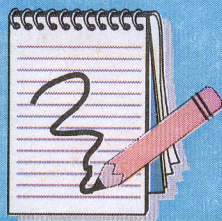


*С помощью
администрации школы*

ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

**СБОРНИК
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ
МАТЕРИАЛОВ**



УДК 371.3
ББК 88.5+88.8
П84

Рецензенты:

Л. И. Гриценко, доктор педагогических наук, профессор
Т. Л. Павлова, кандидат психологических наук, доцент

Составление, редактирование и комментарий
кандидата педагогических наук Т. В. Черниковой

П84 **Профориентация** старшекласников: сб. учеб.-метод.
материалов / сост., редактирование и комментарий Т. В. Черниковой. – Волгоград: Учитель, 2005. – 120 с.
ISBN 5-7057-0696-0

Предлагаются диагностические и учебно-методические материалы для разработчиков курсов по выбору в системе предпрофильного и профильного обучения. В соответствии с авторской идеей об уровнях профориентационной работы диагностические материалы распределены по четырем разделам. Приведены примеры их компоновки в программы элективных курсов.

Предназначено в помощь педагогам, психологам, заместителям директора по воспитательной работе и руководителям образовательных учреждений с профильным обучением.

УДК 371.3
ББК 88.5+88.8

ISBN 5-7057-0696-0

© Черникова Т. В., составление,
редактирование, комментарий
© Издательство «Учитель»
© Оформление. Издательство «Учитель»

ВВЕДЕНИЕ

Три пути у человека, чтобы разумно поступать: первый, самый благородный, – размышление; второй, самый легкий, – подражание; третий, самый горький, – опыт.

Конфуций

Вводимая в школах система профильного обучения поставила перед педагогами и руководителями образования задачу совмещения профориентационной работы с предметным обучением. Успешное ее решение позволит преодолеть такую слабость современной школы, как рассогласование знаний по отдельным образовательным дисциплинам и оторванность этих знаний от реальной жизни и от ученика.

Предпрофильная подготовка и профильное обучение дают возможность сконцентрировать педагогическую деятельность на личности школьника в период перехода из ученичества во взрослость.

Переход школ страны на профильное обучение связан с интенсивным повышением квалификации учителей, с пересмотром опыта профориентационной работы и ее обновлением. Следует сразу отметить, что прежние достижения в профессиональной ориентации школьников могут быть успешно перенесены в практику профильного обучения при создании и реализации курсов по выбору.

Как же это достижения?

Во-первых, профильное обучение, как в недавнем прошлом школьная профориентация, содействует процессу самоопределения старшекласников в плане построения долгосрочных жизненных планов, помогает им в их взрослении, в выборе и освоении основ знаний по профессии.

Во-вторых, профильное обучение, откликаясь на потребности и склонности учащихся, корректирует направленность их интересов, ориентирует молодых людей на максимальное познание своих способностей, возможностей, ресурсов, а также потенциалов и ограничений их развития и применения.

В-третьих, профильное обучение стимулирует активность молодых людей в плане ориентации на рынке труда с учетом изменения спроса на специалистов различного профиля и прогноза их конкуренции за рабочие места.

В-четвертых, профильное обучение, как и профессиональная ориентация, является экономически выгодным вложением государственных финансовых средств в образование и профессиональную квалификацию граждан.

Таким образом, предпрофильное и профильное обучение в старших классах представляет собой систему специализированной подготовки учащихся, обеспечивающей профессиональную индивидуализацию их образования. В связи с этим повышается ответственность школьных преподавателей за качество предметного обучения и его эффективность. Обязанностью учителей становится создание в рамках допрофессиональной подготовки и профильного предметного обучения условий для максимального раскрытия интересов и склонностей учащихся, прогнозирования успешной реализации послешкольных жизненных планов выпускников.

Модель профильного обучения основывается на сочетании базовых общеобразовательных, профильных и элективных курсов. Что касается первых двух из названных, то опыт современного школьного образования позволяет успешно их использовать при составлении новых учебных планов школ.

Особую трудность на этапе внедрения профильного обучения представляет разработка элективных курсов. Они призваны выполнять две важнейшие функции.

Первая состоит в том, чтобы поддерживать содержательное изучение основных предметов на заданном профилем высоком уровне, углублять и усиливать прикладной аспект школьных знаний.

Вторая функция элективных курсов носит ярко выраженную профориентационную направленность. На этом, например, построена почти вся система предпрофильной подготовки школьников.

Элективные курсы профориентационной направленности представляют для педагогов серьезную трудность. К сожалению, многие методические разработки по профессиональной ориентации школьников сильно устарели. Другие нуждаются в корректировке исходных положений и принципов разработки технологий. Третьи носят явно выраженный развлекательный характер.

В то же самое время элективные курсы профориентационного плана наиболее востребованы в современной школе, так как благодаря им будут разрешены такие непростые образовательные задачи, как:

- получение непротиворечивых данных о склонностях и возможностях школьников и разделение их по профилям обучения;
- обеспечение широкого диапазона вариативности профильного обучения за счет комплексных и нетрадиционных форм и методов;
- дополнительная поддержка некоторых групп учащихся (проблемы трудоустройства инвалидов, выбор девушками деловой карьеры, освоение

юношами спортивных классов основ охранной деятельности, преодоление тревожными школьниками ситуаций конкуренции на экзамене или при поступлении на работу и др.);

- выработка гибкой системы кооперации старшей ступени школы с учреждениями дополнительного и профессионального образования, а также с предприятиями и общественностью микрорайона, города, региона.

Совершенно понятно, что учебные занятия профориентационных курсов профильной подготовки чрезвычайно многообразны по методам их проведения. Однако ведущая идея, лежащая в основе любого такого курса, состоит в том, что мы рассматриваем учебное занятие любого содержания как *групповую консультацию*. Это означает, что главной характеристикой занятия является его рекомендательный, совещательный характер. Обсуждение учебных материалов строится на принципах добровольности и допустимой для каждого из участников степени откровенности. Вопросы для обсуждения исходят от учащихся, и они отвечают актуальным проблемам их возраста и статуса.

Важно, чтобы профориентационная составляющая присутствовала также и в элективных курсах по профильным предметам. Тем самым будут созданы условия для применения знаний по предмету для решения вопросов профессионального и жизненного самоопределения выпускников.

Учитывая потребность педагогических кадров в учебно-методическом обеспечении профильного обучения, мы подготовили и представили материалы, которые могут применять на своих занятиях школьные учителя, психологи, педагоги дополнительного образования. В основном это широко применяемые психодиагностические методики. Многие из них модифицированы нами для удобства применения в условиях школы.

Мы разделили диагностические материалы на четыре группы. Основанием для разделения послужила авторская концепция о четырех уровнях сложности профориентационной работы. Эти уровни различаются по характеру трех составляющих:

1. Тип профориентационного запроса, идущего от школьников (в познании себя и мира профессий, в эмоциональной поддержке).

2. Уровень профессиональной компетентности специалиста, ведущего элективный курс (педагог, педагог-психолог, педагог-психолог с опытом консультативной работы, педагог-психолог с опытом тренинговой работы).

3. Опыт совместной работы учащихся с преподавателем элективного курса и готовности обеих сторон этот опыт развивать (учебные занятия информационного, эмоционального, поведенческого, интегративного типов).

Для *первого уровня* сложности работы преподавателя элективного курса учебно-методические материалы представлены в виде методик исследования типичных интересов и склонностей старшеклассников. Профориентационная работа в системе элективных курсов этого уровня носит в большей степени информационно-диагностический и просветительский характер.

Для *второго уровня* сложности работы предлагаются тестовые методики, затрагивающие эмоциональную сферу личности старшеклассников. Выбор профиля обучения и возможной сферы профессиональной деятельности связан с актуальными потребностями, мотивами, самооценкой, приоритетом ценностей, типом принятия волевого решения.

Для *третьего уровня* сложности учебных занятий привлекаются материалы, помогающие предсказать возможное социальное поведение старшеклассников на основе изучения их темперамента, характера, коммуникативных установок, лидерских проявлений, реализации веры в свои силы.

Для *четвертого уровня* сложности учебных занятий самыми подходящими являются диагностические задания на выявление творческого и самоактуализационного потенциала личности.

Разработчики элективных курсов найдут в предлагаемом издании материалы и рекомендации, которые помогут им:

– применять предложенные методики на отдельных занятиях для исследования у школьников интересов, склонностей, мотивов выбора профиля обучения и т. д.;

– компоновать материалы для создания собственных курсов или для разработки отдельных заданий по аналогии с предлагаемыми.

Изложенные в издании материалы многократно апробированы составителем в работе со старшеклассниками г. Волгограда и Волгоградской области на базе школ, гимназий и центра социальной адаптации Областной юношеской библиотеки. Они будут полезны всем тем, кто занят активной работой по внедрению системы предпрофильной подготовки и профильного обучения в школы, лицей, гимназии, межшкольные учебно-производственные объединения, детско-юношеские центры и другие учреждения образования.

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ СФЕРЫ СТАРШЕКЛАСНИКОВ

АНКЕТА СТАРШЕКЛАСНИКА

Автор Б. А. Федоришин

Литературный источник: Практикум по экспериментальной и прикладной психологии / под ред. А. А. Крылова. – Л.: ЛГУ, 1990.

Цель: изучение осознанности выбора профиля обучения и сформированности профессиональных интересов.

Особенности процедуры проведения: исследование проводится в два приема. Сначала учащиеся заполняют анкету индивидуально. Затем они обмениваются с сидящим рядом одноклассником (или тем, кому доверяют) для уточнения сведений. Возможны как групповая, так и индивидуальная формы проведения диагностического исследования.

О с н а щ е н и е: бланк анкеты старшеклассника.

П р и м е ч а н и е. Предложенная нами модификация выполнена путем привлечения разработок Е. А. Климова и Н. С. Пряжникова, а также опыта практической работы.

Инструкция

Заполните анкету, стараясь не пропустить ни одного вопроса. В случае затруднений обращайтесь к исследователю.

Бланк анкеты

Дата _____

Ф. И. О. _____

Возраст _____ Школа _____ Класс _____

Состояние здоровья (обвести нужную букву):

а) здоров;

б) функциональные отклонения;

в) хронические заболевания.

1. Информированность о мире профессий:

а) полная;

- б) недостаточная;
в) отсутствует.

2. Наличие профессионального плана:

профессия _____
учебное заведение _____

3. Сформированность профессионального плана:

- а) сформирован;
б) частично сформирован;
в) не сформирован.

4. Осознанность выбора профессии _____

5. Ведущие мотивы _____

6. Сведения об интересах и склонностях:

любимые занятия _____
предпочитаемые профессии _____
опыт работы _____

Успешность обучения по дисциплинам:

естественным _____
точным _____
гуманитарным _____
труду _____

7. Интересы и склонности (ДДО):

П _____ Т _____ Ч _____ З _____ Х _____

Карта интересов: _____

КОС: Кк__ 1 2 3 4 5 Ко__ 1 2 3 4 5

8. Выраженность профессиональных интересов и склонностей:

- а) ярко выражены (в какой области): _____
б) не выражены: _____

Заключение профконсультанта: _____

- а) не нуждается в углубленной профконсультации (профплан обоснован, профплан сформирован в процессе консультации);
б) нуждается в углубленной профконсультации.

Рекомендации профконсультанта:

область деятельности, профессия: _____

пути профессионализации: _____

запасной вариант профессионального выбора: _____

Домашнее задание: _____

Противопоказанные сферы деятельности: _____

Профконсультант (фамилия и роспись) _____

КАРТА ИНТЕРЕСОВ

Автор А. Е. Голомшток

Литературный источник: Лучшие психологические тесты для профотбора и профориентации / под ред. А. Ф. Кудряшова. – Петрозаводск, 1992.

Цель: определение выраженности интересов учащихся к учебным предметам (сферам знаний).

Особенности процедуры проведения: исследование обычно проводится в групповой форме. Исследователь читает вопросы один за другим, а испытуемые делают пометки в листах (бланках) ответов. Сводная таблица результатов, составленная по итогам проведения диагностики в одном классе, подскажет тематику элективного курса. Например, если окажется, что для учащихся этого класса наиболее предпочтительными оказываются сферы интересов «медицина» и «домоводство», то легко предположить, что элективный курс под названием «Домашний доктор» (фитотерапия) окажется наиболее выбираемым.

Оснащение: лист ответов.

Примечание. Существует более современный вариант опросника, в который включены вопросы по информатике и вычислительной тех-

нике. Некоторое время это действительно было популярно само по себе. Но теперь, когда компьютер рассматривается скорее как операциональное средство, а не сфера знаний и интересов, посвященные ему вопросы потеряли былую актуальность.

Инструкция

Для того чтобы лучше понять свои интересы и склонности, мы предлагаем вам перечень вопросов. Постарайтесь дать на каждый из них как можно более точный ответ.

Если вы не раз убеждались, что очень любите или вам очень нравится то, о чем спрашивается в вопросе, 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. Если вам нравится или не нравится еще нечто такое, что не предусмотрено опросником, то напишите об этом на полях листа ответов.

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

Любите ли вы, хотели бы вы, нравится ли вам...

1. Уроки физики.
2. Уроки математики.
3. Уроки 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 морях, 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 (например, журналы «Техника молодежи», «Юный техник» и т. д.).

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, радио- и телепередач и т. д.).

28. Смотреть телепередачи о космонавтах.

29. Изучать биологию.

30. Интересоваться причинами и способами лечения болезней.

31. Изучать ботанику.

32. Проводить время в лесу.

33. Читать литературно-критические статьи.

34. Активно участвовать в общественной жизни.

35. Читать книги об исторических событиях.

36. Слушать симфоническую музыку.

37. Узнавать об открытиях новых месторождений полезных ископаемых.

38. Узнавать о географических открытиях.

39. Обсуждать текущие дела и события.

40. Устанавливать дисциплину среди сверстников или ребят, младших по возрасту.
41. Путешествовать по стране.
42. Давать объяснения товарищам, как решить трудную задачу, правильно написать предложение и др.
43. Знакомиться с различными инструментами.
44. Уроки домоводства.
45. Узнавать о новых достижениях в области строительства.
46. Посещать фабрики.
47. Знакомиться с устройством механизмов машин.
48. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области радиотехники.
49. Разбираться в теории физических явлений.
50. Решать сложные математические задачи.
51. Ставить опыты по химии, следить за ходом химических реакций.
52. Наблюдать за небесными светилами.
53. Вести наблюдения за растениями.
54. Делать перевязки, оказывать первую помощь при ушибах...
55. Выращивать животных и ухаживать за ними.
56. Собирать гербарий.
57. Писать рассказы и стихи.
58. Наблюдать за поведением и жизнью людей.
59. Принимать участие в работе исторического кружка, разыскивать материалы, свидетельствующие о событиях прошлого.
60. Декламировать, петь в хоре, выступать на сцене.
61. Собирать минералы, интересоваться их происхождением.
62. Изучать природу родного края.
63. Организовывать общественное мероприятие в школе.
64. Обращать особое внимание на поведение людей.
65. Посещать кружок автолюбителей, обслуживать автомобиль.
66. Проводить время с маленькими детьми (читать им книги, что-нибудь рассказывать, помогать чем-либо).
67. Изготавливать различные детали и предметы.

68. Организовывать питание во время походов.
69. Бывать на стройках.
70. Шить одежду.
71. Собирать и ремонтировать механизмы велосипедов, швейных машин, часов и т. п.
72. Ремонтировать бытовые электро- и радиоприборы.
73. Заниматься в физическом кружке.
74. Заниматься в математическом кружке.
75. Готовить растворы, взвешивать реактивы.
76. Посещать планетарий.
77. Посещать кружок биологии.
78. Наблюдать за больными, оказывать им помощь.
79. Наблюдать за природой и вести записи наблюдений.
80. Сажать деревья и ухаживать за ними.
81. Работать со словарем и литературными источниками, библиографическими справочниками.
82. Быстро переключаться с одной работы на другую.
83. Выступать с докладами на исторические темы.
84. Играть на музыкальных инструментах, рисовать или резать по дереву.
85. Составлять описания минералов.
86. Участвовать в географических экспедициях.
87. Выступать с сообщениями о международном положении.
88. Помогать работникам милиции.
89. Посещать кружок юных моряков.
90. Выполнять работу воспитателя.
91. Уроки труда.
92. Давать советы знакомым при покупке одежды.
93. Наблюдать за работой строителя.
94. Знакомиться со швейным производством.
95. Делать модели самолетов, планеров, кораблей.
96. Собирать радиоприемники и электроприборы.
97. Участвовать в олимпиадах по физике.
98. Участвовать в математических олимпиадах.
99. Решать задачи по химии.

100. Участвовать в работе астрономического кружка.
101. Проводить опыты на животных.
102. Изучать функции организма человека и причины возникновения болезней.
103. Проводить опытную работу с целью выращивания новых сельскохозяйственных культур.
104. Быть членом обществ охраны природы.
105. Участвовать в диспутах, читательских конференциях.
106. Анализировать явления и события жизни.
107. Интересоваться прошлым нашей страны.
108. Проявлять интерес к теории и истории развития искусства.
109. Совершать длительные и трудные походы, во время которых приходится напряженно работать по заданной программе.
110. Составлять географические карты и собирать другие географические материалы.
111. Изучать политический строй различных стран.
112. Работа юриста.
113. Посещать кружок юных космонавтов.
114. Работа учителя.
115. Бывать на заводах.
116. Оказывать людям различные услуги.
117. Принимать участие в строительных работах.
118. Знакомиться с изготовлением промышленных товаров.
119. Разбираться в технических чертежах и схемах.
120. Пользоваться точными измерительными приборами и производить расчеты по полученным данным.
121. Проводить опыты по физике.
122. Выполнять работы, требующие знания математических правил и формул.
123. Ассистировать преподавателю при проведении опытов по химии.
124. Собирать сведения о других планетах.
125. Читать о деятельности известных биологов.
126. Быть активным членом санитарных дружин.

127. Выполнять работу по уходу за сельскохозяйственными машинами и орудиями труда.
128. Знакомиться с ведением лесного хозяйства.
129. Изучать происхождение слов и отдельных словосочетаний.
130. Вести дневник, писать заметки в школьную и городскую газеты.
131. Изучать историческое прошлое других стран.
132. Неоднократно посмотреть в театре одну и ту же пьесу.
133. Читать о жизни и деятельности известных геологов.
134. Изучать географию нашей планеты.
135. Изучать биографии выдающихся политических деятелей.
136. Правильно оценивать поступок друга, знакомого, литературного героя и т. д.
137. Читать книги о средствах передвижения.
138. Обучать и воспитывать детей.
139. Наблюдать за действиями квалифицированного рабочего.
140. Постоянно общаться со многими людьми.
141. Проектировать строительные работы.
142. Посещать выставки легкой промышленности.
143. Выполнять чертежи, проектировать машины.
144. Разбираться в радиосхемах.

Обработка результатов опроса сводится к подсчету в каждом столбце листа ответов (см. по тексту с. 16) количества знаков «+» и «-».

Далее из первой суммы вычитается вторая.

Таким образом, получаются 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 те виды деятельности, которые не нравятся, пропускают, оставляя пустую клетку в листе (бланке) ответов. В этом случае подсчитывается только количество знаков «+» по столбцам.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96
97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120
121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144

Ключ для обработки результатов:

- | | |
|-----------------------|---------------------------|
| 1. Физика | 13. Геология |
| 2. Математика | 14. География |
| 3. Химия | 15. Общественная работа |
| 4. Астрономия | 16. Право |
| 5. Биология | 17. Транспорт |
| 6. Медицина | 18. Педагогика |
| 7. Сельское хозяйство | 19. Рабочие специальности |
| 8. Лесное хозяйство | 20. Сфера обслуживания |
| 9. Филология | 21. Строительство |
| 10. Журналистика | 22. Легкая промышленность |
| 11. История | 23. Техника |
| 12. Искусство | 24. Электротехника |

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТИПА ЛИЧНОСТНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Автор Дж. Холланд

Литературный источник: Энциклопедия для детей. Выбор профессии / под ред. Е. Ананьевой, В. Белоусовой. – М.: Аванта, 2003.

Цель: изучение преобладающего типа личностной направленности в профессиональной деятельности.

Процедура проведения: испытуемым предлагается выбрать одну предпочтительную из двух предложенных профессий и отметить свой выбор баллом. Набранное количество баллов покажет преобладающий тип направленности личности: реалистический, социальный, артистический, конвенциональный, предприимчивый, интеллектуальный.

Оснащение: бланк ответов.

Примечание. Составителем предложен удобный для подсчета баллов бланк ответов.

Инструкция

Предположим, что после соответствующего обучения вы сможете выполнять любую работу. Из предложенных ниже пар про-

фессий надо выбрать одну, которая вам больше подходит (исходя из ваших способностей и возможностей). Рядом с названием профессии в скобках стоит код. В бланке ответов, напротив кода выбранной профессии, поставьте знак «+». Затем подсчитайте количество плюсов в каждой строке. Если вы плохо представляете себе, чем занимаются специалисты названных профессий, обратитесь за помощью к исследователю.

