практические занятия (групповые, индивидуальные), беседы, практикумы, сюжетно-ролевые игры.

Календарно – тематическое планирование

Направление	Тема занятий	Сроки проведения	
		По плану	По факту
Социально-бытовое самообслуживание	Рациональные потребности человека.	02.09.2026	
	Жилище. Гигиена помещения.	09.09.2026	
	Одежда и обувь.	16.09.2026	
	Питание.	23.09.2026	
	«Азбука этикета»	30.09.2026	
Социально-правовая подготовка.	Человек. Личность. Гражданин.	07.10.2026	
	Главная книга страны.	14.10.2026	

	Преступления и наказания	17.10.2026	
	Как противостоять влиянию антиобщественных группировок	21.10.2026	
Коммуникативная подготовка	Что такое общение.	28.10.2026	
	Представление о себе.	04.11.2026	
	Коммуникативные барьеры.	11.11.2026	
	Умение слушать.	16.11.2026	
Профориентационная подготовка	Выбор профессии за мной.	18.11.2026	
	Калейдоскоп профессий	23.11.2026	
	Профессия и способности.	25.11.2026	
	Профессия и характер	30.11.2026	
	Игра «Деловые ребята»	02.12.2026	
Подготовка к трудовой деятельности	Документ. Резюме.	07.12.2026	
	Этика делового общения.	09.12.2026	
	Автобиография.	14.12.2026	
	Игра «Трудоустройство»	16.12.2026	
Здоровьесбережение	Жизнь без вредных привычек.	23.12.2026	
	Закаливание.	30.12.2026	
	Активный отдых.	13.01.2027	
	Гигиена человека.	20.01.2027	
	Иммунитет	27.01.2027	
Экономическая грамотность	Деньги. Бюджет. Счет. Реквизиты. Банк.	03.02.2027	
	Основные финансовые документы.	10.02.2027	
	Правила оформления и оплаты счетов.	17.02.2027	
	Правила экономии, виды и цели сбережений.	24.02.2027	
	Порядок планирования крупных покупок.	03.03.2027	
Подготовка к самостоятельной семейной жизни	Семья- что это такое?	10.03.2027	
	Духовно-нравственные основы семьи.	17.03.2027	
	Мой уютный дом.	24.03.2027	
	Семейный кризис.	31.03.2027	
	Интересы. Увлечения.	07.04.2027	

Подготовка к проведению досуга	Досуг. Общение. Творчество.	14.04.2027	
	3Д экскурсии в музеи, театры	21.04.2027	
	Культура поведения	28.04.2027	
Безопасность	Безопасная улица.	05.05.2027	
	Искусство управлять собой.	12.05.2027	
	Правила пожарной безопасности.	19.05.2027	
	Не преступая черту.	26.05.2027	

Заключение

Реализация программы позволит сформировать целостную открытую социально-педагогическую систему, способную создать образовательное пространство для развития и саморазвития воспитанников.

Целенаправленно реализуя все направления Программы, семейный центр выпустит в жизнь молодого человека, способного к следующему:

- адаптации и самореализации в изменяющихся экономических и социокультурных условиях;

- сохранению собственного здоровья и высокой работоспособности в неблагоприятных условиях жизни и труда;

- осознанному профессиональному выбору с учетом потребностей региона, а также своими интересами и способностями;

- творческому решению задач в жизненных ситуациях, в учебе, в труде, в семье;

- продолжению образования, устойчивому саморазвитию на основе высокой мотивации достижений успеха в жизнедеятельности.

- знать свои права и обязанности;

- иметь способность критически, в соответствии с нормами морали и прав оценивать поступки окружающих людей;

- ориентироваться в социальной жизни общества, наличие системы социальных установок.

Реализация программы позволит сформировать целостную открытую социально-педагогическую систему, способную создать образовательное пространство для развития и саморазвития детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей к самостоятельной жизни.

Список используемой литературы

1. Медведчикова, Е. Н. Подготовка к самостоятельной жизни детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей [Текст] / Е. Н. Медведчикова, Н. В. Доброногова //

Образование. Карьера. Общество. – 2022г. – № 4 (55). – С. 56-57.
2. Мудрик, А. В. Социализация вчера и сегодня [Текст] : учеб. пособие / А. В. Мудрик. – Москва. : МПСИ, 2024. – 432 с
3. Мудрик, А. В. Социализация человека [Текст] : учеб. пособие / А. В. Мудрик. – Москва. : Академия, 2022. – 304 с.
4..Назарова, Е. Н. Основы здорового образа жизни [Текст] : учебник / Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жилов. – 3-е изд., испр. – Москва : Академия, 2022. – 256 с.
5. Немов, Р. С. Социальная психология [Текст] : учеб. пособие / Р. С. Немов, И. Р. Алтунина. – Санкт-Петербург : Питер, 2024. – 432 с.
6. Платонов, Ю. П. Социальная психология поведения [Текст] : учеб. пособие / Ю. П. Платонов. – Санкт-Петербург : Питер, 2022. – 464 с.
7. Подготовка воспитанников к самостоятельной жизни [Электронный ресурс] : метод. пособие. – Москва :
Благотворительный фонд социальной помощи детям «Расправь крылья!», 2022. – 120 с.
8.Титова, Н. М. Социальная психология [Текст] : учеб. пособие / Н. М. Титова. – 2-е изд., испр. – Москва : Флинта : МПСИ, 2023. – 248 с.

Рассмотрено на заседании МО
Протокол от «31» августа 2026 г. № 10
Руководитель МО
_____ / Карасиненко В. В. /
подпись расшифровка

Согласовано
заместитель директора
_____ Коротеева Н.В.
«_____»_____ 20_____г.

Приложение

«Дифференциально - диагностический опросник» (ДДО)

Методика предназначена для отбора на различные типы профессий в соответствии с классификацией типов профессий Е.А. Климова. Можно использовать при профориетации подростков и взрослых. Результаты опросника ДДО показывают к какой профессиональной сфере человек испытывает склонность и проявляет интерес.

Инструкция. Предположим, что у вас появилась возможность делать то, что вам нравится, какое занятие из двух возможных вы бы предпочли?

