

## **«Ты и твоя будущая профессия»**

сборник диагностических методик

Настоящий сборник включает в себя пакет материалов и типовых диагностических методик и предназначен для проведения комплексного психологического обследования учащихся старшего звена образовательных учреждений и работы по профориентации школьников.

Он помогает получить объемную информацию, позволяющую составить индивидуальную карту психологических особенностей учащегося. Подобранные диагностические методики позволяют выявить тип личности, индивидуальные особенности и профессиональные наклонности школьников.

Этот сборник может представлять интерес для педагогов-психологов, учителей психологии, социальных педагогов и руководителей образовательных учреждений, специалистов, занимающихся работой по профориентации школьников и осуществляющих психологическое сопровождение процесса самоопределения учащихся.

Пакет типовых диагностических методик может быть полезным для родителей и старшеклассников, серьезно размышляющих о выборе профессии.

### **Пакет типовых диагностических методик, помогающих выявить индивидуальные особенности и профессиональные наклонности школьников**

Профессиональное и личностное самоопределение является важнейшей задачей, стоящей перед старшеклассником и любым человеком в течение всей жизни.

Профессиональное самоопределение – процесс и результат самостоятельного и сознательного выбора своего места в мире профессий.

Это очень непростая задача. Необходимо иметь много информации о мире профессий, иметь представления о том, какие требования предъявляет конкретная профессия к работнику. Знание факторов, влияющих на выбор профессии, типичных ошибок и трудностей, встречающихся человеку на этом пути, позволит старшекласснику грамотно осуществить свой выбор.

Для того чтобы правильно выбрать профессию, человеку важно хорошо изучить свои индивидуальные психологические особенности, потребности, способности и возможности, ограничения, определиться с ценностными ориентирами, то есть осуществить работу по самопознанию. Представленные в этом сборнике пакет типовых психологических диагностик и материалы о мире профессий позволят старшекласснику найти свое место в современном мире.

**Комплексная диагностика школьников  
«Ты и твоя будущая профессия»**

Фамилия, имя \_\_\_\_\_  
 Школа № \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_  
 Дата проведения \_\_\_\_\_

Дифференциально-диагностический опросник (ДДО)

	I	II	III	IV	V
	1а	1б	2а	2б	3а
	3б	4а	4б	5а	5б
	6а		6б		7а
		7б	8а		8б
		9а		9б	
	10а			10б	
	11а	11б	12а	12б	13а
	13б	14а	14б	15а	15б
	16а		16б		17а
		17б	18а		18б
		19а		19б	
	20а			20б	
+					
-					
Всего:					

Тип мышления

<u>П-Д</u>	<u>А-С</u>	<u>С-Л</u>	<u>Н-О</u>	<u>К</u>
<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>
<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>
<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>
<u>16</u>	<u>17</u>	<u>18</u>	<u>19</u>	<u>20</u>
<u>21</u>	<u>22</u>	<u>23</u>	<u>24</u>	<u>25</u>
<u>26</u>	<u>27</u>	<u>28</u>	<u>29</u>	<u>30</u>
<u>31</u>	<u>32</u>	<u>33</u>	<u>34</u>	<u>35</u>
<u>36</u>	<u>37</u>	<u>38</u>	<u>39</u>	<u>40</u>

Методика «Профиль»

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

Опросник профессиональных склонностей

№	1	2	3	4	5	6
1	а			в		б
2		в		а	б	
3	б	а		в		
4			б		в	а
5	в	а	б			
6	б	в				а
7		б	в	а		
8	б				а	в
9		б		а	в	
10				в	а	б
11	в	б	а			
12			а	б	в	
13	а				б	в
14		а		б	в	
15	в		а		б	
16	б		в			а
17				б	а	в
18	а	в	б			
19			в		а	б
20	в		б			а
21		а	в	б		
22		б	а	в		
23		в		а		б
24	а				б	в
всего						

Профессиональный тип личности

<b>Р</b>	<b>И</b>	<b>С</b>	<b>К</b>	<b>П</b>	<b>А</b>

Тип темперамента

<u>тип</u>																					<u>баллы</u>
<u>Х</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>	<u>16</u>	<u>17</u>	<u>18</u>	<u>19</u>	<u>20</u>	
<u>С</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>	<u>16</u>	<u>17</u>	<u>18</u>	<u>19</u>	<u>20</u>	
<u>Ф</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>	<u>16</u>	<u>17</u>	<u>18</u>	<u>19</u>	<u>20</u>	
<u>М</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>	<u>16</u>	<u>17</u>	<u>18</u>	<u>1</u>	<u>20</u>	

**Инструкции по проведению психологической  
диагностики и обработке результатов  
Методика  
«Дифференциально-диагностический опросник» (ДДО)**

**Инструкция:**

Настоящая методика позволяет выявить **профессиональные склонности** человека. Методика предназначена для отбора на различные типы профессий в соответствии с классификацией типов профессий Е. А. Климова. Можно использовать при профориентации подростков и взрослых.

Испытуемый должен в каждой из 20 пар предлагаемых видов деятельности выбрать только один вид и в соответствующей клетке листа ответов поставить знак «+».

Лист ответов сделан так, чтобы можно было подсчитать число знаков «+» в каждом из 5-ти столбцов. Каждый из 5-ти столбцов соответствует определенному типу профессии. Испытуемому рекомендуется выбрать тот тип профессий, который получил максимальное число знаков «+».

Время обследования не ограничивается. Хотя испытуемого следует предупредить о том, что над вопросами не следует долго задумываться и обычно на выполнение задания требуется 20–30 мин. Возможно использование методики индивидуально и в группе. Экспериментатор может зачитывать вопросы группе испытуемых, но в этом случае ограничивается время ответа. Такой способ применяется, когда экспериментатор должен работать в ограниченном временном интервале.

**Инструкция для испытуемого:**

«Предположим, что после соответствующего обучения вы сможете выполнить любую работу. Но если бы вам пришлось выбирать только из двух возможностей, что бы вы предпочли?»

Возможен другой вариант инструкции:

«Предположим, что после соответствующего обучения Вы сможете выполнить любую работу. Дайте, не задумываясь, ответы на 20 пар вопросов ДДО. При этом ответы должны быть дифференцированными. Если названная в вопросе деятельность скорее нравится, чем не нравится, следует поставить в соответствующей клетке «Листка ответов ДДО» знак (+).

Если определённно нравится - два плюса (+ +), а если очень нравится - три плюса (+ + +). Если скорее не нравится, чем нравится, - один минус (-), если определённно не нравится - два минуса (- -), а если очень не нравится - три минуса (- - -)».

**Обработка результатов тестирования ДДО**

Результаты ответов (количество плюсов и минусов) подсчитывается по каждой колонке «Листа ДДО» (итог может быть выражен как алгебраическая сумма). Эти результаты и будут характеризовать область наиболее целесообразного применения сил испытуемого. Следует оговорить, что результаты ДДО, характеризующая склонность испытуемого в данный момент, в какой-то мере характеризует и его способности. Но лишь в какой-то мере.

Таблица ответов сделана так, чтобы можно было подсчитать количество знаков «+» и «-» в каждом из 5-ти столбцов. Каждый из 5-ти столбцов соответствует определённому типу профессий. Рекомендуется выбрать тот тип профессий, который получил максимальное количество знаков «+» при минимальном количестве «-».

**Название типов профессий по столбцам:**

1. «человек - природа» — все профессии, связанные с растениеводством, животноводством и лесным хозяйством;
2. «человек - техника» — все технические профессии;
3. «человек - человек» — все профессии, связанные с обслуживанием людей, с общением;
4. «человек - знак» — все профессии, связанные с расчетами, цифрами и буквенными знаками, в том числе и музыкальные специальности;
5. «человек - художественный образ» — все творческие специальности.

**ТЕКСТ ОПРОСНИКА**

1а. Ухаживать за животными.	1б. Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)
2а. Помогать больным.	2б. Составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин.

3а. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток.	3б. Следить за состоянием, развитием растений
4а. Обрабатывать материалы (дерево, металл т.п.)	4б. Доводить товары до потребителя, рекламировать, продавать.
5а. Обсуждать научно-популярные книги, статьи.	5б. Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты)
6а. Выращивать молодняк (животных какой-либо породы)	6б. Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных)
7а. Копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты)	7б. Управлять каким-либо грузовым (подъемным или транспортным) средством, подъемным краном, трактором и др.
8а. Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (справочное бюро, на экскурсии и т.д.)	8б. Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов)
9а. Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику), жилище	9б. Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках
10а. Лечить животных.	10б. Выполнять вычисления, расчеты
11а. Выводить новые сорта растений	11б. Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания и т.п.)
12а. Разбить споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять	12б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок)
13 а. Участвовать в работе кружков художественной самодеятельности	13б. Наблюдать, изучать жизнь микробов.
14а. Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты.	14б. Оказывать людям мед. помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.п.
15а. Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые или представляемые)	15б. Составлять точные описания-отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях измеряемых объектах и др.
16а. Делать лабораторные анализы в больнице	16б. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение.
17а. Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий	17б. Осуществлять монтаж или сборку машин, приборов.
18а. Организовать культпоходы сверстников или младших в театры, музеи, экскурсии, походы и т.п.	18б. Играть на сцене, принимать участие в концертах.
19а. Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания	19б. Заниматься черчением, копировать чертежи, карты.
20а. Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада.	20б. Работать на клавишных машинах (компьютере, пишущей машинке и др.)

## Опросник для определения типа мышления

### Инструкция для испытуемого:

У каждого человека преобладает определенный тип мышления. Данный опросник поможет вам определить тип своего мышления. Если вы согласны с предложенным высказыванием, то в бланке поставьте знак «+», если не согласны - поставьте знак «-».

