

Н.В. Кулагина

ПРОФИОРИЕНТАЦИОННЫЕ ФАКУЛЬТАТИВНЫЕ КУРСЫ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО В ФОРМИРОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Аннотация. В статье актуализируется проблема профессионального самоопределения современных старшеклассников. Представлен обзор современных исследований, подтверждающих актуальность поднятой проблемы. На основе литературного анализа сделан вывод, что в данном вопросе ещё достаточно большое количество проблемных аспектов и один из них – недостаточное количество прошедших апробацию учебно-методических материалов, которые можно достаточно результативно использовать на практике. Вкладом автора в решение указанной проблемы является представленная профориентационная образовательная программа апробированного и показавшего свою результативность факультативного курса для старшеклассников. Методологической основой профориентационной деятельности являлись работы Э.Ф. Зеера, Е.А. Климова, Г.В. Резапкиной. Значительное влияние на формирование концепции представленной образовательной программы оказали работы Н.С. Пряжниковой, Е.А. Климова. Идея и содержание данной программы базируется на методических разработках О.А. Махаевой, Е.Е. Григорьевой, Н.В. Афанасьевой, С.Н. Чистяковой, И.Л. Умовской. Авторским вкладом и новизной представленной программы является то, что тематическое содержание полностью разработано автором с учётом заявленной образовательной цели, а в содержание программы включены новые знания (новый опыт), не содержащиеся в учебных дисциплинах базового учебного плана. Также в ходе апробации программы установлено, что в результате обучения у учащихся повышается уровень коммуникативной, социальной и информационной компетентности, что достаточно важно для современных молодых людей.

Ключевые слова: гендерные стереотипы, интериоризация, интерактивные формы обучения, профориентация, профессиональный выбор, профиль обучения, профессиональное самоопределение, профконсультирование, старшеклассники, факультативный курс.

Abstract. In her article Kulagina brings forward the problem of high school students' professional identity. The author provides a review of modern researches emphasizing the importance of the problem being raised. Based on the literary analysis, the author concludes that there are still a lot of gaps in this sphere, one of them is the insufficient number of approved teaching and learning aids that could be used in the process of teaching. The author's contribution to the aforesaid problem is her own career counseling high school elective course that proved to be efficient. The methodological basis of the research involves researches and books written by E. Zeer, E. Klimov, and G. Rezapkina. Researches conducted by N. Pryazhnikov, and E. Klimov have also had a significant effect on the development of the educational program. The idea and contents of the educational program are based on guidances offered by O. Makhaeva, E. Grigorieva, N. Afanasieva, S. Chistyakova and I. Umovskaya. The author's contribution and novelty of the research is that the author has developed on her own the entire subject content of the program taking into account the declared educational target and has also included new knowledge (and new experience) that have never been mentioned by basic disciplines before. Testing the results of the program, the author has also discovered that the educational program increases the level of communicative, social and information competences of high school students which is quite important for today's young people.

Key words: elective course, high school students, career counseling, professional identity, major, choice of profession, career counseling courses, interactive training methods, interiorization, gender stereotypes.

Порой профессиональная деятельность единственная возможность реализовать себя, придать своей жизни смысл. Именно поэтому проблема выбора «подходящей»

профессии становится весьма актуальной, начиная со старших классов школы.

Каждый выпускник сталкивается с необходимостью принятия решения о том, где продолжать

образование или куда пойти работать, т.е. практически выбрать профессию и определить образ своей будущей карьеры. Юному человеку, ещё планирующему свой жизненный путь, нужно вовремя разобраться в огромном своеобразии современных профессий, понять их содержание, требования, которые они предъявляют к человеку, реально оценить свои возможности, способности, интересы, задав себе вопрос: в какой профессиональной сфере я смогу быть более успешным, востребованным? Тем более, как отмечает Е.С. Глухова, «готовность к профессиональному самоопределению выпускников школ формируется в условиях повышенных требований работодателей к личностной активности специалиста, его способности к постоянному развитию профессиональных компетенций» [4].

Школа многое делает для того, чтобы помочь своим выпускникам сделать правильный профессиональный выбор. Вряд ли в стране можно найти школу (хоть в городской, хоть в сельской местности), где бы не проводилась профориентационная работа среди учащихся 8-11 классов. Администрация школ даже организует такую работу в формате сетевого взаимодействия с другими организациями, работающими со школьниками. Например, В.В. Русакова описывает очень успешный опыт сотрудничества школ и юношеских библиотек по проведению профориентационной работы [11].