Опросник

1. а. Ухаживать за животными
   б. Обслуживать какие-нибудь приборы, следить за ними, регулировать их.
2. а. Помогать больным людям, лечить их
   б. Составлять таблицы, чертить схемы, разрабатывать компьютерные программы
3. а. Рассматривать книжных иллюстрации, художественные открытки, конверты грампластинок
   б. Следить за состоянием и развитием растений.
4. а. Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т.п.)
5. б. Доводить товары до потребителя, рекламировать, продавать
6. а. Обсуждать научно-популярные книги, статьи
   б. Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты)
7. а. Выращивать молодняк (животных какой-либо породы)
8. б. Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных)
9. а. Копировать рисунки, изображения или настраивать музыкальные инструменты.
10. б. Управлять каким-либо грузовым (подъемным или транспортным) средством (подъемным краном, трактором, телевизором и др.)
11. а. Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т.д.)
12. б. Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов)
13. а. Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику, жилище)
14. б. Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках
15. а. Лечить животных
    б. Выполнять вычисления, расчеты.
16. а. Выводить новые сорта растений

б. Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания и т.п.)

17. а. Разбирать споры, ссоры между людьми: убеждать, разъяснять, наказывать, поощрять

б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок)

18. а. Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности
19. б. Наблюдать, изучать жизнь микробов.
20. а. Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты

б. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.п.

21. а. Делать лабораторные анализы в больнице

б. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение

22. а. Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий

23. б. Осуществлять монтаж или сборку машин, приборов

24. а. Организовывать культпоходы сверстников или младших в театры, музеи, экскурсии, туристические походы и т.п.

б. Играть на сцене, принимать участие в концертах

25. а. Изготовлять по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания

26. б. Заниматься черчением, копировать чертежи, карты

27. а. Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада

б. Работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе)

Обработка результатов и интерпретация

Суммы положительных ответов считаются по вертикали по всем пяти графам. Первая графа отражает количество баллов по профессиональной сфере "человек - природа" (все профессии, связанные с растениеводством, животноводством и лесным хозяйством), вторая графа - по сфере "человек - техника" (технические профессии), третья графа - по сфере "человек - человек" (все профессии, связанные с обслуживанием людей, с общением), четвертая - по сфере "человек - знак" (все профессии, связанные с обсчетами, цифровыми и буквенными знаками, в том числе и музыкальные специальности) и пятая по сфере - "человек - художественный образ" (все творческие специальности). В целом минимальное количество баллов по каждой графе - 0, максимальное - 8 баллов.

Если набрано **0-2 балла**, то результат свидетельствует о том, что интерес к данной профессиональной сфере не выражен. При результате **3-6 баллов** профессиональная направленность и интерес выражены в средней степени, при результате **7-8 баллов** - профессиональная направленность выражена довольно ярко и отчетливо.

П	Т	Ч	З	Х
1а	1б	2а	2б	3а
3б	4а	4б	5а	5б
6а		6б		7а
	7б	8а		8б
	9а		9б	
10а			10б	
11а	11б	12а	12б	13а
13б	14а	14б	15а	15б
16а		16б		17а
	17б	18а		18б
	19а		19б	
20а			20б	

Тест Г. Айзенка на определение типа темперамента

Варианты ответов на вопросы: "да", "нет". Первый ответ, пришедший Вам в голову, является правильным. Ваши ответы - "да" - плюс, "нет" - минус - фиксируйте на листке бумаги.

1. Часто ли Вы испытываете тягу к новым впечатлениям, чтобы испытать сильные ощу- щения?
2. Часто ли Вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут Вас понять, ободрить, выразить сочувствие?
3. Считаете ли Вы себя беспечным человеком?
4. Правда ли, что Вам очень трудно отвечать "нет"?
5. Обдумываете ли Вы свои дела не спеша и предпочитаете ли подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли Вы сдерживаете свои обещания, даже если Вам это не выгодно?
7. Часто ли у Вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Быстро ли Вы обычно действуете и говорите, и не растрачиваете ли много времени на обдумывание?
9. Возникало ли у Вас когда-нибудь чувство, что Вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
10. Верно ли, что на спор Вы способны решиться на все?
11. Смущаете ли Вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который Вам симпатичен?
12. Бывает ли, что, разозлившись, Вы выходите из себя?
13. Часто ли Вы действуете под влиянием минутного настроения?
14. Часто ли Вас беспокоят мысли о том, что Вам не следовало бы чего-нибудь делать или говорить?
15. Предпочитаете ли Вы чтение книг встречам с людьми?
16. Вас легко обидеть?
17. Любите ли Вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у Вас иногда такие мысли, которые Вы хотели бы скрыть от других людей?
19. Верно, что иногда Вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда чувствуете сильную вялость?
20. Предпочитаете ли Вы иметь друзей поменьше, но особенно близких Вам?
21. Часто ли Вы мечтаете?
22. Когда на Вас кричат, Вы отвечаете тем же?
23. Часто ли Вас тревожит чувство вины?
24. Все ли ваши привычки хороши и желательны?
25. Способны ли Вы дать волю собственным чувствам и вовсю повеселиться в шумной компании?
26. Считаете ли Вы себя человеком возбудимым и чувствительным?
27. Считают ли Вас человеком живым и веселым?
28. После того, как дело сделано, часто ли Вы возвращаетесь к нему мысленно и думает, что могли бы сделать лучше?
29. Вы обычно молчаливый и сдержанный, когда находитесь среди людей?
30. Вы иногда сплетничаете?
31. Бывает ли, что Вам не спиться оттого, что разные мысли лезут в голову?
32. Верно ли, что Вам приятнее и легче прочесть о том, что Вас интересует в книге, хотя можно быстрее и проще узнать об этом у друзей?