1. Мне легче что-либо сделать самому, чем объяснить другому.
2. Мне интересно составлять компьютерные программы.
3. Я люблю читать книги.
4. Мне нравится живопись, скульптура, архитектура.
5. Даже в отлаженном деле я стараюсь что-то улучшить.
6. Я лучше понимаю, если мне объясняют на предметах или рисунках.
7. Я люблю играть в шахматы.
8. Я легко излагаю свои мысли как в устной, так и в письменной форме.
9. Когда я читаю книгу, я четко вижу ее героев и описываемые события.
10. Я предпочитаю самостоятельно планировать свою работу.
11. Мне нравится все делать своими руками.
12. В детстве я создавал (а) свой шифр для переписки с друзьями.
13. Я придаю большое значение сказанному слову.
14. Знакомые мелодии вызывают у меня в голове определенные картины.
15. Разнообразные увлечения делают жизнь человека богаче и ярче.
16. При решении задачи мне легче идти методом проб и ошибок.
17. Мне интересно разбираться в природе физических явлений.
18. Мне интересна работа ведущего телерадиопрограмм, журналиста.
19. Мне легко представить предмет или животное, которого нет в природе.
20. Мне больше нравится процесс деятельности, чем сам результат.
21. Мне нравилось в детстве собирать конструктор из деталей, лего.
22. Я предпочитаю точные науки (математику, физику).
23. Меня восхищает точность и глубина некоторых стихов.
24. Знакомый запах вызывает в моей памяти прошлые события.
25. Я не хотел (а) бы подчинять свою жизнь определенной системе.
26. Когда я слышу музыку, мне хочется танцевать.
27. Я понимаю красоту математических формул.
28. Мне легко говорить перед любой аудиторией.
29. Я люблю посещать выставки, спектакли, концерты.
30. Я сомневаюсь даже в том, что для других очевидно.
31. Я люблю заниматься рукоделием, что-то мастерить.
32. Мне интересно было бы расшифровать древние тайнописи.
33. Я легко усваиваю грамматические конструкции языка.
34. Я согласен с Ф.М. Достоевским, что красота спасет мир.
35. Не люблю ходить одним и тем же путем.
36. Истинно только то, что можно потрогать руками.
37. Я легко запоминаю формулы, символы, условные обозначения.
38. Друзья любят слушать, когда я им что-то рассказываю.
39. Я легко могу представить в образах содержание рассказа или фильма.
40. Я не могу успокоиться, пока не доведу свою работу до совершенства.

### Обработка результатов

Подсчитай число плюсов в каждой из пяти колонок и запиши полученное число в пустой нижней клетке бланка.

Каждая колонка соответствует определенному типу мышления. Количество баллов в каждой колонке указывает на уровень развития данного типа мышления:

- **0-2 баллов – низкий уровень,**
- **3-5 баллов – средний уровень,**
- **6-8 баллов – высокий уровень**

## Интерпретация результатов

**1. Предметно-действенное мышление** свойственно людям дела. Они усваивают информацию через движения. Обычно они обладают хорошей координацией движений. Их руками создан весь окружающий нас предметный мир. Они водят машины, стоят у станков, собирают компьютеры. Без них невозможно реализовать самую блестящую идею. Этим мышлением обладают и многие выдающиеся спортсмены, танцоры.

**2. Абстрактно-символическим мышлением** обладают многие люди науки – физики-теоретики, математики, экономисты, программисты, аналитики. Люди с таким типом мышления могут усваивать информацию с помощью математических кодов, формул и операций, которые нельзя ни потрогать, ни представить. Благодаря особенностям такого мышления на основе гипотез сделаны многие открытия во всех областях науки.

**3. Словесно-логическое мышление** отличает людей с ярко выраженным вербальным интеллектом (от лат. *verbalis* - словесный). Благодаря развитому словесно-логическому мышлению ученые, преподаватели, переводчики, писатели, филологи, журналисты могут сформулировать свои мысли и донести их до людей. Это умение также необходимо руководителям, политикам и общественным деятелям.

**4. Наглядно-образным мышлением** обладают люди с художественным складом ума, которые могут представить и то, что было, и то, что будет, и то, чего никогда не было и не будет – художники, поэты, писатели, режиссеры. Архитектор, конструктор, дизайнер, художник, режиссер также должны обладать развитым наглядно-образным мышлением.

В чистом виде эти типы мышления встречаются редко. У большинства людей преобладает один или два типа мышления. Для многих профессий необходимо сочетание разных типов мышления, например, для психолога. Такое мышление называют **синтетическим**.

**5. Креативность** – это способность мыслить творчески, находить нестандартные решения задачи. Креативностью может обладать человек с любым типом мышления. Это редкое и ничем не заменимое качество, отличающее талантливых и успешных людей в любой сфере деятельности.

Соотнеси свой ведущий тип мышления с выбранным видом деятельности или профилем обучения. Насколько удачен твой выбор? Если твои профессиональные планы не вполне соответствуют твоему типу мышления, подумай, что тебе легче изменить – планы или тип мышления?

## Как развивать мышление

- Информация для мышления – все равно, что пища для тела. Источники информации – общение с людьми и книгами, экскурсии, путешествия, Интернет. Как и пища, информация должна быть качественной.
- Мышление активизируется, когда стандартные решения не дают результатов. Поэтому так важно развивать у себя умение видеть предмет или явление с разных сторон, замечать необычное в обычном.
- Мышление и речь – неразрывны. Мышление развивается, когда вы рассказываете о прочитанном или увиденном, участвуете в дискуссиях, излагаете свои или чужие мысли в письменной форме.

(модификация методики «Карта интересов» А. Голомштока)

Инструкция для испытуемого:

Данные вопросы касаются твоего отношения к различным направлениям деятельности. Нравится ли тебе делать то, о чем говорится в опроснике? Если «Да», то в бланке ответов рядом с номером вопроса поставь знак «+». Если «Нет» – поставь знак «-». Если сомневаешься, поставь знак «?».

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 колонок в бланке - это десять возможных направлений твоей 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 каждом столбике. 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 колонке не превышает трех баллов, значит, профессиональные интересы слабо выражены.

По результатам одной методики бывает трудно найти подходящую профессию. Поэтому в случае затруднений обратитесь к консультанту по выбору профессии.

## Опросник профессиональных склонностей

Методика Йовайши

### Инструкция для испытуемого:

При выборе профессии очень важно учитывать свои склонности. Склонность — это влечение к какому-либо занятию. Можно говорить о склонности к определенной деятельности, если привлекает не только результат, но и сам процесс. Для того чтобы определить свои склонности к различным видам деятельности, надо выбрать один из трех вариантов — «а», «б» или «в» — и отметить его в бланке.

**1. Мне хотелось бы в своей профессиональной деятельности:**

- а) общаться с людьми;
- б) производить материальные ценности;
- в) создавать произведения искусства.

**2. В книге или кинофильме меня больше всего привлекает:**

- а) художественная форма, мастерство писателя или режиссера;
- б) сюжет, действия героев;
- в) полезная информация.

**3. Меня больше обрадует Нобелевская премия:**

- а) в области науки;
- б) за общественную деятельность;
- в) в области искусства.

**4. Я скорее соглашусь стать:**

- а) управляющим банка;
- б) главным инженером на производстве;
- в) начальником экспедиции.

**5. Будущее людей определяет:**

- а) достижения науки;
- б) развитие производства;
- в) взаимопонимание между людьми.

**6. Если я стану директором школы, в первую очередь займусь:**

- а) ее благоустройством (столовая, спортзал, компьютеры);
- б) созданием дружного, сплоченного коллектива;
- в) разработкой новых технологий обучения.

**7. На технической выставке меня больше привлечет:**

- а) внешний вид экспонатов (цвет, форма);
- б) внутреннее устройство экспонатов;
- в) их практическое применение.

**8. В людях я ценю, прежде всего:**

- а) мужество, смелость, выносливость;
- б) дружелюбие, чуткость, отзывчивость;
- в) ответственность, честность, аккуратность.

**9. В свободное от работы время я буду заниматься:**

- а) литературой;
- б) опытами по физике или химии;
- в) туризмом и спортом.

**10. Я предпочитаю:**

- а) экстремальный туризм (альпинизм, виндсерфинг);
- б) деловые поездки;
- в) знакомство с историей и культурой другой страны.

**11. Мне интереснее беседовать:**

- а) о машине нового типа;
- б) о новой научной теории;
- в) о человеческих взаимоотношениях.

**12. Если бы в моей школе были три кружка, я бы выбрал (а):**

- а) технический;
- б) музыкальный;
- в) спортивный.

**13. В школе больше внимания следует уделять:**

- а) улучшению взаимопонимания между учителями и учениками;
- б) поддержанию здоровья учащихся, занятиям спортом;
- в) укреплению дисциплины.

**14. Я с большим удовольствием смотрю:**

- а) научно-популярные фильмы;
- б) программы о культуре и искусстве;
- в) спортивные программы.

**15. Я предпочитаю работать:**

- а) с машинами, механизмами;
- б) с объектами природы;
- в) с детьми или сверстниками.

**16. Школа в первую очередь должна:**

- а) давать знания и умения;
- б) учить общению с другими людьми;
- в) обучать навыкам работы.

**17. Каждый человек должен:**

- а) вести здоровый образ жизни;
- б) иметь возможность заниматься творчеством;
- в) иметь хорошие бытовые условия.

**18. Для благополучия общества в первую очередь необходима:**

- а) защита интересов и прав граждан;
- б) забота о материальном благополучии людей;
- в) наука и технический прогресс.

**19. В школе мне нравились уроки:**

- а) физкультуры;
- б) математики;
- в) труда.

**20. Мне интереснее было бы:**

- а) планировать производство продукции;
- б) изготавливать изделия;
- в) заниматься сбытом продукции.

**21. Я предпочитаю читать статьи:**

- а) о выдающихся ученых и их открытиях;
- б) о творчестве художников и музыкантов;
- в) об интересных изобретениях.

