

## МЕТОДИКИ – ПЕДАГОГУ

*Рассмотрим некоторые активизирующие методики, используемые для самоопределения подростков с ОВЗ*

Проблемы профессионального самоопределения подростков с ОВЗ необходимо рассматривать в более широких контекстах планирования своей жизни и поиска своего места в обществе.

*Резанкина Г.В.* предлагает следующую программу профессионального самоопределения подростков, где выделяются следующие темы:

- 1) что я знаю о своих возможностях;
- 2) свойства нервной системы; темперамент;
- 3) особенности мышления;
- 4) память и внимание;
- 5) эмоциональное состояние и приемы саморегуляции;
- 6) что такое характер; «Необитаемый остров» (тренинг для выработки навыков социально приемлемого поведения);
- 7) склонности и интересы в выборе профессии;
- 8) что я знаю о мире профессий;
- 9) ошибки в выборе профессии;
- 10) способности и профессиональная пригодность;
- 11) личный профессиональный план;
- 12) навыки самопрезентации.

*Махаева О.А. и Григорьева Е.Е.* предлагают практический курс «Я выбираю профессию», включающий следующие занятия:

- 1) давайте познакомимся (беседа, знакомство с программой, упражнения);
- 2) кто я, или что я думаю о себе;
- 3) мир профессий и 4 дороги, которые мы выбираем;
- 4) на пути к профессиональной цели;

- 5) гамма способностей;
- 6) влияние темперамента на профессиональное самоопределение;
- 7) мир профессий и твое место в нем;
- 8) типичные ошибки при выборе профессии;
- 9) стратегия выбора профессии;
- 10) мои личные и профессиональные планы;
- 11) перспективы твоего профессионального старта;
- 12) итоговое занятие.

*Чернявская А.П.* предлагает программу формирования профессиональной зрелости, где выделяются следующие темы:

- 1) психологическая суть жизненного и профессионального самоопределения;
  - 2) межличностное взаимодействие;
  - 3) развитие умений по принятию решения;
  - 4) эмоциональное отношение к выбору профессии;
  - 5) умение учитывать сильные и слабые стороны своих способностей;
  - 6) роль жизненных ценностей при выборе профессии;
  - 7) умение учитывать сильные и слабые стороны своей личности при выборе профессии;
  - 8) планирование профессионального пути;
  - 9) применение полученных знаний в решении ситуации выбора профессии;
  - 10) профессиональная зрелость.

Интересную программу профориентационной работы предлагает *Митина Л.М. с сотрудниками*. В целом делается верный акцент не столько на развитие «знаний-умений-навыков», сколько на «личностные

характеристики будущего работника». Предлагается тренинг-семинар, включающий:

1. краткий курс «В поисках своего призвания»;
2. практический курс «В поисках своего призвания»;
3. тренинг профессионального самоопределения.

Ниже представлены названия тем по всем этим блокам.

### *1. Краткий курс «В поисках своего призвания»:*

- 1) профессиональное самоопределение – одна из главных возрастных задач подростков;
- 2) самоанализ профессиональных предпочтений учащихся;
- 3) способности и темперамент как наиболее значимые индивидуальные характеристики в процессе профессионального самоопределения;
- 4) стратегии успеха и препятствия. Мешающие реализовать профессиональные замыслы человека;
- 5) учебно-профессиональное пространство города.

### *2. Практический курс «В поисках своего призвания»:*

- 1) давайте познакомимся!
- 2) образ «Я», или «Что я думаю о себе»;
- 3) дороги, которые мы выбираем;
- 4) в мир профессий – по компасу;
- 5) палитра ваших способностей;
- 6) тест Р. Амтхауера;
- 7) беседа о способностях и обсуждение результатов теста;
- 8) в «круге Айзенка»;
- 9) «формула» темперамента;
- 10) мир профессий и твое место в нем. Обзорная психологическая классификация профессий по Климову Е.А.;
- 11) стратегия профессионального выбора (включая ошибки, сопутствующие выбору профессии);
- 12) твои перспективы (самоанализ готовности к профессиональному старту).

### *3. Тренинг профессионального самоопределения:*

- 1) помечтаем о будущей карьере;
- 2) тайны собственного «Я»;
- 3) мое видение будущей профессии;
- 4) профессия на «языке тела», или ни слова о профессиях;
- 5) ваши мнения о профессиях;
- 6) у меня все получится;
- 7) «нет проблем»!
- 8) поговорим о жизненных ценностях;
- 9) на пути к цели;
- 10) пожелайте мне доброго пути!

В этих и других подобных программах в последние годы активно используются не только тесты и опросники, но и тренинговые и игровые формы работы, что делает эти программы довольно привлекательными для молодых людей.

Например, разные авторы часто включают в эти программы и активизирующие методы, представленные выше. Как видно из приведенных примеров программ, большинство из них ориентированы на традиционные психологические курсы, где рассматривается «роль темперамента в выборе профессии», рассматриваются особенности памяти, внимания и т.п. Объясняется это тем, что во многих школах, техникумах отдельные психологические курсы почти не читаются, поэтому профориентационные курсы частично компенсируют необходимость этих знаний, фактически, являясь не только профориентационными, но и общепсихологическими.

Также специалистами считается, что «чистая» профориентация малоэффективна: проблемы профессионального самоопределения необходимо рассматривать в более широких контекстах планирования своей жизни и поиска своего места в обществе. Также хорошая профориентационная программа в большей степени должна быть

проблемной, когда в дискуссионной форме обсуждаются не только проблемы «трудоустройства» в этом мире, но и улучшения этого мира через основное дело своей жизни, т.е. через свою профессию.