33. Бывает ли у Вас сильное сердцебиение?
34. Нравиться ли Вам работа, требующая постоянного внимания?
35. Бывает ли, что Вас "бросает в дрожь"?
36. Верно ли, что Вы всегда говорите о знакомых Вам людях только хорошее, даже тогда, когда уверены, что они об этом не узнают?
37. Верно ли, что Вам не приятно бывать в компании, где постоянно подшучивают друг над другом?
38. Вы раздражительны?
39. Нравиться ли Вам работа, которая требует быстроты действий?
40. Верно ли, что Вас не редко не дают покоя мысли о разных неприятностях и "ужасах", которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Вы ходите медленно и неторопливо?
42. Вы когда-нибудь опаздывали на свидание, работу или учебу?
43. Часто ли Вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что Вы такой любитель поговорить, что никогда не упустите удобного случая побеседовать с незнакомым человеком?
45. Беспокоят ли Вас какие-нибудь боли?
46. Огорчились бы Вы, если бы долго не могли видеться со своими друзьями?
47. Можете ли Вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди Ваших знакомых такие, которые Вам явно не нравятся?
49. Можете Вы сказать, что Вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли Вас задевает критика Ваших недостатков или Вашей работы?
51. Трудно ли получить настоящее удовольствие от вечеринки?
52. Беспокоит ли Вас чувство, что Вы чем-то хуже других?
53. Сумели бы Вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что Вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли Вы о своем здоровье?
56. Любите ли Вы подшутить над другими?
57. Страдает ли Вы от бессонницы?

Обработка теста ("ключ").

Если ответ "ключа" совпадает с Вашим ответом, Вы прибавляете себе один балл. Если не совпадает, - ноль баллов.

Шкала лжи.

Ответ "да" на вопросы: 6, 24, 36.

Ответ "нет" на вопросы: 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Сосчитайте сумму. Если результат от 4 и больше баллов, это значит, что у Вас появилась так называемая социальная желательность: Вы отвечали не так, как есть на самом деле, а так как Вам хотелось бы или так, как принято в обществе. Другими словами, Ваши ответы не достоверны. Если результат меньше 4 баллов, Ваши ответы искренни. Пожалуйста, продолжайте.

Если ответ "ключа" совпадает с Вашим ответом, Вы прибавляете себе один балл. Если не совпадает, - ноль баллов.

Шкала экстраверсии.

Ответ "да" на вопросы: 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 37, 39, 44, 46, 49, 53, 56.

Ответ "нет" на вопросы: 5, 15, 20, 29, 32, 34, 41, 51.

Сосчитайте сумму.

Шкала эмоциональной устойчивости.

Ответ "да" на вопросы: 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

Сосчитайте сумму.

Начертите оси координат: горизонтальная ось - "шкала экстраверсии", вертикальная ось - "шкала эмоциональной устойчивости". Каждая шкала от 1 до 24, пересекаются в точке 12. Отметьте свои показатели на осях. Найдите точку пересечения. Точка может лежать на оси, если одна из шкал равна 12.

Результат, который Вы получили, - Ваш преобладающий тип темперамента. По шкале экстраверсии Вы можете посмотреть тип направленности личности: экстраверт или интроверт.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ТИПОВ ТЕМПЕРАМЕНТА

Критерий	**Холерик**	**Сангвиник**	**Флегматик**	**Меланхолик**
Тип нервной системы	Сильный неуравновешенный	Сильный уравновешенный подвижный	Сильный уравновешенный инертный	Слабый
Активность	Активен. Человек быстрый, порывистый.	Человек живой, подвижный, быстро отзывающийся на окружающие события.	Медлительный, невозмутимый человек.	Настороженность во взгляде, позе.
Поведение в обществе	Лидер, легко устанавливает контакты, но с трудом поддерживает. Импульсивен, склонен к конфликтам.	В центре внимания, пользуются уважением, легко устанавливают контакты	С трудом устанавливает, но легко поддерживает знакомство.	Предпочитает быть в стороне.
Настроение	Склонен к бурным эмоциональным вспышкам, резким сменам настроения. Неуравновешен.	Сравнительно легко переживает неудачи и неприятности.	Слабое внешнее выражение душевного состояния. Более или менее постоянное настроение.	Легко ранимый человек, склонен глубоко переживать даже незначительные неудачи, но внешне сдержан.
Работа	Способен отдаваться делу с исключительной страстностью. Быстро включается в работу.	В работу включается быстро, но до конца доводит при наличии интереса. Предпочитает все новое.	Медленно включается в работу, но зато способен выдерживать значительные нагрузки.	Быстро переутомляется. Характерно тщательное планирование и самоконтроль, поэтому в его работе мало ошибок.
Речь	Громкая, резкая, бывает грубой.	Живая, эмоциональная.	Спокойная, размеренная, с паузами.	Тихая, может снижаться до шепота.
Память	Быстро запоминает, быстро забывает.	Хорошая, схватывает на лету.	Запоминает медленно, помнит долго.	Запоминает быстро за счет высокой способности к анализу.
Внимание	Развито переключение, быстро сосредоточивается.	Развиты переключение, распределение, быстро сосредотачивается	Развита устойчивость.	Познавательная сфера может развиваться.

МЕТОДИКА «КАРТА ИНТЕРЕСОВ» Е.А.Климов

Методика, разработанная Е.А. Климовым, предназначена для изучения профессиональных интересов учащихся. Основополагающим методом исследования является тестирование. Методика предназначена для подростков и юношей 14 –17 лет. Исследование проводит педагог-психолог 1 раз в год. Результаты исследования предназначены для заместителей руководителей по учебно-воспитательной работе, преподавателей, воспитателей, кураторов учебных групп, классных руководителей, мастеров производственного обучения, социального педагога. Методика проводится в стандартных условиях учебных заведений (возможна групповая и индивидуальная формы тестирования). Интерпретация результатов проводится в соответствии с ключом оценки и обработки данных исследования.

Методика используется в целях профориентации и при приеме на работу. Может применяться для обследования как подростков, так и взрослых. Хорошие результаты получаются при использовании данной методики в целях профориентации лиц, меняющих профессию. Время обследования испытуемого не ограничено, но следует предупреждать о необходимости работать в течение 40-50 мин.

Инструкция: "У Вас есть возможность продолжить учебу или поступить на интересную работу.

Для того, чтобы помочь Вам выбрать профессию, предлагаем перечень вопросов.

Подумайте, перед тем, как ответить на каждый вопрос. Постарайтесь дать как можно более точный ответ.