**22. Свободное время я провожу:**

- а) в мастерской;
- б) в библиотеке;
- в) на выставках и в концертных залах.

**23. Большой интерес у меня вызовет сообщение:**

- а) о художественной выставке;
- б) о ситуации на фондовых биржах;
- в) о научном открытии.

**24. Я предпочитаю работать:**

- а) в помещении, где много людей;
- б) в необычных условиях;
- в) в обычном кабинете.

## Обработка результатов:

Теперь необходимо подсчитать сумму очков по каждому из шести столбцов:

- **10-12 баллов** — ярко выраженная профессиональная склонность
- **7-9 баллов** — некоторая склонность к определенному виду деятельности.
- **4-6 баллов** — слабо выраженная профессиональная склонность.
- **0-3 баллов** — профессиональная склонность не выражена.

Прочитайте описания шести видов деятельности. Какие из них вызывают у вас больший интерес? Совпадают ли результаты тестирования с вашими будущими профессиональными планами?

### **1 — склонность к работе с людьми**

Это профессии, которые связаны с работой с людьми:

обучение, воспитание, управление, обслуживание (бытовое, медицинское, справочно-информационное). Люди, успешные в профессиях этой группы, отличаются общительностью, способностью находить общий язык с разными людьми, понимать их настроение, намерения, хорошо помнить их личные качества и особенности.

### **2 — склонность к умственной работе**

Это профессии, связанные с научной, исследовательской деятельностью.

Кроме специальных знаний, такие люди обычно отличаются рациональностью, независимостью и оригинальностью суждений, аналитическим складом ума. Как правило, им больше нравится размышлять о проблеме, чем заниматься ее реализацией.

### **3 — склонность к работе на производстве**

Интерес к техническим объектам (машинам, механизмам, материалам, видам энергии).

Круг этих профессий очень широк: производство различной продукции, обработка металлов; сборка изделий, монтаж машин; ремонт, наладка, обслуживание механического или электронного оборудования; монтаж, ремонт зданий, конструкций; обработка и использование различных материалов; управление транспортом.

### **4 — склонность к эстетическим видам деятельности**

Это профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью.

Людей творческих профессий, кроме специальных способностей (музыкальных, литературных, актерских), отличает оригинальность и независимость.

### **5 — склонность к экстремальным видам деятельности**

Это группа профессий, связанных с занятием физкультурой и спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельностью, службой в армии. Все они предъявляют высокие требования к физической подготовке и здоровью человека.

### **6 — склонность к планово-экономическим видам деятельности**

Это профессии, которые связаны с расчетами и планированием (бухгалтер, экономист, менеджер); делопроизводством, анализом текстов и их преобразованием (редактор, переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (дизайнер, чертежник, топограф).

Люди, выбирающие профессии этой группы, как правило, практичны, усидчивы, собраны, аккуратны.

В ходе работы с опросником профессиональных склонностей сужается поле выбора профессии, определяется степень выраженности профессиональных интересов.

Результаты диагностики могут учитываться при формировании специализированных или профильных классов.

Методика может быть использована в индивидуальной работе.

Допускается самостоятельная обработка результатов.

**Опросник Дж. Голланда**  
**Инструкция для испытуемого:**

В каждой паре профессий постарайтесь отдать предпочтение одной из них. Например, если в первой паре вы предпочитаете работу конструктора, напишите на своем листочке рядом с цифрой 1 букву «И». То же самое следует проделать со всеми остальными парами профессий.

1Р Инженер-технолог	1И Конструктор
2Р Вязальщица	2С санитарный врач
3Р Повар	3К Наборщик
4Р Фотограф	4П Заведующий магазином
5Р Чертёжник	5А Дизайнер
6И Философ	6С Психиатр
7И Учёный-химик	7К Бухгалтер
8И Редактор научного журнала	8П Адвокат
9И Лингвист	9А Переводчик художественной литературы
10С Педиатр	10К Статистик (в театре)
11С Завуч по внеклассной работе	11П представитель профсоюзного комитета
12С Спортивный врач	12А Фельетонист
13К Нотариус	13П Снабженец
14К Перфораторщик	14А Карикатурист
15П Политический деятель	15А Писатель
16Р Садовник	16И Метеоролог
17Р Водитель трамвая	17С Фельдшер
18Р Инженер-электронщик	18К Секретарь-машинистка
19Р Телеоператор	19П Режиссер
20Р Маляр	20А Художник по металлу
21И Биолог	21С Главный врач
22И Гидролог	22К Ревизор (налоговый инспектор)
23И Зоолог	23П Главный зоотехник
24И Математик	24А Архитектор
25С Работник детской комнаты милиции	25К Счетовод
26С Учитель	26П Командир отряда
27С Воспитатель	27А Художник по керамике
28К Экономист	28П Заведующий отделом
29К Корректор	29А Критик
30П Заведующий хозяйством	30А Дирижер
31Р Радиооператор	31И Специалист по ядерной физике
32Р Наладчик	32К Монтажник
33Р Агроном-семеновод	33П Председатель кооператива
34Р Закройщик	34А Декоратор
35И Научный работник музея	35С Консультант
36И Археолог	36П Эксперт
37И Ученый	37А Актер
38С Логопед	38К Стенографист
39С Врач	39П Дипломат
40С Психолог	40А Поэт
41К Главный бухгалтер	41П Директор

**Обработка и интерпретация результатов:**

Подсчитайте число одинаковых букв, выбранных в каждой паре.

Запишите соответствующие буквам цифры по следующей схеме, например:

<b>Р</b>	<b>И</b>	<b>С</b>	<b>К</b>	<b>П</b>	<b>А</b>
1	7	6	5	2	12

## **Буквы обозначают:**

- **Р** - реалистичный тип,
- **И** – интеллектуальный тип,
- **С** – социальный тип,
- **К** – конвенциональный (офисный) тип,
- **П** – предприимчивый тип,
- **А** – артистический тип

Далее выбираются буквы, по которым набраны наибольшие баллы (первые два типа).

## **Описание профессиональных типов личности (методика Дж. Голланда)**

### **Реалистичный тип**

Выбирает из физического и социального окружения цели, ценности и задачи, которые являются для него объективными. Он занимается конкретными делами, ценностями и их использованием: вещами, инструментами, животными и машинами. Он избегает занятий, требующих абстрактного мышления, социальных отношений. Это мужской тип, асоциальный, эмоционально стабильный, конкретный, ориентированный на настоящее. Он предпочитает роли участника или члена коллектива, избегает руководящих ролей. Отдает предпочтение занятиям, требующим моторных навыков, физической ловкости, конкретности. Этому типу больше присущи математические, нежели вербальные, способности. Психомоторные навыки преобладают над арифметическими и вербальными способностями. Он добивается успеха в основном в области техники и спорта. Представители этого типа имеют простой взгляд на жизнь. При принятии решений зависят от других. Ориентированный на настоящее, эмоционально стабильный, занимающийся конкретными объектами (вещами, инструментами, машинами).

*Рекомендуются профессии:* механик, электрик, инженер, агроном, садовник, шофер и т.д.

### **Интеллектуальный тип**

Занимается решением проблем окружающей среды, скорее с помощью идей, слов и символов, чем посредством физических и социальных навыков. Он способен достичь результатов, как в вербальной, так и в математической области деятельности. Интеллектуал оригинален, выигрывает награды, призы, завоевывает признание за творческие достижения в науке, его интеллектуальность является частичной компенсацией отсутствующих социальных и моторных навыков. Преобладают теоретические ценности, любит решать задачи, требующие абстрактного мышления. Гармонично развиты вербальные и невербальные способности. Он хорошо приспосабливается, независим, самостоятелен, несоциален, аналитичен, рационален, независим, оригинален, критичен, любознателен, обладает способностью познания и воображения.

Предпочитает научные профессии: ботаник, астроном, математик, физик, ученый.

### **Социальный тип**

Ставит перед собой такие цели и задачи, которые позволяют ему установить контакт с окружающей средой. Он использует свои навыки для тренировки, обучения других людей, для изменения их поведения. Этот тип обладает социальными умениями и нуждается в социальных контактах. В качестве черт его характера выступают склонность воспитывать, гуманность, женственность, психологическая настроенность. Социальный тип заинтересован в благополучии зависящих от него людей. При решении проблемных вопросов опирается больше на эмоции и чувства, умение общаться, чем на интеллектуальные ресурсы. Для этого типа представляют ценность социальные и этические проблемы и занятия. Социальный тип избегает «мужских» ролей, требующих моторных навыков, занятий с механизмами. У него высокие вербальные, но низкие математические способности. Он имеет хорошую приспособительную способность.

Представитель данного типа активен, старается держаться в стороне от интеллектуальных проблем, но часто зависим от мнения группы людей. Рекомендуемые занятия: обучение и лечение (учителя, врачи, психологи). Такие люди добиваются успехов и завоевывают признание в области общения, управления, искусства, занимаясь лечением, преподаванием, воспитанием и другими подобными видами деятельности.

Рекомендуются профессии: врач, учитель, психолог, консультант, воспитатель и другие.

### **Конвенциональный тип**

Выбирает из социального и физического окружения такие цели и задачи, ценности, которые установлены обычаем и обществом. В соответствии с этим его подход к проблемам стереотипный, практиче-

ский и корректный. Он в некоторой мере непреклонен, консервативен и непоколебим. Предпочитаемые им занятия носят пассивный характер. Ему не нравятся специальности, требующие оригинальности и спонтанного выступления. «Конвенциал» обладает больше математическими, чем вербальными способностями. Он неважный оратор и руководитель, трудно приспосабливается. В решениях зависит от других людей, имеет простой взгляд на жизнь. Не проявляет критичность, оригинальность, консервативен, зависим, не любит смену деятельности. Слабо развиты организаторские способности, преобладают математические способности.