Актуальность и целесообразность профориентационной работы в школе давно установлена исследователями, показавшими, что определённым образом организованный учебно-воспитательный процесс может являться очень эффективным средством в формировании профессиональной направленности личности старшеклассников (Е.В. Гурова, Э.Ф. Зеер, Е.А. Климов, Е.М. Павлютенков, Г.В. Резапкина и др.). Очень много в данном направлении сделано Н.С. Пряжниковым. В том числе, им предлагаются различные модели профориентационной помощи старшеклассникам, концептуальная схема организации профориентационного консультирования и мн. др. [9].

Однако, несмотря на большое количество доступного материала по данной проблеме (научной литературы, результатов эмпирических исследований, учебно-методических разработок, образовательных программ и др.), в вопросе формирования профессиональной направленности старшеклассников всё ещё можно выделить большое количество проблемных аспектов. Одна из таких ярких проблем освещена в исследовании В.И. Купченко (2014) – небольшой процент старшеклассников уверенно принимающих решение о своём дальнейшем профессиональном пути. Согласно полученным автором результатам, только 27% из опро-

шенных способны самостоятельно планировать и реализовывать профессиональный выбор, 28% сомневаются (не готовы принять на себя ответственность за профессиональный выбор), 45% имеют неопределённый профессиональный выбор [5].

На проблему отсутствия у учащейся молодёжи знаний о современном рынке труда, об особенностях той или иной профессии, о перспективах развития той профессиональной области, которая им интересна, о составляющих компонентах успешной карьеры, указывает Ф.Ш. Мухаметзянова [7].

Опираясь на собственный опыт, можно согласиться с выводами исследователей.

Также в ходе анализа литературы выявлена проблема дефицита прошедших апробацию учебно-методических материалов, которые можно было бы результативно использовать на практике. А между тем, достаточно большой личный опыт автора в проведении профориентационной работы со старшеклассниками с использованием разных форм и методов показал, что наиболее адекватным и эффективным средством формирования профессионального самоопределения является проведение профориентационных практических занятий с использованием интерактивных форм обучения.

Именно по этой причине и надеясь, что указанный опыт будет интересен коллегам – психологам, педагогам, другим специалистам, работающим со старшими школьниками, ниже представлена профориентационная образовательная программа факультативного курса «Путь к карьере». Образовательная идея данного курса заключается в изучении и осмыслении учащимися именно внутрипсихологических условий выбора профессии. Целью программы является формирование профессионального самоопределения учащихся через знакомство с социально-психологическими условиями выбора профессии и самопознание.

В ходе изучения востребованности и результативности данного факультативного курса установлено:

- выбирают данный факультативный курс для посещения из всех предложенных на выбор факультативных курсов общеразвивающей и общекультурной направленности более 70% старшеклассников;
- положительно отмечен высокий процент посещаемости данных занятий (95-100% от первоначального состава);
- отмечается положительная динамика уровня развития профессионального самосознания (разница между результатами констатирующего и контрольного исследования) более, чем у 80% прошедших обучение по программе;

– стабильно положительные отзывы о полученных результатах со стороны учащихся, родителей, педагогов (от 85% всех названных категорий).

Программа рассчитана на учащихся старших классов (9-11-х), которые стоят перед проблемой выбора дальнейшего обучения – переход в 10 класс и обучение по определённому профилю, или система среднего профессионального образования?

В результате реализации программы у учащихся формируются следующие знания: об особенностях выбора профессии; о требованиях, предъявляемых разными профессиями к человеку; об индивидуальных особенностях личности, которые необходимо учитывать при выборе профессии; о возможных препятствиях на пути к профессиональным целям и способы преодоления этих препятствий и другое.

В обязательном порядке формируются следующие умения: оценивать уровень адекватности личного профессионального плана; адекватно оценивать свои возможности, способности, интересы, мотивы; соотносить свои индивидуально-личностные особенности (способности, возможности) с требованиями профессии; составлять план своего профессионального развития (ближайший и перспективный).

Идея и содержание данной программы базируется на методических разработках авторов: О.А. Махаева, Е.Е. Григорьева «Я выбираю профессию: Комплексная программа активного профессионального самоопределения школьников» [6]; Н.В. Афанасьева «Психолого-педагогическое сопровождение предпрофильного обучения» [10]; С.Н. Чистякова, И.Л. Умовская и др. «Методика преподавания курса “Твоя профессиональная карьера”» [12].