- | | |
|---|--|
| 1. Инженер-механик (1) | Физик-экспериментатор (6) |
| 2. Социальный работник (2) | Управляющий гостиницей (5) |
| 3. Художник по интерьеру (3) | Чертежник-копировщик (1) |
| 4. Биохимик (6) | Фармацевт (4) |
| 5. Политический лидер (5) | Писатель (3) |
| 6. Портной (1) | Оператор ЭВМ (4) |
| 7. Адвокат (5) | Историк-правовед (6) |
| 8. Воспитатель детского сада (2) | Художник по керамике (3) |
| 9. Вязальщик (1) | Телефонист справочной службы (2) |
| 10. Нотариус (4) | Менеджер по снабжению (5) |
| 11. Переводчик зарубежной поэзии (3) | Логик (6) |
| 12. Детский врач (2) | Специалист по медицинской статистике (4) |
| 13. Маркетолог (5) | Пчеловод (1) |
| 14. Научный работник музея (6) | Менеджер по персоналу (2) |
| 15. Аудитор (4) | Художник-реставратор (3) |
| 16. Строитель-монтажник (1) | Металловед (6) |
| 17. Школьный учитель (2) | Следователь (5) |
| 18. Столяр-краснодеревщик (3) | Оператор станков-автоматов (1) |
| 19. Математик (6) | Бухгалтер (4) |
| 20. Директор мебельной фабрики (5) | Дирижер (3) |
| 21. Настройщик теле- и радио-аппаратуры (1) | Секретарь-референт (4) |
| 22. Главный зоотехник (5) | Генетик (6) |
| 23. Консультант «телефона доверия» (2) | Парикмахер-модельер (3) |

- | | |
|--------------------------------------|-------------------------------|
| 24. Водитель троллейбуса (1) | Медсестра (2) |
| 25. Делопроизводитель (4) | Брокер на бирже (5) |
| 26. Архитектор (3) | Искусствовед (6) |
| 27. Инспектор дорожного движения (2) | Счетовод (4) |
| 28. Издатель газеты (5) | Электрик (1) |
| 29. Биолог (6) | Телевизионный ведущий (2) |
| 30. Архивариус (4) | Художник-рекламист (3) |
| 31. Повар (1) | Официант (2) |
| 32. Банковский служащий (4) | Заведующий магазином (5) |
| 33. Криминалист (6) | Юрисконсульт (2) |
| 34. Корректор (4) | Литературовед (3) |
| 35. Звукооператор (1) | Физик-акустик (6) |
| 36. Экскурсовод (2) | Дипломат (5) |
| 37. Киноактер (3) | Кинооператор (1) |
| 38. Археолог (6) | Товаровед (4) |
| 39. Закройщик-модельер (5) | Театральный художник (3) |
| 40. Часовой мастер (1) | Контролер ОТК (4) |
| 41. Менеджер по продажам (5) | Редактор научного журнала (6) |
| 42. Психотерапевт (2) | Драматург (3) |

Бланк ответов

Фамилия, имя, отчество _____
 Пол ___ Возраст ___ Школа ___ Класс ___
 Дата заполнения _____
 Исследователь _____

Код профессии	Выбор (фиксировать плюсом)	Сумма плюсов
1		
2		
3		
4		
5		
6		

Интерпретация результатов

1. Люди *реалистического* типа ориентированы на настоящее. Для них характерны высокая эмоциональная стабильность, хорошо развитые моторные навыки, ловкость. Люди этого типа наделены пространственным воображением. Предпочтение они отдают занятиям с конкретными объектами, выбирают профессии с четкими задачами и результатами (например, водитель, строитель, портной, повар). Могут успешно найти себе применение в спорте, физике, химии, экономике.

2. Люди *социального* типа ориентированы на общение и взаимодействие с людьми. Они обладают ярко выраженными коммуникативными способностями, чувствуют и понимают других людей, стремятся решать проблемы, учитывая эмоции и чувства, способны к сопереживанию и состраданию. Нередко люди этого типа любят поучать и воспитывать окружающих. Они предпочитают такие сферы деятельности, как медицина, педагогика, психология.

3. Люди *артистического* типа отличаются сложным взглядом на жизнь, для них характерно глубокое эмоциональное восприятие действительности. В отношениях с окружающими они ориентируются на свои ощущения, эмоции, воображение и интуицию. Такие люди стремятся выделиться из общего окружения. Все эти особенности позволяют им выбирать творческие профессии, связанные с рисованием, музыкой, фотографией, филологией и историей.

4. Люди *конвенционального* типа отдают предпочтение заранее спланированной, структурированной деятельности, хорошо выполняют рутинную работу, четко придерживаются существующих инструкций и предписаний. Они хорошие исполнители, но слабые руководители. Необходимость принятия кардинальных решений и работа над творческими нестандартными задачами вызывает у этого типа людей серьезные трудности. Наибольшей эффективности им удастся достичь в профессиях, требующих четкости, внимательности и устойчивости к монотонной деятельности (например, финансист, бухгалтер, товаровед, экономист, делопроизводитель).

5. Люди *предприимчивого* типа стремятся к лидерству, нуждаются в признании, предпочитают руководящие роли. Их энергия,

энтузиазм и импульсивность позволяют решать сложные задачи, связанные с руководством и продвижением идей. Они обладают хорошо развитыми коммуникативными способностями, но им не подходит скрупулезная работа, требующая длительной концентрации внимания. Люди этого типа выбирают профессии, позволяющие максимально реализовать себя, удовлетворить потребность в признании (предприниматель, менеджер, артист, журналист, дипломат, брокер).

6. Люди *интеллектуального* типа обладают высокой активностью, аналитическими способностями, теоретическим мышлением, творческим подходом. Они отдают предпочтение работе, направленной на решение сложных интеллектуальных задач, чаще всего выбирают профессии, связанные с точными и естественными науками: математика, физика, астрономия и др.

ТЕСТ ИНТЕРЕСОВ И СКЛОННОСТЕЙ

Автор С. И. Вершинин

Литературный источник: Вершинин, С. И. Сравнение профессиональных интересов учащихся с требованиями профессии // Школа и производство. – 1996. – № 6.

Цель: определение степени выраженности интересов в каждой из сфер профессиональной деятельности: «человек – человек», «человек – природа», «человек – техника», «человек – знак», «человек – художественный образ»; выявление численных характеристик профессиональных интересов старших школьников и сравнение их с требованиями различных профессий.

Процедура проведения: возможны как групповая, так и индивидуальная формы проведения тестирования. Возможности использования методики в профконсультации могут быть со временем расширены, когда будет накоплено достаточное количество эмпирических материалов исследований. Методика позволяет увеличивать перечень профессий по мере сбора статистических данных и их обработки, что, в свою очередь, позволяет соотносить по-

лученные индивидуальные данные со среднегрупповыми и с возрастающим перечнем профессий.

Оснащение: бланк ответов, текст опросника.

Примечания. Методика прошла семилетнюю апробацию в различных регионах России и странах ближнего зарубежья (более 300 образовательных учреждений), имеет высокую степень надежности. Автор рекомендует использовать данную методику в сочетании с исследованиями способностей и самооценки профессионально важных качеств личности.

Нами проведена модификация методики. Изменения внесены в связи с необходимостью приблизить содержание к возрастным особенностям профессионального самоопределения юношества, упростить процедуру проведения и обработку результатов.

Прежде всего, мы посчитали необходимым изменить инструкцию. Вместо формулировки «насколько это действие вам нравится» мы предлагаем: «насколько бы вы хотели иметь его в качестве ежедневных профессиональных обязанностей». Данное изменение связано со следующим. Испытуемому может нравиться, например, содержать дома животных, следить за их состоянием, и у него это хорошо получается. Однако утверждение, что это и есть его профессиональный интерес, является, на наш взгляд, несколько преждевременным. Кроме этого, в бланке ответов нами введена дополнительная дифференциация данных.

Инструкция

Для выполнения задания каждому перечисленному ниже действию дайте две оценки:

А – насколько хорошо вы умеете его выполнять

и

Б – насколько бы вы хотели иметь его в качестве ежедневных профессиональных обязанностей.

Оценки нужно давать согласно следующим шкалам:

Оценка А	Оценка Б
5 – получается очень хорошо	5 – очень нравится
4 – получается хорошо	4 – нравится
3 – получается средне	3 – отношусь безразлично
2 – получается плохо	2 – не нравится
1 – получается очень плохо	1 – очень не нравится

Номер выбранного вами ответа в цифрах от 1 до 5 необходимо записать в соответствующую графу бланка ответов. Отвечайте по возможности быстро, вспоминая свой опыт выполнения подобных действий. Если вам никогда не приходилось заниматься такими действиями, то вместо ответа поставьте прочерк.

1. Выращивать дома, на даче, в кружке или оранжерее цветы, деревья, другие растения.

2. Выполнять лабораторные задания по физике, проводить физические опыты в школе и дома.

3. Спокойно и терпеливо объяснять что-либо другим людям, даже если приходится повторять сказанное несколько раз.

4. Делать вырезки из текстов, выписки из книг и статей, подбирая их по определенной тематике.

5. Сочинять стихи, рассказы, заметки, писать сочинения на свободную тему.

6. Определять по внешнему виду различные виды животных, насекомых, растений, знать их названия.

7. Решать различные головоломки, разбираться в их устройстве.

8. Ухаживать за больными людьми, причем не только за членами своей семьи.

9. Составлять конспекты, планы различных работ.

10. Создавать различные произведения изобразительного искусства (рисовать красками и карандашом, лепить).

11. Выращивать дома или в зоологическом кружке какое-нибудь животное, следить за его состоянием, ухаживать за ним.

12. Ремонтировать различные механизмы: механические, электрические, электронные.

13. Внимательно, не перебивая, выслушивать людей.

14. Находить ошибки в письменных работах по родному языку, литературе.

15. Разбираться в том, какие мысли и чувства хотел выразить автор в различных произведениях искусств: картинах, фильмах, романах, пьесах.

16. Наблюдать за животными, насекомыми, изучать их повадки.

17. Искать и находить наиболее рациональный способ решения технической или любой практической задачи.

18. Заниматься с детьми младшего возраста: играть с ними, рассказывать интересные истории, учить чему-нибудь.

19. Запоминать различные формулы, законы, условные обозначения.

20. Играть на музыкальных инструментах, исполнять песни или музыкальные номера.

21. Читать книги о животных, растениях, насекомых, находить в них интересные факты и события.

22. Конструировать и собирать модели различных механизмов и машин.

23. Убеждать других людей в своей правоте, улаживать ссоры, споры между сверстниками.

24. Строить графики, составлять таблицы, рисовать карты.

25. Придумывать новые, оригинальные варианты моделей одежды, причёски, украшений интерьера.

Обработка результатов проводится испытуемыми самостоятельно, согласно инструкции.

Инструкция

Чтобы самостоятельно провести обработку полученных данных, вам необходимо проделать следующие действия:

1. Суммировать все значения в каждой из десяти строк. В результате в столбике «Сумма баллов» должно получиться десять значений.

2. Сложить полученные значения попарно, разделить на 5, округлить результаты до целого числа и записать их по порядку в строку «Индивидуальный результат» таким образом, чтобы результат из строчек с цифрой 1 попал под букву «П» («природа»), из строчки 2 – под букву «Т» («техника») и т. д.

Полученные результаты характеризуют ваши профессиональные предпочтения в каждой из пяти профессиональных областей, причем полученные каждым из вас результаты являются индивидуальными «профилем» предпочтений в мире профессий и характеризуют практически неповторимую индивидуальность в профессиональном выборе.

дуальным «профилем» предпочтений в мире профессий и характеризуют практически неповторимую индивидуальность в профессиональном выборе.

Бланк ответов

Оценка интересов и склонностей										Сумма
1а		6а		11а		16а		21а		
1б		6б		11б		16б		21б		
2а		7а		12а		17а		22а		
2б		7б		12б		17б		22б		
3а		8а		13а		18а		23а		
3б		8б		13б		18б		23б		
4а		9а		14а		19а		24а		
4б		9б		14б		19б		24б		
5а		10а		15а		20а		25а		
5б		10б		15б		20б		25б		
П		Т		Ч		З		Х		Индивидуальный профиль

Профили наиболее распространенных профессий

Название профессии	Сферы труда				
	П	Т	Ч	З	Х
1. Агент коммерческий	0	0	8	4	0
2. Агроном	9	3	2	2	0
3. Адвокат	0	0	8	7	0
4. Артист драматического театра	0	0	8	3	8
5. Архивариус	0	0	4	8	0
6. Архитектор зданий	2	7	2	3	6
7. Библиограф	0	2	5	10	0
8. Ботаник	10	0	0	3	0
9. Брокер	0	0	6	9	0
10. Бухгалтер	0	0	2	10	0
11. Водитель автомобиля	0	10	2	6	0

Продолжение табл.

1	2	3	4	5	6
12. Воспитатель детского сада	2	1	10	2	1
13. Врач-терапевт	2	0	10	2	0
14. Гид-переводчик	1	0	5	7	2
15. Гравёр	0	2	1	4	8
16. Гувернер-воспитатель	2	1	10	2	4
17. Делопроизводитель	0	0	3	9	0
18. Диспетчер	0	2	4	10	0
19. Животновод	8	2	3	2	0
20. Журналист	0	0	4	8	6
21. Закройщик	0	2	5	2	7
22. Инженер-конструктор	0	8	0	10	0
23. Инженер-программист	0	5	0	10	0
24. Инспектор ГИБДД	0	6	5	4	0
25. Искусствовед	0	0	2	5	8
26. Картограф	0	1	0	9	0
27. Кассир	0	0	4	10	0
28. Контролер качества изделий	0	0	0	10	0
29. Лаборант химического анализа	0	3	0	9	0
30. Лесничий	10	0	1	0	0
31. Лингвист	0	0	5	10	0
32. Маникюрша	0	0	8	0	3
33. Маркетолог	0	0	8	4	3
34. Массажист	0	0	8	0	0
35. Машинист метрополитена	0	8	0	4	0
36. Машинист экскаватора	0	9	0	0	0
37. Машинистка, пользователь ПЭВМ	0	2	0	10	0
38. Медицинская сестра	0	1	10	0	0
39. Менеджер	0	0	10	0	2
40. Модельер	0	0	0	6	10
41. Наладчик машин и оборудования	0	9	0	3	0
42. Няня	0	1	10	2	5
43. Мастер по ремонту обуви	0	5	2	2	2
44. Озеленитель	8	2	0	0	4
45. Оператор связи	0	2	4	8	0
46. Оператор станков с ЧПУ	0	5	0	6	0

Окончание табл.

1	2	3	4	5	6
47. Оператор ЭВМ	0	2	0	10	0
48. Отделочник	0	2	0	3	5
49. Официант	0	1	8	2	3
50. Парикмахер-модельер	0	2	7	2	8
51. Переводчик	0	0	3	10	0
52. Полировщик	0	6	0	2	5
53. Предприниматель	0	2	6	2	2
54. Продавец продовольственных товаров	0	0	6	2	1
55. Продавец промышленных товаров	0	1	6	2	3
56. Прядильщица	0	6	0	4	2
57. Работник социального обеспечения	0	0	9	1	0
58. Резчик по дереву	0	2	0	0	7
59. Садовод	8	1	0	0	2
60. Секретарь-референт	0	0	8	6	2
61. Сестра-хозяйка	0	2	3	1	2
62. Скорняк	4	0	0	2	6
63. Скульптор	0	0	2	0	10
64. Слесарь механосборочных работ	0	9	0	1	0
65. Слесарь по ремонту автомобилей	0	10	0	0	0
66. Сортировщик почтовый	0	0	0	10	0
67. Стенографистка	0	1	1	10	0
68. Телеграфист	0	2	2	8	0
69. Товаровед	0	0	6	4	0
70. Фотограф	0	3	3	3	8
71. Художник-оформитель	0	1	1	3	9
72. Чертежник-конструктор	0	4	0	10	0
73. Эколог	8	1	1	4	0
74. Экономист	0	0	0	9	0
75. Экскурсовод	2	0	6	4	5

СХЕМА АНАЛИЗА ПРОФЕССИИ

Авторы: Е. А. Климов, Н. С. Пряжников

Литературные источники: Климов, Е. А. Как выбирать профессию. – М.: Просвещение, 1990. – 159 с.; Пряжников, Н. С. Про-

блемы активизации профессионального самоопределения. – М.: МГУ, 1995. – 188 с.

Цель: проведение сравнительного анализа трех или более предпочитаемых профессий для более полного понимания содержания труда, определения преимуществ и недостатков каждой из них.

Особенности процедуры проведения: проводится в группе учащихся, которые индивидуально заполняют схему в предложенной последовательности.

После заполнения схемы школьники отмечают:

– сколько неизвестных для них сторон профессии так и остались закрытыми;

– какие новые стороны профессии открылись;

– в какой профессии больше преимуществ, в какой – недостатков;

– как изменилось отношение к профессиям после их анализа и т. д.

После заполнения схемы можно рассадить учащихся по малым группам в зависимости от сходства выбранной ими профессии или сферы труда. Таким образом, может получиться, что каждому школьнику придется три раза работать в трех разных группах, обогащаясь новыми сведениями.

Примечание. Как правило, во время обсуждения старшеклассники сообщают друг другу много различных сведений о профессиях в дополнение к тем, которые им удалось осознать.

Сравнительный анализ профессий

Основные характеристики профессии	Номер профессии		
	1	2	3

I. Предмет труда.

1. Природа (живая и неживая).
2. Материалы (заготовки, продукты и др.).
3. Люди (дети, взрослые, больные, посетители, клиенты).
4. Техника и транспорт.
5. Знаковые системы (тексты, программы, чертежи).
6. Художественный образ.

II. Цели труда.

1. Контроль – оценка – диагноз.
2. Преобразование (обучение, воспитание, приготовление блюд и др.).
3. Изобретательная.
4. Транспортирование.
5. Обслуживание.
6. Собственное развитие.

III. Средства деятельности.

1. Ручные средства и простые приспособления (молоток, кисть).
2. Механические средства.
3. Автоматические средства (работающие по заданной программе).
4. Функциональные средства (голос и др.).
5. Теоретические средства (способ мышления).
6. Переносные или стационарные средства.

IV. Условия труда.

1. Бытовые условия.
2. Большие помещения с людьми (концертный зал, банк).
3. Обычный производственный цех.
4. Необычные производственные условия (повышенная влажность, стерильность).
5. Экстремальные условия.
6. Работа на открытом воздухе.
7. Подвижность (стоя у станка, в движении, частые командировки).

V. Общение в труде.

1. Индивидуальный самостоятельный труд (работают сами по себе, минимальное общение).
2. Общение с клиентами и посетителями.
3. Обычный коллектив (одни и те же люди).

4. Выступление перед меняющимися аудиториями.
5. Дисциплина, субординация (формальные отношения).

VI. Ответственность в труде.

1. Материальная ответственность.
2. Моральная ответственность.
3. Жизнь и здоровье людей.
4. Не выражена.

VII. Особенности профессии.

1. Высокая официальная заработная плата.
2. Льготы.
3. «Соблазны» профессии.
4. Изысканное отношение.
5. Частые командировки, в том числе заграничные.
6. Законченный или промежуточный результат труда.

VIII. Типичные трудности и неприятности.

1. Распространено сквернословие.
2. Маленькая официальная заработная плата.
3. Нервное напряжение.
4. Профзаболевания.
5. Непрестижность.

IX. Минимальное образование, необходимое для профессии.

1. Без специального образования.
2. Специальные краткосрочные курсы.
3. Профессиональное училище.
4. Среднее профессиональное образование.
5. Вуз (бакалавриат, магистратура).
6. Аспирантура, докторантура.

МОДЫ

Автор Н. С. Пряжников

Литературный источник: Пряжников, Н. С. Проблемы активизации профессионального самоопределения. – М.: МГУ, 1995. – 188 с.

Цель: проверка выбранных профессий на перспективность.

Инструкция

Напишите 7–10 профессий, интересных для вас. Две-три наиболее интересные из них отметьте знаком «плюс». Выразите в баллах от 1 до 10 степень значимости каждой профессии в прошлом, настоящем и будущем. Отметьте профессии, набравшие наибольшее количество плюсов и минусов. Поделитесь своими соображениями по итогам выполненного задания.

Профессии	Степень значимости профессий, в баллах			Итог
	прошлое	настоящее	будущее	
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ МОТИВАЦИОННО-ПОТРЕБНОСТНОЙ СФЕРЫ СТАРШЕКЛАСНИКОВ

АНКЕТА ИЗУЧЕНИЯ ЖИЗНЕННЫХ ПОТРЕБНОСТЕЙ

Литературный источник: Психологическое сопровождение профессионального обучения безработных / сост. Н. В. Мажникова, В. Б. Сысенкова, В. М. Звонарева / под ред. Т. В. Черниковой. – Волгоград, 2001. – С. 42–44.

Цель: исследование потребностей старшеклассников на этапе выбора профиля обучения.

Оснащение: бланк ответов.

Примечание. Анкета включает в себя 26 основных жизненных потребностей человека. По итогам ее проведения оценивается субъектив-

ный уровень удовлетворенности потребностей человека. Знания такого рода дают возможность прогноза выбора ведущей мотивации профильного обучения.

Инструкция

По 7-балльной шкале оцените уровень удовлетворенности каждой из данных потребностей в настоящее время. Величина оценки в 7 баллов означает полное удовлетворение потребности. Оценка в один балл свидетельствует о минимальной удовлетворенности потребности. Ноль баллов означает, что потребность существует, но совершенно не удовлетворена. Если же какая-либо потребность в настоящее время для вас не актуальна, в соответствующей ей графе поставьте прочерк.

Обработка результатов.

Потребности подразделяются на следующие группы:

- материальные потребности (пункты 1–8);
- семейные потребности (9–11);
- потребности в общении (12–16);
- потребности в профессиональной реализации (17–23);
- потребности в самореализации и личностном росте (24–26).

Бланк ответов

№ п/п	Потребности	Балл
1	2	3
1	Жилищные условия	
2	Детский сад, ясли, школа	
3	Медицинское обслуживание	
4	Общественный транспорт	
5	Снабжение продовольствием и промышленными товарами	
6	Услуги службы быта	
7	Возможности приобретения крупных материальных ценностей	
8	Состояние здоровья	
9	Совместные сексуальные отношения	

Окончание табл.