Он отдает предпочтение профессиям, требующим четко структурированной деятельности, где ясно, что правильно, а что не правильно: машинопись, бухгалтерия, экономика. Предпочтительны профессии, связанные с канцелярией и расчетом.

### **Предприимчивый тип**

Избирает цели, ценности и задачи, позволяющие проявить энергию, энтузиазм, импульсивность, доминантность, приключенчество. Он убедителен, ценит себя, самоуверен, оригинально агрессивен. У этой личности большая потребность в признании. Для этого типа характерна очень обширная сфера деятельности. Для него неприемлемы ограничивающие, асоциальные, ручные занятия, а также занятия, требующие усидчивости и большой концентрации. Наибольших достижений добивается в спорте и в области управления. Зависим от других. Самоутвердиться ему позволяет агрессивность, избирает цели, которые позволяют проявить энергию, энтузиазм, импульсивность, любит приключения. Представитель данного типа доминантен, любит признание, любит руководить. Ему не нравится практический труд, а также занятия, требующие интеллектуальных усилий, усидчивости. Хорошо решает задачи, связанные с руководством, статусом и властью, агрессивен и предприимчив, обладает хорошими вербальными способностями.

Предпочитает «мужские», волевые, руководящие роли, где он может удовлетворить свои потребности в доминировании и признании. Рекомендуются профессии: заведующий, директор, телерепортер, артист, журналист, телеоператор и другие.

### **Артистический тип**

При общении с окружающими опирается на свои чувства и эмоции, интуицию и воображение для создания художественных образов и продуктов. Решение проблем осуществляется им в зависимости от своего воображения и от вкуса. Он верит в свои субъективные впечатления и фантазию при решении и истолковании возникающих проблем. Его характеризует сложный взгляд на жизнь, гибкость, независимость решений, погруженность в свой внутренний мир и оригинальность. Он очень высоко ставит эстетические ценности. Стремится быть независимым творческим художником, обычно становится учителем своего вида искусства. Ему не нравятся «мужские» занятия, такие, как спорт, ремонт машин. Основные его достижения – в области искусства. Это самый оригинальный тип. Оригинальность проявляется в первую очередь в творчестве. У артистического типа высоко развиты моторные и вербальные способности.

Он имеет исключительно хорошие способности восприятия и моторики, которые приводят к крупным успехам в искусстве.

«Артист» выражается средствами искусства, компенсирующими его отчуждение от окружающих; развивая и выражая художественное дарование, он обеспечивает себе уважение и признание. Он избегает многочисленных межличностных отношений и отстраняется от людей. Это идет артисту на пользу, поскольку для творчества необходимо освободиться от конвенциональных обычаев, надо быть свободным и свободно мыслить. У него имеется высокий жизненный идеал, усвоенный уже в молодости, - стремление к выделению самого себя.

«Артист» предпочитает занятия, которые носят творческий характер: музыку, рисование, литературное творчество, фотографию.

**Формула темперамента (автор - А. Белов)**

**Инструкция для испытуемого:**

Отметьте знаком «+» те качества в «паспорте» темперамента, которые для Вас обычны, повседневны. Итак, если **ВЫ**:

1. неусидчивы, суетливы,
2. невыдержанны, вспыльчивы,
3. нетерпеливы,
4. резки и прямолинейны в отношениях с людьми,
5. решительны и инициативны,
6. настойчивы в достижении поставленной цели,
7. упрямы,
8. находчивы в споре,
9. склонны к риску,
10. способны быстро действовать и принимать решения,
11. неуравновешенны и склонны к горячности,
12. агрессивны,
13. нетерпимы к недостаткам,
14. незлопамятны и необидчивы,
15. неустанно стремитесь к новому,
16. работаете рывками,
17. обладаете резкими порывистыми движениями,
18. обладаете быстрой, страстной, со сбивчивыми интонациями речью,
19. обладаете выразительной мимикой и жестикуляцией,
20. склонны к резким сменам настроения –

то **ВЫ - ХОЛЕРИК**.

Если ВЫ:

1. веселы и жизнерадостны,
2. энергичны и деловиты,
3. часто не доводите начатое дело до конца,
4. склонны переоценивать себя,
5. способны быстро схватывать новое,
6. неустойчивы в интересах и склонностях,
7. легко переживаете неудачи и неприятности,
8. легко приспосабливаетесь к разным обстоятельствам,
9. с увлечением беретесь за любое новое дело,
10. быстро остываете, если дело перестает Вас интересовать,
11. быстро включаетесь в новую работу и переключаетесь с одной работы на другую,
12. тяготитесь однообразием будничной, кропотливой работы,
13. общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с новыми для Вас людьми,
14. сохраняете самообладание в неожиданной, сложной обстановке,
15. обладаете всегда бодрым настроением,
16. часто не собранны, проявляете поспешность в решениях,
17. склонны часто отвлекаться,
18. быстро засыпаете и пробуждаетесь,
19. выносливы и работоспособны,
20. обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся живыми жестами, выразительной мимикой –

**ВЫ** обладаете психологическими чертами **САНГВИНИКА**.

Если ВЫ:

1. спокойны и хладнокровны,
2. последовательны и обстоятельны в делах,
3. осторожны и рассудительны,
4. умеете ждать,
5. молчаливы и не любите попусту болтать,
6. сдержаны и терпеливы,
7. доводите начатое дело до конца,

8. не растрачиваете попусту сил,
9. строго придерживаетесь выработанного распорядка жизни, системы в работе,
10. легко сдерживаете порывы,
11. маловосприимчивы к одобрению и порицанию,
12. незлобивы, проявляете снисходительное отношение к колкостям в свой адрес,
13. постоянны в своих отношениях и интересах,
14. медленно включаетесь в работу и переключаетесь с одного дела на другое,
15. ровны в отношениях со всеми людьми,
16. любите аккуратность и порядок во всем,
17. с трудом приспосабливаетесь к новой обстановке,
18. обладаете выдержкой,
19. серьезно и тщательно подходите к принятию решений,
20. обладаете спокойной, равномерной речью, с остановками, без резко выраженных эмоций, мимики и жестикуляции –

ВЫ, без сомнения, **ФЛЕГМАТИК**.

Если **ВЫ**:

1. стеснительны и застенчивы,
2. теряетесь в новой обстановке,
3. затрудняетесь установить контакт с незнакомыми людьми,
4. часто не верите в свои силы,
5. легко переносите одиночество,
6. чувствуете подавленность и растерянность при неудачах,
7. склонны «уходить» в себя,
8. быстро утомляетесь,
9. невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника,
10. впечатлительны до слезливости,
11. чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию,
12. предъявляете высокие требования к себе и окружающим людям,
13. склонны к подозрительности и мнительности,
14. болезненно чувствительны и легко ранимы,
15. чрезмерно обидчивы,
16. скрытны и необщительны, почти ни с кем не делитесь своими мыслями,
17. малоактивны и робки,
18. безропотно покорны,
19. стремитесь вызвать сочувствие и помощь у окружающих людей,
20. обладаете тихой речью, иногда снижающейся до шепота –

ВЫ - **МЕЛАНХОЛИК**.

#### Обработка результатов

Если количество положительных ответов в «паспорте» темперамента того или иного типа составит 16 – 20, это значит, что у Вас ярко выражены психологические черты данного темперамента.

Если же таких ответов насчитывается 11 – 15, значит, качества данного типа темперамента присущи Вам в значительной степени.

Если положительных ответов 6 – 10, то качества данного типа темперамента присущи Вам в небольшой степени.

### **Инструкция для испытуемого:**

Вам предстоит выполнить четыре серии заданий, которые отличаются от тех, которые вы обычно делаете на уроке. Внимательно читайте инструкцию. Время, отведенное на выполнение каждой серии, ограничено десятью минутами. Если вы не знаете ответа на какой-нибудь вопрос, не старайтесь угадать правильный ответ – поставьте прочерк в соответствующей клетке бланка и переходите к другому вопросу.

**Инструкция № 1** Даны три слова. Первое и второе слово - связаны между собой по смыслу. Из пяти слов найдите слово, связанное по смыслу с третьим. В бланке напротив номера вопроса напишите букву, соответствующую выбранному слову.

**1. Рабовладельцы – буржуазия = рабы - ...**

- а) рабовладельческий строй; б) буржуазия; в) рабовладельцы;  
г) наёмные рабочие; д) пленные.

**2. Богатство – бедность = крепостная зависимость - ...**

- а) крепостные крестьяне; б) личная свобода; в) неравенство;  
г) частная собственность; д) феодальный строй

**3. Первобытнообщинный строй – рабовладельческий строй = рабовладельческий строй - ...**

- а) социализм; б) капитализм; в) рабовладельцы; г) государство;  
д) феодализм.

**4. Роза – цветок = капиталист - ...**

- а) эксплуатация; б) рабочие; в) капитализм; г) класс; д) фабрика.

**5. Война – смерть = частная собственность - ...**

- а) феодализм; б) капитализм; в) неравенство; г) рабы;  
д) крепостные крестьяне.

**6. Стихотворение – поэзия = рассказ - ...**

- а) книга; б) писатель; в) повесть; г) предложение; д) проза.

**7. Старт – финиш = пролог - ...**

- а) заголовок; б) введение; в) кульминация; г) действие; д) эпилог.

**8. Роман – глава = стихотворение - ...**

- а) поэма; б) рифма; в) строфа; г) ритм; д) жанр.

**9. Числительное – количество = глагол - ...**

- а) идти; б) действие; в) причастие; г) часть речи; д) спрягать.

**10. Глагол – спрягать = существительное - ...**

- а) изменять; б) образовывать; в) употреблять; г) склонять; д) писать.

**11. Колумб – путешественник = землетрясение - ...**

- а) первооткрыватель; б) образование гор; в) извержение; г) жертвы; д) природное явление.

