

Тема 3. Интересы и выбор профессии. 1 час

Цель: учить учащихся сопоставлять собственные интересы с дальнейшим профессиональным выбором.

Вводная часть.

Упражнение «Хвастовство» (Курдюк Е.Д.)

Инструкция: по кругу каждый участник говорит «Я лучше всех знаю... умею...». упражнение проводится по кругу, если кто-то не знает, что сказать, то выбывает. Продолжается все до тех пор, пока не останется самый большой хвастунишка.

Основная часть.

1. Как выявлять свои интересы.

Важнейшим этапом принятия решения в жизненном и профессиональном самоопределении является познание себя как индивидуальности в окружающем мире. Нет, наверное, ни одного человека, которого не интересовала бы проблема: что я знаю о себе, своих возможностях, своих интересах, способностях, возможностях? Знания и умения в самопознании дают каждому из нас шанс найти свое место в профессиональной деятельности, быть коммуникабельным в общении с людьми, интересно проводить время в занятиях и увлечениях в часы досуга. Интерес проявляется в положительном эмоциональном отношении и интеллектуальной познавательной активности. Каждый нормальный человек чем-нибудь интересуется. А чем действительно интересуетесь вы? Много ли у вас интересов? Разнообразны ли они? Часто ли они меняются? Существует ли что-то, что интересует Вас на протяжении многих лет.

Информация для ведущего. Интерес – это специфическая форма проявления познавательной потребности, обеспечивающая направленность личности на осознание целей деятельности и тем самым способствующая ориентировке личности в окружающей действительности.

Обычно интерес к профессии связан с факторами такого рода:

- Новизна, необычность, престижность.
- Непосредственная «отдача» от предмета труда: благодарность и радость, исправная работа технического устройства и т.п. (то, что в науке называется «положительная обратная связь»).
- Понимание важности, осмысленности, востребованности работы.
- Познавательная мотивация: профессия как возможность получать новую информацию.
- Изменение, улучшение предмета труда в результате воздействия на него. Многих людей буквально завораживает созерцание того, как из их рук появляется новая вещь. Ощущение своей компетентности, мастерства.¹

¹. Грецов А.Г. Выбираем профессию. Советы практического психолога. – СПб.: Питер, 2005. – 217 с.: ил.

Все интересы можно разделить по содержанию (например, музыкальные, технические), широте (разносторонние, узкие), глубине (глубокие или поверхностные), длительности (устойчивые или неустойчивые). Интересы можно выделить формулой «хочу знать».²

Затем ведущий рассказывает историю: «Отец часто рассказывал сыну мифы о героях Древней Греции, читал вслух Гомера. Однажды он подарил сыну иллюстрированную «Всемирную историю для детей». Там была изображена охваченная огнем Троя. «Где находится этот город?» – спросил мальчик. «Никому еще не удавалось найти его, – ответил отец. «Когда я вырасту, я найду его!» – воскликнул сын. С 14 лет он – ученик в лавке, затем – юнга на корабле. Корреспондент, бухгалтер, основатель собственного торгового дома, владелец банка. За 2,5 года он овладел английским, французским, голландским, испанским, португальским языками. Потом русским – за 6 недель! Затем шведским, польским, новогреческим. Он совершает путешествие вокруг света. Пишет книги. Становится миллионером. Внезапно в 46 лет все бросает и погружается в археологию. Дилетант занялся наукой. Остальное похоже на чудо. Все его сбережения отданы идее. Он трудился без сна и отдыха, преодолевая невероятные препятствия: малярию, несговорчивость рабочих, недоверие ученых всего мира, считавших его, мягко говоря, чудаком. Он буквально следовал детским впечатлениям: начал копать там, где указал Гомер. Переворочил 250 тысяч кубометров земли. И сказка стала действительностью. Руки Шлимана держали сокровища царей, четыре тысячи лет пролежавшие в земле.

(Дусавицкий А.К. Формула интереса. М., 1989.)