1	2	3
10	Рождение и воспитание детей	
11	Создание сплоченной семьи	
12	Наличие друзей, отсутствие врагов	
13	Интересный круг общения	
14	Возможность быть лидером	
15	Возможность постоянно находиться среди людей	
16	Возможность уединения	
17	Возможность учиться	
18	Возможность повышать квалификацию	
19	Возможность узнать что-то новое	
20	Возможность овладеть разносторонними знаниями	
21	Возможность творчества	
22	Возможность быть хорошим специалистом	
23	Возможность быть мастером своего дела	
24	Возможность достижения совершенства, гармонии в чем-либо	
25	Возможность иметь авторитет, престиж	
26	Возможность быть первым	

Интерпретация результатов

0 баллов – потребность совершенно не удовлетворена;
 менее 3 баллов – низкий уровень удовлетворенности;
 3–5 баллов – средний уровень удовлетворенности;
 более 5 баллов – высокий уровень удовлетворенности.

МОТИВЫ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ

Автор С. С. Гриншпун

Литературный источник: Гриншпун, С. С. Оценка личностно-делового потенциала учащихся в профориентационной работе // Школа и производство. – 1994. – № 6. – С. 11–12.

Цель: исследование причин выбора профессии школьниками, структуры их мотивационной сферы.

Особенности процедуры проведения: нами предложена модификация методики. К мотивам авторского варианта методики (престижные, материальные, деловые) мы добавили еще одну группу мотивов (творческие), используя для этого вопросы методики «Творческий потенциал» Е. С. Жарикова и А. Б. Золотова.

Оснащение: лист ответов.

Инструкция

Вы выбираете профессию. Каковы причины, определяющие ваш выбор? Из перечисленных ниже выберите наиболее значимые для вас. На листе ответов напротив соответствующего номера отметьте выраженную в баллах степень значимости для вас того или иного мотива:

- 4 балла – очень значим;
- 3 балла – имеет значение;
- 2 балла – скорее значим, чем незначим;
- 1 балл – скорее незначим, чем значим;
- 0 балла – не имеет значения.

Причинами выбора вами профессии являются ...

1. Убеждение, что данная профессия имеет высокий престиж в обществе.
2. Влияние семейных традиций.
3. Желание руководить другими людьми.
4. Стремление получить диплом о высшем образовании независимо от специальности.
5. Возможность получить профессию без длительного обучения.
6. Желание работать в престижном месте.
7. Желание иметь модную профессию.
8. Возможность быть в центре внимания, путешествовать, носить специальную форму одежды и т. п.
9. Желание приобрести материальную независимость от родителей.
10. Возможность индивидуальной трудовой деятельности.

11. Возможность удовлетворить свои материальные потребности.
12. Возможность предпринимательской деятельности.
13. Необходимость материально обеспечить семью.
14. Желание приобрести экономические знания.
15. Стремление найти удачный способ зарабатывать себе на хлеб.
16. Интерес к материальной стороне профессии или должности.
17. Интерес к содержанию профессии, желание узнать, в чем заключаются обязанности специалиста в избираемой профессии.
18. Стремление к самосовершенствованию, развитию навыков и умений в избираемой сфере трудовой деятельности.
19. Хорошая успеваемость в школе по предметам, соответствующим избираемой сфере трудовой деятельности.
20. Мечта заниматься любимой работой.
21. Уверенность, что избранная профессия соответствует моим способностям.
22. Стремление сделать свою жизнь насыщенной, интересной, увлекательной.
23. Возможность проявить самостоятельность в работе.
24. Желание приносить пользу людям.
25. Желание попробовать различные варианты решения профессиональной задачи.
26. Возможность привлечь свои разнообразные знания, напрямую с профессией не связанные.
27. Стремление узнать новое о давно известном и возможность усвоить трудное.
28. Возможность выдвигать свои идеи, предлагать новые проблемы для решения, реализовывать их независимо от работающих рядом.
29. Желание заниматься несколькими делами одновременно или переключаться с одного дела на другое.
30. Стремление решать профессиональные задачи самому, а не следовать указаниям других.
31. Возможность самовыражения, проявления своих способностей.
32. Склонность выполнять интересную для меня работу, даже если успех ее не гарантирован.

Лист ответов

Дата _____ ФИО _____
 Возраст _____ Школа _____ Класс _____

№	Ответ	№	Ответ	№	Ответ	№	Ответ
1		9		17		25	
2		10		18		26	
3		11		19		27	
4		12		20		28	
5		13		21		29	
6		14		22		30	
7		15		23		31	
8		16		24		32	

Обработка результатов проводится путем суммирования баллов по столбцам. Сравнение четырех полученных сумм позволит выявить соотношение мотивов выбора профессии:

- вопросы 1–8 – мотивы престижности профессии;
 9–16 – мотивы материального благополучия;
 17–24 – мотивы делового характера;
 26–32 – мотивы творческой реализации в труде.

СВОДНАЯ ТАБЛИЦА РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ ГЕНДЕРНЫХ АСПЕКТОВ МОТИВОВ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ СТАРШЕКЛАСНИКАМИ

(по материалам «Анкета старшеклассника»)

Цель: проведение дополнительных (проверочных) исследований мотивов выбора профессии старшеклассниками; исследование гендерного аспекта мотивации выбора профиля обучения.

Особенности процедуры проведения: полученные с помощью методики С. С. Гриншпун результаты сопоставляются с данными анкеты старшеклассника. В случаях рассогласования данных проводятся собеседования с учащимися с целью уяснения картины.

Примечание. Особенно полезной работа по выявлению гендерных (полоролевых) аспектов мотивации выбора профессии (и профиля обучения) бывает в классах с однородным или смешанным составом. Полученные данные помогут преподавателю при выборе заданий для занятий.

Мотивы выбора профессии	Юноши (количество, в %)	Девушки (количество, в %)
1. Условия труда		
2. Сам процесс трудовой деятельности		
3. Высокая материальная обеспеченность		
4. Подвижная работа		
5. Спокойная работа		
6. Высокая степень ответственности		
7. Самостоятельное принятие решений		
8. Возникновение сложных ситуаций		
9. Контакты с людьми		
10. Возможность творческой деятельности		
11. Частые командировки		
12. Возможность создавать что-либо своими руками		
13. Работа на свежем воздухе		
14. Романтичность		
15. Полезность результатов		
16. Независимость		
17. Перспективность		
18. Близость к месту жительства		

ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ

Автор М. Рокич

Литературные источники: Методики психодиагностики в учебно-воспитательном процессе / сост. В. В. Гришин, П. В. Лушин. – М., 1990; Лучшие психологические тесты для профотбора и профконсультации / под ред. А. Ф. Кудряшова и др. – Петрозаводск, 1992. – С. 112–114.

Цель: изучение ценностных ориентаций личности, ранжирование их по степени значимости.

Особенности процедуры проведения: обследование лучше проводить индивидуально, но возможно и групповое тестирование.

Респонденту предъявляются 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.

М. Рокич различает два класса ценностей:

1. *Терминальные ценности* – убеждение человека в том, что какая-то конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться.

2. *Инструментальные ценности* – убеждения человека 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.

Оснащение: бланк методики, карточки для ранжирования.

Инструкция

Сейчас вам будет предъявлен набор из 18 карточек с обозначением ценностей. Ваша задача – разложить их по порядку значимости для вас 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. После этого сделайте то же самое со всеми оставшимися карточками. Наименее важная останется последней и займет 18-е место.

Работайте не спеша, вдумчиво. Если в процессе работы вы измените свое мнение, то можете исправить ответы, поменяв карточ-

ки местами. Конечный результат должен отражать вашу истинную позицию.

Стимульный материал

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 искусстве);
- любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком);
- материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений);
- наличие хороших и верных друзей;
- общественное признание (уважение окружающих, коллектива, товарищей по работе);
- познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, интеллектуальное развитие);
- продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей);
- развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенство);
- развлечения (приятное, необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей);
- свобода (самостоятельности, независимости в суждениях и поступках);
- счастливая семейная жизнь;
- счастье других (благополучие, развитие и совершенствование других людей, своего 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 содержать 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 слово);
- рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные, рациональные решения);
- самоконтроль (сдержанность, самодисциплина);
- смелость в отстаивании своего мнения, своих взглядов;
- твердая воля (умение отстоять своё мнение, не отступить 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, а также известная 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 ис-

пытываемым. Методику не рекомендуется применять в целях отбора и экспертизы.

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

- В каком порядке и в какой степени (в процентах) реализованы данные ценности в вашей жизни?
- Как бы вы расположили эти ценности, если бы стали таким, каким мечтали?
- Как, на ваш взгляд, это сделал бы человек, совершенный во всех отношениях?
- Как сделало бы это, по вашему мнению, большинство людей?
- Как это сделали бы вы 5 или 10 лет назад?
- Как это сделали бы вы через 5 или 10 лет? Как ранжировали бы карточки близкие вам люди?

Анализируя иерархию ценностей, следует обратить внимание на их группировку испытуемыми 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 ориентаций. Психолог должен попытаться уловить индивидуальную закономерность. Если не удастся выявить ни одной закономерности, можно предположить несформированность у респондента системы ценностей или даже неискренность ответов.

ТРУДОВЫЕ ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Автор Е. Н. Павлютенков

Литературный источник: Малыгина, И. В. Школа и семья в формировании ценностных ориентаций // Школа и производство. – 1989. – № 9. – С. 14–17.

Цель: исследование направленности трудовых ценностных ориентаций старшеклассников, их иерархии по предпочтительности.

Оснащение: бланк методики.

Инструкция

Перед вами бланк, разделенный на квадраты и поэтому имеющий вид таблицы (см. по тексту с. 43). В нем всего 98 понятий. В каждом квадрате по два названия ценностей трудовой деятельности человека. Вам нужно вычеркнуть из каждого квадрата название той ценности, которая менее значима для вас.

В каждом квадрате останется по одному названию. Теперь посмотрите первый ряд по горизонтали. В квадратах остались семь названий ценностей. Выберите название одной, самой для вас значимой, и поставьте 7 баллов в правый верхний угол того квадрата, в котором обозначена эта ценность. Посмотрите на оставшиеся шесть названий ценностей. Какая из них наиболее значима для вас? Поставьте в правом верхнем углу оценку 6. Аналогичным образом оставшимся пяти ценностям припишите 5, 4, 3, 2, 1 балл в зависимости от степени значимости для вас. Затем просмотрите второй ряд квадратов и проделайте то же самое с названиями ценностей, внесенными в квадраты 3, 4, 5, 6 и 7-го рядов по горизонтали. Проверьте правильность выполнения по всем семи рядам. Проследите, чтобы в каждом верхнем углу стояли оценки 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1 в любой последовательности. Одинаковых оценок не должно быть.

Теперь начните изучение ценностей по вертикали. На бланке семь вертикальных колонок. Вам вновь необходимо проставить оценки, приписав 7 баллов самой значимой для вас ценности, 6 баллов – ценности, которую вы ставите на второе место, и т. д. Оценки нужно вписывать в левый нижний угол каждого большого

квадрата, причем они не должны повторяться при переходе от одного квадрата по вертикали к другому (7, 6, 5, 4, 3, 2, 1).

Обработка результатов: при обработке анкет необходимо учитывать порядок расположения ценностей и их принадлежность к тому или иному типу.

Бланк таблицы типов ценностей

№	1	2	3	4	5	6	7
1	ОЗ	СД	СТ	РТ	СМ	СУ	УТ
2	СД	СТ	РТ	СМ	СУ	УТ	ОЗ
3	СТ	РТ	СМ	СУ	УТ	ОЗ	СД
4	РТ	СМ	СУ	УТ	ОЗ	СД	СТ
5	СМ	СУ	УТ	ОЗ	СД	СТ	РТ
6	СУ	УТ	ОЗ	СД	СТ	РТ	СМ
7	УТ	ОЗ	СД	СТ	РТ	СМ	СУ

Условные обозначения:

ОЗ – общественно значимые ценности трудовой деятельности;

СД – ценностные ориентации, связанные с содержанием труда;

СТ – ценностные ориентации, связанные со статусными достижениями работника посредством трудовой деятельности;

РТ – ценностные ориентации, направленные на результат труда;

СМ – ценностные ориентации, связанные с возможностью развития личности в процессе овладения профессией;

СУ – ценностные ориентации, связанные с возможностью применения своих способностей и самоутверждения в процессе труда;

УТ – ценностные ориентации, связанные с условиями труда.

Обработка результатов: таблица типов ценностей является *ключом* при обработке анкет, которая осуществляется следующим образом.

Экспериментатор (или сам испытуемый) должен подсчитать суммарную оценку отношения опрашиваемого к ценностям труда и трудовой деятельности людей. Для этого целесообразно во всех квадратах таблицы карандашом проставить условные обозначения типов ценностей согласно приведенному их порядку (ключу, алгоритму), т. е. как бы наложить этот ключ на таблицу. Это позволит быстро ориентироваться в выборе ценностей, относящихся к разным типам. Выбираются сначала те ценности, которые, согласно алгоритму, являются общественно значимыми ценностями трудовой деятельности (ОЗ), и подсчитывается общая сумма оценок в баллах по всем вертикальным рядам. Затем подсчитывается так же сумма по всем другим типам ценностей (ценностных ориентаций) и заполняется следующая таблица:

Суммарная оценка по каждому типу ценностей

Тип ценностных ориентаций	ОЗ	СД	СТ	РТ	СМ	СУ	УТ
Количество баллов							
Место по значению							

После заполнения таблицы определяются ранговые места трудовых ценностных ориентаций учащихся как ведущей составляющей готовности к трудовой деятельности.

ТЕСТ-ОПРОСНИК ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ САМООЦЕНКИ

Автор С. В. Ковалев

Литературный источник: Шайгородский, Ю. Ж. Точка отсчета. – Омск, 1992. – С. 19–22.

Ц е л ь : определение уровня самооценки личности.

О с н а щ е н и е : лист ответов.

И н с т р у к ц и я

Вам предлагаются 32 суждения и пять возможных вариантов ответов, каждый из которых соответствует определенному количе-

ству баллов. Выражая степень своего согласия с суждениями, вы проставляете баллы:

- 4 – очень часто;
- 3 – часто;
- 2 – иногда;
- 1 – редко;
- 0 – никогда.

1. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.
2. Постоянно чувствую свою ответственность за работу (учебу).
3. Я беспокоюсь о своем будущем.
4. Многие меня ненавидят.
5. Я обладаю меньшей инициативой, нежели другие.
6. Я беспокоюсь за свое психическое состояние.
7. Я боюсь выглядеть глупцом.
8. Внешний вид других куда лучше, чем мой.
9. Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми людьми.
10. Я часто допускаю ошибки.
11. Как жаль, что я не умею говорить как следует с людьми.
12. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе.
13. Мне бы хотелось, чтобы мои действия ободрялись другими чаще.
14. Я слишком скромн.
15. Моя жизнь бесполезна.
16. Многие неправильного мнения обо мне.
17. Мне не с кем поделиться своими мыслями.
18. Люди ждут от меня многого.
19. Люди не особенно интересуются моими достижениями.
20. Я слегка смущаюсь.
21. Я чувствую, что многие люди не понимают меня.
22. Я не чувствую себя в безопасности.
23. Я часто понапрасну волнуюсь.
24. Я чувствую себя неловко, когда вхожу в комнату, где уже сидят люди.
25. Я чувствую себя скованным.

26. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.
 27. Я уверен, что люди почти все принимают легче, чем я.
 28. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.
 29. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.
 30. Как жаль, что я не так общителен.
 31. В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте.
 32. Я думаю о том, чего ждут от меня люди.

Обработка результатов проводится суммированием баллов по всем 32 суждениям.

Интерпретация результатов

– Сумма баллов от 0 до 25 говорит о *высоком уровне самооценки*, при котором человек, как правило, не отягощен сомнениями, адекватно реагирует на замечания других и трезво оценивает свои действия;

– сумма баллов от 26 до 45 свидетельствует о *среднем уровне самооценки*. Человек с таким уровнем самооценки время от времени ощущает необъяснимую неловкость во взаимоотношениях с другими людьми, нередко недооценивает себя и свои способности без достаточных на то оснований.

– сумма баллов от 46 до 128 указывает на *низкий уровень самооценки*, при котором человек нередко болезненно переносит критические замечания в свой адрес, чаще старается подстроиться под мнение других людей, сильно страдает от избыточной застенчивости.

САМООЦЕНКА ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ

Литературный источник: Практические занятия по психологии: пособие для институтов физической культуры. – М.: Просвещение, 1989. – С. 99–106.

Цель: оценить уровень развития таких волевых качеств личности, как целеустремленность, смелость и решительность, настой-

чивость и упорство, самообладание и выдержка, самостоятельность и инициатива.

Особенности процедуры проведения: предлагаемый вариант представляет собой выполненную нами адаптацию методики. Методика была адаптирована для проверки гипотезы о зависимости сформированности профессионального выбора от уровня развития волевых качеств личности с учетом параметров «выраженность» и «генерализованность». Кроме этого, адаптация данной методики была проведена в связи с двумя другими причинами: а) чтобы сделать опросник пригодным для диагностики волевых качеств не только молодых спортсменов, но и более широкой молодежной выборки; б) чтобы облегчить процедуру обработки, для чего был переструктурирован бланк ответов.

Для использования опросника среди школьников и студентов нами были произведены описанные ниже изменения.

Термины, связанные со спортивной деятельностью («соревнования», «тренироваться», «тренер» и т. п.), заменены на понятия, связанные с учебной деятельностью («экзамен», «ответственное дело» и «ответственная деятельность», «серьезное испытание», «работать», «заниматься», «выполнять»; «значимый для меня человек» и т. п.), при сохранении содержательной направленности вопроса. «Тренировочное занятие» заменено на «учебное занятие», «спортивные результаты» – на «достижения в учебе». Слово «соревнование» оставлено нами в случаях, если имелось в виду его более общее значение – «конкуренция, соперничество». Словосочетание «занятия спортом» оставлено в тексте, если понятно, что речь идет о ситуативно значимой для человека деятельности.

Когда в тексте встречалось слово «институт» (в значении «учебное заведение»), то мы добавляли слово «школа». Понятие «учебный семестр» мы расширили понятиями «учебная четверть» и «полугодие».

Оснащение: бланк ответов, текст вопросов.

Обработка результатов: для облегчения обработки результатов методики мы изменили порядок вопросов, разместив их так, чтобы сначала шли вопросы, связанные с выраженностью оп-

ределенного волевого качества, а лишь затем – с его генерализованностью. Изменяя порядок вопросов, мы исходили из того, что не может существенно повлиять на конечный результат: социальная желательность во многом снижена из-за дифференцированности ответов и безоценочного характера самих утверждений. Пришлось несколько изменить структуру бланка для ответов испытуемых, что позволило ускорить их обработку при проведении массовых исследований.

В ключе для обработки результатов выделены две группы показателей, диагностирующих: 1) выраженность волевых качеств (то есть часто проявляющийся уровень) и 2) генерализованность волевых качеств (то есть представленность их как личностных черт). Напротив номера суждения указано число баллов (-2, -1, 0, 1, 2), которое присуждается за каждый вариант ответа. Эти оценки заносятся в бланк ответов рядом с отметкой выбора испытуемым варианта ответа. Затем подсчитывается алгебраическая сумма отдельно по параметрам выраженности и генерализованности каждого волевого качества. Для перевода в положительную шкалу оценок к суммарной оценке прибавляется 20 баллов, и окончательные результаты заносятся в нижнюю часть бланка ответа.

Полученные оценки по всем волевым качествам представляются графически по параметрам выраженности и генерализованности.

Инструкция

Прочтите внимательно каждое суждение. Подумайте, насколько оно характерно для вас. Исходя из этого, выберите соответствующий ответ из пяти предлагаемых вариантов и его номер поставьте в бланке ответов против номера соответствующего суждения. Ответив на вопросы первой части («Целеустремленность»), переходите к следующей, и так до конца, пока не закончите работу со всем опросником.

Варианты ответов: *а* – «так не бывает», *б* – «пожалуй, неверно», *в* – «может быть», *г* – «наверное, да», *д* – «уверен, что да».

Обработка и интерпретация результатов:
0–19 баллов – низкий уровень;

20–30 баллов – средний уровень;

31–40 баллов – высокий уровень.

Целеустремленность.

1. Приступая к любому делу, всегда четко осознаю, чего я хочу достичь.

2. Если уж ставлю перед собой определенную цель, то неуклонно стремлюсь к ее достижению, как бы ни было трудно.

3. При неудачах меня всегда одолевают сомнения, стоит ли продолжать начатое дело.

4. Четкое планирование работы не характерно для меня.

5. Никогда сам не проявляю инициативы в постановке новых целей, предпочитаю следовать указаниям других людей.

6. Обычно под влиянием разного рода препятствий мое стремление к цели значительно ослабевает.

7. Как правило, заранее намечаю конкретные задачи, планирую свою работу.

8. Постоянно испытываю потребность ставить перед собой новые цели и достигать их.

9. Начиная новое дело, не всегда четко представляю себе, к чему следует стремиться; обычно надеюсь, что это выяснится по ходу работы.

10. Даже при неудачах меня не покидает уверенность, что достигну поставленной цели.

11. Неудача в деятельности побуждает меня работать с удвоенной энергией.

12. Мои интересы неустойчивы, не могу пока определить, к чему мне стремиться в жизни.

13. Я отчетливо представляю себе, чему хочу научиться.

14. Мне быстро надоедает работать в соответствии с распорядком.

15. На каждом учебном занятии ставлю перед собой конкретные задачи.

16. Редко задумываюсь над тем, как можно применить знания, получаемые в школе, институте, в будущей практической деятельности.

17. У меня есть главная цель в жизни.
18. После неудачи в каком-то ответственном деле долго не могу заставить себя работать в полную силу.
19. К общественной работе отношусь с меньшей ответственностью, чем к учебе.
20. Всегда стараюсь до конца выполнить любое общественное поручение.

Смелость и решительность.