**12. Север – юг = осадки - ...**

- а) пустыня; б) полюс; в) дождь; г) засуха; д) климат.

**13. Папоротник – спора = сосна - ...**

- а) шишка; б) иголка; в) растение; г) семя; д) ель.

**14. Растение – стебель = клетка - ...**

- а) ядро; б) хромосома; в) белок; г) фермент; д) деление.

**15. Понижение атмосферного давления – осадки = антициклон -**

- а) ясная погода; б) циклон; в) климат; г) влажность; д) метеослужба.

**16. Фигура - треугольник = состояние вещества - ...**

- а) жидкость; б) движение; в) температура; г) вода; д) молекула.

**17. Прямоугольник – плоскость = куб - ...**

- а) пространство; б) ребро; в) высота; г) треугольник; д) сторона.

**18. Диаметр – радиус = окружность - ...**

- а) дуга; б) сегмент; в) отрезок; г) линия; д) круг.

**19. Холодно – горячо = движение - ...**

- а) инерция; б) покой; в) молекула; г) воздух; д) взаимодействие.

**20. Слагаемые – сумма = множители - ...**

- а) разность; б) делитель; в) произведение; г) умножение; д) число.

**Инструкция № 2** Даны пять слов, четыре из которых объединены общим признаком. Найдите слово, которое не имеет этого признака, и запишите соответствующую букву рядом с номером задания в бланке ответов.

21. а) рабовладелец; б) раб; в) крестьянин; г) рабочий; д) ремесленник.
22. а) социология; б) психология; в) педагогика; г) медицина; д) техника.
23. а) Кутузов; б) Суворов; в) Ушаков; г) Жуков; д) Пирогов.
24. а) император; б) король; в) царь; г) вождь; д) дворянин.
25. а) телевидение; б) радио; в) газеты; г) кинематограф; д) журналы.
26. а) приставка; б) предлог; в) суффикс; г) окончание; д) корень.
27. а) пословица; б) стихотворение; в) поэма; г) рассказ; д) повесть.
28. а) Ахматова; б) Блок; в) Васнецов; г) Цветаева; д) Пастернак.
29. а) пролог; б) кульминация; в) информация; г) развязка; д) эпилог.
30. а) описание; б) сравнение; в) характеристика; г) сказка; д) иносказание.
31. а) барометр; б) флюгер; в) термометр; г) компас; д) азимут.
32. а) цитоплазма; б) питание; в) рост; г) раздражимость; д) размножение.
33. а) Линней; б) Павлов; в) Шишкин; г) Пастер; д) Дарвин.
34. а) аорта; б) вена; в) сердце; г) артерия; д) капилляр.
35. а) углекислый газ; б) свет; в) вода; г) крахмал; д) хлорофилл.
36. а) треугольник; б) отрезок; в) длина; г) квадрат; д) круг.
37. а) Ньютон; б) Эйнштейн; в) Ландау; г) Дарвин; д) Алферов.
38. а) длина; б) метр; в) масса; г) объём; д) скорость.
39. а) скорость; б) колебание; в) сила; г) вес; д) плотность.
40. а) прямая; б) ромб; в) прямоугольник; г) квадрат; д) треугольник

**Инструкция № 3** Даны пары слов. Нужно определить, что между ними общего, и назвать этот признак словом или словосочетанием, записав ответ в строке бланка, соответствующей номеру вопроса. Старайтесь найти наиболее существенные общие признаки для обоих слов.

41. Феодализм – капитализм
42. Школа – институт
43. Монархия – демократия
44. Христианство – ислам
45. Радио - телевидение
46. Сказка – былина
47. Глагол – прилагательное
48. Классицизм – реализм
49. Метафора – гипербола
50. Анапест - дактиль
51. Азия – Африка
52. Сердце – артерия
53. Цунами – ураган
54. Жиры – белки
55. Канал – плотина
56. Сумма – произведение
57. Газ – жидкость
58. Гипотенуза – катет
59. Ампер – вольт
60. Сила тока - напряжение

**Инструкция № 4** Числа в каждом ряду расположены по определённому правилу. Вы должны понять эту закономерность и записать в соответствующих клетках бланка ответов число, которое продолжает этот числовой ряд. В некоторых случаях для того, чтобы найти закономерность, необходимо мысленно выполнять арифметические действия.

61. 6 9 12 15 18 21
62. 9 1 7 1 5 1
63. 2 3 5 6 8 9
64. 10 12 9 11 8 10

65.	1	3	6	8	16	18
66.	3	4	6	9	13	18
67.	15	13	16	12	17	11
68.	1	2	4	8	16	32
69.	1	2	5	10	17	26
70.	1	4	9	16	25	36
71.	128	64	32	16	8	4
72.	1	2	6	15	31	56
73.	31	24	18	13	9	6
74.	225	127	63	31	15	7
75.	3	4	8	17	33	58
76.	47	39	32	26	21	17
77.	174	171	57	54	18	15
78.	54	19	18	14	6	9
79.	301	294	49	44	11	8
80.	23	46	48	96	98	196

**Ключ к Тесту умственного развития**

№ 1		№ 2		№ 3		№ 4	
1	Г	21	А	41	Общественный, социальный строй, общественно-экономическая формация	61	24
2	Б	22	Д	42	Образовательные учреждения, учебные заведения	62	3
3	Д	23	Д	43	Формы, виды правления	63	11
4	Г	24	Д	44	Мировые религии	64	7
5	В	25	Г	45	Средства массовой информации	65	36
6	Д	26	Б	46	Фольклор, устное народное творчество	66	24
7	Д	27	А	47	Части речи	67	18
8	В	28	В	48	Направления в литературе и искусстве	68	64
9	Б	29	В	49	Литературные приемы, выразительные средства языка, тропы	69	37
10	Г	30	Г	50	Стихотворный размер	70	49
11	Д	31	Д	51	Части света	71	2
12	Г	32	А	52	Органы кровообращения	72	92
13	Г	33	В	53	Стихийное бедствие, природные катаклизмы	73	4
14	А	34	В	54	Органические вещества	74	3
15	А	35	Г	55	Водные сооружения	75	94
16	А	36	В	56	Результат математических действий, вычислений	76	14
17	А	37	Г	57	Агрегатное состояние вещества	77	5
18	А	38	Б	58	Стороны треугольника	78	2
19	Б	39	Б	59	Единицы измерения	79	4
20	В	40	А	60	Характеристики электрического тока	80	198

**ТЕСТ УМСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ**

Фамилия, имя \_\_\_\_\_ Школа, класс \_\_\_\_\_

1		2		4		6	
		1		1		1	
2		2		4		6	
		2		2		2	
3		2		4		6	
		3		3		3	
4		2		4		6	
		4		4		4	
5		2		4		6	

		5		5			5
					Сум- ма	ОБЩЕСТВЕННЫЕ НАУКИ	6 6
6		2 6		4 6			6 7
7		2 7		4 7			6 8
8		2 8		4 8			6 9
9		2 9		4 9			7 0
1 0		3 0		5 0			7 1
					Сум- ма	ЛИТЕРАТУРА	7 2
1 1		3 1		5 1			7 3
1 2		3 2		5 2			7 4
1 3		3 3		5 3			7 5
1 4		3 4		5 4			7 6
1 5		3 5		5 5			7 7
					Сум- ма	ЕСТЕСТВЕННЫЕ НАУКИ	7 8
1 6		3 6		5 6			7 9
1 7		3 7		5 7			8 0
1 8		3 8		5 8			<b>3</b>
1 9		3 9		5 9			Сумма
2 0		4 0		6 0			
<b>А</b>		<b>К</b>		<b>О</b>	Сум- ма	ФИЗИКА- МАТЕМАТИКА	
Сум-		Сум-		Сум-	<b>ОБЩИЙ БАЛЛ</b>		

## Тест на определение самооценки

### 1. Проверьте свою самооценку

Утверждения, с которыми вы согласны, отметьте знаком **ПЛЮС**

1. Я чувствую себя значимым и нужным человеком.
2. Я доверяю себе.
3. Я способен принимать самостоятельные решения.
4. Я смогу попросить помощи в трудную минуту.
5. Я понимаю, принимаю и уважаю высокую ценность и уникальность других людей.
6. Я вызываю доверие у других людей.
7. Я способен выбирать.
8. Я – это Я. И мне это нравится.
9. Мир стал лучше оттого, что я пришел в него и живу в нем.

Если Вы согласны с большинством утверждений, можно предположить, что Ваша самооценка адекватна. Вы находите опору внутри себя, что является одним из показателей психологической зрелости человека. Адекватная самооценка является условием уверенного поведения в общении.

### 2. Проверьте себя еще раз.

**Утверждения, с которыми вы согласны, отметьте знаком ПЛЮС**

1. В новой или сложной ситуации общения я не знаю, чего я хочу, мои мысли путаются, они неясные.
2. Я общаюсь с людьми, особенно незнакомыми, со страхами или угрозами или совсем избегаю общения.
3. Я унижаюсь перед людьми или деспотически подавляю их.
4. Постоянный страх мешает мне найти новые решения моих жизненных проблем.
5. Я часто не могу сказать о том, что я думаю и чувствую на самом деле даже самому близкому человеку.
6. В трудных или новых ситуациях я стараюсь казаться лучше или выгляжу хуже, чем на самом деле.
7. Я не умею выбирать.
8. Я боюсь или не хочу принимать решения.
9. Миру все равно, что я есть.

Если Вы отметили большинство из этих утверждений, Ваша самооценка неадекватна (завышена или занижена).

Если у Вас завышенная самооценка – проблемы возникают у других с Вами, а не у Вас с ними.

Если у Вас заниженная самооценка – Вы часто испытываете чувство страха, горечи, тревоги, вины за свое существование.