Если Вы не раз убеждались, что очень любите или Вам очень нравится то, о чем мы спрашиваем, то в листе ответов в графе под тем же номером, что и номер вопроса, поставьте два плюса; если просто нравится (любите) - один плюс; если не знаете, сомневаетесь - ноль; если не нравится (не любите) - минус; если очень не нравится - два минуса.

Отвечайте на каждый пункт, не пропуская ни одного. Если у Вас возникают вопросы, спрашивайте сразу же. Время заполнения листа ответов не ограничивается."

Вопросы: ЛЮБИТЕ ЛИ ВЫ, ХОТЕЛИ БЫ ВЫ, НРАВИТСЯ ЛИ ВАМ?

1. Уроки по физике.
2. Уроки по математике.
3. Уроки по химии.
4. Читать книги или статьи по астрономии.
5. Читать об опытах и животных.
6. Читать о жизни и работе врачей.
7. Читать о сельском хозяйстве, о растениях и животных.
8. Читать о лесе.
9. Читать произведения классиков мировой литературы.
10. Читать газеты, журналы, слушать радио, смотреть телевизор.
11. Уроки истории.
12. Посещать театры, музеи, художественные выставки.
13. Читать литературу о геологических экспедициях.
14. Читать о различных странах, их экономике, государственном устройстве.
15. Организовывать товарищей на выполнение общественной работы и руководить ими.
16. Читать о работе милиции.
17. Читать о моряках, летчиках.
18. Читать о работе воспитателя.

19. Знакомиться с устройством и работой станков.
20. Готовить обеды.
21. Читать о строителях.
22. Заботиться о красоте помещения, в котором Вы учитесь, живете, работаете.
23. Читать о достижениях техники
24. Знакомиться с устройством бытовых электро- и радиоприборов.
25. Читать научно-популярную литературу об открытиях и физике.
26. Читать научно-популярную литературу о математике.
27. Узнавать о новых достижениях в области химии (из журналов, телепередач) мотреть телепередачи о космонавтах.
28. Изучать биологию.
29. Интересоваться причинами и способами лечения болезней.
30. Изучать ботанику.
31. Проводить время в лесу.
32. Читать литературно-критические статьи.
33. Активно участвовать в общественной жизни.
34. Читать книги об исторических событиях.
35. Слушать симфоническую музыку.
36. Узнавать об открытиях новых месторождений полезных ископаемых.
37. Узнавать о географических открытиях.
38. Обсуждать текущие дела и события.
39. Устанавливать дисциплину среди сверстников или младших.
40. Путешествовать по стране.
41. Давать объяснения товарищам, как решить трудную задачу, правильно написать предС
ложение и др.
42. Знакомиться с различными инструментами.
43. Уроки домоводства.
44. Узнавать о новых достижениях в области строительства.
45. Посещать фабрики.
46. Знакомиться с устройством механизмов, машин.
47. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области радиотехники.
48. Разбираться в теории физических явлений.
49. Решать сложные математические задачи.
50. Ставить опыты по химии, следить за ходом химических реакций.
51. Наблюдать за небесными светилами.
52. Вести наблюдения за растениями.
53. Делать перевязки, оказывать первую помощь при ушибах и т. д.
54. Выращивать животных и ухаживать за ними.
55. Собирать гербарий.
56. Писать рассказы и стихи.
57. Наблюдать за поведением и жизнью людей.
58. Принимать участие в работе исторического кружка, разыскивать материалы, свидетельствующие о событиях прошлого.
59. Декламировать, петь в хоре, выступать на сцене.

60. Собирать минералы, интересоваться их происхождением.
61. Изучать природу родного края.
62. Организовывать общественные мероприятия в школе.
63. Обращать особое внимание на поведение людей.
64. Посещать кружок автолюбителей, обслуживать автомобиль.
65. Проводить время с маленькими детьми (читать им книги, что-нибудь рассказывать, помогать чем-либо).
66. Изготавливать различные детали и предметы.
67. Организовывать питание во время походов.
68. Бывать на стройках.
69. Шить одежду.
70. Собирать и ремонтировать механизмы велосипедов, машин, часов и т. п.
71. Ремонтировать бытовые электро- и радиоприборы.
72. Заниматься в физическом кружке.
73. Заниматься в математическом кружке.
74. Готовить растворы, взвешивать реактивы.
75. Посещать планетарий.
76. Посещать кружок биологии.
77. Наблюдать за больными, оказывать им помощь.
78. Наблюдать за природой и вести записи наблюдений.
79. Сажать деревья и ухаживать за ними.
80. Работать со словарем и литературными источниками, справочниками.

81. Быстро переключаться с одной работы на другую.
82. Выступать с докладами на исторические темы.
83. Играть на музыкальных инструментах, рисовать или резать по дереву.
84. Составлять описания минералов.
85. Участвовать в географических экспедициях.
86. Выступать с сообщениями о международном положении.
87. Помогать работникам милиции.
88. Посещать кружок юных моряков.
89. Выполнять работу воспитателя.
90. Уроки труда.
91. Давать советы знакомым при покупке одежды.
92. Наблюдать за работой строителя.
93. Знакомиться со швейным производством.
94. Делать модели самолетов, планеров, кораблей.
95. Собирать радиоприемники и электроприборы.
96. Участвовать в олимпиадах по физике.
97. Участвовать в математических олимпиадах.
98. Решать задачи по химии.
99. Участвовать в работе астрономического кружка.
100. Проводить опыты на животных.
101. Изучать функции организма человека и причины возникновения болезней.
102. Проводить опытную работу с целью выращивания новых сельскохозяйственных куль-