С обыденной точки зрения поведение Шлимана – чудачество. Ведь у него было все, что, казалось бы, нужно для счастья – «положение в обществе и богатство». Но, вероятно, ему этого было недостаточно. В данном случае положение и богатство были только средством достижения цели, а не целью.

Представим, что не было этих сорока лет упорного труда, не было этого бесценного профессионального и жизненного опыта, которые, позволили Шлиману разбогатеть. А был мальчик, который хотел разыскать Трою. О своих детских фантазиях взрослые обычно вспоминают с улыбкой или смущением. По мере взросления мечты рассеиваются, как утренний туман. Если только они не подкреплены таким устойчивым интересом, как у Шлимана. Интерес помогает раскрыть способности, преодолеть препятствия на пути к цели.

Большинство великих людей – ученых, писателей, композиторов, художников – уже в детском возрасте проявляли интересы и склонности к занятиям наукой, литературой, музыкой, изобразительным искусством. Но интерес этот возникал не на пустом месте. На формирование интересов влияет окружающая среда, воспитание и образование. У каждого человека есть своя «программа», которую психологи называют жизненным сценарием.

² Технология: профессионал. Успех : учеб. Для 10 - 11 кл. (А.В.Гапоненко, С.О.Кропнянская, О.В.Кузина и др.); под ред.С.Н.Чистяковой. – 5-е изд., перераб. И доп. – М.: просвещение, 2007. – 176 с.

Сценарий складывается еще в раннем детстве в основном под влиянием родителей.

Определить свои интересы вам поможет следующая методика:ъ

Задание 1. Методика «Профиль» (методика карты интересов А. Голомштока в модификации Г. Резапкиной).

Инструкция. Данные вопросы касаются вашего отношения к различным направлениям деятельности. Нравится ли вам делать то, о чем говориться в опроснике? Если да, то в бланке ответов рядом с номером вопроса поставьте плюс, если не нравится – минус.

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

1. Узнавать об открытиях в области физики и математики.
2. Смотреть передачи о жизни растений и животных.
3. Выяснять устройство электроприборов.
4. Читать научно-популярные технические журналы.
5. Смотреть передачи о жизни людей в разных странах.
6. Бывать на выставках, концертах, спектаклях.
7. Обсуждать и анализировать события в стране и за рубежом.
8. Наблюдать за работой медсестры, врача.
9. Создавать уют и порядок в доме, классе, школе.
10. Читать книги и смотреть фильмы о войнах и сражениях.
11. Заниматься математическими расчетами и вычислениями.
12. Узнавать об открытиях в области химии и биологии.
13. Ремонтировать бытовые электроприборы.
14. Посещать технические выставки, знакомиться с достижениями науки и техники.
15. Ходить в походы, бывать в новых неизведанных местах.
16. Читать отзывы и статьи о книгах, фильмах, концертах.
17. Участвовать в общественной жизни школы, города.
18. Объяснять одноклассникам учебный материал.
19. Самостоятельно выполнять работу по хозяйству.
20. Соблюдать режим, вести здоровый образ жизни.

21. Проводить опыты по физике.
22. Ухаживать за животными растениями.
23. Читать статьи об электронике и радиотехнике.
24. Собирать и ремонтировать часы, замки, велосипеды.
25. Коллекционировать камни, минералы.
26. Вести дневник, сочинять стихи и рассказы.
27. Читать биографии известных политиков, книги по истории.
28. Играть с детьми, помогать делать уроки младшим.
29. Закупать продукты для дома, вести учет расходов.
30. Участвовать в военных играх, походах.
31. Заниматься физикой и математикой сверх школьной программы.
32. Замечать и объяснять природные явления.
33. Собирать и ремонтировать компьютеры.
34. Строить чертежи, схемы, графики, в том числе на компьютере.
35. Участвовать в географических, геологических экспедициях.
36. Рассказывать друзьям о прочитанных книгах, увиденных фильмах и спектаклях.
37. Следить за политической жизнью в стране и за рубежом
38. Ухаживать за маленькими детьми или близкими, если они заболели.
39. Искать и находить способы зарабатывания денег.
40. Заниматься физической культурой и спортом.
41. Участвовать в физико-математических олимпиадах.
42. Выполнять лабораторные опыты по химии и биологии.
43. Разбираться в принципах работы электроприборов.
44. Разбираться в принципах работы различных механизмов.
45. “Читать” географические и геологические карты.
46. Участвовать в спектаклях, концертах.
47. Изучать политику и экономику других стран.
48. Изучать причины поведения людей, строение человеческого организма.
49. Вкладывать заработанные деньги в домашний бюджет.
50. Участвовать в спортивных соревнованиях.