## Тест на исследование самооценки

		1 100 %	2 80 %	3 65 %	4 50x50 %	5 65 %	6 80 %	7 100 %	
1	Добрый								Злой
2	Общительный								Замкнутый
3	Уверенный в себе								Неуверенный в себе
4	Раздражительный								Спокойный
5	Неоткровенный								Откровенный
6	Нерешительный								Решительный
7	Понимающий других								Не понимающий других
8	Смелый								Робкий
9	Симпатичный								Несимпатичный
10	Нуждающийся в поддержке других								Самодостаточный
11	Импульсивный								Уравновешенный
12	Подчиняющийся								Доминирующий
13	Умный								Глупый
14	Активный								Пассивный
15	Целеустремленный								Беспорядочный

**Инструкция для испытуемого:** Последовательно по каждой паре определите, как это свойство проявляется у вас. На примере первой пары покажем, как работать с методикой.

Если вы выбираете столбец № 1, то это означает, что вы на 100% бодрый человек.

Если вы выбираете столбец № 7, то это означает, что вы на 100% злой человек.

Столбец № 3 – вы, скорее добрый человек (65%), чем злой (35%)

Столбец № 5 – вы, скорее злой человек (65%), чем добрый (35%).

Столбец № 2 – вы оцениваете себя следующим образом: 80% доброты, 20%- злости.

Столбец № 6 – вы оцениваете себя следующим образом: 80% злости, 20 % - доброты.

Столбец № 4 означает среднюю позицию (50% на 50% доброты и злости).

**1 этап работы.** По каждой паре выбрать номер колонки, соответствующий тому, как каждое из этих свойств проявляется у вас в настоящий момент жизни («Я-реальное»). Выбор обозначьте крестиком в соответствующем квадрате.

**2 этап работы.** Оцените, как бы вы хотели, чтобы это свойство было развито у вас, то есть, каким бы вы хотели быть («Я-идеальное»). Отметьте эту позицию кружочком. Например, вы оценили себя как человека доброго на 100% (крестик в столбце № 1), но в жизни вам это мешает, и вы бы хотели, чтобы в вас поровну были представлены оба качества. Поэтому на 2 этапе работы вы выбираете столбик № 4 и обозначаете его кружочком. Может случиться, что вы довольны тем положением, которое есть. В таком случае, крестик обведете кружочком.

### **Обработка результатов**

По каждой паре полярных свойств посчитайте разницу позиций «Реального Я» и «Идеального Я». Для этого высчитывается абсолютная разница (без учета знака) между номером столбца с крестиком и номером столбца с кружочком.

Заключительный этап состоит в суммировании всех 15 цифр, представляющих собой разницу позиций «Реального Я» и «Идеального Я». Полученная сумма сравнивается с ключом.

### **Интерпретация результатов**

- Цифра **более 25 баллов** свидетельствует о заниженной самооценке.
- **От 25 до 10 баллов** – адекватная самооценка.
- Результат **менее 10 баллов** – завышенная самооценка

Или: Скрытое нежелание участвовать в тестировании,

Нежелание быть откровенным Человек не склонен к самоанализу.

### **Методика изучения школьной мотивации (МИШМ)**

С помощью методики изучения школьной мотивации. (W.Henning, 1963) можно охарактеризовать уровень и структуру заинтересованности подростка учебной работой в школе. Для этого обследуемому последовательно предъявляется двадцать восемь пар утверждений-мотивов, каждое из которых он должен оценить по четырехбалльной шкале (от 0 до 3). Двадцать восемь пар утверждений - результат попарного комбинирования восьми утверждений, предъявляемых семь раз в разных сочетаниях, которые характеризуют восемь видов мотивов: мотив долга, учительского одобрения, родительского одобрения, групповой ориентации, честолюбивый, прагматический, познавательный, эмоциональный.

Мотивы учения не исчерпывают содержание мотивационной деятельности. Она связана с более широкой системой взаимоотношений подростка с окружающим миром, направленностью его личности. Сочетание конкретных и более общих мотивов необходимо для успешного осуществления как учебной, так и любого другого вида деятельности (Л. И. Божович, 1951).

Максимальное количество баллов, полученное по одной шкале - 21.

Подростка следует отнести к группе риска, если общий уровень мотивации к учебе признается низким. Это происходит в случае, когда ни по одной шкале сумма баллов не превышает 14 баллов (то есть, двух третей от максимально возможного количества).

#### **Инструкция для испытуемого:**

Постарайся ответить, как можно откровеннее на вопросы о причинах побуждающих тебя учиться.

Предполагаемые для ответа варианты возможных причин нужно оценить по системе:

- 3 - большое влияние дано причины на процесс учебы
- 2 - среднее
- 1 - малое
- 0 - данная причина не имеет для тебя никакого значения

#### **Изучаемые мотивы учения:**

1. Мотив долга:
2. Мотив родительского одобрения:
3. Мотив учительского одобрения:
4. Мотив групповой ориентации:
5. Честолюбивый мотив
6. Познавательный мотив
7. Прагматический мотив
8. Эмоциональный мотив

#### **Обработка результатов**

«Ключ» к методике изучения школьной мотивации

5а, 8а, 12а, 17а, 20а, 25а, 28а.  
1а, 6а, 13а, 18а, 22а, 26а, 28б.  
2а, 5б, 9а, 10а, 14а, 18б, 19а.  
2б, 6б, 8б, 11 а, 15а, 21а, 23а.  
3а, 7а, 12б, 15б, 19б, 24а, 26б.  
4а, 7б, 9б, 11б, 16б, 22б, 25б.  
3б, 10б, 13б, 16а, 20б, 23б, 27а.  
1б, 4б, 14б, 17б, 21б, 24б, 27б.

#### **МИШМ**

1 а. Хочется, чтобы моя учеба радовала моих родителей	1б. Учусь потому, что уроки мне нравятся и доставляют удовольствие, интересен сам процесс школьной жизни
2а. Высокими показателями в учебе хочется доставить радость своим учителям	2б. Учусь, чтобы наш класс по успеваемости был впереди всех

3а. По показателям успеваемости хочу быть выше своих одноклассников, хочу доказать им свои преимущества	3б. Учусь, чтобы в будущем получить хорошую специальность, хорошо зарабатывать и хорошо жить
4а. Учусь потому что мне интересно получать знания, постоянно узнавать что-то новое	4б. Учусь потому, что уроки мне нравятся и доставляют удовольствие, интересен сам процесс школьной жизни
5а. Учусь, чтобы мои знания в дальнейшем были полезны обществу, людям	5б. Высокими показателями в учебе хочется доставить радость своим учителям
6а. Хочется, чтобы моя учеба радовала моих родителей	6б. Учусь, чтобы наш класс по успеваемости был впереди всех
7а. По показателям успеваемости хочу быть выше своих одноклассников, хочу доказать им свои преимущества	7б. Учусь потому, что мне интересно получать знания, постоянно узнавать что-то новое
8а. Учусь, чтобы мои знания в дальнейшем были полезны обществу, людям	8б. Учусь, чтобы наш класс по успеваемости был впереди всех
9а. Высокими показателями в учебе хочется доставить радость своим учителям	9б. Учусь потому, что мне интересно получать знания, постоянно узнавать что-то новое
10а. Высокими показателями в учебе хочется доставить радость своим учителям	10б. Учусь, чтобы в будущем получить хорошую специальность, хорошо зарабатывать и хорошо жить
11а. Учусь, чтобы наш класс по успеваемости был впереди всех	11б. Учусь потому, что мне интересно получать знания, постоянно узнавать что-то новое
12а. Учусь, чтобы мои знания в дальнейшем были полезны обществу, людям	12б. По показателям успеваемости выше своих одноклассников, хочу доказать им свои преимущества
13а. Хочется, чтобы моя учеба радовала моих родителей.	13б. Учусь, чтобы в будущем получить хорошую специальность, хорошо зарабатывать и хорошо жить.
14а. Высокими показателями в учебе хочется доставить радость своим учителям.	14б. Учусь потому, что уроки мне нравятся и доставляют удовольствие, интересен сам процесс школьной жизни.
15а. Учусь, чтобы наш класс по успеваемости был впереди всех.	15б. По показателям успеваемости хочу быть выше своих одноклассников, хочу доказать им свои преимущества.
16а. Учусь, чтобы в будущем получить хорошую специальность, хорошо зарабатывать и хорошо жить.	16б. Учусь потому, что мне интересно получать знания, постоянно узнавать что-то новое.
17а. Учусь, чтобы мои знания в дальнейшем были полезны обществу, людям.	17б. Учусь потому, что уроки мне нравятся и доставляют удовольствие, интересен сам процесс школьной жизни
18а. Хочется, чтобы моя учеба радовала моих родителей.	18б. Высокими показателями в учебе хочется доставить радость своим учителям.
19а. Высокими показателями в учебе хочется доставить радость своим учителям.	19б. По показателям успеваемости хочу быть выше своих одноклассников, хочу доказать им свои преимущества.
20а. Учусь, чтобы мои знания в дальнейшем	20б. Учусь, чтобы в будущем получить

были полезны обществу, людям.	хорошую специальность, хорошо зарабатывать и хорошо жить.
21а. Учусь, чтобы наш класс по успеваемости был впереди всех.	21б. Учусь потому, что уроки мне нравятся и доставляют удовольствие, интересен сам процесс школьной жизни.
22а. Хочется, чтобы моя учеба радовала моих родителей.	22б. Учусь потому, что мне интересно получать знания, постоянно узнавать что-то новое.
23а. Учусь, чтобы наш класс по успеваемости был впереди всех.	23б. Учусь, чтобы в будущем получить хорошую специальность, хорошо зарабатывать и хорошо жить.
24а. Учусь, чтобы в будущем получить хорошую специальность, хорошо зарабатывать и хорошо жить.	24б. Учусь потому, что уроки мне нравятся и доставляют удовольствие, интересен сам процесс школьной жизни.
25а. Учусь, чтобы мои знания в дальнейшем были полезны обществу, людям.	25б. Учусь потому, что мне интересно получать знания, постоянно узнавать что-то новое.
26а. Хочется, чтобы моя учеба радовала моих родителей.	26б. По показателям успеваемости хочу быть выше своих одноклассников, хочу доказать им свои преимущества.
27а. Учусь, чтобы в будущем получить хорошую специальность, хорошо зарабатывать и хорошо жить.	27б. Учусь потому, что уроки мне нравятся и доставляют удовольствие, интересен сам процесс школьной жизни.
28а. Учусь, чтобы мои знания в дальнейшем были полезны обществу, людям.	28б. Хочется, чтобы моя учеба радовала моих родителей.