Авторским вкладом и новизной представленной программы является то, что тематическое содержание полностью разработано автором с учётом заявленной образовательной цели, а в содержание программы включены новые знания (новый опыт), не содержащиеся в учебных дисциплинах базового учебного плана. Также важно, что кроме появления у ребят теоретических знаний в области психологических аспектов выбора профессии, у них ещё повышается уровень коммуникативной, социальной и информационной компетентности, что достаточно важно для современных молодых людей.

В связи с тем, что в ходе занятий используются интерактивные формы обучения: групповые дискуссии, тренинги, психодиагностические процедуры, ролевые профориентационные игры и упражнения, самонаблюдение, то это и повышает интерес ребят к занятиям, и делает процесс обучения более результативным в плане интериоризации предлагаемых знаний (интериоризация – это трансформа-

ция структуры предметной деятельности в структуру внутреннего плана сознания, преобразование внешней информации во внутреннее знание [3]).

Сроки реализации программы зависят от особенностей вариативной части учебного плана школы и могут быть спланированы как на первое, так и на второе учебное полугодие. Однако целесообразнее проводить обучение в первом учебном полугодии, чтобы тот выбор, который ребята делают в конце учебного года – переход на определённый профиль в 10 класс, обучение в конкретном техникуме/колледже или вузе, был осмыслен и мотивирован.

Программа рассчитана на 34 академических часа, с режимом занятий один раз в неделю по два академических часа (одна учебная пара). В табл. 1 представлено тематическое содержание факультативного курса.

Методическая система обучения по программе построена по модульному принципу. Учебно-тематический план состоит из трёх модулей, которые включают в себя темы, раскрывающие условия и процесс выбора будущей профессии.

Таблица 1

Учебно-тематическое планирование курса

№ п/п	Тематика занятий	Аудиторные часы
Модуль 1. Человек и профессия		
1	Что такое профессиональное самоопределение	2
2	Способности, интересы, потребности и профессиональная пригодность	2
3	Соответствие индивидуально – психологических особенностей человека выбранной профессии	2
4	Классификация профессий. Требования профессии к человеку	2
5	Характер профессии – профессиограмма	2
Модуль 2. Конструирование образа будущей карьеры		
6	Факторы, влияющие на профессиональный выбор	2
7	Выявление профессиональной предрасположенности	2
8	Оценка реалистичности выбранного профессионального пути	2
9	Построение личного профессионального плана	2
10	Определение основного и альтернативных вариантов развития карьеры	2
11	Осознание образа будущей карьеры и принятие ответственности за неё	2
Модуль 3. Путь к будущей профессии		
12	Препятствия на пути к профессиональным целям и пути их преодоления	2
13	Коммуникативная компетентность как фактор, способствующий развитию профессионального успеха	2
14	Гендерные стереотипы и профессиональный путь	2
15	Самопрезентация как фактор успешности профессиональной деятельности	2
16	Персональный имидж и будущая профессия	2
17	Итоговое занятие (презентация итогового рефлексивного эссе, обсуждение результатов контрольной диагностики)	2
	ИТОГО	34

Содержание модуля 1 «ЧЕЛОВЕК И ПРОФЕССИЯ» направлено на ознакомление учащихся с условиями выбора профессии. Каждая тема раскрывается через информационный и практический блок.

Тема 1. Что такое профессиональное самоопределение

Информационный блок. Кратко раскрыть понятия: сущность профессионального самоопределения. Роль раннего профессионального самоопределения в достижении успехов в карьере. Социальные нормы и выбор профессионального пути. Взаимосвязь личностного и профессионального самоопределения. Какие есть пути получения профессионального образования. Уровни и виды образования (училище, техникум, колледж, вуз (бакалавриат, специалитет и т.д.). Что такое среднее профессиональное образование, дальнейшая перспектива. Что даёт высшее образование.

Практический блок. Проведение блиц-опроса, цель которого – продемонстрировать учащимся критерии, опора на которые поможет с определением профессионального выбора.

Ход проведения: Учащимся в свободном порядке задаются блиц-вопросы:

1. Вы уже определились с выбранной профессией?
2. Что повлияло на выбор этой профессии?
3. Вы обсуждали свой выбор с родителями?
4. Можете ли вы получить эту профессию в нашем городе?
5. Что вас привлекает в этой профессии?
6. Вы обсуждали особенности этой профессии с людьми, работающими по ней?
7. Легко ли вам будет найти работу по этой специальности?
8. На ваш взгляд, какие способности, необходимые для этой профессии, вы ими обладаете?