103. Быть членом общества охраны природы.
104. Участвовать в диспутах, читательских конференциях.
105. Анализировать явления и события жизни.
106. Интересоваться прошлым нашей страны.
107. Проявлять интерес к теории и истории развития искусства.
108. Совершать длительные и трудные походы, во время которых приходится напряженно работать по заданной программе.
109. Составлять географические карты и собирать другие географические материалы.
110. Изучать политический строй различных стран.
111. Работа юриста.
112. Посещать кружок юных космонавтов.
113. Работа учителя.
114. Бывать на заводах.
115. Оказывать людям различные услуги.
116. Принимать участие в строительных работах.
117. Знакомиться с изготовлением промышленных товаров.
118. Разбираться в технических чертежах и схемах.
119. Пользоваться точными измерительными приборами и производить расчеты по полученным данным.
120. Проводить опыты по физике.
121. Выполнять работы, требующие знания математических правил и формул.
122. Ассистировать преподавателю при проведении опытов по химии.
123. Собирать сведения о других планетах.
124. Читать о деятельности известных биологов.
125. Быть активным членом санитарных дружин.
126. Выполнять работу по уходу за сельскохозяйственными машинами и орудиями труда.
127. Знакомиться с ведением лесного хозяйства.
128. Изучать происхождение слов и отдельных словосочетаний.
129. Вести дневник, писать заметки в школьную и городскую газеты.
130. Изучать историческое прошлое других стран.
131. Неоднократно смотреть в театре одну и ту же пьесу.
132. Читать о жизни и деятельности известных геологов.
133. Изучать географию нашей планеты.
134. Изучать биографии выдающихся политических деятелей.
135. Правильно оценивать поступок друга, знакомого, литературного героя и т. д.
136. Читать книги о средствах передвижения.
137. Обучать и воспитывать детей.
138. Наблюдать за действиями квалифицированного рабочего.
139. Постоянно общаться со многими людьми.
140. Проектировать строительные объекты.
141. Посещать выставки легкой промышленности.
142. Выполнять чертежи, проектировать машины.
143. Разбираться в радиосхемах.

Примечание: Если Вам нравится еще нечто такое, что не предусмотрено опросником, то напишите об этом на полях листов ответов.

Обработка результатов сводится к подсчету в каждом столбце бланка для ответов количества знаков « + » и «-», а далее из первой суммы вычитается вторая. Таким образом, получается 24 цифры со знаками « + » или «-», которые соответствуют 24 видам деятельности. Выбираются 2—3 вида деятельности, которые набрали большее количество знаков.

Возможен упрощенный вариант методики, где испытуемые ставят только знак «+», а виды деятельности, которые не нравятся пропускают, оставляя пустую клетку в бланке для ответов. В этом случае подсчитывается только количество знаков «+» по столбцам.

КЛЮЧ

1. физика
2. математика
3. химия
4. астрономия
5. биология
6. медицина
7. сельское хозяйство
8. лесное хозяйство
9. филология
10. журналистика
11. история
12. искусство
13. геология
14. география
15. общественная работа
16. право
17. транспорт
18. педагогика
19. рабочие специальности
20. сфера обслуживания
21. строительство
22. легкая промышленность
23. техника
24. электротехника

Рекомендуется применять методику для испытуемых в возрасте до 35 лет. Возможно применять опросник как индивидуально, так и в группе. Достоверные результаты получаются и в том случае, когда экспериментатор зачитывает вопросы группе испытуемых, хотя в этом случае искусственно ограничивается время ответа.

МЕТОДИКА "ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ"

Автор: М. Рокич

Методика изучения ценностных ориентации М. Рокича, основанная на прямом ранжировании списка ценностей. М. Рокич различает два класса ценностей:

терминальные — убеждения в том, что конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться;

инструментальные — убеждения в том, что какой-то образ действий или свойство личности является предпочтительным в любой ситуации.

Это деление соответствует традиционному делению на ценности-цели и ценности-средства.

Респонденту предъявлены два списка ценностей (по 18 в каждом), либо на листах бумаги в алфавитном порядке, либо на карточках. В списках испытуемый присваивает каждой ценности ранговый номер, а карточки раскладывает по порядку значимости. Последняя форма подачи материала дает более надежные результаты. Вначале предъявляется набор терминальных, а затем набор инструментальных ценностей.

Инструкция: "Сейчас Вам будет предъявлен набор из 18 карточек с обозначением ценно стей. Ваша задача — разложить их по порядку значимости для Вас как принципов, которыми Вы руководствуетесь в Вашей жизни.

Каждая ценность написана на отдельной карточке. Внимательно изучите карточки и, выбрав ту, которая для Вас наиболее значима, поместите ее на первое место. Затем выберите вторую по значимости ценность и поместите ее вслед за первой. Затем проделайте то же со всеми оставшимися карточками.

Наименее важная останется последней и займет 18 место.

Работайте не спеша, вдумчиво. Если в процессе работы Вы измените свое мнение, то можете исправить свои ответы, поменяв карточки местами. Конечный результат должен отражать Вашу истинную позицию".

Список А (терминальные ценности):

— активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни);

— жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл, достигаемые жизненным опытом);

— здоровье (физическое и психическое);

— интересная работа;

— красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и в искусстве);

— любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком);

— материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений);

— наличие хороших и верных друзей;

— общественное призвание (уважение окружающих, коллектива, товарищей по работе);

— познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, ин теллектуальное развитие);

— продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей);

— развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенствование);

— развлечения (приятное, необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей);

— свобода (самостоятельность, независимость в суждениях и поступках);

— счастливая семейная жизнь;

— счастье других (благосостояние, развитие и совершенствование других людей, всего

народа, человечества в целом);

— творчество (возможность творческой деятельности);

— уверенность в себе (внутренняя гармония, свобода от внутренних противоречий, сомнений).

Список Б (инструментальные ценности)

— аккуратность (чистоплотность), умение додержать в порядке вещи, порядок в делах;

— воспитанность (хорошие манеры);

— высокие запросы (высокие требования к жизни и высокие притязания);

—жизнерадостность (чувство юмора);

— исполнительность (дисциплинированность);

— независимость (способность действовать самостоятельно, решительно);

— непримиримость к недостаткам в себе и других;

— образованность (широта знаний, высокая общая культура);

— ответственность (чувство долга, умение держать свое слово);

— рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные, рациональные решения);

— самоконтроль (сдержанность, самодисциплина);

— смелость в отстаивании своего мнения, взглядов;

— твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед трудностями);

— терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения);

— широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы, обычаи, привычки);

— честность (правдивость, искренность);

— эффективность в делах (трудолюбие, продуктивность в работе);

— чуткость (заботливость).