### **Опросник профессиональной готовности (Л.Н. Кабардова)**

Опросник профессиональной готовности (ОПГ) предназначен для выявления отношения испытуемого к различным видам профессиональной деятельности (типам профессии).

#### **Инструкция:**

Внимательно прочитайте вопросы. Читая вопрос, обязательно обращайтесь внимание на слова: «часто», «легко», «систематически», «сразу» и др. Ваш ответ должен учитывать смысл этих слов. Если что-то не делали, ставьте прочерк. Если из перечисленных в вопросе нескольких действий вы умеете делать что-то одно, то именно его и оцените тремя оценками. Если из перечисленных в вопросе нескольких действий вы умеете делать что-то одно, то именно его вы и оцениваете тремя оценками. На каждый вопрос вы должны дать **три** ответа выражающие ваше «**умение**», «**отношение**» и «**пожелание**» относительно содержания вопроса. Свои ответы вы оцениваете в баллах от 0 до 2.:

- а) Вы показываете, насколько хорошо вы умеете делать то, что написано
- б) Вы отражаете свое отношение к этому действию (нравится или нет)
- в) Вы оцениваете, насколько вам хотелось бы выполнять это действие в будущей профессии

Оцените каждый ответ в баллах от 0 до 2 и заносите их в таблицу.

Свои оценки (в баллах) занесите в таблицу ответов (№ клетки соответствует № вопроса). В каждую клетку вы должны поставить баллы, соответствующие вашим ответам на все три вопроса. В каждом из них оцените сначала ваше «умение» (1), затем - «отношение» (2) и потом - «пожелание» (3).

В этой же последовательности проставьте оценочные баллы в клетку таблицы.

Если вы никогда не делали того, что написано в вопросе, то вместо баллов поставьте в клетку прочерки в первых двух вопросах и попробуйте отвечать на третий вопрос.

Работайте внимательно, не спешите!

<b>А) умеет делать</b> У меня хорошо получается – 2 У меня средне получается – 1 У меня плохо получается - 0	<b>В) эмоции отношения</b> Мне нравится, хочется делать – 2 Все равно – 1 Не хочется, нет четкого отношения - 0	<b>С) выполнять действия в начале работы</b> Хотел бы делать – 2 Все равно – 1 Не хотел бы ни за что - 0
---	--	---

### 1. Насколько хорошо умеете делать то, что написано в вопросе?

Как правило, делаю хорошо 2  
Делаю средне 1 «УМЕНИЕ»  
Плохо делаю (совсем не умею) 0

### 2. Какие ощущения возникали, когда вы это делали:

Положительные (интересно, легко) 2  
Нейтральные (все равно) 1 «ОТНОШЕНИЕ»  
Отрицательные (неприятно, неинтересно, трудно) 0

### 3. Хотели бы, чтобы описанное в вопросе действие было включено в вашу будущую работу:

Да 2  
Все равно 1 «ПОЖЕЛАНИЕ»  
Нет 0

Примечание:

- 1) Отвечать «хорошо умею делать», т.е. ставить 2 балла, можно только в том случае, если школьник делал это много раз и у него, как правило, это хорошо получалось.
- 2) Ставить 0 баллов в умениях надо и когда школьник делает плохо и когда он не умеет это делать.

### Тестовый материал:

1. Делать выписки, вырезки из различных текстов, собирать и группировать их по определённым признакам.
2. Выполнять практические задания на лабораторных занятиях по физике (составлять и собирать схемы, устранять неисправности, разбираться в причинах действия приборов и т. п.)
3. Длительное время ухаживать за растениями (более года поливать, удобрять, пересаживать и пр.).
4. Сочинять стихи, рассказы, писать рефераты, сочинения, которые многими признаются интересными, достойными внимания.
5. Оказывать посильную помощь тем, кто в ней нуждается.

### **Переход на следующую строку**

1. Выделять из текста основные линии и составлять конспект, план или новый текст.
2. Разбираться в физических процессах, решать задачи по физике.
3. Вести регулярные наблюдения за растениями и записывать их в дневник.
4. Своими руками мастерить красивые изделия из дерева и других материалов (соломки, ниток, листьев и др.).
5. Терпеливо, без раздражения учить кого-либо, даже, если приходится повторять много раз одно и то же, объяснять кому-либо то, что он хочет знать.

### **Переход на следующую строку**

1. Легко определять ошибки в письменных работах по русскому языку.
2. Разбираться в химических процессах, свойствах химических элементов, решать задачи по химии.
3. Разбираться в признаках многочисленных видов растений.
4. Создавать произведения графики, живописи и скульптуры.
5. Часто и подолгу общаться с разными людьми, и это не надоедает.

### **Переход на следующую строку**

1. На уроках иностранного языка отвечать на вопросы, вести беседу, составлять и рассказывать тексты.
2. Ремонтировать и налаживать работу разных механизмов и приборов (велосипеда, мотоцикла, пылесоса и пр.).

3. Посвящать своё свободное время наблюдению за животными, уходу за ними.
4. Сочинять музыку, песни, имеющие успех у сверстников и взрослых.
5. Внимательно, терпеливо, не перебивая выслушивать людей.

Переход на следующую строку.

1. На уроках иностранного языка без особых трудностей работать с иностранными текстами.
2. Налаживать и чинить электронную аппаратуру (магнитофон, TV, и пр.).
3. Регулярно без напоминаний выполнять необходимую работу по уходу за животными (кормить, чистить, лечить, обучать, убирать).
4. Не стесняясь для многих зрителей разыгрывать разные роли, подражать, изображать, декламировать.
5. Охотно заниматься и увлекать делом, игрой, рассказом детей младшего школьного возраста.

**Переход на новую строку**

1. Выполнять задания по математике и другим предметам, где требуется выведение формул, решения теорем, логическое мышление.
2. Ремонтировать замки, краны, игрушки, мебель.
3. Разбираться в породах и видах животных (лошадей, собак, птиц, рыб, насекомых), знать их внешние признаки повадки.
4. Всегда четко видеть, что сделано писателем, драматургом, художником, режиссером, актёром талантливо, а что нет и уметь обосновать это устно и письменно.
5. Организовывать людей на общие дела, проведение мероприятий.

**Переход на следующую строку**

1. Уметь применять законы, правила, формулы при решении различных математических задач.
2. Выполнять действия, требующие хорошей координации и ловкости рук; работать на станке, швейной машинке, производить монтаж и сборку изделий из мелких деталей.
3. Сразу замечать малейшие изменения во внешнем виде или поведении животных или растений.
4. Играть на музыкальных инструментах, публично исполнять песни, танцы.
5. Выполнять работу, требующую обязательных контактов с разными людьми.

**Переход на следующую строку**

1. Выполнять различные подсчеты и расчеты, выводить из них различные закономерности и следствия.
2. Самостоятельно придумывать и конструировать новые изделия из типовых деталей и узлов.
3. Читать научную литературу, слушать лекции и доклады по биологии, анатомии, ботанике, зоологии.
4. Создавать на бумаге и в натуре новые, оригинальные модели одежды, причесок, украшений, интерьеры помещений и др. предметы.
5. Оказывать влияние на людей.

**Переход на следующую строку**

1. Составлять и рисовать схемы, чертежи, карты.
2. Выполнять задания, в которых требуется мысленно представить расположение фигур, предметов и их частей в пространстве.
3. Постоянно заниматься в биологических кружках, на биостанции, в зоопарке, питомнике.
4. Быстрее и чаще других замечать в обычном новые, удивительные, необычные и прекрасные стороны и черты.
5. Сопереживать разным людям, понимать их состояние.

**Переход на следующую строку**

1. Аккуратно и безошибочно выполнять «бумажную работу»: писать, составлять документы, высчитывать, проверять.
2. Выбирать наиболее рациональный способ решения задачи - технический, математический, логический.
3. Преодолевать трудности при работе с животными и растениями: физический труд, грязь, неприятный запах, плохую погоду и др.
4. Настойчиво, терпеливо повторять и доводить до совершенства создаваемое или выполняемое произведение.
5. Говорить, сообщать что-либо, излагать свои мысли вслух слушателям.

**Обработка результатов**

Приступая к их обработке, сначала надо найти в таблице ответов номера тех высказываний, которые испытуемый при оценке пожеланий (3 графа) оценил в «О» баллов или поставил прочерк. В этом случае первые две оценки данного высказывания при подсчёте общих сумм баллов - по этим шкалам не учитываются. Они принимаются во внимание только при качественном анализе каждой сферы.

Подсчитывается общая сумма баллов, которую набрали отдельно «умения», «отношения», и отдельно «профессиональные пожелания» испытуемого в каждой профессиональной сфере. В результате имеется наглядная картина предпочтений рассматриваемых профессиональных сфер. Выбор наиболее предпочтительной для данного испытуемого профессиональной сферы осуществляется на основе сопоставления сумм баллов по трем описанным шкалам (умения, отношения, пожелания). Положительно оценивается такое сочетание, при котором высокие оценки при ответе на второй и третий вопросы соотносятся с реальными умениями испытуемого, т.е. с высокой оценкой по первой шкале. Например, соотношение трех оценок типа 10-12-11 благополучнее, чем соотношение типа 8-18-12. Его предпочтения в первом примере более обоснованы наличием у испытуемого соответствующих умений.