Обработка результатов. Десять горизонтальных строк с номерами вопросов в бланке – это десять возможных направлений профессиональной деятельности:

- 1 – физика и математика;
- 2 – химия и биология;
- 3 – радиотехника и электроника;
- 4 – механика и конструирование;
- 5 – география и геология;
- 6 – литература и искусство;
- 7 – история и политика;
- 8 – педагогика и медицина;
- 9 – предпринимательство и домоводство;
- 10 – спорт и военное дело.

Подсчитайте число плюсов в каждой строчке таблицы. Чем их больше, тем выше интерес к этим занятиям. Пять баллов говорят о ярко выраженном интересе к предмету или виду деятельности. Это – необходимое, но не достаточное условие правильного выбора профессии. Другое важное условие – способности, или профессионально важные качества. Если сумма баллов ни в одной строчке не превышает двух баллов, значит, профессиональные интересы слабо выражены.

Все значительные профессиональные достижения выросли из интересов, которые при благоприятных условиях развились в склонности. Если интересы можно обозначить словом “хочу”, то склонности – это первый шаг к «могу».

В психологическом смысле склонность – это любое положительное, внутренне мотивированное отношение к какому-либо занятию.³

Психологическую основу склонности составляет устойчивая потребность личности в определенной деятельности, когда привлекательными оказываются не только достигаемые в ней результаты, но и сам процесс деятельности.

Выраженная склонность к определенной профессии, не связанная с внешними факторами (например, с доходностью и престижностью), обычно свидетельствует о хороших способностях к ней.⁴

Как управлять своими интересами и склонностями?

Вспомним страницы романа Марка Твена «Приключения Тома Сойера»:

«...Том вышел на улицу с ведром известки и длинной кистью. Он окинул взглядом забор, и радость в одно мгновение улетела у него из души. Тридцать ярдов деревянного забора в девять футов вышины! Жизнь показалась ему бессмыслицей, существование – тяжелою ношей... И вдруг в эту черную минуту отчаяния на Тома снизошло вдохновение! Именно вдохновение – блестящая, гениальная мысль.

Он взял кисть и спокойно принялся за работу. Вот вдали показался тот самый мальчишка, насмешек которого он боялся больше всего.

- Что, брат, заставляют работать?

Том круто повернулся к нему:

- А, это ты, Бен! А я и не заметил.

- Слушай-ка, я иду купаться. Но тебе, конечно, нельзя, придется работать.

Том посмотрел на него и сказал:

- Что ты называешь работой?

- А разве это не работа?

- Может, работа, а может, и нет. Я знаю только одно: Тому Сойеру она по душе... Разве мальчишкам каждый день достается белить заборы?.. Из

³ Большой психологический словарь / Сост. и общ. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко, – СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 672 с. (Проект «Психологическая энциклопедия»).

⁴ Грецов А.Г. Выбираем профессию. Советы практического психолога. – СПб.: Питер, 2005. – 217 с.: ил.

тысячи... даже, пожалуй, из двух тысяч мальчиков найдется только один, кто сумел бы выполнить это как следует...

...Если бы известка не кончилась, он разорил бы всех ребят этого города. Сам того не ведая, он открыл закон, управляющий поступками людей, а именно: для того, чтобы человек страстно захотел обладать какой-либо вещью, эта вещь должна достаться ему как можно труднее.