1. Принимая какое-либо решение, всегда реально оцениваю свои возможности.
2. Легко освобождаюсь от тревоги, опасений, страха.
3. Меня часто мучают сомнения.
4. Мне больше по душе, если ответственность за совместные дела несут другие, а не я.
5. Когда анализирую свои поступки, часто прихожу к выводу, что недостаточно хорошо продумал и спланировал свои действия.
6. Как правило, избегаю рискованных ситуаций.
7. Обычно мне легко удается справиться со своими мнениями.
8. Постоянно чувствую свою ответственность за собственные дела и поступки.
9. С трудом преодолеваю страх.
10. Возможность рискнуть доставляет мне радость.
11. Не боюсь вмешаться в ситуацию на улице, если нужно предотвратить несчастный случай.
12. Мне трудно выполнять свои обещания.
13. Высказываю свое мнение, несмотря на возможность конфликта.
14. Сознание, что соперник сильнее, является для меня серьезным препятствием.
15. Установив для себя распорядок дня, четко его придерживаюсь.
16. Вряд ли могу рискнуть предотвратить несчастный случай.
17. Не испытываю страха перед сильным соперником.
18. Много раз решал с завтрашнего дня начать «новую жизнь», но с утра все шло по-старому.

19. Возможность конфликта заставляет меня держать свое мнение при себе.
20. Для меня исключительный случай, когда я не смог сдержать слово.

Настойчивость и упорство.

1. Начиная любое дело, уверен, что сделаю все возможное для его выполнения.
2. Для меня характерны планомерность, систематичность в работе.
3. Часто бросаю на полпути начатые дела, потеряв интерес к ним.
4. Мне больше по душе легкие, пусть даже менее результативные пути к цели.
5. Обычно не знаю, хватит ли у меня желания и сил завершить начатое дело.
6. У меня никогда не появляется желания поставить перед собой труднодостижимую цель.
7. До конца выполняю даже скучную и однообразную работу.
8. Испытываю особое удовлетворение, если успех достался с большим трудом.
9. Не могу заставить себя работать систематически.
10. Довольно часто испытываю потребность проверить себя в трудных делах.
11. Всегда до конца отстаиваю свое мнение, если уверен, что я прав.
12. Я не могу принудить себя что-либо делать в состоянии усталости.
13. В соревновании борюсь изо всех сил до последнего мгновения.
14. Мне трудно доводить до конца общественные дела.
15. Во время учебного занятия заставляю себя полностью выполнить задание, даже если очень устал.
16. Не могу заставить себя планомерно заниматься в течение всей четверти, полугодия, семестра, особенно по тем учебным предметам, которые даются с трудом.

17. Систематически готовлюсь к учебным занятиям в школе (институте).

18. Неудача в соревновании резко снижает мою активность и желание продолжать борьбу.

19. В споре чаще всего уступаю другим.

20. Выполняя общественные поручения, всегда добиваюсь того, что необходимо.

Инициатива и самостоятельность.

1. Как правило, все важные решения принимаю без посторонней помощи.

2. Больше всего мне нравится пробовать свои силы в творческой деятельности.

3. Чувствую себя спокойно и уверенно, если кто-то руководит мною.

4. Прежде чем что-то сделать, всегда советуюсь с кем-то из знакомых.

5. Для меня удобнее всего выполнять работу по известному образцу.

6. Обычно отказываюсь от своих планов, намерений, если другие находят их неудачными.

7. Стремлюсь быть организатором новых дел в коллективе.

8. Если уверен, что прав, всегда поступаю по-своему.

9. Процесс творчества не привлекает меня.

10. В любую работу стремлюсь внести что-то новое, иначе не интересно.

11. Мне легко удается побороть смущение и завязать первым разговор с незнакомым человеком.

12. Никогда по собственной инициативе не берусь за выполнение общественных поручений.

13. При подготовке к учебным занятиям довольно часто читаю дополнительную литературу, не ограничиваясь лекцией или учебником.

14. Отсутствие значимого для меня человека (его советов и поддержки) во время серьезного испытания снижает мои достижения.

15. На учебных занятиях стараюсь придумывать что-нибудь новое.

16. В разговоре или при знакомстве стремлюсь предоставить инициативу другому.

17. К общественной работе отношусь неформально, стараюсь сделать ее не только полезной, но и интересной.

18. При изучении любого учебного предмета не стремлюсь знать больше, чем требуется для получения оценки.

19. Обычно не задумываюсь над содержанием занятия, точно выполняю то, что предлагает преподаватель.

20. Мои достижения при серьезном испытании не зависят от того, присутствует ли на них значимый для меня человек.

Самообладание и выдержка.

1. Я легко могу заставить себя долго ждать, если это необходимо.

2. Мне удается сохранить ясность мысли даже в самых сложных жизненных ситуациях.

3. Долгое ожидание очень мучительно для меня.

4. Бывает, когда я встревожен, волнуясь, совершенно теряю контроль над собой.

5. Считаю, что умение владеть собой не так уж важно для человека.

6. Если у меня плохое настроение, никогда не могу этого скрыть.

7. Мне легко заставить себя сдержать смех, если чувствую, что он неуместен.

8. Сильное волнение, как правило, не сказывается на целесообразности моих действий и поведения.

9. В сложной ситуации обычно теряюсь, не могу быстро принять нужное решение.

10. Специально учусь владеть собой.

11. В споре мне обычно удается сохранять спокойствие и объективность.

12. Не могу нормально заниматься, если меня что-то тревожит.

13. Во время серьезного испытания четко контролирую свои мысли, чувства, действия, поступки.

14. Совершенно не переношу боли.

15. Неприятности дома не снижают качества моих учебных занятий.

16. Во время экзамена иногда не могу ответить даже на то, что знаю.

17. На экзамене всегда мобилизуюсь и получаю оценку не ниже той, на которую рассчитываю.

18. Не могу сдержаться, чтобы на грубость не ответить тем же.

19. Во время экзамена с трудом владею собой.

20. Могу заставить себя действовать, преодолевая боль, если это необходимо.

Бланк ответов

Целеустремленность	Смелость		Настойчивость		Инициатива		Самообладание	
1	2		3		4		5	
1	1		1		1		1	
2	2		2		2		2	
3	3		3		3		3	
4	4		4		4		4	
5	5		5		5		5	
6	6		6		6		6	
7	7		7		7		7	
8	8		8		8		8	
9	9		9		9		9	
10	10		10		10		10	
11	11		11		11		11	
12	12		12		12		12	
13	13		13		13		13	
14	14		14		14		14	
15	15		15		15		15	
16	16		16		16		16	
17	17		17		17		17	

1		2		3		4		5	
18		18		18		18		18	
19		19		19		19		19	
20		20		20		20		20	
В		В		В		В		В	
Г		Г		Г		Г		Г	

Ключ для обработки результатов:

№ п/п	Выраженность качества					№ п/п	Генерализованность качества				
	а	б	в	г	д		а	б	в	г	д
1	-2	-1	0	1	2	11	-2	-1	0	1	2
2	-2	-1	0	1	2	12	2	1	0	-1	-2
3	2	1	0	-1	-2	13	-2	-1	0	1	2
4	2	1	0	-1	-2	14	2	1	0	-1	-2
5	2	1	0	-1	-2	15	-2	-1	0	1	2
6	2	1	0	-1	-2	16	2	1	0	-1	-2
7	-2	-1	0	1	2	17	-2	-1	0	1	2
8	-2	-1	0	1	2	18	2	1	0	-1	-2
9	2	1	0	-1	-2	19	2	1	0	-1	-2
10	-2	-1	0	1	2	20	-2	-1	0	1	2

ОПРОСНИК ТРЕВОЖНОСТИ

Автор Ч. Спилбергер

Литературный источник: Лучшие психологические тесты для профотбора и профориентации / под ред А. Ф. Кудряшова. – Петрозаводск, 1992. – 41–45.

Цель: исследование ситуативной и личностной тревожности.

Особенности процедуры проведения: шкала тревожности успешно используется в целях изучения саморегуляторных ресурсов личности и в целях руководства психокоррекционными мероприятиями по преодолению негативных последствий проявления тревоги.

Для оценки динамики состояния тревоги (например, до занятий аутотренингом и после курса аутотренинга) можно использовать первую половину шкалы (высказывания № 1–20) и укороченный вариант шкалы, на заполнение которого уходит 10–15 секунд.

О с н а щ е н и е : бланк ответов, текст вопросов.

Инструкция

Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет. Баллы в бланке ответа означают:

- 1 – нет, это не так;
- 2 – пожалуй, так;
- 3 – верно;
- 4 – совершенно верно.

1. Я чувствую себя свободно.	1 2 3 4
2. Я нервничаю.	1 2 3 4
3. Я не чувствую скованности.	1 2 3 4
4. Я доволен.	1 2 3 4
5. Я озабочен.	1 2 3 4
6. Я расстроен.	1 2 3 4
7. Меня волнуют возможные неудачи.	1 2 3 4
8. Я чувствую себя отдохнувшим.	1 2 3 4
9. Я встревожен.	1 2 3 4
10. Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения.	1 2 3 4
11. Я уверен в себе.	1 2 3 4
12. Я нервничаю.	1 2 3 4
13. Я не нахожу себе места.	1 2 3 4
14. Я взвинчен.	1 2 3 4
15. Я не чувствую скованности, напряженности.	1 2 3 4
16. Я доволен.	1 2 3 4
17. Я озабочен.	1 2 3 4
18. Я слишком возбужден и мне не по себе.	1 2 3 4

19. Мне радостно.	1 2 3 4
20. Мне приятно	1 2 3 4
21. Я испытываю удовольствие.	1 2 3 4
22. Я очень быстро устаю.	1 2 3 4
23. Я легко могу заплакать.	1 2 3 4
24. Я хотел бы быть таким же счастливым, как и другие.	1 2 3 4
25. Нередко я проигрываю из-за того, что недостаточно быстро принимаю решения.	1 2 3 4
26. Обычно я чувствую себя бодрым.	1 2 3 4
27. Я спокоен, хладнокровен и собран.	1 2 3 4
28. Ожидаемые трудности обычно очень тревожат меня.	1 2 3 4
29. Я слишком переживаю из-за пустяков.	1 2 3 4
30. Я вполне счастлив.	1 2 3 4
31. Я принимаю все слишком близко к сердцу.	1 2 3 4
32. Мне не хватает уверенности в себе.	1 2 3 4
33. Обычно я чувствую себя в безопасности.	1 2 3 4
34. Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей.	1 2 3 4
35. У меня бывает хандра.	1 2 3 4
36. Я доволен.	1 2 3 4
37. Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня.	1 2 3 4
38. Я так сильно переживаю свои разочарования, что потом долго не могу о них забыть.	1 2 3 4
39. Я уравновешенный человек.	1 2 3 4
40. Меня охватывает сильное беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах.	1 2 3 4

Обработка результатов.

Шкала самооценки состоит из двух частей, отдельно оценивающих реактивную (ситуативную) тревожность (СТ, высказывания № 1–20) и личностную тревожность (ЛТ, высказывания № 21–40).

Показатели РТ и ЛТ подсчитываются по формулам:

$$РТ = E_1 - E_2 + 35,$$

где E_1 – сумма зачеркнутых цифр на бланке по пунктам шкал 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18;

E_2 – сумма остальных зачеркнутых цифр по пунктам шкал 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20.

$$ЛТ = E_1 - E_2 + 35,$$

где E_1 – сумма зачеркнутых цифр на бланке по пунктам шкал 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40;

E_2 – сумма остальных зачеркнутых цифр по пунктам шкал 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39.

Интерпретация результатов

До 30 баллов – *низкая* тревожность;

31–45 баллов – *умеренная* тревожность;

46 и более баллов – *высокая* тревожность.

Значительные отклонения от уровня умеренной тревожности требуют особого внимания. Высокая тревожность предполагает склонность к появлению состояния тревоги у человека в ситуациях оценки его компетентности. В этом случае следует снизить субъективную значимость ситуации и задач и перенести акцент на осмысление деятельности и формирование чувства уверенности в успехе.

ИНДЕКС ЖИЗНЕННОЙ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ

Автор *Н. В. Папина*

Литературный источник: Lifeline и другие новые методы психологии жизненного пути / под ред. А. А. Кроника. – М.: Прогресс, 1993. – С. 107–114.

Цель: определение отношения человека к себе и собственной жизни, общего эмоционального фона, его настроения на данный момент жизни.

Оснащение: бланк методики, текст вопросов.

Примечание. Активность человека в обучении зависит от того, насколько комфортно он ощущает себя в настоящий момент жизни, насколько он адаптирован к неожиданно возникающим жизненным обстоятельствам.

Инструкция

Оцените каждое утверждение в соответствии со степенью вашего согласия. В столбике с номером вопроса поставьте любой

знак напротив нужного ответа – «согласен», «не согласен» или «не знаю».

1. С возрастом многое мне кажется лучше, чем я ожидал раньше.
2. Жизнь принесла мне больше разочарований, чем большинство людей, которых я знаю.
3. Сейчас самый мрачный период в моей жизни.
4. Моя жизнь могла бы быть счастливее, чем есть.
5. Сейчас я почти так же счастлив, как и в то время, когда был моложе.
6. Большинство дел, которыми мне приходится заниматься, скучные и неинтересные.
7. Сейчас я переживаю лучшие годы в моей жизни.
8. Я считаю, что в будущем меня ожидают интересные и приятные дела.
9. К своим делам и занятиям я испытываю такой же интерес, как и раньше.
10. С возрастом я всё больше ощущаю какую-то усталость.
11. Ощущение возраста не беспокоит меня.
12. Когда я оглядываюсь на свою жизнь, я испытываю чувство удовлетворения.
13. Я не изменил бы свою прошлую жизнь, даже если бы имел такую возможность.
14. По сравнению с другими людьми моего возраста я сделал массу глупостей в своей жизни.
15. Я выгляжу лучше, чем большинство других людей моего возраста.
16. У меня есть некоторые планы, которые я намереваюсь осуществить в ближайшее время.
17. Оглядываясь на прошлое, могу сказать, что я многое упустил в своей жизни.
18. Я слишком часто, по сравнению с другими людьми, нахожусь в подавленном настроении.
19. Я получил довольно много из того, что ожидал от жизни.
20. Что бы ни говорили, а с возрастом большинство людей становится хуже, а не лучше.

Ключ к ответам:

№ суждения	Согласен	Не согласен	Не знаю
1.	0	1	1
2.	0	2	1
3.	0	2	1
4.	0	2	1
5.	2	0	1
6.	0	2	1
7.	2	0	1
8.	2	0	1
9.	2	0	1
10.	0	2	1
11.	2	0	1
12.	2	0	1
13.	2	0	1
14.	0	2	1
15.	2	0	1
16.	2	0	1
17.	0	2	1
18.	0	2	1
19.	2	0	1
20.	0	2	1

Обработка результатов.

Индекс общей жизненной удовлетворённости определяется подсчетом баллов по ключу. Максимальный индекс жизненной удовлетворённости составляет 40 баллов. Средняя жизненная удовлетворённость – 25–30 баллов. Показатели менее 25 баллов считаются низкими.

В качестве дополнительной информации о том, какие конкретные сферы жизни приносят удовлетворение или недовольство, можно посчитать количество баллов по шкалам (максимальное количество баллов по каждой шкале – 8).

Интерпретация результатов

1. *Интерес к жизни.* Суждения № 1, 6, 9, 11. Шкала отражает степень энтузиазма, увлечённого отношения к обычной повседневной жизни.

2. *Последовательность в достижении целей.* Суждения № 8, 13, 16, 17. Высокие показатели по данной шкале отражают такие особенности отношения к жизни, как решительность, стойкость, направленные на достижение целей. Низкая оценка по этой шкале отражает пассивное примирение с жизненными неудачами, покорное принятие всего, что приносит жизнь.

3. *Согласованность между поставленными и достигнутыми целями.* Суждения № 2, 4, 5, 19. Высокие показатели отражают убеждённость человека в том, что он достиг или способен достичь тех целей, которые считает для себя важными.

4. *Положительная оценка себя и собственных поступков.* Суждения № 12, 14, 15, 20. Сюда относится оценка человеком своих внешних и внутренних качеств. Высокий балл отражает высокую самооценку.

5. *Общий фон настроения.* Суждения № 3, 7, 10, 18. Шкала показывает степень оптимизма, удовольствия от жизни.

Результаты данного теста дают возможность достаточно быстро получить информацию об общем эмоциональном состоянии человека, о сферах жизни, которые, возможно, являются «проблемными» для него. Безусловно, у исследователя не всегда есть возможность для психологической работы с обучаемым. Однако знание особенностей человека может помочь выбрать верную тактику взаимодействия с ним. Кроме этого, можно оценить эффективность обучения и психологического сопровождения, если провести обследования после процесса обучения.

**ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ
КОММУНИКАТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ
СФЕРЫ СТАРШЕКЛАССНИКОВ**

ОПРОСНИК ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ СТРУКТУРЫ ТЕМПЕРАМЕНТА

Автор В. М. Русалов

Литературный источник: Методики психодиагностики в учебно-воспитательном процессе / сост. В. В. Гришин, П. В. Лушин. – М., 1990.

Цель: диагностика свойств нервной системы, особенностей поведения и деятельности для эффективной организации учебного процесса и прогноза успешности в той или иной профессиональной сфере.

Оснащение: лист ответов.

Примечание. Определение особенностей темперамента включает в себя, помимо отнесения к одному из четырех классических типов, определение общих свойств нервной системы. Эти свойства определяют особенности поведения и деятельности (профессиональной, учебной) – гибкость, темп, способность к переключению.

Инструкция

Вам предлагается ответить на 105 вопросов. Вопросы направлены на выяснение вашего обычного способа поведения. Постарайтесь представить типичные ситуации и дайте первый естественный ответ, который придет вам в голову. Отвечайте быстро и точно. Помните, нет «хороших» или «плохих» ответов. Если вы выбрали ответ «да», поставьте «+» рядом с номером вопроса в бланке для ответов. Если вы выбрали ответ «нет» – поставьте знак «-».

1. Подвижный ли вы человек?
2. Всегда ли вы готовы с ходу, не раздумывая, включиться в разговор?
3. Предпочитаете ли вы уединение большой компании?
4. Испытываете ли вы постоянную жажду деятельности?
5. Ваша речь обычно медленна и нетороплива?
6. Ранимый ли вы человек?
7. Часто ли вам не спится из-за того, что вы поссорились с друзьями?
8. В свободное время вам всегда хочется заняться чем-либо?
9. В разговоре с другими людьми ваша речь часто опережает вашу мысль?
10. Раздражает ли вас быстрая речь собеседника?
11. Чувствовали бы вы себя несчастным человеком, если бы на длительное время были лишены возможности общения с людьми?

12. Вы когда-нибудь опаздывали на свидание или на работу?
13. Нравится ли вам быстро бегать?
14. Сильно ли вы переживаете неполадки в своей работе?
15. Легко ли вам выполнять работу, требующую длительного внимания и большой сосредоточенности?
16. Трудно ли вам говорить очень быстро?
17. Часто ли вы испытываете тревоги, что вы выполнили работу не так, как нужно?
18. Часто ли ваши мысли перескакивают с одной на другую во время разговора?
19. Нравятся ли вам игры, требующие быстроты и ловкости?
20. Легко ли вы можете найти другие варианты решения известной задачи?
21. Испытываете ли вы чувство беспокойства, что вас неправильно поняли в разговоре?
22. Охотно ли вы выполняете сложную, ответственную работу?
23. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых не разбираетесь?
24. Легко ли вы воспринимаете быструю речь?
25. Легко ли вам делать одновременно очень много дел?
26. Возникают ли у вас конфликты с вашими друзьями из-за того, что вы сказали им что-то, не подумав заранее?
27. Вы обычно предпочитаете делать несложные дела, не требующие от вас большой энергии?
28. Легко ли вы расстраиваетесь, когда обнаруживаете незначительные недостатки в своей работе?
29. Любите ли вы сидячую работу?
30. Легко ли вам общаться с разными людьми?
31. Вы обычно предпочитаете подумать, взвесить и лишь потом высказаться?
32. Все ли ваши привычки хороши и желательны?
33. Быстры ли у вас движения рук?
34. Вы обычно молчите и не вступаете в контакты, когда находитесь в обществе малознакомых людей?

35. Легко ли вам переключиться от одного варианта решения задачи на другой?

36. Склонны ли вы иногда преувеличивать в своём воображении негативное отношение близких вам людей?

37. Разговорчивый ли вы человек?

38. Вам обычно легко выполнять дело, требующее мгновенных реакций?

39. Вы обычно говорите свободно, без запинок?

40. Беспокоят ли вас страхи, связанные с работой?

41. Легко ли вы обижаетесь, когда близкие люди указывают на ваши личные недостатки?

42. Испытываете ли вы тягу к напряжённой ответственной деятельности?

43. Считаете ли вы свои движения медленными и неторопливыми?

44. Бывают ли у вас мысли, которые вы бы хотели скрыть от других?

45. Можете ли вы без долгих раздумий задать щекотливый вопрос другому человеку?

46. Доставляют ли вам удовольствие быстрые движения?

47. Легко ли вы «генерируете» новые идеи, связанные с работой?

48. Сосёт ли у вас под ложечкой перед ответственным разговором?

49. Можно ли сказать, что вы быстро выполняете порученное вам дело?

50. Любите ли вы братья за большие дела самостоятельно?

51. Богатая ли у вас мимика в разговоре?

52. Если вы обещали что-то сделать, всегда ли вы выполняете своё обещание независимо от того, удобно это вам или нет?

53. Испытываете ли вы чувство обиды от того, что окружающие вас люди обходятся с вами хуже, чем следовало бы?

54. Вы обычно предпочитаете выполнять только одну операцию?

55. Любите ли вы игры в быстром темпе?

56. Много ли в вашей речи длинных пауз?

57. Легко ли вам внести оживление в компанию?

58. Вы обычно чувствуете в себе избыток сил и вам хочется заняться каким-нибудь трудным делом?

59. Обычно вам трудно переключить внимание с одного дела на другое?

60. Бывает ли, что у вас надолго портится настроение от того, что сорвалось запланированное дело?