После окончания блиц-интервью проводится общая дискуссия: Что необходимо знать человеку для профессионального самоопределения? Какие ещё существуют критерии выбора профессии?

Тема 2. Способности, интересы, потребности и профессиональная пригодность

Информационный блок. Раскрыть понятия «потребности личности», «интересы», «способности». Зачем нужно учитывать интересы, потребности, способности при выборе профессии.

Практический блок. Работа в минигруппах (по 3-4 человека).

1-е задание: группам раздаются карточки с характеристиками на 3-х учеников. Ниже указано

несколько профессий. Ориентируясь на характеристики, ребятам необходимо определить, к какой профессии наиболее пригоден каждый из них. Групповое обсуждение.

2-е задание: На карточках дан перечень свойств личности. Указано несколько профессий. Необходимо определить, какие из перечисленных свойств личности входят в ансамбль качеств, составляющий способности к этим профессиям. Групповое обсуждение.

Тема 3. Соответствие индивидуально-психологических особенностей человека выбранной профессии

Информационный блок. Ознакомить с понятием индивидуально-психологические особенности личности (темперамент, характер, направленность и др.) и раскрыть их влияние на успешность в профессии.

Практический блок. Работа в минигруппах (по 3-4 человека).

Задание 1: на карточках дан перечень индивидуально-психологических особенностей человека (не менее 20). Необходимо определить, какие из них выражают: а) отношение человека к другим людям; б) отношение к труду; в) отношение к своей личности.

Проигра «Один день из жизни» [2]. Цель игры – повышение уровня осознания типического и специфического в профессиональной деятельности того или иного специалиста.

Тема 4. Классификация профессий. Требования профессий к человеку

Информационный блок. Дать представление о дифференциации понятий профессия, специальность, должность, квалификация. Ознакомить с типами и классами профессий. Рассказать о требованиях, предъявляемых профессиями к человеку.

Практический блок. Ролевая игра «Кто есть кто?» [2], цель игры – дать возможность участникам соотносить свой образ и свои личностные особенности с различными профессиями.

Проигра «Профессия – специальность» [2], цель – научить различать понятия профессия и специальность.

Тема 5. Характер профессии – профессиограмма

Информационный блок. Рассказать, что такое профессиограмма, её назначение. Ознакомить с правилами составления профессиограммы.

Практический блок. Работа в минигруппах (по 3-4 человека).

1 задание. Каждая группа составляет профессиограмму по предложенной схеме [2] для конкретной профессии (предварительно составить рейтинг наиболее востребованных среди ребят профессий). Групповое обсуждение.

2 задание. На карточках указана профессия (у каждой группы своя; взять из ранее составленного списка наиболее востребованных среди ребят профессий). Каждой группе выдаётся список из 14 личностных качеств человека (взять самые основные, характеризующие и личностные особенности, и деловые качества, и морально-нравственные качества. Напр., общительность, организованность, самообладание, физическая выносливость, чувство юмора, принципиальность, решительность и др.). Ребятам необходимо выбрать из них только 10 наиболее на их взгляд важных для данной профессии качеств, а затем выбранные качества проанализировать по степени значимости для данной профессии (на 1-е место, на 2-е место и т.д.).

Цель: развитие умения выделять профессиональные качества, способствующие развитию профессионализма. Попутные цели задания: развитие умения находить компромисс, договариваться, отстаивать свою точку зрения.

Содержание 2 модуля «КОНСТРУИРОВАНИЕ ОБРАЗА БУДУЩЕЙ КАРЬЕРЫ» направлено на ознакомление учащихся с процессом и условиями выбора профессии.

Тема 6. Факторы, влияющие на профессиональный выбор

Практический блок. Даётся индивидуальное задание каждому: составить перечень факторов, лично значимых для него при выборе профессии (5 мин.).

Далее ребята распределяются на группы по 5-6 человек и рассаживаются так, чтобы всем было видно доску. Им даётся задание: составить список основных факторов, влияющих на выбор профессии (10-15 мин.).

Затем проводится групповое обсуждение.

1. Вопрос психолога: как вы думаете, на что ориентируется человек, выбирая ту или иную профессию?

Ребята называют факторы выбора, которые записываются на доске. Примерные ответы: способности, интересы, знания, умения, заработная плата, удалённость места учёбы от дома, хорошие условия будущей работы, талант, желание и т.д. Если какой-то из важных факторов не назван, то

педагог помогает, задавая вопрос. Например: почему лишь немногие люди, умеющие плести кружева, идут получать эту профессию? Ответ: сложно найти учебное заведение по такой специальности, сложно трудоустроится.