Достоинством методики является универсальность, удобство и экономичность в проведении обследования и обработке результатов, гибкость — возможность варьировать как стимульный материал (списки ценностей), так и инструкции. Существенным ее недостатком является влияние социальной желательности, возможность неискренности. Поэтому особую роль в данном случае играет мотивация диагностики, добровольный характер тестирования и наличие контакта между психологом и испытуемым. Методику не рекомендуется применять в целях отбора экспертизы.

Для преодоления указанных недостатков и более глубокого проникновения в систему ценностных ориентации возможны изменения инструкций, которые дают дополнительную диагностическую информацию и позволяют сделать более обоснованные выводы. Так, после основной серии можно попросить испытуемого ранжировать карточки, отвечая на следующие вопросы:

1. "В каком порядке и в какой степени (в процентах) реализованы данные ценности в Вашей жизни?"
2. "Как бы Вы расположили эти ценности, если бы стали таким, каким мечтали?"
3. "Как, на Ваш взгляд, это сделал бы человек, совершенный во всех отношениях?"
4. "Как сделало бы это, по Вашему мнению, большинство людей?"
5. "Как это сделали бы Вы 5 или 10 лет назад?"
6. "Как это сделали бы Вы через 5 или 10 лет?"
7. "Как ранжировали бы карточки близкие Вам люди?"

Анализируя иерархию ценностей, следует обратить внимание на их группировку испытуемым в содержательные блоки по разным основаниям. Так, например, выделяются "конкретные" и "абстрактные" ценности, ценности профессиональной самореализации и личной жизни и т.д. Инструментальные ценности могут группироваться в этические ценности, ценности общения, ценности дела, индивидуалистические и конформистские ценности, альтруистические ценности, ценности самоутверждения и ценности принятия других и т.д. Это далеко не все возможности субъективного структурирования системы ценностных ориентации. Психолог должен попытаться уловить индивидуальную закономерность. Если не удается выявить ни одной закономерности, можно предположить несформированность у респондента системы ценностей или даже неискренность ответов.

Обследование лучше проводить индивидуально, но возможно и групповое тестирование.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТИПА БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИИ

Методика Е.А. Климова «Определение типа будущей профессии»

«Предположим, что после соответствующего обучения вы сможете выполнять любую работу. Однако если бы вам пришлось выбрать только из двух возможностей, что бы вы предпочли?»

1 а. Ухаживать за животными	1 б. Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)
2 а. Помогать больным людям, лечить их	2 б. Составлять таблицы, схемы, программы вычислительных машин
3 а. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок	3 б. Следить за состоянием, развитием растений
4 а. Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т. п.)	4 б. Доводить товары до потребителя (рекламировать, продавать)
5 а. Обсуждать научно-популярные книги, статьи	5 б. Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты)
6 а. Выращивать молодняк (животных какой-либо породы)	6 б. Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, спортивных)
7 а. Копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты)	7 б. Управлять каким-либо грузовым (подъемным или транспортных) средством — подъемным краном, трактором, тепловозом и др.
8 а. Сообщать, разъяснять людям, нужные им сведения	8 б. Художественно оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов)
9 а. Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику), жилище	9 б. Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках
10 а. Лечить животных	10 б. Выполнять вычисления, расчеты
11 а. Выводить новые сорта растений	11 б. Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины или одежду, дома, продукты питания и т. п.)
12 а. Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, уточнять, разъяснять, поощрять, наказывать	12 б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, приводить в порядок)
13 а. Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности	13 б. Наблюдать, изучать жизнь микробов
14 а. Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты	14 б. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т. п.
15 а. Составлять точные описания — отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.	15 б. Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые или представляемые)

16 а. Делать лабораторные анализы в больнице	16 б. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение
17 а. Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий.	17 б. Осуществлять монтаж здания или сборку машин, приборов.
18 а. Организовывать культпоходы сверстников или младших (в театры, музеи), экскурсии, туристские походы и т. п.	18 б. Играть на сцене, принимать участие в концертах
19 а. Изготовлять по чертежам детали (машины, одежду), строить здания	19 б. Заниматься черчением, копировать чертежи, карты
20 а. Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада	20 б. Работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе, наборной машине и др.)

Инструкция: Прочитай данные утверждения. Если ты согласен с ними, то перед цифрой в таблице поставь «+», если нет, поставь перед цифрой «-». Если ты сомневаешься, зачеркни цифру.

Ключи

Ч - П	Ч - Т	Ч - Ч	Ч - ЗС	Ч - ХО
1а	1б		2б	3а
3б	4а	2а	5а	5б
6а		4б		7а
	7б	6б		8б
	9а	8а	9б	
10а			10б	
11а	11б	12а	12б	13а
13б	14а	14б	15а	15б
16а		16б		17а
	17б	18а		18б
	19а		19б	
20а			20б	

Примечание.

(Ч-П) – человек - природа; (Ч-Т) – человек - техника; (Ч – Ч) – человек - человек; (Ч – ЗТ) – человек - знаковая система, знаковый образ; (Ч – ХО) – человек - художественный образ.

Наибольшая полученная сумма или суммы (по столбцам) указывают на наиболее подходящий для тебя тип профессии. Малые суммы указывают на типы профессий, которых тебе следует избегать при выборе.

В соответствии с данной классификацией мир современных профессий можно разделить на 5 основных типов:

1. «Человек-природа». Представителей этих профессий объединяет одно очень важное качество — любовь к природе. Но любовь не созерцательная. Которой обладают практически все люди, считая природу наиболее благоприятной средой для отдыха, а деятельная связанная с познанием ее законов и применением их. Одно дело — любить животных и растения, играть с ними, радоваться им. И совсем другое — регулярно, день за днем ухаживать за ними, наблюдать, лечить, выгуливать, не считаясь с личным временем и планами. Специалист должен не просто все знать о живых организмах, но и прогнозировать возможные изменения в них и принимать меры. От человека требуется инициатива и самостоятельность в решении конкретных задач, заботливость, терпение и дальновидность. Человек, работающий в сфере «человек-природа», должен быть спокойным и уравновешенным;

2. «Человек-техника». Особенность технических объектов в том, что они, как правило, могут быть точно измерены по многим признакам. При их обработке, преобразовании, перемещении или оценке от работника требуется точность, определенность действий. Техника как предмет руда представляет широкие возможности для новаторства, выдумки, творчества, поэтому важное значение приобретает такое качество, как практическое мышление. Техническая фантазия, способность мысленно соединять и разъединять технические объекты и их части — важные условия для успеха в данной области.