61. Часто ли вам не спится из-за того, что не ладятся дела, связанные непосредственно с работой?

62. Любите ли вы бывать в большой компании?

63. Волнуетесь ли вы, выясняя отношения с друзьями?

64. Испытываете ли вы потребность в работе, требующей полной отдачи сил?

65. Выходите ли вы иногда из себя, злитесь?

66. Склонны ли вы решать много задач одновременно?

67. Держитесь ли вы свободно в большой компании?

68. Часто ли вы высказываете своё первое впечатление, не подумав?

69. Беспокоит ли вас чувство неуверенности в процессе выполнения работы?

70. Медленны ли ваши движения, когда вы что-то мастерите?

71. Легко ли вы переключаетесь с одной работы на другую?

72. Быстро ли вы читаете вслух?

73. Вы иногда сплетничаете?

74. Молчаливы ли вы, находясь в кругу друзей?

75. Нуждаетесь ли вы в людях, которые бы вас ободрили и утешили?

76. Охотно ли вы выполняете много разных поручений одновременно?

77. Охотно ли вы выполняете работу в быстром темпе?

78. В свободное время вас обычно тянет пообщаться с людьми?

79. Часто ли у вас бывает бессонница при неудачах на работе?

80. Дрожат ли у вас руки во время ссоры?

81. Долго ли вы мысленно готовитесь перед тем, как высказать своё мнение?

82. Есть ли среди ваших знакомых люди, которые вам явно не нравятся?

83. Обычно вы предпочитаете лёгкую работу?

84. Легко ли вас обидеть в разговоре по пустякам?

85. Обычно вы первым в компании решаетесь начать разговор?

86. Испытываете ли вы тягу к людям?

87. Склонны ли вы сначала поразмыслить, а потом говорить?

88. Часто ли вы волнуетесь по поводу своей работы?

89. Всегда ли вы платили бы за провоз багажа, если бы не опасались проверки?

90. Держитесь ли вы обычно обособленно на вечеринках и в компании?

91. Склонны ли вы преувеличивать в своём воображении неудачи, связанные с работой?

92. Нравится ли вам быстро говорить?

93. Легко ли вам удержаться от высказывания неожиданно возникшей идеи?

94. Предпочитаете ли вы работать медленно?

95. Переживаете ли вы из-за малейших неполадок на работе?

96. Вы предпочитаете медленный спокойный разговор?

97. Часто ли вы волнуетесь из-за ошибок в работе?

98. Способны ли вы успешно выполнять длительную трудоёмкую работу?

99. Можете ли вы, недолго думая, обратиться с просьбой к другому человеку?

100. Часто ли вас беспокоит чувство неуверенности в себе при общении с людьми?

101. Легко ли вы берётесь за выполнение новых заданий?

102. Устаёте ли вы, когда вам приходится говорить долго?

103. Вы предпочитаете работать с «прохладцей», без особого напряжения?

104. Нравится ли вам разнообразная работа, требующая переключения внимания?

105. Любите ли вы подолгу бывать наедине с собой?

Обработка результатов: за каждое совпадение с ключом начисляется 1 балл.

Эргичность (Эр) – по 1 баллу за ответ «да» на вопросы: 4, 8, 15, 22, 42, 50, 58, 64, 98 и за ответ «нет» на вопросы: 27, 83, 103.

Социальная эргичность (Сэр) – «да»: 11, 30, 57, 62, 67, 78, 86; «нет»: 3, 34, 74, 90, 105.

Пластичность (П) – «да»: 20, 25, 35, 38, 47, 66, 71, 76, 101, 104. «Нет»: 54, 59.

Социальная пластичность (СП) – «да»: 2, 9, 18, 26, 45, 68, 85, 99; «нет»: 31, 81, 87, 93.

Темп (Т) – «да»: 1, 13, 19, 33, 46, 49, 55, 77; «нет»: 29, 43, 70, 94.

Социальный темп (СТ) – «да»: 24, 37, 39, 51, 72, 92; «нет»: 5, 10, 16, 56, 96, 102.

Эмоциональность (Э) – «да»: 14, 17, 28, 40, 60, 61, 69, 79, 88, 91, 95, 97.

Социальная эмоциональность (Сэм) – «да»: 6, 7, 21, 36, 41, 48, 53, 63, 75, 80, 84, 100.

0–3 балла по шкале – низкий результат;

3–9 – средний;

9–12 – высокий.

Контрольные вопросы: «да»: 32, 52, 89; «нет»: 12, 23, 44, 65, 73, 82.

Интерпретация результатов

Методика В. М. Русалова включает в себя следующие шкалы:

Эргичность показывает уровень потребности в освоении мира, жажды деятельности, стремления к труду. Чем выше эргичность, тем более работоспособен, активен человек.

Социальная эргичность – уровень потребности в общении, социальных контактах, стремления к лидерству.

Пластичность – степень лёгкости переключения с одного вида деятельности на другой. Высокий показатель по этой шкале означает стремление к разнообразию деятельности.

Социальная пластичность – степень лёгкости переключения в процессе общения с одного человека на другого, переключение на

разные темы общения, разнообразие контактов, лёгкость вступления в новые контакты.

Темп – скорость выполнения отдельных операций, быстрота двигательных действий, скорость работы, усвоения материала.

Социальный темп – уровень речевой активности, темп разговора в общении, скорость усвоения информации на слух. Высокий показатель по данной шкале позволяет предположить, что человек будет успешнее усваивать материал во взаимодействии с преподавателем, чем самостоятельно.

Эмоциональность – повышенная чувствительность к неудачам в работе, несовпадению предполагаемых и реальных результатов. При высоких показателях по данной шкале следует делать акцент на успехах обучаемого. Перед началом обучения стоит обсудить предполагаемые результаты обучения: какие знания и умения получит слушатель, какова при этом роль преподавателя, какие усилия должен прикладывать он сам.

Социальная эмоциональность – эмоциональная чувствительность в общении: чувствительность к неудачам в общении, к оценкам окружающих людей. При взаимодействии со слушателями с высокими показателями по данной шкале следует проявлять максимальную доброжелательность и безоценочность.

ТЕСТ ИЗУЧЕНИЯ ХАРАКТЕРОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ

Автор Г. Шмишек

Литературные источники: Елисеев, О. П. Конструктивная психология и психодиагностика личности. – Псков, 1994; Профессиональная деятельность детского городского психологического центра / под ред. Е. В. Рогова. – Шахты, 1993.

Цель: выявление акцентуаций характера. (*Акцентуация характера* в той или иной степени проявляется у каждого человека. Она связана непосредственно с темпераментными характеристиками личности, ее индивидуальными особенностями. Акцентуация представляет крайние варианты нормы, в результате чего некоторые черты характера доминируют по сравнению с остальными.)

Оснащение: бланк ответов, текст вопросов.

Примечание. Данная методика позволяет выявить 10 типов акцентуаций: гипертимность, застреванность, эмотивность, педантичность, тревожность, циклотимичность, демонстративность, возбудимость, дистимичность, экзальтированность.

Инструкция

Вам необходимо ответить на вопросы, используя два варианта ответов: «да» («+») – если вы испытывали данное состояние или чувство; «нет» («-») – если вы его не испытывали. Постарайтесь точно ответить на все вопросы.

1. Ваше настроение бывает в основном ясным, неомраченным?
2. Чувствительны ли вы по отношению к обидам, огорчениям?
3. Легко ли вы плачете?
4. Не возникает ли у вас по окончании какой-либо работы сомнения в качестве ее выполнения?
5. Бывали ли вы в детстве так же смелы, как ваши сверстники?
6. Бывают ли у вас колебания настроения: от очень веселого к очень тоскливому?
7. Бывая в обществе, вы любите находиться в центре внимания?
8. Бывают дни, когда вы без всякого повода впадаете в недоброльно-раздражительное настроение?
9. Серьезный ли вы человек?
10. Способны ли вы восторгаться, восхищаться?
11. Предприимчивы ли вы?
12. Скоро ли вы забываете, если вы кого-либо обидели?
13. Мягкосердечны ли вы?
14. Кинув письмо в почтовый ящик, не проверяете ли вы, прошло оно, не застряло ли в щели?
15. Стараетесь ли вы на работе из честолюбия быть одним из лучших?
16. Не боялись ли вы в детстве грозы или собак?
17. Не считают ли вас люди несколько педантичным?
18. Зависит ли ваше настроение от внешних причин?
19. Любят ли вас ваши знакомые?

20. Склонны ли вы иногда к душевным порывам, внутреннему беспокойству?

21. Ваше настроение несколько подавлено?

22. Случалось ли вам рыдать, переживая тяжелое нервное потрясение?

23. Трудно ли вам длительное время находиться на одном месте?

24. Отстаиваете ли вы энергично свои интересы, когда по отношению к вам проявили несправедливость?

25. Можете ли вы резать птицу?

26. Раздражает ли вас, когда занавеска или скатерть на столе висят неровно; стремитесь ли вы тотчас исправить это?

27. Боялись ли вы, будучи ребенком, оставаться дома одни?

28. Бывают ли у вас беспричинные колебания настроения?

29. Являетесь ли вы по своим профессиональным качествам или в учебе одним из лучших?

30. Легко ли вы впадаете в гнев?

31. Способны ли вы быть шаловливо-веселым?

32. Бывают ли у вас состояния, когда вы преисполнены счастья?

33. Можете ли вы напрямую высказать кому-либо свое мнение о нем?

34. Можете ли вы развлекать общество, быть душой компании?

35. Пугает ли вас вид крови?

36. Охотно ли вы беретесь за дело, учебу?

37. Заступаетесь ли вы за людей, по отношению к которым допущена несправедливость?

38. Беспокоит ли вас необходимость спуститься в темный погреб, войти в пустую, неосвещенную комнату?

39. Предпочитаете ли вы работу, требующую неторопливости и усидчивости, работе быстрой и с несложными результатами?

40. Общительный ли вы человек?

41. Охотно ли вы в школе декламировали стихи?

42. Кажется ли вам жизнь тяжелой?

43. Будучи ребенком, не убегали ли вы из дома?

44. Случалось ли вам так расстраиваться из-за какого-нибудь конфликта, ссоры, что после этого вы чувствовали себя не в состоянии пойти на работу, учебу?

45. Можете ли вы сказать, что даже при неудаче вы не теряете чувства юмора?

46. Стараетесь ли вы помириться, если кого-нибудь обидели?

47. Предпримете ли вы первый шаг к примирению?

48. Случалось ли вам, уйдя из дома, возвращаться, проверять не случилось ли что-нибудь?

49. Беспокоили ли вас мысли, что с вами или вашими родными что-нибудь случится?

50. Не находите ли вы, что ваше настроение меняется в зависимости от погоды?

51. Не трудно ли вам выступать на сцене или с кафедры перед большой аудиторией?

52. Можете ли вы, если на кого-нибудь сердитесь, пустить в ход кулаки?

53. Нравится ли вам быть в обществе?

54. Можете ли вы под влиянием разочарования впасть в отчаяние?

55. Любите ли вы организованную деятельность?

56. Упорствуете ли вы в достижении цели, если на пути встречается много препятствий?

57. Может ли вас так взволновать трагический фильм, что выступят слезы?

58. Не бывает ли вам трудно заснуть из-за того, что голова забита дневными заботами, проблемами общества?

59. Подсказывали ли вы или давали списывать в школьные годы?

60. Волнует ли вас необходимость пройти одному в темноте по кладбищу?

61. Следите ли вы за тем, чтобы в вашем доме каждая вещь лежала на своем месте?

62. Случается ли с вами, что, ложась спать в подавленном расположении духа, следующим утром встаете с мрачным настроением?

63. Легко ли вы приспосабливаетесь к новой ситуации?
64. Подвержены ли вы головным болям?
65. Часто ли вы смеетесь?
66. Можете ли вы относиться к людям, которых ни во что не ставите, так, чтобы они этого не замечали?
67. Считаете ли вы себя энергичным, предприимчивым человеком?
68. Страдаете ли вы от несправедливости?
69. Любите ли вы природу?
70. Уходя из дома или ложась спать, проверяете ли вы, закрыт ли газ?
71. Боязливы ли вы?
72. Часто ли меняется ваше настроение?
73. Принимаете ли вы участие (в настоящее время или в молодости) в любительских спектаклях, в драмкружках?
74. Испытываете ли вы иногда влечение к чему-то заманчивому, неведомому?
75. Относите ли вы к будущему пессимистически?
76. Бывают ли у вас внезапные переходы настроения от большой радости к глубокой тоске?
77. Удастся ли вам при общении с людьми создавать определенное настроение?
78. Долго ли вы храните чувство гнева, досады?
79. Переживаете ли вы долгое время горести других людей?
80. Могли ли вы в школьные годы переписать из-за кляксы страницу тетрадки?
81. Можно ли сказать, что вы относитесь к людям скорее настороженно, недоверчиво, чем доверительно?
82. Часто ли у вас бывают страшные сновидения?
83. Возникают ли у вас иногда внезапно представления, что вы можете броситься под колеса мчащегося поезда, или если вы находитесь около высоко расположенного окна, балкона, то можете из него выпрыгнуть?
84. Становитесь ли вы сами веселее в окружении веселых людей?

85. Можете ли вы достаточно хорошо отвлечься от гнетущих проблем, не думать о них?
86. Совершаете ли вы внезапные, импульсивные поступки?
87. В беседе вы скорее немногословны, чем говорливы?
88. Могли бы вы, участвуя в театральном представлении, настолько войти в роль, что при этом забыть, что вы сами не такой на самом деле?

Обработка результатов: в соответствии с *ключом* каждому испытуемому по десяти типам акцентуации проставляется балл (совпадение ответа с ключевым – 1 балл). Тип акцентуации считается выраженным, если по данному типу испытуемый набрал более половины возможного значения. Если у испытуемого выраженными являются более одного типа акцентуации, то за основной принимается тот тип, значение по которому ближе к верхнему пределу возможного значения.

Гипертимный тип. Обычно гипертимные люди отличаются большой подвижностью, общительностью, болтливостью, чрезмерной самостоятельностью, склонностью к озорству, недостатком чувства дистанции в отношении ко взрослым. С первых лет жизни они везде вносят много шума, любят компании сверстников, стремятся ими командовать. Большое стремление к самостоятельности может быть часто следствием конфликтов, приводит к побегам, отлучкам. Характерны вспышки гнева и раздражения, особенно когда они встречают сильное противодействие, терпят неудачи.

Застревающий тип. Застревающий тип личности – это люди, особо чувствительные к обидам и огорчениям, долго переживающие происшедшее, отличающиеся мстительностью, отсутствием способности «легко отходить» от обид. Сильно развитое честолюбие часто приводит к настойчивым отстаиваниям своих интересов. Иногда вступают в конфликт, отстаивая интересы других. Обладают великим упорством в достижении своих целей, часто страдают от мнимой несправедливости к ним. В связи с этим проявляется настороженность и недоверчивость по отношению к людям.

Эмотивный тип. Наиболее сильно выраженная черта эмотивного типа – сопереживание другим людям или животным. Это люди, обладающие мягкосердечием, они легко прощают недостатки другим и сами часто идут на примирение в конфликтах. Они особо относятся к природе, любят выращивать растения, ухаживать за животными. Про таких говорят: «Мухи не обидит».

Педантичный тип. Характеризуется постоянным сомнением правильности выполненной работы, частыми самопроверками. Пунктуален, аккуратен, особое внимание уделяет чистоте и порядку. Педантичный тип сильно реагирует на любое проявление нарушения порядка, вследствие чего могут возникнуть конфликты. В выполнении каких-либо действий нетороплив, усидчив, ориентирован на высокое качество работы и особую аккуратность.

Тревожный тип. Обычно с детства проявляется пугливость и боязливость. Дети тревожного типа часто боятся темноты, животных, страшатся оставаться одни. Сторонятся шумных и бойких сверстников, не любят чрезмерно шумных игр, испытывают чувство робости и застенчивости, тяжело переживают контрольные, экзамены, проверки. Часто стесняются отвечать перед классом. У них рано формируется чувство долга, ответственности, высокие моральные и этические требования. Чувство собственной неполноценности стараются замаскировать в самоутверждении через те виды деятельности, где они могут более раскрыть свои способности.

Циклотимический тип. Выявлены два варианта циклоидной акцентуации: типичные и лабильные циклоиды. Типичные циклоиды производят впечатление гипертимных, но затем в переходном возрасте у них появляется ощущение вялости, упадка сил, на замечания отвечают грубостью и гневом. В студенческие годы учатся неровно, часто упущения наверстывают с трудом, порождая в себе отвращение к занятиям. У лабильных циклоидов фазы смены настроения обычно короче, чем у типичных циклоидов.

Демонстративный тип. Главная черта этого типа – беспредельный эгоцентризм, ненасытная жажда постоянного внимания к себе, восхищения, сочувствия, почитания, удивления. Обычно похвала других в их присутствии вызывает особо неприятное ощущение,

они этого не выносят. Стремление к компании вызвано желанием ощутить себя лидером, занять исключительное положение. Самооценка далека от объективности.

Возбудимый тип. Возбудимый тип отличается непослушанием в детстве, трудностью регулирования своего поведения. Часто наблюдается нежелание учиться. Только при неустанном контроле, нехотя подчиняясь, выполняет задания. Все плохое так и «липнет» к ним. Учеба легко забрасывается. Никакой труд не становится привлекательным, работают только лишь по мере крайней необходимости. Равнодушны к будущему, целиком живут настоящим, желая извлечь из него массу развлечений.

Дистимичный тип. Отличается серьезностью, даже подавленностью настроения, пессимистическим отношением к будущему. Общества, шумные компании обычно избегают.

Экзальтированный тип. Яркая черта этого типа – высокая способность восторгаться, восхищаться, улыбочность, ощущение счастья, радости. Это чувство часто у них возникает по причине, которая у других не вызывает большого подъема.

ИССЛЕДОВАНИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ УСТАНОВОК ЛИЧНОСТИ

Авторы А. Н. Ивашов и Е. В. Заика

Литературный источник: Ивашов А. Н., Заика Е. В. Методика исследования коммуникативных установок личности // Вопросы психологии. – 1991.

Ц е л ь : выявление доминирующей позиции в поведении и типа общения, выявление коммуникативных качеств, которые отражаются на взаимодействии человека с другими людьми, на стиле его деловых и личных взаимоотношений.

О с н а щ е н и е : индивидуальные наборы карточек для ранжирования.

Примечание. Тест составлен исходя из представлений, что каждому из нас могут быть свойственны три *эго-состояния*, три основные позиции в общении:

1. Позиция *Ребенка* – Ребенок позволяет нам иногда проявлять собственные слабости, быть естественным и непосредственным.

2. Позиция *Родителя* – стремление обучать, опекать других в соответствии с собственными ценностями, убеждениями.

3. Позиция *Взрослого* – объективность, организованность, надёжность, разумность. Взрослое состояние в нас имеет дело с фактами, благодаря ему мы планируем, проверяем возможности и принимаем рациональные решения.

Каждому состоянию нашего *Я* может быть свойствен один из четырёх *типов общения*:

1. *Гармоничный*, которому свойственна естественность, энергичность и внимание к индивидуальности партнёра.

2. *Формальный*, характеризующийся преобладанием нормативности, аналитичности, а также поверхностным, формальным отношением к людям.

3. *Отгороженный*, которому присущи низкая продуктивность, пассивность и невнимание к партнёру.

4. *Конфликтный*, связанный со склонностью к эмоциональным всплескам, агрессивному поведению.

В данном издании предлагается вариант проведения исследования, модифицированный нами в целях проведения групповой диагностики.

Инструкция

Исследование состоит из двух серий заданий.

Первая серия: на предложенных вам 12 карточках описаны различные особенности поведения людей. Вероятно, одни из этих особенностей свойственны вам в большей мере, другие – в меньшей. Найдите, пожалуйста, и напишите в строке «первая серия» номер той карточки, которая, на ваш взгляд, наиболее точно из всех имеющихся описывает вас. Далее напишите номер той, которая характеризует вас также достаточно отчётливо, но в меньшей степени и т. д., то есть расположите номера карточек в ряд – от наиболее похожих на вас до наименее похожих.

Вторая серия: расположите номера карточек от самой привлекательной для вас до самой неприятной, при этом исходите из вашего собственного представления об идеальном человеке: каким он вообще должен быть.

Тексты на карточках

1. Общаясь, оригинальничает, острит, играет, использует уловки в своих интересах, притворяется и фантазирует	2. Стремится соблюдать правила и нормы, ориентируется на авторитеты, чувствителен к похвалам и упрекам, полагается на других	3. Стремится плыть по течению, избегает ответственности, предпочитает быть беззаботным и иметь покровительство	4. Делает всё шиворот-навыворот, направляется на наказания, назло «тянет резину», дерзит и мечтает свести счёты
5. Опекает другого, всегда готов оказать поддержку, тревожится за других, доброжелательно и доступно объясняет, сглаживает конфликты	6. Требуется ответственного поведения и строгого соблюдения правил и норм, часто выражает одобрение или неодобрение поведением других	7. Отчуждается, предоставляя свободу, отстраненно наблюдает, критикует людей и временно, склонен к упрекам	8. Настойчиво ищет недостатки, категорически требует послушания, часто отстаивает свой авторитет, не терпит возражений
9. Заключает взаимный договор, творческий союз, соперничает и понимает других, обменивается мыслями и чувствами	10. Собирает факты, хладнокровно рассчитывает и взвешивает, заранее планирует, обладает «железной» логикой, умеет держать себя в руках	11. Избегает споров, живёт в мире иллюзий, во всём сомневается, копается в себе, не умеет воплощать замыслы	12. Имеет непоколебимую систему взглядов, логически обосновывает свои предубеждения, придумывает себе врагов, плохо понимает людей

При обработке результатов выявляется преобладающий тип эго-состояний и коммуникативных установок для конкретной группы людей, а также обозначаются тенденции развития доминирующих позиций в общении. Полученные данные помогут выбрать наиболее соответствующий учебной группе тип деловых взаимоотношений. Знание о том, какие коммуникативные установки являются желаемыми, даст возможность внести необходимые коррективы.