2. Ребятам предлагается разложить все факторы, которые были названы, на группы по каким-то признакам (классификация определяется самостоятельно или задаётся педагогом). В конечном варианте должны остаться три группы соответствующие трём факторам «хочу», «могу», «надо».

3. Педагог, подводя итог, представляет схему выбора профессии, состоящую из трёх факторов: «хочу, могу, надо».

Фактор «хочу» – это желания, интересы, склонности. Он не менее значим, чем другие факторы, так как склонности человека указывают на predisposedness к какой-либо деятельности.

Фактор «могу» – это способности, таланты, возможности (материальные, транспортные, психические, здоровья). На многие виды профессий существуют медицинские противопоказания.

Фактор «надо» – это востребованность профессии на современном рынке труда.

4. Вопрос педагога: как вы думаете, всегда ли человек выбирает профессию, учитывая все эти факторы?

Ребятам предлагается обсудить, что будет, если один из факторов выпадет (например, если совпадает «хочу» и «надо», но отсутствует фактор «могу»).

Каковы последствия такого выбора? Сможет ли человек быть хорошим специалистом в своей области?

А если совпадает «хочу» и «могу», но профессия не востребована? Какие трудности будут у человека в этом случае?

А если выпадает «хочу»? Представим человека, который выбрал нужную профессию и у него есть способности к ней, но работать ему скучно и не интересно, будет ли такой человек счастлив в профессиональном плане?

Подведение итогов занятия в виде групповой рефлексии «Что полезного на занятии я узнал(а) для себя?»

Тема 7. Выявление профессиональной предрасположенности

Информационный блок. Ознакомить с понятием «профессиональная предрасположенность», её роль в профессиональном самоопределении и профессиональной успешности.

Практический блок. Проводится тестирование по активизирующему профориентационно-

му опроснику Н.С. Пряжникова «За и Против» [1]. Можно использовать другие методики, в том числе онлайн. В этом случае тестирование можно проводить в компьютерном классе.

Консультирование по результатам тестов проводится индивидуально с каждым ребёнком.

Тема 8. Оценка реалистичности выбранного профессионально пути

Информационный блок. Раскрыть связь между актуальным и желаемым образом жизни, жизненными планами, целями и смыслом жизни и профессией.

Практический блок. Профориентационные игры и упражнения [2].

Упражнение «Звёздный час». Цель: помочь ребятам лучше осознать те или иные требования к профессии; соотнести эти требования со своим личностными особенностями.

Профориентационная игра «Желания и возможности». Цель: выявить уровень совпадения своих желаний со своими возможностями.

Итоговая рефлексия «Что полезного на занятии я узнал(а) для себя?»

Тема 9. Построение личного профессионального плана

Информационный блок. Провести обсуждение и дискуссию по вопросам: что такое успех в жизни? Каких людей можно назвать успешными? Что помогает достижению успеха (внутренние, внешние факторы)? Что мешает достижению успеха? Собственные барьеры на пути к достижению успехов?

Познакомить с понятием мотивация (внутренняя и внешняя мотивация).

Практический блок. Задача – научить выстраивать личный профессиональный план.

Ход работы:

1. Учащимся даётся самостоятельное задание составить свой профессиональный план по алгоритму (15 минут):

- Главная цель: кем хочу стать, чего достичь.
- Цепочка ближних целей (полгода – 1 год).
- Цепочка дальних целей (1 год – 3 года).
- Мои ресурсы (личные качества, физические, материальные, транспортные, связи, родственники, другое, а также плюсы и минусы названных ресурсов).
- Мои способности (умения, знания, навыки – плюсы и минусы).
- Запасные варианты и пути их достижения (если основной план по каким-то причинам будет срывать).

2. Обсуждение результатов в минигруппах (по 3-4 человека). Если кто-нибудь из участников не может найти решения какой-либо проблемы выбора или составить один из пунктов плана, остальные участники вместе с ведущим помогают ему.

3. Групповое обсуждение. Итоговая рефлексия: Что полезного на занятии я узнал(а) для себя? Насколько приблизились к своему профессиональному выбору?

Тема 10. Определение основного и альтернативных вариантов развития карьеры

Информационный блок. Знакомство с иерархической теорией потребностей А. Маслоу. Профессия и реализация разных уровней потребностей. Критерии выбора работы. Социальные условия и жизненные ситуации, влияющие на выбор профессии, места работы, должности.

Практический блок. Профориентационные и ролевые игры [2].