3. «Человек-человек». Даже выбирая профессию, не связанную непосредственно с общением, вы поступите правильно, если обратите внимание на общительность и контактность. Подумайте, куда вы обращены- к людям или к себе? С кем бы вы хотели общаться — с собой или с другими? Главное содержание труда в профессиях типа «человек-человек» сводится к взаимодействию между людьми. Если не наладится это взаимодействие, значит, не наладится и работа. Качества, необходимые для работы с людьми: устойчивое, хорошее настроение в процессе работы с людьми, потребность в общении, способность мысленно ставить себя на место другого человека, быстро понимать намерения, помыслы, настроение людей, умение разбираться в человеческих взаимоотношениях, хорошая память (умение держать в уме имена и особенности многих людей), умение находить общий язык с различными людьми, терпение и т.д.

4. «Человек-знаковая система». Мы встречаемся со знаками значительно чаще, чем обычно представляем себе. Это цифры. Коды, условные знаки, естественные или искусственные языки, чертежи, таблицы формулы. В любом случае человек воспринимает знак как символ реального объекта или явления. Поэтому специалисту, который работает со знаками, важно уметь с одной стороны, абстрагироваться от реальных физических, химически, механических свойств предметов, а с другой
— представлять и воспринимать характеристики реальных явлений или объектов, стоящих за знаками. Чтобы успешно работать в какой-нибудь профессии данного типа, необходимо уметь мысленно погружаться в мир, казалось бы, сухих обозначений и сосредотачиваться на сведениях, которые они несут в себе. Особые требования профессии этого типа предъявляют к вниманию.

5. «Человек- художественный образ (искусство)». Важнейшие требования, которые

предъявляют профессии, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью человека — наличие способности к искусствам, творческое воображение, образное мышление, талант, трудолюбие.

Тест Д.Голланда по определению типа личности

Изучая индивидуальные особенности людей, психолог Голланд разработал методику для определения социальной направленности личности (социального характерологического типа), выделив шесть типов:

- Реалистический тип (Р)
- Интеллектуальный тип (И)
- Социальный тип (С)
- Конвенциальный тип (К)
- Предприимчивый тип (П)
- Артистический тип (А)

Инструкция: "Из каждой пары профессий нужно указать одну, предпочитаемую. Всего 42 выбора".

Ключ к тесту

Реалистический тип 1а, 2а, 3а, 4а, 5а, 16а, 17а, 18а, 19а, 21а, 31а, 32а, 33а, 34а.
Интеллектуальный тип: 1б, 6а, 7а, 8а, 9а, 16б, 20а, 22а, 23а, 24а, 31б, 35а, 36а, 37а.
Социальный тип: 2б, 6б, 10а, 11а, 12а, 17б, 29б, 25а, 26а, 27а, 36б, 38а, 39а, 41б.
Конвенциальный тип: 3б, 7б, 10б, 13а, 14а, 18б, 22б, 25б, 28а, 29а, 32б, 38б, 40а, 42а.
Предприимчивый тип: 4б, 8б, 11б, 13б, 15а, 23б, 28б, 30а, 33б, 35б, 37б, 39б, 40б.
Артистический тип: 5б, 9б, 12б, 14б, 15б, 19б, 21б, 24а, 27б, 29б, 30б, 34б, 41а, 42б.

Интерпретация

Каждый тип личности характеризуется некоторыми особенностями:

определенными чертами характера и складом ума; - способностями к определённым видам деятельности;

предпочтениями определенного рода занятий; - содержанием увлечений; - профессиональными возможностями.

Каждому типу личности соответствует определенный тип профессий. В том случае, если человек выбирает профессию, соответствующую типу его личности, то он может достичь в ней наибольших успехов и получить наибольшее удовлетворение от работы.

В таблице приведены описания каждого из шести типов личности. Однако сделать однозначный вывод о принадлежности к одному определенному типу личности можно только, в том случае, если оценка по этому типу на несколько баллов выше, чем оценки по другим типам.

Таблица «Типы профессиональной направленности личности»

Типы	**Психологические характеристики, особенности личности, способности**	**Ориентация, направленность, предпочтения**	**Профессиональная среда**	**Конкретные профессии**
Р	Активность, агрессивность, деловитость, настойчивость, рациональность, практиче-	Конкретный результат, настоящее, вещи, предметы и их практическое использование, занятия, требующие	Техника, сельское хозяйство, военное дело. Решение конкретных задач, требующих подвижности,	механик, электрик, инженер, фермер, зоотехник, агроном,

	ское мышление, развитые двигательные навыки, пространственное воображение, технические способности	физического развития, ловкости, отсутствие ориентации на общение	двигательных умений, физической силы. Социальные навыки нужны в минимальной мере и связаны с приемом – передачей ограниченной информации.	садовод, автослесарь, шофер и т.д.
И	Аналитический ум, независимость и оригинальность суждений, гармоничное развитие языковых и математических способностей, критичность, любознательность, склонность к фантазии, интенсивная внутренняя жизнь, низкая физическая активность	Идеи, теоретические ценности, умственный труд, решение интеллектуальных творческих задач, требующих абстрактного мышления, отсутствие ориентации на общение в деятельности, информационный характер общения	Наука. Решение задач, требующих абстрактного мышления и творческих способностей. Межличностные отношения играют незначительную роль, хотя необходимо уметь передавать и воспринимать сложные идеи	физик, астроном, ботаник, программист и др.
С	Умение общаться, гуманность, способность к сопереживанию, активность, зависимость от окружающих и общественного мнения, приспособление, решение проблем с опорой на эмоции и чувства, преобладание языковых способностей	Люди, общение, установление контактов с окружающими, стремление учить, воспитывать, избегание интеллектуальных проблем	Образование, здравоохранение, социальное обеспечение, обслуживание, спорт. Ситуации и проблемы, связанные с умением разбираться в поведении людей, требующие постоянного личного общения, умения убеждать.	врач, педагог, психолог и т.п.
К	Способности к переработке числовой информации, стереотипный подход к проблемам, консервативный характер, подчиняемость, зависимость, следование обычаям, конформность, исполнительность, преобладание математических способностей	Порядок, четко расписанная деятельность, работа по инструкции, заданным алгоритмам, избегание неопределенных ситуаций, социальной активности и физического напряжения, принятие позиции руководства	Экономика, связь, расчеты, бухгалтерия, делопроизводство. Деятельность, требующая способностей к обработке рутинной информации и числовых данных	бухгалтер, финансист, экономист, канцелярский служащий и др.