Интерпретация результатов

В *первой серии* человек оценивает себя и своё поведение, выбирая карточки, описывающие наиболее свойственные ему особенности.

Во *второй серии* человек выбирает желаемые для него черты и качества. Таким образом, мы можем предположить, какие качества хочет видеть в себе обучающийся, а какие у него уже есть. Для этого сопоставляются результаты первой и второй серий исследования.

Кроме этого, проводящий занятия специалист, зная свои собственные результаты по данной методике, может сопоставить их с результатами обучающегося и предположить, насколько успешным и продуктивным будет их общение. Бесконфликтное общение можно предположить в следующих парах: Взрослый–Взрослый, Родитель–Ребенок. Наиболее продуктивно в процессе общения приближаться к позиции Взрослого. В этом случае и педагог, и старшеклассник реально оценивают происходящее, ставят реальные цели с учётом собственных возможностей.

Карточки соответствуют следующим позициям и типам общения:

Эго-состояние	Тип общения			
	Гармоничный	Формальный	Отгороженный	Конфликтный
Ребенок	№ 1	№ 2	№ 3	№ 4
Родитель	№ 5	№ 6	№ 7	№ 8
Взрослый	№ 9	№ 10	№ 11	№ 12

КОММУНИКАТИВНЫЕ И ОРГАНИЗАТОРСКИЕ СПОСОБНОСТИ

Авторы: В. В. Синявский, Б. А. Федоришин

Литературный источник: Бондарев, В. П. Выбор профессии. – М., 1991.

Цель: выявление уровня развития коммуникативных и организаторских способностей старшеклассников как стержневых в профессиях типа «человек – человек».

Оснащение: лист ответов.

Инструкция

Вам необходимо ответить на все вопросы, которые будут предложены. Свободно выражайте свое мнение и отвечайте на них так: если ваш ответ на вопрос положителен, то поставьте против соответствующей ему цифры в бланке ответов знак «+», если отрицателен – то «-».

Может случиться так, что на некоторые вопросы вам будет трудно ответить. Тогда постарайтесь дать тот ответ, который будет наиболее вероятен.

1. Много ли у вас друзей, с которыми вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли вам удается убедить большинство своих товарищей в правоте вашего мнения?
3. Долго ли вас беспокоит чувство обиды, причиненное вам кем-то из ваших товарищей?
4. Всегда ли вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Есть ли у вас стремление к установлению новых знакомств с различными людьми?
6. Нравится ли вам заниматься общественной работой?
7. Верно ли, что вам приятнее и проще проводить время с книгами или за какими-либо другими занятиями, чем с людьми?
8. Если возникли какие-то помехи в осуществлении ваших намерений, то легко ли вы отступаете от своих намерений?
9. Легко ли вы устанавливаете контакт с людьми, которые значительно старше вас по возрасту?
10. Любите ли вы придумывать и организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли для вас включиться в новые для вас компании?
12. Часто ли вы откладываете не другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?

13. Легко ли вам удастся установить контакты с незнакомыми людьми?

14. Стремитесь ли вы добиваться, чтобы ваши товарищи действовали в соответствии с вашими мнениями?

15. Трудно ли вы осваиваетесь в новом коллективе?

16. Верно ли, что у вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязанностей, обязательств?

17. Стремитесь ли вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с незнакомым человеком?

18. Часто ли в решении важных дел вы принимаете инициативу на себя?

19. Раздражают ли вас окружающие люди и хочется ли вам побыть одному?

20. Правда ли, что вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для вас обстановке?

21. Нравится ли вам постоянно находиться среди людей?

22. Возникает ли у вас раздражение, если вам не удается закончить начатое дело?

23. Испытываете ли вы затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?

24. Правда ли, что вы утомляетесь от частого общения с товарищами?

25. Любите ли вы участвовать в коллективных играх?

26. Часто ли вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы ваших товарищей?

27. Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди мало знакомых вам людей?

28. Верно ли, что вы редко стремитесь к доказательству своей правоты?

29. Полагаете ли вы, что вам не доставляет особого труда внести оживление в мало знакомую для вас компанию?

30. Принимали ли вы участие в общественной работе в школе?

31. Стремитесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?

32. Верно ли, что вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не было сразу принято вашими товарищами?

33. Чувствуете ли вы себя непринужденно, попав в незнакомую для вас компанию?

34. Охотно ли вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?

35. Правда ли, что вы чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?

36. Часто ли вы опаздываете на деловые встречи, свидания?

37. Верно ли, что у вас много друзей?

38. Часто ли вы смущаетесь, чувствуя неловкость при общении с малоизвестными вам людьми?

39. Часто ли вы оказываетесь в центре внимания у своих товарищей?

40. Правда ли, что вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

Обработка результатов: после ответов на все вопросы испытуемому предлагается сверить их с *ключом* и подсчитать количество совпадающих ответов по всем вопросам методики. Все нечетные вопросы измеряют коммуникативные способности, четные – организаторские.

Оценочный коэффициент (К) коммуникативных или организаторских способностей выражается отношением количества совпадающих с ключом ответов к максимально возможному числу совпадений, то есть к 20:

$$K = \frac{X}{20},$$

где К – величина оценочного коэффициента;

X – количество совпадающих с числом ответов.

Ключ к определению коммуникативных способностей:

1	+	11	-	21	+	31	-
3	-	13	+	23	-	33	+
5	+	15	-	25	+	35	-
7	-	17	+	27	-	37	+
9	-	19	-	29	+	39	-

Ключ к определению организаторских способностей:

2	+	12	-	22	+	32	-
4	-	14	+	24	-	34	+
6	+	16	-	26	+	36	-
8	-	18	+	28	-	38	+
10	-	20	-	30	+	40	-

Интерпретация результатов

Показатели, полученные по этой методике, могут варьироваться от 0 до 1. Показатели, близкие к 1, свидетельствуют о высоком уровне проявления коммуникативных или организаторских способностей. Близкие к 0 показатели свидетельствуют об их низком уровне.

Для более достоверной оценки коммуникативных и организаторских способностей используется шкала оценок, по которой сверяются полученные оценочные результаты.

Шкала оценок коммуникативных способностей

Коэффициент	Оценка	Уровень проявления коммуникативных способностей
0,10–0,45	1	Низкий
0,46–0,55	2	Ниже среднего
0,56–0,65	3	Средний
0,66–0,75	4	Высокий
0,76–1,00	5	Очень высокий

Шкала оценок организаторских способностей

Коэффициент	Оценка	Уровень проявления организаторских способностей
0,20–0,55	1	Низкий
0,56–0,65	2	Ниже среднего
0,66–0,70	3	Средний
0,71–0,80	4	Высокий
0,81–1,00	5	Очень высокий

Интерпретация результатов

Оценка «1». Получившие ее испытуемые характеризуются крайне низким уровнем проявления способностей к коммуникативной и организаторской деятельности.

Оценка «2». Для испытуемых, получивших такую оценку, характерно отсутствие стремления к общению. Они чувствуют себя скованно в незнакомой компании и новом коллективе. Они предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства с новыми людьми. Им трудно выступать перед аудиторией, они плохо ориентируются в незнакомой ситуации, не отстаивают свое мнение, тяжело переживают обиды. Проявление инициативы и общественной активности с их стороны выражено слабо, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

Оценка «3». Получившие такую оценку испытуемые, обладая средними данными, стремятся к новым контактам с людьми, не ограничивая круг своих привычных знакомств. Они охотно проявляют лидерское поведение, отстаивают свое мнение, самостоятельно планируя работу. Однако потенциал их способностей не отличается устойчивостью. Эти испытуемые, если они хотят быть успешными в общении с людьми и руководстве ими, нуждаются в серьезной и планомерной работе по формированию и развитию способностей.

Оценка «4». Испытуемые этой группы не теряются в новой для них обстановке, быстро находят друзей, постоянно расширяют круг своих знакомых. Они охотно занимаются общественной работой, помогают близким, друзьям, проявляют инициативу в общении, с удовольствием участвуют в организации общественных мероприятий, способны принимать самостоятельное решение в трудной обстановке.

Оценка «5». Люди с высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских способностей быстро ориентируются в ложных ситуациях, они непринужденно ведут себя в новом коллективе. Испытуемые этой группы инициативны, предпочитают само-

стоятельность в выборе и принятии решений, отстаивают свое мнение и добиваются, чтобы оно было принято. Они легко вливаются в незнакомую компанию, любят и умеют организовывать различные игры, коллективные дела, сами умеют находить такую работу.

ШКАЛА САМОЭФФЕКТИВНОСТИ

Авторы: Р. Шварцер и М. Ерусалем

Литертурный источник: Шварцер, Р., Ерусалем, М., Ромек, В. Г. Русская версия шкалы общей самооффективности // Иностранная психология. – 1996. – № 7.

Цель: определение степени самооффективности, т. е. веры в собственные способности и возможность собственного успеха

Особенности процедуры проведения: полученные результаты тестовых исследований полезно соотнести с показателями других (проективных) методик. Такая работа осуществляется совместно с испытуемым. Следует попытаться найти взаимосвязь между результатами различных тестов, обратив внимание на то, какие качества и черты человека могут дополняться или компенсироваться другими. Желательно дать человеку рекомендации относительно того, как выявленные и осознанные качества могут быть использованы в дальнейшей личной и профессиональной жизни в целом и в процессе обучения в частности, на какие сильные стороны можно опереться, а на какие недостающие качества стоит обратить внимание.

Оснащение: бланк методики с 10 суждениями для оценки.

Примечания. Понятие «самооффективность» было предложено А. Бандурой и представляет собой один из центральных компонентов его социально-когнитивной теории. Идея А. Бандуры заключается в том, что вера в эффективность собственных действий (самооффективность) может существенно влиять на поведение отдельного человека и группы людей.

Влияние веры в самооффективность на поведение человека А. Бандура объясняет следующим образом: человек боится и избегает тех социальных ситуаций, с которыми, как он считает, не сумеет справиться. Активно и наступательно он ведёт себя тогда, когда уверен в своих

способностях и верит в успех собственных действий. Самооффективность означает веру человека в то, что он в состоянии вести себя таким образом, что это приведёт к желаемым результатам – успеху.

Инструкция

Оцените высказывания по степени своего согласия с ними и поставьте любой знак в графе «Отметки»:

- 1 – абсолютно неверно;
- 2 – едва ли это верно;
- 3 – скорее всего, верно;
- 4 – совершенно верно.

Бланк методики

Содержание высказываний	Отметки			
	1	2	3	4
1. Если я как следует постараюсь, то всегда найду решение даже сложной проблемы				
2. Если мне что-нибудь мешает, то я все же нахожу пути достижения своей цели				
3. Мне довольно просто удается достичь своих целей				
4. В неожиданных ситуациях я всегда знаю, как я должен себя вести				
5. При непредвиденно возникающих трудностях я верю, что смогу с ними справиться				
6. Если я приложу достаточно усилий, то смогу справиться с большинством проблем				
7. Я готов к любым трудностям, поскольку полагаюсь на собственные способности				
8. Если передо мной встает какая-либо проблема, то я обычно нахожу несколько вариантов ее решения				
9. Я могу что-нибудь придумать даже в безвыходных на первый взгляд ситуациях				
10. Я обычно способен держать ситуацию под контролем				

Обработка результатов: за ответ «абсолютно неверно» испытуемый получает 1 балл; «едва ли это верно» – 2 балла; «скорее всего, верно» – 3 балла; «совершенно верно» – 4 балла.

Показатели до 27 баллов свидетельствуют о низкой самоэффективности; 27–35 – показатели средней самоэффективности, более 35 – высокой.

При низких результатах по данной методике в работе со слушателем необходимы максимальная доброжелательность и поддержка со стороны консультанта. Однако при этом не стоит совершенно лишать обучающегося самостоятельности. Желательно чаще подчеркивать его сильные стороны (используя данные опросника самоактуализации), подкреплять уверенность в том, что все достижения человека – результат его собственных усилий.

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ПОТЕНЦИАЛА РАЗВИТИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

ТВОРЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ

Авторы: Е. С. Жариков, А. Б. Золотов

Литературный источник: Жариков, Е. С., Золотов, А. Б. Как приблизить час открытий: введение в психологию научного труда. – Кишинев, 1990. – 336 с.

Цель: исследование творческого потенциала старшекласников.

Оснащение: бланк ответов.

Инструкция

Дайте свою оценку утверждениям, приведенным ниже. Оцените степень проявления у вас качеств или состояний, отраженных в перечисленных суждениях: при несогласии следует ставить 0; постоянное проявление качества обозначается 4 баллами; частое проявление отмечается 3 баллами, среднее – 2 баллами, редкое – 1 баллом.

Работайте быстро, но вместе с тем так, чтобы вы правильно поняли смысл высказываний и верно определили частоту или степень

проявления у вас качеств или состояний, зафиксированных в текстах утверждений. Отвечайте искренне. Свою оценку приведенным ниже утверждениям запишите в бланке ответов рядом с номером высказывания.

1. Бывает, что я вижу проблему там, где для других все ясно.
2. Меня побуждает к работе потребность материального обеспечения.
3. Я предпочел бы работать под руководством человека, который не вмешивается в то, как я работаю.
4. Я работаю ради желания повысить уровень материального комфорта.
5. Я не боюсь высказываться о том, в чем не силен.
6. Я хотел бы прославиться.
7. То, о чем я думаю, представляю в образных картинах.
8. Моя работа для меня – средство самоутверждения (доказательства, что я не хуже, а, может быть, и лучше других).
9. Мне удастся делать верные заключения при недостатке информации об объектах.
10. Меня побуждает к работе понимание нужности или интересности людям результатов моего труда.
11. По-моему, я додумываюсь до решения проблем быстрее многих своих одноклассников (сверстников).
12. Моя активность в работе связана со стремлением сделать карьеру.
13. Мне удастся получать более простые решения, чем получают по той же проблеме другие люди.
14. Я работаю потому, что мне интересно.
15. Решая какую-либо задачу, я использую постороннюю информацию (из других сфер знания или научных областей).
16. Я работаю из-за желания оправдать надежды, которые на меня возлагают люди.
17. Я бывал недоволен тем материалом, который преподносили преподаватели.
18. Я работаю ради одобрения (похвалы).

19. Мне удастся увидеть новое в давно известном (привычном).
20. Я активно работаю из-за любознательности.
21. Я легко (без борьбы с собой) обсуждаю свои ошибки.
22. Меня побуждает к работе стремление стать признанным специалистом.
23. Мне удастся быстро отбирать пригодные для решения варианты из большого числа предложенных.
24. Я испытываю острое чувство удовольствия от того, что начинаю понимать какие-либо сложные вопросы (проблемы, задачи, ситуации).
25. Я предлагаю много идей (иногда шуточных, забавных).
26. Я много делаю ради достижения успеха в жизни.
27. Какую бы работу, связанную с моей специальностью, я ни читал, меня так и тянет поразмышлять над темой в направлении, не предусмотренном автором.
28. Я был бы не прочь обессмертить свое имя.
29. Если бы вся работа выполнялась строго по плану, жить было бы скучно.
30. Я работаю ради увеличения своего превосходства над людьми.
31. Я без особого труда переключаюсь с одной проблемы на другую.
32. Я стремлюсь работать так, чтобы стать похожим на человека, которого считаю образцом для подражания.
33. Я доверяю своей интуиции (чутью).
34. К работе меня побуждает потребность заслужить уважение коллег.
35. Я склонен к поиску непривычного (оригинального, нестандартного).
36. Я работаю ради приобретения широкой известности.
37. Меня привлекают парадоксы (парадоксальные ситуации, проблемы, поставленные в парадоксальной форме, парадоксальные предложения, идеи).
38. К работе меня стимулирует желание заслужить признание со стороны близкого мне человека (близких людей).

39. Во время чтения я ловлю себя на том, что мне не удастся продвинуться, так как меня начинают «донимать» собственные мысли по поставленной автором проблеме.

40. Я работаю в своей отрасли потому, что она престижна.

41. Я вношу в дело (решение проблемы) что-то свое, личное, не предусмотренное заранее.

42. Моя деятельность стимулируется чувством, что я способен достичь успеха в области, мною избранной («я могу!»).

43. Если мне приходится переписывать какой-либо текст, меня так и тянет изменить его вопреки принятым стандартам.

44. В работе мною движет стремление «прийти к финишу первым» (или, по крайней мере, не последним).

45. Я предпочитаю находить решения сам, а не следовать указаниям других.

46. Меня побуждает к работе желание поражать людей своими достижениями.

47. Я склонен браться за дела, не обязательно гарантирующие успех.

48. К работе меня стимулирует потребность в самовыражении (желание проявить свои способности и возможности).

49. Я предпочел бы работать в коллективе, где не запрещается сомневаться в общепризнанном.

50. К работе меня побуждает желание войти в круг людей, окруженных ореолом исключительности.

Бланк ответов

Т		П		Т		П		Т		П	
1		2		3		4		5		6	
7		8		9		10		11		12	
13		14		15		16		17		18	
19		20		21		22		23		24	
25		26		27		28		29		30	
31		32		33		34		35		36	
37		38		39		40		41		42	
43		44		45		46		47		48	
				49		50					

Условные обозначения:

Т – творческие проявления личности в поведении;

П – потенциал личностного развития.

Обработка результатов: суммируйте показатели по Т (творческим проявлениям личности) и П (потенциалу личностного развития). Просчитайте среднюю оценку по группе и сравните свои показатели с общегрупповыми.

Выскажите свои суждения по поводу соотношения творческих проявлений и потенциала их развития, ответив на вопросы:

- Как я сам оцениваю свой творческий потенциал?
- Насколько он реализован в моей реальной жизни?
- От чего зависит его реализованность?
- Каковы сильные стороны моей личности, требующие специальных усилий для их проявления в творчестве?
- Какие меры мне следует предпринять, чтобы полностью реализовать мой творческий потенциал?
- Что это принесет мне и окружающим меня людям?
- Насколько это будет востребовано людьми в настоящем и будущем?

ОПРОСНИК САМОАКТУАЛИЗАЦИИ (тест САМОАЛ)

Автор Э. Шостром (адаптация на русском языке выполнена Л. Я. Гозманом и Н. Ф. Калиной)

Литературный источник: Калина, Н. Ф. Вопросник самоактуализации личности // Журнал практического психолога. – 1998. – № 1. – С. 65–75.

Цель: выявление общего личностного потенциала, способности человека к саморазвитию, самореализации сильных сторон личности.

Оснащение: лист ответов.

Примечание. Данная методика является комплексной и достаточно информативной, хотя трудоёмка по выполнению и обработке. Согласно теории автора данной методики А. Маслоу, у каждого человека имеется определённый потенциал, который необходимо реализовать. Спо-

собность к его реализации называется самоактуализацией, её уровень у всех людей различен. Предлагаемая методика определяет уровень стремления к самоактуализации – насколько человек готов прилагать усилия для того, чтобы жить полноценной личной и профессиональной жизнью.

Инструкция

Из двух вариантов утверждений выберите тот, который вам больше нравится или лучше согласуется с вашими представлениями, точнее отражает ваши мнения. Здесь нет хороших или плохих, правильных или неправильных ответов, самым лучшим будет тот, который даётся по первому побуждению.

1. а) Придёт время, когда я заживу по-настоящему, не так, как сейчас.
б) Я уверен, что живу по-настоящему уже сейчас.
2. а) Я очень увлечён своим профессиональным делом.
б) Не могу сказать, что мне нравится моя работа и то, чем я занимаюсь.
3. а) Если незнакомый человек окажет мне услугу, я чувствую себя ему обязанным.
б) Принимая услугу незнакомому человеку, я не чувствую себя обязанным ему.
4. а) Мне бывает трудно разобраться в своих чувствах.
б) Я всегда могу разобраться в собственных чувствах.
5. а) Я часто задумываюсь над тем, правильно ли вёл себя в той или иной ситуации.
б) Я редко задумываюсь над тем, насколько правильно моё поведение.
6. а) Я внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
б) Я редко смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
7. а) Способность к творчеству – природное свойство человека.
б) Далеко не все люди одарены способностью к творчеству.

8. а) У меня не всегда хватает времени на то, чтобы следить за новостями литературы и искусства.

б) Я прилагаю силы, стараясь следить за новостями литературы и искусства.

9. а) Я часто принимаю рискованные решения.

б) Мне трудно принимать рискованные решения.

10. а) Иногда я могу дать собеседнику понять, что он кажется мне глупым и неинтересным.

б) Я считаю недопустимым дать понять человеку, что он мне кажется глупым и неинтересным.

11. а) Я люблю оставлять приятное «на потом».

б) Я не оставляю приятное «на потом».

12. а) Я считаю невежливым прерывать разговор, если он интересен только моему собеседнику.

б) Я могу быстро и непринуждённо прервать разговор, интересный только одной стороне.

13. а) Я стремлюсь к достижению внутренней гармонии.

б) Состояние внутренней гармонии, скорее всего, недостижимо.

14. а) Не могу сказать, что я себе нравлюсь.

б) Я себе нравлюсь.

15. а) Я думаю, что большинству людей можно доверять.

б) Думаю, что без крайней необходимости людям доверять не стоит.

16. а) Плохо оплачиваемая работа не может приносить удовлетворения.

б) Интересное, творческое содержание работы – само по себе награда.

17. а) Довольно часто мне скучно.

б) Мне никогда не бывает скучно.

18. а) Я не стану отступать от своих принципов даже ради полезных дел, которые могли бы рассчитывать на людскую благодарность.

б) Я бы предпочёл отступить от своих принципов ради дел, за которые люди были бы мне благодарны.

19. а) Иногда мне трудно быть искренним.

б) Мне всегда удаётся быть искренним.