Профориентационное упражнение «Поиск выгоды». Цель: осознать собственные жизненные приоритеты важные при выборе профессии.

Профориентационное упражнение «Ты мог бы стать...». Цель: узнать мнение других о том, какая профессия подходит каждому участнику, принять эту информацию к сведению.

Подведение итогов занятия.

Тема 11. Осознание образа будущей карьеры и принятие ответственности за неё

Информационный блок. Разговор о связи между личностным и профессиональным развитием и успешной профессиональной самореализацией.

Практический блок. Индивидуальные задания [11].

1. Упражнение «План моего будущего». Цель: создание стратегического плана профессионального развития на ближайшие 5 лет и мотивирующего девиза на ближайшие 2 месяца.

2. Рефлексивная процедура «Что? Кто? Как? Где? Когда?». Цель: планирование учеником желаемого результата в области дальнейшего профессионального пути.

Обсуждение заданий. Подведение итогов занятия.

Содержание 3 модуля «ПУТЬ К ПРОФЕССИИ» знакомит с возможными препятствиями на пути к профессиональным целям и даёт представления о возможных способах их преодоления.

Тема 12. Препятствия на пути к профессиональным целям и пути их преодоления

Информационный блок. Познакомить с понятиями «самооценка», «уровень притязаний», «стремление к достижениям и избегание неудачи», «сила воли», «социальные ожидания», их ролью в самовосприятии, их активизирующей и демотивирующей роли в достижении целей.

Практический блок. Профориентационные игры [11].

Игра «Ловушки – капканчики». Цель: знакомство с возможными препятствиями (ловушками) на пути к профессиональным целям и путями их преодоления.

Игра «Пять шагов к карьере». Цель: научиться выделять приоритеты при планировании своих жизненных и профессиональных перспектив, а также развить умение соотносить свои профессиональные цели и возможности.

Обсуждение заданий. Подведение итогов занятия.

Тема 13. Коммуникативная компетентность как фактор, способствующий развитию карьеры

Информационный блок. Понятие коммуникативной компетентности личности. Функции общения, формы общения. Вербальное и невербальное общение. Умение слушать. Барьеры в общении. Управление своими эмоциями и чувствами. Понятие межличностный конфликт, причины их возникновения, последствия конфликта. Способы конструктивного разрешения конфликтов. Контроль эмоций. Роль коммуникативной компетентности в достижении эффективности в социальном взаимодействии.

Практический блок. Коммуникативный тренинг. Используются предложенные упражнения или другие на усмотрение преподавателя [2].

Упражнение «Валентность». Цель: развитие коммуникативной компетентности.

Упражнение «Неуверенные, уверенные и агрессивные ответы». Цель: развитие коммуникативной компетентности, формирование навыков адекватного реагирования в различных ситуациях.

Упражнение «Навязывание состояний». Цель: научиться противостоять манипулированию своим состоянием.

Обсуждение упражнений. Подведение итогов занятия.

Тема 14. Гендерные стереотипы и профессиональный путь

Информационный блок. Что такое гендер. Маскулинность и фемининность как комплекс внутренних и внешних характеристик личности. Понятие андрогинной личности. Гендерные стереотипы, связанные с полотилическими формами и моделями поведения. Гендерные проблемы профессионального развития личности: влияние гендерных стереотипов на самооценку, на профессиональный выбор и карьеру.

Практический блок. Индивидуальные и групповые задания.

Задание. Учащиеся минут 5 работают самостоятельно – уточняют свой идеальный образ, исходя из своих собственных представлений и желаний; затем в парах рассказывают друг другу о том, какой женщиной/мужчиной им хотелось бы себя видеть. При обсуждении в группе высказываются сомнения (если таковые есть), касающиеся реального воплощения этого образа.

Игра «Планеты» (необходимо описать планеты «Фемининную», «Маскулинную» и «Гендерно-нейтральную» по предложенной схеме [8] с последующим психологическим анализом выявленных стереотипов восприятия противоположного пола.

Дискуссия о необходимости избавляться от гендерных стереотипов. Первый этап: работа проходит в микрогруппах. Задание – обсудить ответы на следующие вопросы: Необходимо ли избавляться от гендерных стереотипов? Почему? Что можно сделать, чтобы освободиться от тех ограничений, которые накладывают гендерные стереотипы? Зачем нужно гендерное равенство?

Дискуссия. Гендерный анализ сказок на предмет представленности в них стереотипных и нестереотипных образов, традиционных и нетрадиционных гендерных моделей поведения: «Царевна лягушка», «По щучьему веленью», «Морозко», «Золушка», «Василиса Микулишна», «Снежная королева» и др.