Тому удалось сделать привлекательной, по крайней мере, в восприятии товарищей, скучную, неинтересную работу. Он убедил ребят, что белить заборы – большая честь и редкое удовольствие. И самое главное, что они испытали эти чувства на самом деле».

Задание 2. Определение типа будущей профессии

В бланке рядом с номером высказывания, которое вам подходит, поставьте «+», если нет – поставьте «-» . Если сомневаетесь, поставьте «?»

Ч	Т	П	З	И
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

1. С удовольствием ухаживаю за растениями, животными.
2. Могу подолгу что-нибудь мастерить.
3. Люблю ходить в музеи, театры, на выставки.
4. Мне нравится что-нибудь вычислять, чертить.
5. Легко знакомлюсь с людьми.
6. Охотно читаю о растениях, животных.
7. Мое техническое творчество обычно вызывают интерес у товарищей, старших.
8. Обычно делаю мало ошибок в письменных работах.
9. Знакомые считают, что у меня есть художественные способности.
10. С удовольствием общаюсь с самыми разными людьми.
11. Я хорошо себя чувствую наедине с растениями или животными.
12. Принимаю участие в спектаклях, концертах.
13. Люблю читать об устройстве механизмов, приборов, машин.
14. Подолгу могу разгадывать головоломки, задачи, ребусы.
15. Легко улаживаю разногласия между людьми.
16. Мне кажется, что я чувствую состояние растений и животных.
17. Считают, что у меня есть способности к работе с техникой.
18. Я могу ясно излагать свои мысли в письменной форме.

19. Знакомым нравится, как я пою, танцую, рисую, пишу стихи (хотя бы одно).
20. Я почти никогда ни с кем не ссорюсь.
21. Охотно наблюдаю за растениями или животными.
22. Люблю разбираться в устройстве механизмов, приборов.
23. Без особого труда усваиваю иностранные языки.
24. Стараюсь понять секреты мастерства и пробую свои силы в живописи, музыке и т. п.
25. Мне часто случается помогать даже незнакомым людям.

Обработка результатов. По каждому столбцу подсчитайте сумму плюсов. Наибольшая сумма указывает на наиболее подходящий вам тип профессии, который обозначен буквами **П** (природа), **Т** (техника), **З** (знак), **И** (искусство), **Ч** (человек).

5 баллов говорят о выраженном интересе к одному из пяти предметов труда. Отсутствие плюсов означает отсутствие интереса к данному предмету труда. Запишите три предмета труда, набравшие большее число баллов.

Методика, которую вы только что выполнили, основана на ваших профессиональных интересах. Интересы различаются по содержанию, глубине, длительности. Устойчивые интересы делают жизнь человека яркой и насыщенной. Все значительные профессиональные достижения выросли из интересов, которые при благоприятных условиях развились в склонности.

Если влиять на интересы других людей можно, то управлять своими собственными интересами просто необходимо. Для это нужно соблюдать следующие условия:

1. **добровольность** – цели, поставленные перед собой самим человеком, достигаются легче, чем цели, навязанные другими;
2. **постепенность** – следует дозировать усилия, увеличивая их постепенно;
3. **положительные эмоции** – «усилие на грани приятного» – заниматься до тех пор, пока дело в радость, а не в тягость.

Интерес формируется в реальном деле – пока не попробуешь, не поймешь, твое это или нет. Поэтому постарайтесь попробовать себя в разных видах деятельности – спорте, литературе, искусстве, науке – в том объеме и на том уровне, на каком это возможно в школьных кружках и секциях, музыкальных школах и т.п.

Следующее необходимое условие правильного выбора профессии – учет своих профессиональных возможностей, то есть способностей.⁵

Заключительная часть

Вопросы для получения обратной связи от учащихся:

- С какими основными понятиями вы сегодня познакомились на занятии?

⁵ Саїм <http://www.metodkabi.net.ru>

- Все ли было понятно?
- Что у вас вызвало наибольший интерес на сегодняшнем занятии?
- Что нового узнали о себе?
- Как полученная информация может вам пригодиться в повседневной жизни?

Спасибо за работу!

До следующей встречи.