20. а) Когда я нравлюсь себе, мне кажется, что я нравлюсь и окружающим.

б) Даже когда я себе нравлюсь, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен.

21. а) Я доверяю своим внезапно возникшим желаниям.

б) Свои внезапные желания я всегда стараюсь обдумать.

22. а) Я должен добиваться совершенства во всём, что я делаю.

б) Я не слишком расстраиваюсь, если мне не удаётся добиваться совершенства во всем, что я делаю.

23. а) Эгоизм – естественное свойство любого человека.

б) Большинству людей эгоизм не свойственен.

24. а) Если я не сразу нахожу ответ на вопрос, то могу отложить его на неопределённое время.

б) Я буду искать ответ на интересующий меня вопрос, не считаясь с затратами времени.

25. а) Я люблю перечитывать понравившиеся мне книги.

б) Лучше прочесть новую книгу, чем возвращаться к уже прочитанной.

26. а) Я стараюсь поступать так, как ожидают окружающие.

б) Я не склонен задумываться о том, чего ждут от меня окружающие.

27. а) Прошлое, настоящее и будущее представляются мне единым целым.

б) Думаю, моё настоящее не очень-то связано с прошлым или будущим.

28. а) Большая часть того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.
б) Лишь немногие из моих занятий по-настоящему меня радуют.
29. а) Стремясь разобраться в характере и чувствах окружающих, люди часто бывают бестактны.
б) Стремление разобраться в окружающих людях вполне естественно и оправдывает некоторую бестактность.
30. а) Я хорошо знаю, какие чувства я способен испытывать, а какие нет.
б) Я ещё не понял до конца, какие чувства я способен испытывать.
31. а) Я чувствую угрызения совести, если сержусь на тех, кого люблю.
б) Я не чувствую угрызений совести, когда сержусь на тех, кого люблю.
32. а) Человек должен спокойно относиться к тому, что он может услышать о себе от других.
б) Вполне естественно обидеться, услышав неприятное мнение о себе.
33. а) Усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо приносят пользу.
б) Усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо доставляют удовольствие.
34. а) В сложных ситуациях надо действовать испытанными способами – это гарантирует успех.
б) В сложных ситуациях надо находить принципиально новые решения.
35. а) Люди редко раздражают меня.
б) Люди часто меня раздражают.
36. а) Если бы была возможность вернуться в прошлое, я бы там многое изменил.
б) Я доволен своим прошлым и не хочу в нём ничего менять.

37. а) Главное в жизни – приносить пользу и нравиться людям.
б) Главное в жизни – делать добро и служить истине.
38. а) Иногда я боюсь показаться слишком нежным.
б) Я никогда не боюсь показаться слишком нежным.
39. а) Я считаю, что выразить свои чувства обычно важнее, чем обдумывать ситуацию.
б) Не стоит необдуманно выражать свои чувства, не взвесив ситуацию.
40. а) Я верю в себя, когда чувствую, что способен справиться с задачами, стоящими передо мной.
б) Я верю в себя даже тогда, когда не способен справиться со своими проблемами.
41. а) Совершая поступки, люди руководствуются взаимными интересами.
б) По своей природе люди склонны заботиться лишь о собственных интересах.
42. а) Меня интересуют все новшества в моей профессиональной сфере.
б) Я скептически отношусь к большинству нововведений в своей профессии.
43. а) Я думаю, что творчество должно приносить пользу людям.
б) Я полагаю, что творчество должно приносить человеку удовольствие.
44. а) У меня всегда есть своя собственная точка зрения по важным вопросам.
б) Формируя свою точку зрения, я склонен прислушиваться к мнениям уважаемых и авторитетных людей.
45. а) Секс без любви не является ценностью.
б) Даже без любви секс – очень значимая ценность.

46. а) Я чувствую себя ответственным за настроение собеседника.
б) Я не чувствую себя ответственным за это.
47. а) Я легко мирюсь со своими слабостями.
б) Смириться со своими слабостями мне нелегко.
48. а) Успех в общении зависит от того, насколько человек способен раскрыть себя другому.
б) Успех в общении зависит от умения подчеркнуть свои достоинства и скрыть недостатки.
49. а) Моё чувство самоуважения зависит от того, чего я достиг.
б) Моё самоуважение не зависит от моих достижений.
50. а) Большинство людей привыкли действовать по линии «наименьшего сопротивления».
б) Думаю, что большинство людей к этому не склонны.
51. а) Узкая специализация необходима для настоящего учёного.
б) Углубление в узкую специализацию делает человека ограниченным.
52. а) Очень важно, есть ли у человека в жизни радость познания и творчества.
б) В жизни очень важно приносить пользу людям.
53. а) Мне нравится участвовать в жарких спорах.
б) Я не люблю споров.
54. а) Я интересуюсь предсказаниями, гороскопами, астрологическими прогнозами.
б) Подобные вещи меня не интересуют.
55. а) Человек должен трудиться ради удовлетворения своих потребностей и блага своей семьи.
б) Человек должен трудиться, чтобы реализовать свои способности и желания.

56. а) В решении личных проблем я руководствуюсь общепринятыми представлениями.
б) Свои проблемы я решаю так, как считаю нужным.
57. а) Воля нужна для того, чтобы сдерживать желания и контролировать чувства.
б) Главное назначение воли – подхлестывать усилия и увеличивать энергию человека.
58. а) Я не стесняюсь своих слабостей перед друзьями.
б) Мне нелегко обнаруживать свои слабости даже перед друзьями.
59. а) Человеку свойственно стремиться к новому.
б) Люди стремятся к новому лишь по необходимости.
60. а) Я думаю, что неверно выражение «век живи – век учись».
б) Выражение «век живи – век учись» я считаю правильным.
61. а) Я думаю, что смысл жизни заключается в творчестве.
б) Вряд ли в творчестве можно найти смысл жизни.
62. а) Мне бывает непросто познакомиться с человеком, который мне симпатичен.
б) Я не испытываю трудностей, знакомясь с людьми.
63. а) Меня огорчает, что значительная часть жизни проходит впустую.
б) Не могу сказать, что какая-то часть моей жизни проходит впустую.
64. а) Одарённому человеку непозволительно пренебрегать своим долгом.
б) Талант и способности значат больше, чем долг.
65. а) Мне хорошо удаётся манипулировать людьми.
б) Я полагаю, что манипулировать людьми незтично.
66. а) Я стараюсь избегать огорчений.
б) Я делаю то, что считаю нужным, не считаясь с возможными огорчениями.

67. а) В большинстве ситуаций я не могу позволить себе дурачиться.
б) Существует множество ситуаций, где я могу позволить себе дурачиться.
68. а) Критика в мой адрес снижает мою самооценку.
б) Критика практически не влияет на мою самооценку.
69. а) Зависть свойственна только неудачникам, которые считают, что их обошли.
б) Большинство людей завистливы, хотя и пытаются это скрыть.
70. а) Выбирая для себя занятие, человек должен учитывать его общественную значимость.
б) Человек должен заниматься прежде всего тем, что ему интересно.
71. а) Я думаю, что для творчества необходимы знания в избранной области.
б) Я думаю, что знания для этого совсем не обязательны.
72. а) Пожалуй, я могу сказать, что живу с ощущением счастья.
б) Я не могу сказать, что живу с ощущением счастья.
73. а) Я думаю, что люди должны анализировать себя и свою жизнь.
б) Я считаю, что самоанализ приносит больше вреда, чем пользы.
74. а) Я пытаюсь найти основания даже для тех своих поступков, которые совершаю просто потому, что мне этого хочется.
б) Я не ищу оснований для своих действий и поступков.
75. а) Я уверен, что любой может прожить свою жизнь так, как ему хочется.
б) Я думаю, что у человека мало шансов прожить свою жизнь так, как хотелось бы.

76. а) О человеке никогда нельзя сказать с уверенностью, добрый он или злой.
б) Обычно оценить человека очень легко.
77. а) Для творчества нужно очень много свободного времени.
б) Мне кажется, что в жизни всегда можно найти время для творчества.
78. а) Обычно мне легко убедить собеседника в своей правоте.
б) В споре я пытаюсь понять точку зрения собеседника, а не переубедить его.
79. а) Если я делаю что-либо исключительно для себя, мне бывает неловко.
б) Я не испытываю неловкости в такой ситуации.
80. а) Я считаю себя творцом своего будущего.
б) Вряд ли я сильно влияю на собственное будущее.
81. а) Выражение «добро должно быть с кулаками» я считаю правильным.
б) Вряд ли верно выражение «добро должно быть с кулаками».
82. а) По-моему, недостатки людей гораздо заметнее, чем их достоинства.
б) Достоинства человека увидеть гораздо легче, чем его недостатки.
83. а) Иногда я боюсь быть самим собой.
б) Я никогда не боюсь быть самим собой.
84. а) Я стараюсь не вспоминать о своих былых неприятностях.
б) Время от времени я склонен возвращаться к воспоминаниям о прошлых неудачах.
85. а) Я считаю, что целью жизни должно быть нечто значительное.
б) Я вовсе не считаю, что целью жизни непременно должно быть что-то значительное.

86. а) Люди стремятся к тому, чтобы понимать и доверять друг другу.

б) Замыкаясь в кругу собственных интересов, люди не понимают окружающих.

87. а) Я стараюсь не быть «белой вороной».

б) Я позволяю себе быть «белой вороной».

88. а) В доверительной беседе люди обычно искренни.

б) Даже в доверительной беседе человеку трудно быть искренним.

89. а) Бывает, что я стыжусь проявлять свои чувства.

б) Я никогда этого не стыжусь.

90. а) Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили.

б) Я вправе ожидать от людей, что они оценят то, что я для них делаю.

91. а) Я проявляю своё расположение к человеку независимо от того, взаимно ли оно.

б) Я редко проявляю своё расположение к людям, не будучи уверенным, что оно взаимно.

92. а) Я думаю, что в общении нужно открыто проявлять недовольство другими.

б) Мне кажется, что в общении люди должны скрывать взаимное недовольство.

93. а) Я мирюсь с противоречиями в самом себе.

б) Внутренние противоречия снижают мою самооценку.

94. а) Я стремлюсь открыто выражать свои чувства.

б) Думаю, что в открытом выражении чувств есть элемент несдержанности.

95. а) Я уверен в себе.

б) Не могу сказать, что я уверен в себе.

96. а) Достижение счастья не может быть целью человеческих отношений.

б) Достижение счастья – главная цель человеческих отношений.

97. а) Меня любят, потому что я этого заслуживаю.

б) Меня любят, потому что я сам способен любить.

98. а) Неразделённая любовь способна сделать жизнь невыносимой.

б) Жизнь без любви хуже, чем неразделённая любовь в жизни.

99. а) Если разговор не удался, я пробую выстроить его по-иному.

б) Обычно в том, что разговор не сложился, виновна невнимательность собеседника.

100. а) Я стараюсь производить на людей хорошее впечатление.

б) Люди видят меня таким, каков я есть на самом деле.

Обработка результатов проводится в соответствии с ключом:

1б	18а	35а	52а	69а	86а
2а	19б	36б	53а	70б	87б
3б	20б	37б	54б	71б	88а
4б	21а	38б	55б	72а	89б
5б	22б	39а	56б	73а	90а
6б	23б	40б	57б	74б	91а
7а	24б	41а	58а	75а	92а
8б	25а	42а	59а	76а	93а
9а	26б	43б	60б	77б	94а
10а	27а	44а	61а	78б	95а
11а	28а	45а	62б	79б	96б
12б	29б	46б	63б	80а	97б
13а	30а	47а	64б	81б	98б
14б	31б	48а	65б	82б	99а

15а	32а	49б	66б	83б	100б
16б	33б	50б	67б	84а	
17б	34б	51б	68б	85а	

Отдельные шкалы вопросника САМОАЛ представлены следующими пунктами:

1. *Ориентация во времени:*

1б, 11а, 17б, 24б, 27а, 36б, 54б, 63б, 73а, 80а.

2. *Ценности:*

2а, 16б, 18а, 25а, 28а, 37б, 45а, 55б, 61а, 64б, 72а, 81б, 85а, 96б, 98б.

3. *Взгляд на природу человека:*

7а, 15а, 23б, 41а, 50б, 59а, 69а, 76а, 82б, 86а.

4. *Потребность в познании:*

8б, 24б, 29б, 33б, 42а, 51б, 53а, 54б, 60б, 70б.

5. *Креативность (стремление к творчеству):*

9а, 13а, 16б, 25а, 28а, 33б, 34б, 43б, 52а, 55б, 61а, 64б, 70б, 71б, 77б.

6. *Автономность:*

5б, 9а, 10а, 26б, 31б, 32а, 37б, 44а, 56б, 66б, 68б, 74б, 75а, 87б, 92а.

7. *Спонтанность:*

5б, 21а, 31б, 38б, 39а, 48а, 57б, 67б, 74б, 83б, 87б, 89б, 91а, 92а, 94а.

8. *Самопопимание:*

4б, 13а, 20б, 30а, 31б, 38б, 47а, 66б, 79б, 93а.

9. *Аутосимпатия:*

6б, 14б, 21а, 22б, 32а, 40б, 49б, 58а, 67б, 68б, 79б, 84а, 89б, 95а, 97б.

10. *Контактность:*

10а, 29б, 35а, 46б, 48а, 53а, 62б, 78б, 90а, 92а.

11. *Гибкость в общении:*

3б, 10а, 12б, 19б, 29б, 32а, 46б, 48а, 65б, 99а.

Шкалы № 1, 3, 4, 8, 10 и 11 содержат по 10 пунктов, в то время как остальные – по 15. Для получения сопоставимых результатов количество баллов по указанным шкалам следует умножить на 1,5.

Можно получить результаты в процентах, решив следующую пропорцию: 15 баллов (максимум по каждой шкале) составляют 100%, а число набранных баллов составляет x %.

1. *Шкала ориентации во времени* показывает, насколько человек живёт настоящим, не откладывая свою жизнь «на потом» и не пытаясь найти убежище в прошлом. Высокий результат характерен для лиц, хорошо понимающих ценность жизни «здесь и теперь», способных наслаждаться актуальным моментом, не сравнивая его с прошлыми радостями и не обесценивая предвкушением грядущих успехов. Низкий результат показывают люди, погруженные в прошлые переживания, с завышенным стремлением к достижениям, мнительные и неуверенные в себе.

2. *Шкала ценностей.* Высокий балл по этой шкале свидетельствует, что человек разделяет ценности самоактуализирующейся личности, такие как истина, добро, красота, целостность, отсутствие раздвоенности, жизненность, уникальность, совершенство, свершения, справедливость, порядок, простота, лёгкость без усилия, игра, самодостаточность.

3. *Взгляд на природу человека* может быть положительным (высокая оценка) или негативным (низкая). Эта шкала описывает веру в людей, в могущество человеческих возможностей. Высокий показатель может интерпретироваться как устойчивое основание для искренних и гармоничных межличностных отношений, естественная симпатия и доверие к людям, честность, непредвзятость, доброжелательность.

4. *Высокая потребность в познании* характерна для самоактуализирующейся личности, всегда открытой новым впечатлениям. Эта шкала описывает способность к бытийному познанию – бескорыстную жажду нового, интерес к объектам, не связанный прямо с удовлетворением каких-либо потребностей. Такое познание более точно и эффективно, поскольку его процесс не искажается желаниями и влечениями, человек при этом не склонен судить, оценивать и сравнивать. Он просто видит то, что есть, и ценит это.

5. Стремление к творчеству или *креативность* – неременный атрибут самоактуализации, которую попросту можно назвать творческим отношением к жизни.

6. *Автономность.* Самоактуализирующаяся личность автономна, независима и свободна, однако это не означает отчуждения и

одиночества. Автономность предполагает доверие себе, своему мнению и взгляду на жизнь, самостоятельность.

7. *Спонтанность* – это качество, вытекающее из уверенности в себе и доверия к окружающему миру, свойственных самоактуализировавшимся людям. Высокий показатель по шкале спонтанности свидетельствует о том, что самоактуализация стала образом жизни, а не является мечтой или стремлением. Спонтанность соотносится с такими ценностями, как свобода, естественность, игра, лёгкость без усилия.

8. *Самопонимание*. Высокий показатель по этой шкале свидетельствует о чувствительности человека к своим желаниям и потребностям. Такие люди не склонны подменять собственные вкусы и оценки внешними социальными стандартами. Показатели по шкалам самопонимания, спонтанности и аутосимпатии, как правило, связаны между собой. Низкий балл по шкале самопонимания свойствен людям неуверенным, ориентирующимся на мнение окружающих.

9. *Аутосимпатия* – положительное отношение к себе. Аутосимпатия вовсе не означает тупого самодовольства или некритичного самовосприятия.

10. *Шкала контактности* измеряет общительность личности, её способность к установлению прочных и доброжелательных отношений с окружающими. В вопроснике САМОАЛ контактность понимается не как уровень коммуникативных способностей личности или навыки эффективного общения, но как общая предрасположенность ко взаимно полезным и приятным контактам с другими людьми.

11. *Шкала гибкости в общении* соотносится с наличием или отсутствием социальных стереотипов, способностью к адекватному самовыражению в общении. Высокие показатели свидетельствуют о гармоничном взаимодействии с окружающими, способности к самораскрытию. Люди с высокой оценкой по этой шкале ориентированы на личностное общение, не склонны прибегать к фальши или манипуляциям. Низкие показатели характерны для людей, не уверенных в своей привлекательности, в том, что они интересны собеседнику и общение с ними может приносить удовольствие.

ПРОГРАММЫ ЭЛЕКТИВНЫХ КУРСОВ

«ВЫБОР ПРОФИЛЯ ОБУЧЕНИЯ» (элективный курс для учащихся 9 класса)

Составители: Т. В. Черникова и О. Н. Павловская

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Для учащихся девятых классов выбор профиля обучения – самый главный вопрос их образовательного развития. Его разрешение поможет им сориентироваться в перспективности выбора дальнейших путей получения образования, определиться с будущей сферой профессиональной деятельности.

Содержание элективного курса «Выбор профиля обучения» предполагает побудить старшеклассников к активному самопознанию, исследованию собственных познавательных ресурсов и возможностей, а также должно помочь им сориентироваться в планах на будущую жизнь.

Целью программы является оказание психологической помощи старшеклассникам в личностном и профессиональном самоопределении и выборе с учетом этого профиля обучения на ближайшие два-три года.

Задачи реализации элективного курса состоят в том, чтобы учащиеся:

- составили целостное представление о мире профессий, соотносимых с профилями обучения; освоили понятия, характеризующие профессиональную деятельность человека по различным профилям;
- исследовали собственные познавательные интересы, склонности, способности;
- определили пути и способы развития своих познавательных и личностных возможностей в системе профильной образовательной подготовки.

Методы ведения занятий выбирались, исходя из их выраженной практической направленности. Перечень методов учебной ра-

боты на занятиях включает, кроме информирования, применение диагностических методик, групповую дискуссию, ролевое проигрывание, беседу, психотехнические приемы. На протяжении занятий преподаватель, ведущий курс, занимает позицию активного участника. В зависимости от вида задания он выступает то как информатор, то как эксперт, то как равноправный участник или наблюдатель.

Ожидаемым результатом проведения учебного курса для старшеклассников станет формулировка индивидуальной задачи по выбору профиля предметного обучения. Этот выбор будет произведен с учетом имеющихся психологических ресурсов молодого человека в соответствии со сформированным личным профессиональным планом.

Объем программы составляет 12 часов аудиторных занятий. Он может быть расширен за счет 4–6 часов учебной практики, проектной или исследовательской деятельности. Выполнение нагрузки по программе занимает одну учебную четверть.

Программа элективного курса «Выбор профиля обучения», кроме пояснительной записки, содержит тематический план, краткое изложение содержания занятий, задание для самообразовательной работы учащихся и список литературы.

Тематический план учебного курса «Выбор профиля обучения»

Названия тем	Часы	Проект	Всего
1	2	3	4
1. Профили обучения и их соотношение со сферами профессиональной деятельности	2		
2. Профили обучения и их соотношение с индивидуальными возможностями личности	2		2
3. Изучение познавательных интересов, профессиональных намерений и интеллектуальных возможностей	2		2

1	2	3	4
4. Изучение ценностных ориентаций, эмоциональных и волевых ресурсов	2		2
5. Изучение и оценка альтернативных путей индивидуального образовательного развития	2		2
6. Разработка и защита индивидуальных планов образовательного развития в системе профильного обучения	2	4	6
Итого:	12	4	16

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ПРОГРАММЕ ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА «ВЫБОР ПРОФИЛЯ ОБУЧЕНИЯ»

Тема 1. Профили обучения и их соотношение со сферами профессиональной деятельности (2 часа)

Жизненные цели, планы и проблемы самоопределения старшеклассников. Отражение в системе профильного обучения основных сфер профессиональной деятельности. Классификация профессий. Иллюзии, связанные с профессиями. Вопросы престижности и полезности профессий и профилей обучения. Социологические исследования по проблемам динамики трудовых и образовательных ценностей. Ошибочные стратегии выбора профиля обучения.

Диагностические методики: «Анкета старшеклассника», «Моды».

Упражнения и задания: «Диапазон», «Стереотип», «Ключи».

Тема 2. Профили обучения и их соотношение с индивидуальными возможностями личности (2 часа)

Алгоритмы и схемы самоопределения в профилях обучения. Оценка опыта профессиональных проб. Анализ содержания «портфолио». Типы направленности личности. Профессионально значи-

мыс качества (ПЗК) личности. Характер человека и профиль обучения. Состояние здоровья и проблема профессиональной пригодности.

Диагностические методики: «Типы направленности личности», «Анализ профессии», «Хочу – Могу – Надо».

Упражнения и задания: «Инвестиции», «Торг», «Инвентаризация».

Т е м а 3. Изучение познавательных интересов, профессиональных намерений и интеллектуальных возможностей (2 часа)

Познавательные интересы и склонности. Механизмы формирования и развития познавательных интересов. Выраженность коммуникативных и организаторских способностей. Раннее выявление лидерства и его влияние на выбор интересов и предпочтений.