Обсуждение заданий. Подведение итогов занятия.

Тема 15. Самопрезентация как фактор успешности профессиональной деятельности

Информационный блок. Понятия «самопрезентация» и «самомониторинг». Визуальные, коммуникативные, вербальные и невербальные методы самопрезентации. Зависимость успешности социального и профессионального функционирования человека от умений презентовать себя (качества,

Анкета

(для констатирующей и контрольной диагностики)

1. Вы уже определились с профессией, которую хотели бы получить?
Да _____ Нет _____ Не уверен _____
2. Наметили ли вы конкретные пути её получения?
Да _____ Нет _____ Не уверен _____
3. Делаете ли вы уже что-то для того, чтобы приблизиться к своей цели (выбранной профессии)?
Да _____ Нет _____ Не уверен _____
4. Знаете ли вы, какие требования данная профессия предъявляет к человеку? Вы соответствуете данным требованиям?
Да _____ Нет _____ Не уверен _____
5. У вас есть альтернативный вариант профессии?
Да _____ Нет _____ Не уверен _____
6. Вы знаете где вы сможете получить интересующую вас профессию?
Да _____ Нет _____ Не уверен _____

Рис. 1. Диагностическая анкета

способности, достижения, др.). Приёмы расположения к себе. Роль визитной карточки при личной встрече и при заочном представлении. Что такое резюме. Как правильно написать резюме.

Практический блок.

Ролевая игра «Самопрезентация личных и профессиональных качеств» [2]. Цель: обучение знаниям, умениям и навыкам самопрезентации.

Индивидуальное задание «Составление резюме». Цель: тренировка навыков самопрезентации. По предложенному плану составить резюме (работа/должность, на которую претендуете – по желанию). Для написания резюме можно использовать любую форму, предложенную в интернет-источниках.

Обсуждение заданий. Подведение итогов занятия.

Тема 16. Персональный имидж и будущая профессия

Информационный блок. Понятие «имидж». Составляющие имиджа. Внешние и внутренние характеристики имиджа. Функции имиджа. Типология имиджей. Личный и профессиональный имидж человека, их взаимосвязь. Речь как составная часть имиджа.

Практический блок. Предлагаемые задания и упражнения можно заменить по усмотрению преподавателя на другие, представленные в достаточном количестве в практикуме Н.С. Пряжникова «Игры и методики для профессионального самоопределения старшеклассников» [9].

Самотестирование по методике «Оценка личного имиджа».

Имидж-упражнение «Плагиат». Цель: формирование и развитие собственного уникального имиджа.

Упражнение «Мой собственный имидж». Цель: формирование и развитие собственного уникального имиджа. Упражнение можно выполнять как индивидуально, так и в парах. Если не достаточно времени на занятия, то можно дать в качестве домашнего задания.

Обсуждение заданий. Подведение итогов занятия.

ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ

На данном занятии ребята представляют своё рефлексивное эссе (выполняется в качестве домашнего задания). Проводится групповая дискуссия о том, что полезного я узнал для себя на данном факультативе, чему научился. Обсуждаются результаты контрольной диагностики.

Для констатирующей и контрольной диагностики динамики формирования профессионального самосознания можно использовать предложенную анкету (рис. 1). Содержание данной анкеты может корректироваться на усмотрение преподавателя.

Известно, что школа один из основных институтов социализации, в том числе профессиональной ориентации. Однако на сегодняшний день научно и учебно-методическое обеспечение данного вопроса проработано недостаточно. Это

затрудняет реализацию педагогами-практиками идеи профильного образования. Думается, что профориентационные курсы практической направленности, проводимые в интерактивном формате, будут достаточно эффективным инструментом в организации психолого-педаго-

гически грамотного организованного процесса профессиональной ориентации. В этой связи предлагаемая программа факультативного курса может стать для кого-то из психологов-практиков, педагогов «отправной точкой» в работе по данному направлению.