П	Энергия, импульсивность, энтузиазм, предприимчивость, агрессивность, готовность к риску, оптимизм, уверенность в	Лидерство, признание, руководство, власть, личный статус, избегание занятий, требующих усидчивости,	Решение неясных задач, общение с представителями различных типов в разнообразных ситуациях, требующих умения разби-	бизнесмен, маркетолог, менеджер, директор, заведующий, журналист, ре-

	себе, преобладание языковых способностей, развитые организаторские способности	большого труда, двигательных навыков и концентрации внимания, интерес к экономике и политике	раться в мотивах поведения других людей и красноречия	портер, дипломат, юрист, политик и т.д.
А	Воображение и интуиция, эмоционально сложный взгляд на жизнь, независимость, гибкость и оригинальность мышления, развитые двигательные способности и восприятие	Эмоции и чувства, самовыражение, творческие занятия, избегание деятельности, требующей физической силы, регламентированного рабочего времени, следования правилам и традициям	Изобразительное искусство, музыка, литература. Решение проблем, требующих художественного вкуса и воображения	музыкант, художник, фотограф, актер, режиссер, дизайнер и т.д.

Более точный вывод о профессиональной направленности личности можно сделать, учитывая не максимальную оценку по одному из типов, а определив три типа, имеющие наибольшие оценки. В соответствии с теорией Дж.Голланда шесть типов личности сгруппированы друг с другом по степени сходства в форме шестиугольника (см. рис.) Каждый тип наиболее сходен со своими соседями по шестиугольнику и наиболее отличается от противоположного в шестиугольнике типа личности.

Например, социальный тип наиболее похож на предприимчивый и артистический, смежные с ним, и наиболее отличается от реалистического, находящегося по другую сторону шестиугольника.

В том случае, если три типа, получившие наибольшие оценки, являются смежными, то есть находятся с одной стороны шестиугольника, то ваш профессиональный выбор наиболее обоснован и последователен. При этом вы можете отдать предпочтение не только типу, имеющему максимальную оценку, но также тому типу, который находится посередине между двумя остальными.

Если же три наиболее предпочитаемых типа находятся по разные стороны шестиугольника, то сделать выбор гораздо сложнее. В этом случае будет разумным привлечь для своего решения другие основания, например, другие тесты, книги или консультации.

Типы профессиональной направленности личности, определяемые по методике Голланда, в некоторой мере соответствуют классификации профессий по предмету труда. Так, «реалистичный» тип личности в наибольшей степени соответствует профессиям типа «человек-техника» и «человек – природа» и характеризует направленность на рабочие и инженерно-технические специальности и должности. «Интеллектуальный» тип личности в большей степени связан со сферой общественных и естественных наук, то есть с профессиями типа «человек – человек» и «человек – природа». «Социальный» тип определяет склонность к профессиям в сфере обслуживания, образования и медицины типа «человек – человек». «Конвенциальный» тип характеризует склонность к

информационным профессиям типа «человек – знаковая система». «Предприимчивый тип однозначно не связан с каким-либо одним предметом труда, может проявляться в любом из них, хотя ориентация на управленческие профессии и должности более тесто связывает представителей этого типа с профессиями типа «человек- человек». Наконец, «артистический» тип личности без проблем можно отнести к профессиям типа «человек – художественный образ».

Методика: «Мотивация успеха и боязнь неудачи» (МУН) опросник А.А. Реана

Инструкция: отвечая на нижеприведенные вопросы, необходимо выбрать ответ «да» или «нет». Если Вы затрудняетесь с ответом, то вспомните, что «да» объединяет как явное «да», так и «скорее да, чем нет». То же относится и к ответу «нет»: он объединяет явное «нет» и «скорее нет, чем да».

Отвечать на вопросы следует быстро, не задумываясь надолго. Ответ, который первый приходит в голову, как: правило, является и наиболее точным.

Текст опросника

1. Включаясь в работу, как правило, оптимистично надеюсь на успех.
2. В деятельности активен.
3. Склонен к проявлению инициативности.
4. При выполнении ответственных заданий стараюсь, по возможности, найти причины отказа от них.
5. Часто выбираю крайности: либо занижено легкие задания, либо нереалистично высокие по трудности.
6. При встрече с препятствиями, как правило, не отступаю, а ищу способы их преодоления.
7. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих успехов.
8. Продуктивность деятельности в основном зависит от моей собственной целеустремленности, а не от внешнего контроля.
9. При выполнении достаточно трудных заданий, в условиях ограничения времени, результативность моей деятельности ухудшается.
10. Склонен проявлять настойчивость в достижении цели.
11. Склонен планировать свое будущее на достаточно отдаленную перспективу.
12. Если я рискую, то скорее с умом, а не бесшабашно.
13. Я обычно не очень настойчив в достижении цели, особенно если отсутствует внешний контроль.
14. Предпочитаю ставить перед собой средние по трудности или слегка завышенные, но достижимые цели, чем нереально высокие.
15. В случае неудачи при выполнении какого-либо задания, его притягательность, как правило, снижается.
16. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих неудач.
17. Предпочитаю планировать свое будущее лишь на ближайшее время.
18. При работе в условиях ограничения времени результативность моей деятельности обычно улучшается, даже если задание достаточно трудное.
19. В случае неудачи при выполнении чего-либо, от поставленной цели, я, как правило, не отказываюсь.
20. Если задание выбрал себе сам, то в случае неудачи его притягательность еще более возрастает.

Ключ к опроснику

Ответ «ДА»: 1, 2, 3, 6, 8, 10, 11, 12, 14, 16, 18, 19, 20.

Ответ «НЕТ»: 4, 5, 7, 9, 13, 15, 17.