Диагностические методики: «Карта интересов», «Тест интересов и склонностей», «КОС (коммуникативные и организаторские способности)».

Упражнения и задания: «Человек – профессия», «Вакансии».

Т е м а 4. Изучение ценностных ориентаций, эмоциональных и волевых ресурсов (2 часа)

Эмоциональные переживания как индикаторы образовательных предпочтений и помехи их реализации. Самооценка и притязания. Рациональные способы преодоления самооценочных переживаний в ситуациях интеллектуальной конкуренции. Проблемы волевой саморегуляции познавательной деятельности.

Диагностические методики: «Мотивы выбора профессии», «Изучение уровня самооценки», «Самооценка волевых качеств личности».

Упражнения и задания: «Ловушки» профессии», «Ценностный аукцион», «Препятствие».

Т е м а 5. Изучение и оценка альтернативных путей индивидуального образовательного развития (2 часа)

Стратегии интеллектуального, социального и личностного развития в раннем юношеском возрасте. Особенности местного рынка труда и образовательных услуг. Динамика тенденций рынка рабочей силы. Индивидуальные образовательные маршруты, альтернативные способы их реализации.

Диагностические методики: «Анкета изучения жизненных потребностей», «Индекс жизненной удовлетворенности».

Упражнения и задания: «Проориентационная карта», «Маршруты успеха».

Т е м а 6. Разработка и защита индивидуальных планов образовательного развития в системе профильного обучения (2 часа)

Временная перспектива жизни старшеклассника. Социальное и личностное самоопределение как стратегическая задача раннего юношеского возраста. Типология проблем разработки индивидуальных образовательных маршрутов. Основы проектирования образовательного развития.

Диагностические методики: проективные сочинения.

Упражнения и задания: «Основание», «Собеседование», «Конкурс проектов».

З а д а н и е для самостоятельной работы учащихся (по окончании курса): составить текст индивидуального плана подготовки к профильному обучению после окончания девятого класса. В условиях проведения конкурса проектов быть готовым к его публичной защите.

Литература к курсу «Выбор профиля обучения»

Основная

Климов, Е. А. Образ мира в разнотипных профессиях. – М.: МГУ, 1995.

Климов, Е. А. Развивающийся человек в мире профессий. – Обнинск, 1993.

Лучшие психологические тесты для профотбора и профориентации / под ред. А. Ф. Кудряшова. – Петрозаводск, 1992.

Процицкая, Е. Н. Выбирайте профессию. – М.: Просвещение, 1991.

Пряжников, Н. С. Проблемы активизации профессионального самоопределения. – М.: МГУ, 1995.

Пряжников, Н. С. Профессиональное и личностное самоопределение. – М.; Воронеж: МОДЭК, 1996.

Психологическое обеспечение профессиональной деятельности / под ред. Г. С. Никифорова. – СПб.: СПбГУ, 1991.

Энциклопедия для детей. Выбор профессии / под ред. Е. Ананьевой, В. Белоусовой. – М.: Аванта, 2003.

Дополнительная

Бельская, Н. Н. Программа тренинга для подростков «Мой характер и профессия» // Журнал практического психолога. – 1999. – № 12.

Прихожан, А. М. Психология неудачника: тренинг уверенности в себе. – М., 1997.

Прутченков, А. С. Трудное восхождение к себе: метод. разработки и сценарии занятий социально-психологических тренингов. – М., 1995.

Психологические программы развития личности в подростковом и юношеском возрасте / под ред. И. В. Дубровиной. М.: Академия, 1995. – 123 с.

Сиск, Д. Изучение будущего (концепция образовательного курса) // Вопросы психологии. – 1991. – № 4. – С. 5–10.

Тренинг развития жизненных целей. Программа психологического содействия социальной адаптации / под ред. Е. Г. Трошихиной. – СПб., 2001.

Черникова, Т. В. Корабль под названием «жизнь»: игры по содействию социальному самоопределению старшеклассников. – Волгоград, 1998.

Черникова, Т. В., Шапкова, З. В. Профориентационная поддержка молодежи: в 2 ч. – Волгоград, 2001.

«ДЕВУШКА И ДЕЛОВАЯ КАРЬЕРА» (элективный курс для учениц 11 класса социально-экономического профиля)

Составители: Я. В. Голубева и Т. В. Черникова

Литературный источник: Девушка и профессиональная карьера: метод. рекомендации / сост. Я. В. Голубева; под ред. Т. В. Черниковой. – Волгоград, 2001. – 51 с.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Полоролевые предубеждения и уверенность в предписанности мужских и женских ролей в обществе искусственно создают ограничения для реализации женщинами своих профессиональных возможностей. Черты и поведение, стереотипно приписываемые исключительно мужчинам (компетентность, логическое мышление, инициативное поведение), заставляют работодателей и менеджеров по кадрам рассматривать мужчин как более подходящих кандидатов на конкурсные должности. Особенно это касается профессий, требующих проявления лидерства, инициативы, эмоциональной устойчивости, знания техники.

В целях оказания психологической помощи девушкам в построении их профессиональных и жизненных планов предложена программа элективного курса «Девушка и деловая карьера». Программа предназначена для девушек – учащихся старших классов социально-экономического профиля, выбирающих деловую карьеру в сфере бизнеса, предпринимательства, управления, общественного развития.

Целью реализации программы элективного курса является содействие успешной адаптации девушек к современному рынку труда в условиях повышенной конкуренции за рабочие места в деловой сфере.

Достижение данной цели мы планируем через реализацию следующих задач:

– предоставление информации об особенностях современного рынка труда и занятости женщин в производственной и социальной сфере;

– помощь в анализе и обоснованном выборе возможных вариантов построения профессионального и жизненного пути;

– поддержка стремления к самопознанию и актуализации коммуникативных, личностных и лидерских качеств, необходимых для успешной деловой карьеры;

– повышение деловой и межличностной активности девушек, их уверенности в себе, актуализация потребности в саморазвитии.

Принципы осуществления программы выбраны в соответствии с целями программы, её активизирующим характером и требованиями психологической безопасности участников.

Принцип максимально активной позиции предполагает свободное высказывание участниками своих вариантов решений предлагаемых заданий и вопросов. В соответствии с этим принципом упражнения и процедуры занятий должны носить активизирующий, творческий характер.

Принцип добровольности отвечает самому характеру курса, который предлагается для выбора среди нескольких других. Каждый из учащихся принимает осознанное решение посещать занятия.

Принцип адекватного подбора материала к занятиям. Упражнения, вопросы для обсуждения максимально приближены к реальным ситуациям освоения молодыми женщинами конкурентного рынка труда.

Принцип открытой обратной связи означает, что каждый участник занятий может получить информацию о том, как окружающие воспринимают его высказывания и действия и как они прогнозируют их последствия.

Формы и методы работы подобраны в соответствии с задачами каждого занятия. В ходе реализации программы применяются диагностические методы (анкетирование, опросники, стандартные тесты), методы активного социально-психологического обучения (групповая дискуссия с графическим отображением результатов обсуждения, элементы социально-психологического тренинга), терапевтические методы (психогимнастические упражнения, метод ведомой визуализации), а также информирование, элементы саморегуляции и др.

На протяжении занятий преподаватель занимает позицию активного участника групповых дискуссий. Он реализует её в ходе активизирующих упражнений. В моделировании жизненных ситуаций преподаватель может занимать позицию эксперта, обладающего ценным опытом и информацией.

Ожидаемым результатом проведения программы курса может явиться сформированный личный профессиональный план каждой девушки и готовность к его реализации.

Программа рассчитана на десять часов учебных занятий по два академических часа каждое. Несколько часов может быть добавлено из резерва на учебные практики. Общий объем учебных часов составляет 14–16 часов, которые могут быть проведены в течение одной учебной четверти. Дополнительные часы занятий будут потрачены на проведение экскурсий или на подробную разработку резюме. В отдельных случаях они могут быть предоставлены для проведения занятий с модельером по созданию вариантов делового костюма.

Программа элективного курса «Девушка и деловая карьера» содержит тематический план, краткое изложение содержания занятий, задания для самостоятельной работы проектного типа и список литературы.

Тематический план
учебного курса «Девушка и деловая карьера»

Название т е м ы	Часы	Проект	Всего
1	2	3	4
1. Женщина в условиях профессиональной конкуренции: самопрезентация в деловой сфере	2	6	8
2. Исследования профессиональных и личностных ресурсов на этапе выбора и освоения деловой карьеры	2		2
3. Эффективная коммуникация в деловом общении: освоение правил и преодоление трудностей	2		2

Окончание табл.

1	2	3	4
4. Самоорганизация профессиональной деятельности в ситуациях принятия ответственных решений	2		2
5. Планирование деловой карьеры: целеполагание, средства реализации, критерии успешности	2		2
Итого:	10	6	16

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ПРОГРАММЕ ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА «ДЕВУШКА И ДЕЛОВАЯ КАРЬЕРА»

Тема 1. Женщина в условиях профессиональной конкуренции: самопрезентация в деловой сфере (2 часа)

Положение женщины на рынке рабочей силы, демографические исследования безработицы. Требования современного работодателя к соискателю. Полоролевые (гендерные) различия в построении профессиональной карьеры. Гендерные стереотипы и барьеры. Потребности женщин в профессиональной реализации, факторы и мотивы их трудовой активности. Групповая дискуссия «Женщина и современный рынок труда». Пути и способы успешной конкуренции женщин за рабочие места. Вербальные и невербальные характеристики самопрезентации в деловом взаимодействии.

Упражнения и задания: «Анкета», «Визитная карточка».

Тема 2. Исследования профессиональных и личностных ресурсов на этапе выбора и освоения деловой карьеры (2 часа)

Диагностика профессиональных интересов, потребностей и ценностей. Систематизация и обсуждение полученных результатов, типичных и уникальных. Учет интересов, склонностей и способностей при реализации профессиональных намерений и карьерных притязаний. Разработка индивидуальных вариантов схемы построения личного профессионального плана.

Техническое оснащение: видеофильм «Азбука профориентации», наглядное представление схемы анализа профессии и составление личного профессионального плана.

Тема 3. Эффективная коммуникация в деловом общении: освоение правил и преодоление трудностей (2 часа)

Коммуникативная компетентность как важнейший фактор успеха в деловой карьере. Стратегии эффективной коммуникации в деловом общении. Навыки уверенного поведения. Создание позитивного климата деловой организации путем применения методов невербального и вербального (устного и письменного) языка, дизайн помещений и расположения в нем людей.

Упражнения и задания: «Испорченный телефон», «Погода в доме», «Установление контакта», «Экзаменационная комиссия», «Встреча с работодателем», «Каверзные вопросы».

Тема 4. Самоорганизация профессиональной деятельности в ситуациях принятия ответственных решений (2 часа)

Типологии стилей принятия решений. Моделирование ситуаций выбора различных стилей управления и профессионального поведения. Групповая дискуссия «Правильные и неправильные решения». Анализ конкретных случаев принятия импульсивного, интуитивного, расчетливого и др. решения. Основные принципы принятия обдуманного решения. Самоорганизация деятельности по его реализации. Ответственность за принятое решение.

Упражнения и задания: «Трудный случай», «Замужество или университет», «Универсальный принцип».

Тема 5. Планирование деловой карьеры: целеполагание, средства реализации, критерии успешности (2 часа)

Явные и скрытые мотивы выбора деловой карьеры. Профессиональный рост и деньги. Профессиональная карьера в контексте общей жизненной стратегии. Достоинства и недостатки различных стратегий. Трудности совмещения семейной жизни с профессиональной карьерой. Типы профессиональной карьеры: линейная, эволюционная, структурная, последовательно-кризисная, авантюрная, убывающая и др.

Упражнения и задания: «Альтернатива», «Бизнес-план», «Со-
кращение кадров», «Руководящая должность», «Через тернии к
звездам».

З а д а н и я для самостоятельной работы (по окончании курса):

1) Составить один или несколько вариантов резюме. Быть гото-
вым применить их в различных ситуациях приема на работу (бесе-
да по телефону, конкурсное собеседование, участие в конкурсе по
материалам рассматривания документов).

2) Подготовить и провести публичную защиту индивидуальной
программы профессионального развития на ближайшие 10 лет жиз-
ни. Каждая работа оценивается по параметрам: реалистичность, на-
личие самообразовательного компонента, учет возможных социаль-
ных изменений, готовность к смене содержания деятельности и др.

3) Подготовить в малых группах и представить в театрализо-
ванном виде осуществление различных типов карьеры во времен-
ной протяженности, указать на события, которые являются пово-
ротными в карьерном продвижении. Быть готовым принять участие
в обсуждении достоинств и недостатков поведения, способствующе-
го или мешающего карьерному росту.

Литература к курсу «Девушка и деловая карьера»

Основная

Агеев, В. С. Психологические и социальные функции полороле-
вых стереотипов // Вопросы психологии. – 1987. – № 2.

Алешина, Ю. Е., Волович, А. С. Проблемы усвоения ролей муж-
чины и женщины // Вопросы психологии. – 1991. – № 4.

Алешина, Ю. Е., Лекторская, Е. В. Ролевой конфликт рабо-
тающей женщины // Вопросы психологии. – 1989. – № 5.

Бабаева, Л. А. Женщины в России в условиях социального пе-
релома: работа, политика, повседневная жизнь. – М., 1997.

Бреслав, Г. М., Хасан, Б. И. Половые различия и современное
школьное образование // Вопросы психологии. – 1990. – № 3.

Всероссийский женский конгресс: Труд, занятость, безработи-
ца. – М., 1996.

Кои, И. С. Психология половых различий // Вопросы психоло-
гии. – 1981. – № 2.

Каган, В. Е. Стереотипы мужественности – женственности и
образ Я у подростков // Вопросы психологии. – 1989. – № 3.

Попова, Л. В. Проблемы самореализации одаренных женщин //
Вопросы психологии. – 1996. – № 6.

Хрестоматия по курсу «Основы гендерных исследований». –
М., 2001.

Дополнительная

Барсукова, С. Ю. Женское предпринимательство: специфика и
перспективы // Социол. исследования. – 1999. – № 9.

Бланки, Г., Олас, К. Женщина ведет свой бизнес, как обустрои-
вает дом... // Наука и жизнь. – 1994. – № 3.

Гвоздева, Е. С., Герчиков, В. И. Штрихи к портрету женщин-
менеджеров // Социол. исследования. – 2000. – № 11.

Моор, С. М. Женщина на пороге XXI века: гендерные исследо-
вания социально-экономических проблем. – Тюмень, 1999.

Некрасов, С. Н., Возилкин, И. В. Жизненные сценарии женщин
и сексуальность. – Свердловск, 1991.

Стиллейн, М. Имидж женщины: пособие для преуспевающей
женщины. – М., 1998.

Турецкая, Г. В. Социально-психологические типы деловой ак-
тивности женщины: канд. дисс. – М., 1999.

Чирикова, А. Е. Женщина во главе фирмы. – М., 1998.

ЛИТЕРАТУРА

В помощь при организации предпрофильного и профильного обучения в школе

1. Концепция профильного обучения на старшей ступени обще-
го образования. – М.: АПК и ПРО, 2003. – 22 с.

2. *Немова, Н. В.* Управление введением системы предпрофиль-
ного обучения девятиклассников: учеб.-метод. пособие. – М.: АПК
и ПРО, 2003. – 68 с.

3. Подготовка педагогических кадров к введению предпрофиль-
ного обучения: метод. пособие. – М.: АПК и ПРО, 2003. – 120 с.

4. Теория и практика организации предпрофильной подготовки / под ред. Т. Г. Новиковой. – М.: АПК и ПРО, 2003. – 109 с.

5. Цели, содержание и организация предпрофильной подготовки в выпускных классах основной школы: рекомендации директорам школ, руководителям региональных и муниципальных управлений образования. – М.: АПК и ПРО, 2003. – 26 с.

По теме «Психологические и педагогические проблемы возрастного развития старших школьников»

Основная

Гуревич, К. М. Индивидуально-психологические особенности школьников в юношеском возрасте. – М., 1988.

Кон, И. С. Психология ранней юности. – М., 1989.

Кон, И. С. Психология старшеклассника. – М., 1982.

Крайг, Г. Психология развития. – СПб., 2000.

Миславский, Ю. А. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте. – М., 1991.

Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб., 2000.

Ремшмидт, Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности – М., 1994.

Фельдштейн, Д. И. Психология становления личности. – М., 1994.

Формирование личности старшеклассника / под ред. И. В. Дубровиной. М., 1991.

Шахова, И. П. Самоактуализация современных подростков и юношей в определении взросления. – М., 1996.

Эрикссон, Э. Идентичность: юность и кризис. – М., 1996.

Дополнительная

Аникеева, Н. П. Воспитание игрой. – М., 1987.

Венгер, А. Л., Деятникова, Ю. М. Групповая работа со старшеклассниками, направленная на их адаптацию к новым условиям // Вопросы психологии. – 1995. – № 1. – С. 25–33.

Гинсбург, М. Р. Психологическое содержание личностного самоопределения // Вопросы психологии. – 1994. – № 3. – С. 43–52.

Игры – обучение, тренинг, досуг / под ред. В. В. Петрушинского. – М., 1994.

Крокинская, О. К. Ценности труда и образования в молодежной среде: если разобраться // Вестник СПбГУ. – 1993. – Серия 6; выпуск 2. – С. 49–55.

Мир детства: Юность / под ред. А. Г. Хрипковой. – М., 1990.

Мудрик, А. В. Время поисков и решений, или Старшеклассникам о них самих. – М., 1990.

Мудрик, А. В. Современный старшеклассник: проблемы самоопределения. – М., 1987.

Орлов, Ю. М. Самосознание и самовоспитание характера. – М., 1987.

Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / под ред. И. В. Дубровиной. – М., 1995.

Рейковский, Я. Просоциальная деятельность и понятие собственного «Я» // Вестник МГУ. – Серия 14. Психология. – 1981. – № 1. – С. 14–22.

Самоукина, Н. В. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения и коррекционные программы. – М., 1991.

Сартаи, Г. Н. Психотренинги для учителей и старшеклассников. – М., 1992.

Слободчиков, В. И. Категория возраста в психологии и педагогике развития // Вопросы психологии. – 1991. – № 2. – С. 37–50.

Спиваковская, А. С. Игра – это серьезно. – М., 1981.

Черникова, Т. В. Развитие познавательных возможностей старшеклассников в группах общения. – Волгоград, 1994.

Черникова, Т. В. Подготовка молодежи к общественно-политической активности и деятельности в сфере бизнеса и предпринимательства. – Волгоград, 2000.

Яничева, Т. Специфика тренерской позиции в групповой работе с подростками // Журнал практического психолога. – 1998. – № 2. – С. 94–101.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬ- НОЙ СФЕРЫ СТАРШЕКЛАСНИКОВ.....	7
Анкета старшеклассника	7
Карта интересов	9
Определение типа личностной направленности.....	17
Тест интересов и склонностей	21
Схема анализа профессии.....	27
Моды	30
ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ МОТИВАЦИОН- НО-ПОТРЕБНОСТНОЙ СФЕРЫ СТАРШЕКЛАСНИКОВ.....	31
Анкета изучения жизненных потребностей.....	31
Мотивы выбора профессии	33
Сводная таблица результатов исследования гендерных аспектов мотивов выбора профессии старшеклассниками (по материалам «Анкета старшекласс- ника»).....	36
Ценностные ориентации.....	37
Трудовые ценностные ориентации старшеклассников.....	42
Тест-опросник для определения уровня самооценки.....	44
Самооценка волевых качеств личности	46
Опросник тревожности.....	55
Индекс жизненной удовлетворенности.....	58
ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ КОММУНИКА- ТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ СФЕРЫ СТАРШЕКЛАСНИКОВ.....	61
Опросник для определения структуры темперамента	61
Тест изучения характерологических особенностей	68
Исследование коммуникативных установок личности.....	75
Коммуникативные и организаторские способности	78
Шкала самооффективности	84
ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ПОТЕНЦИАЛА РАЗВИТИЯ СТАРШЕКЛАСНИКОВ.....	86
Творческий потенциал.....	86
Опросник самоактуализации (тест САМОАЛ).....	90
ПРОГРАММЫ ЭЛЕКТИВНЫХ КУРСОВ.....	105
«Выбор профиля обучения» (элективный курс для учащихся 9 класса).....	105
«Девушка и деловая карьера» (элективный курс для учениц 11 класса социально-экономического профиля).....	111
Литература	117
В помощь при организации предпрофильного и профильного обучения в школе	117
По теме «Психологические и педагогические проблемы возрастного развития старших школьников».....	118

Охраняется законом об авторском праве. Воспроизведение всего пособия или любой его части, а также реализация тиража запрещаются без письменного разрешения издателя. Любые попытки нарушения закона будут преследоваться в судебном порядке.

ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ СТАРШЕКЛАСНИКОВ

Сборник учебно-методических материалов

© Составление, редактирование, комментарий
кандидата педагогических наук **Т. В. Черниковой**, 2005

Ответственные за выпуск
Л. Е. Гринин, А. В. Перепёлкина
Редактор **А. В. Перепёлкина**
Редакторы-методисты **Л. В. Голубева, Г. И. Попова**
Технический редактор **Л. В. Иванова**
Корректор **С. В. Бакунина**
Верстка **О. Г. Быковской**

© Издательство «Учитель», 2005
400067, г. Волгоград, п/о 67, а/я 32

Подписано в печать 15.02.05. Формат 60x84 1/16.
Бумага газетная. Гарнитура Тип Таймс.
Печать офсетная. Усл. печ. л. 7,20. Тираж 3000 экз. Заказ 603.

Отпечатано с оригинал-макета
в ВО ГУПП «Николаевская межрайонная типография».
404033 г. Николаевск, Волгоградской обл., ул. Октябрьская, 4.