Список литературы:

1. Активизирующий опросник «За и против» [Электронный ресурс]. URL: http://azps.ru/tests/tests2_proetcontra.html (дата обращения: 16.11.2016).
2. А.Я. Психология: тесты, тренинги, словарь, статьи [Электронный ресурс]. URL: <http://azps.ru/training/indexpf.html> (дата обращения: 29.11.2016).
3. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, акад. В.П. Зинченко. М.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. 672 с.
4. Глухова Е.С. Актуальные проблемы готовности к профессиональному самоопределению учащейся молодёжи // Психология обучения. 2010. № 12. С. 64-71.
5. Купченко В.Е. Особенности профессионального выбора старшеклассников // Вестник Омского университета. Серия «Психология». 2014. № 2. С. 43-47.
6. Махаева О.А., Григорьева Е.Е. Я выбираю профессию: Комплексная программа активного профессионального самоопределения школьников. М.: Перспектива, 2006. 52 с.
7. Мухаметзянова Ф.Ш. Профориентация учащейся молодёжи в научно-образовательном кластере: проблемы и перспективы // Инновации в образовании. 2015. № 11. С. 102-110.
8. Практикум по гендерной психологии / Под ред. И.С. Клёциной. СПб., 2003.
9. Пряжников Н.С. Основы организации и планирования профориентационной работы в школе // Психологическая наука и образование. 2004. № 4. С. 85-94.
10. Психолого-педагогическое сопровождение предпрофильного обучения: Методические материалы / Под ред. Н.В. Афанасьевой. Вологда: Изд. центр ВИРО, 2005. 144 с.
11. Русакова В.В. Опыт работы по профконсультации в отделе образования и профориентации // Инновации в образовании. 2009. № 11. С. 104-116.
12. Чистякова С.Н., Умовская И.Л. и др. Методика преподавания курса «Твоя профессиональная карьера»: Книга для учителя. М.: Просвещение, 1999. 160 с.
13. Медведева Т.Н. Проблемы профессионального самоопределения современных старшеклассников // Психолог. 2013. № 1. С. 183-195. DOI: 10.7256/2409-8701.2013.1.392. URL: http://www.e-notabene.ru/psp/article_392.html.

References (transliterated):

1. Aktiviziruyushchii oprosnik «Za i protiv» [Elektronnyi resurs]. URL: http://azps.ru/tests/tests2_proetcontra.html (data obrashcheniya: 16.11.2016).
2. A.Ya. Psikhologiya: testy, treningi, slovar', stat'i [Elektronnyi resurs]. URL: <http://azps.ru/training/indexpf.html> (data obrashcheniya: 29.11.2016).
3. Bol'shoi psikhologicheskii slovar' / Pod red. B.G. Meshcheryakova, akad. V.P. Zinchenko. M.: Praim-EVROZNAK, 2003. 672 s.
4. Glukhova E.S. Aktual'nye problemy gotovnosti k professional'nomu samoopredeleniyu uchashcheisya molodezhi // Psikhologiya obucheniya. 2010. № 12. S. 64-71.
5. Kupchenko V.E. Osobennosti professional'nogo vybora starsheklassnikov // Vestnik Omskogo universiteta. Seriya «Psikhologiya». 2014. № 2. S. 43-47.
6. Makhaeva O.A., Grigor'eva E.E. Ya vybirayu professiyu: Kompleksnaya programma aktivnogo professional'nogo samoopredeleniya shkol'nikov. M.: Perspektiva. 2006. 52 s.
7. Mukhametzyanova F.Sh. Proforientatsiya uchashcheisya molodezhi v nauchno-obrazovatel'nom klasterere: problemy i perspektivy // Innovatsii v obrazovanii. 2015. № 11. S. 102-110.
8. Praktikum po gendernoi psikhologii / Pod red. I.S. Kletsinoi. SPb., 2003.
9. Pryazhnikov N.S. Osnovy organizatsii i planirovaniya proforientatsionnoi raboty v shkole // Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie. 2004. № 4. S. 85-94.
10. Psikhologo-pedagogicheskoe soprovozhdenie predprofil'nogo obucheniya: Metodicheskie materialy / Pod red. N.V. Afanas'evoi. Vologda: Izd. tsentr VIRO, 2005. 144 s.
11. Rusakova V.V. Opyt raboty po profkonsul'tatsii v otdele obrazovaniya i proforientatsii // Innovatsii v obrazovanii. 2009. № 11. S. 104-116.
12. Chistyakova S.N., Umovskaya I.L. i dr. Metodika prepodavaniya kursa «Tvoya professional'naya kar'era»: Kniga dlya uchitelya. M.: Prosveshchenie, 1999. 160 s.
13. Medvedeva T.N. Problemy professional'nogo samoopredeleniya sovremennykh starsheklassnikov // Psikholog. 2013. № 1. S. 183-195. DOI: 10.7256/2409-8701.2013.1.392. URL: http://www.e-notabene.ru/psp/article_392.html.