Обязательно анализируются высказывания, которые он оценил наибольшим количеством баллов, т.е. 2-2-2, а также высказывания, в которых две наивысшие оценки сочетаются со средней, т.е. 2-2-1 или 1-2-2. Это нужно для того, чтобы СУЗИТЬ профессиональную сферу до некоторых конкретных специальностей.

Например, работа в области «человек-знаковая система» может осуществляться

- с «буквами, словами, текстами». Возможные профессии - филолог, историк, редактор, переводчик и др.,
- «с математическими символами, цифрами». Возможные профессии - программист, математик-экономист, «чертежами, схемами» — чертёжник, топограф и т.д.

Также для того, чтобы выйти за пределы одной сферы на профессии, занимающие промежуточное положение между разными сферами. Например, учитель математики (человек и знак), модельер — (художественный образ и человек).

**Предпочитаемый тип профессии:**

- 1-й столбец — «человек - знаковая система»
- 2-й столбец — «человек — техника»
- 3-й столбец — «человек — природа»
- 4-й столбец — «человек — художественный образ»
- 5-й столбец - «человек — человек»

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

## Определение направленности личности (ориентационная анкета)

Для определения личностной направленности в настоящее время используется ориентационная анкета, впервые опубликованная Б. Бассом в 1967 г.

Анкета состоит из 27 пунктов-суждений, по каждому из которых возможны три варианта ответов, соответствующие трем видам направленности личности. Респондент должен выбрать один ответ, который в наибольшей степени выражает его мнение или соответствует реальности, и еще один, который, наоборот, наиболее далек от его мнения или же наименее соответствует реальности. Ответ «наиболее» получает 2 балла, «наименее» – 0, оставшийся невыбранным – 1 балл. Баллы, набранные по всем 27 пунктам, суммируются для каждого вида направленности отдельно.

С помощью методики выявляются следующие направленности:

1. Направленность на себя (Я) – ориентация на прямое вознаграждение и удовлетворение безотносительно работы и сотрудников, агрессивность в достижении статуса, властность, склонность к соперничеству, раздражительность, тревожность, интровертированность.

2. Направленность на общение (О) – стремление при любых условиях поддерживать отношения с людьми, ориентация на совместную деятельность, но часто в ущерб выполнению конкретных заданий или оказанию искренней помощи людям, ориентация на социальное одобрение, зависимость от группы, потребность в привязанности и эмоциональных отношениях с людьми.

3. Направленность на дело (Д) – заинтересованность в решении деловых проблем, выполнение работы как можно лучше, ориентация на деловое сотрудничество, способность отстаивать в интересах дела собственное мнение, которое полезно для достижения общей цели.

### Инструкция

«Опросный лист состоит из 27 пунктов. По каждому из них возможны три варианта ответов: А, Б, В.

1. Из ответов на каждый из пунктов выберите тот, который лучше всего выражает Вашу точку зрения по данному вопросу. Возможно, что какие-то из вариантов ответов покажутся Вам равноценными. Тем не менее, мы просим Вас отобрать из них только один, а именно тот, который в наибольшей степени отвечает Вашему мнению и более всего ценен для Вас.

Букву, которой обозначен ответ (А, Б, В), напишите на листе для записи ответов рядом с номером соответствующего пункта (1-27) под рубрикой «больше всего».

2. Затем из ответов на каждый из пунктов выберите тот, который дальше всего отстоит от Вашей точки зрения, наименее для Вас ценен. Букву, которой обозначен ответ, вновь напишите на листе для записи ответов рядом с номером соответствующего пункта, в столбце под рубрикой «меньше всего».

3. Таким образом, для ответа на каждый из вопросов Вы используете две буквы, которые и запишите в соответствующие столбцы. Остальные ответы нигде не записываются.

Старайтесь быть максимально правдивым. Среди вариантов нет «хороших» или «плохих» ответов, поэтому не старайтесь угадать, какой из ответов является «правильным» или «лучшим» для Вас».

### Текстовый материал

1. Наибольшее удовлетворение я получаю от:

- А. Одобрения моей работы;
- Б. Сознания того, что работа сделана хорошо;
- В. Сознания того, что меня окружают друзья.

2. Если бы я играл в футбол (волейбол, баскетбол), то я хотел бы быть:

- А. Тренером, который разрабатывает тактику игры;
- Б. Известным игроком;
- В. Выбранным капитаном команды.

3. По-моему, лучшим педагогом является тот, кто:

- А. Проявляет интерес к учащимся и к каждому имеет индивидуальный подход;
- Б. Вызывает интерес к предмету так, что учащиеся с удовольствием углубляют свои знания в этом предмете;
- В. Создает в коллективе такую атмосферу, при которой никто не боится высказать свое мнение.

4. Мне нравится, когда люди:

- А. Радуются выполненной работе;
- Б. С удовольствием работают в коллективе;

- В. Стремятся выполнить свою работу лучше других.
5. Я хотел бы, чтобы мои друзья:
- А. Были отзывчивы и помогали людям, когда для этого представляются возможности;
  - Б. Были верны и преданы мне;
  - В. Были умными и интересными людьми.
6. Лучшими друзьями я считаю тех:
- А. С кем складываются хорошие взаимоотношения;
  - Б. На кого всегда можно положиться;
  - В. Кто может многого достичь в жизни.
7. Больше всего я не люблю:
- А. Когда у меня что-то не получается;
  - Б. Когда портятся отношения с товарищами;
  - В. Когда меня критикуют.
8. По-моему, хуже всего, когда педагог:
- А. Не скрывает, что некоторые учащиеся ему несимпатичны, насмехается и подшучивает над ними;
  - Б. Вызывает дух соперничества в коллективе;
  - В. Недостаточно хорошо знает свой предмет.
9. В детстве мне больше всего нравилось:
- А. Проводить время с друзьями;
  - Б. Ощущение выполненных дел;
  - В. Когда меня за что-нибудь хвалили.
10. Я хотел бы быть похожим на тех, кто:
- А. Добился успеха в жизни;
  - Б. По-настоящему увлечен своим делом;
  - В. Отличается дружелюбием и доброжелательностью
11. В первую очередь школа должна:
- А. Научить решать задачи, которые ставит жизнь;
  - Б. Развивать прежде всего индивидуальные способности ученика;
  - В. Воспитывать качества, помогающие взаимодействовать с людьми.
12. Если бы у меня было больше свободного времени, охотнее всего я использовал бы его:
- А. Для общения с друзьями;
  - Б. Для отдыха и развлечений;
  - В. Для своих любимых дел и самообразования.
13. Наибольших успехов я добиваюсь, когда:
- А. Работаю с людьми, которые мне симпатичны;
  - Б. У меня интересная работа;
  - В. Мои усилия хорошо вознаграждаются.
14. Я люблю, когда:
- А. Другие люди меня ценят;
  - Б. Испытывать удовлетворение от выполненной работы;
  - В. Приятно провожу время с друзьями.
15. Если бы обо мне решили написать в газете, мне бы хотелось, чтобы:
- А. Рассказали о каком-либо интересном деле, связанным с учебой, работой, спортом и т.п., в котором мне довелось участвовать.
  - Б. Написали о моей деятельности;
  - В. Обязательно рассказали о коллективе, в котором я работаю.
16. Лучше всего я учусь, если преподаватель:
- А. Имеет ко мне индивидуальный подход;
  - Б. Сумеет вызвать у меня интерес к предмету;
  - В. Устраивает коллективные обсуждения изучаемых проблем.
17. Для меня нет ничего хуже, чем:
- А. Оскорбление личного достоинства;

- Б. Неудача при выполнении важного дела;  
В. Потеря друзей.
18. Больше всего я ценю:  
А. Успех;  
Б. Возможности хорошей совместной работы;  
В. Здравый практичный ум и смекалку.
19. Я не люблю людей, которые:  
А. Считают себя хуже других;  
Б. Часто ссорятся и конфликтуют;  
В. Возражают против всего нового.
20. Приятно, когда:  
А. Работаешь над важным для всех делом;  
Б. Имеешь много друзей;  
В. Вызываешь восхищение и всем нравишься.
21. По-моему, в первую очередь руководитель должен быть:  
А. Доступным;  
Б. Авторитетным;  
В. Требовательным.
22. В свободное время я охотно прочитал бы книги:  
А. О том, как заводить друзей и поддерживать хорошие отношения с людьми;  
Б. О жизни знаменитых и интересных людей;  
В. О последних достижениях науки и техники.
23. Если бы у меня были способности к музыке, я предпочел бы быть:  
А. Дирижером;  
Б. Композитором;  
В. Солистом.
24. Мне бы хотелось:  
А. Придумать интересный конкурс;  
Б. Победить в конкурсе;  
В. Организовать конкурс и руководить им.
25. Для меня важнее всего знать:  
А. Что я хочу сделать;  
Б. Как достичь цели;  
В. Как организовать людей для достижения цели.
26. Человек должен стремиться к тому, чтобы:  
А. Другие были им довольны;  
Б. Прежде всего выполнить свою задачу;  
В. Его не нужно было упрекать за выполненную работу.
27. Лучше всего я отдыхаю в свободное время:  
А. В общении с друзьями;  
Б. Просматривая развлекательные фильмы;  
В. Занимаясь своим любимым делом.

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ

Бланк тестируемого \_\_\_\_\_

NN	Больше всего	Меньше всего	NN	Больше всего	Меньше всего
1			15		
2			16		
3			17		
4			18		
5			19		
6			20		
7			21		
8			22		
9			23		
10			24		
11			25		
12			26		
13			27		
14					

### Ключ

№	Я	О	Д	№	Я	О	Д
1	А	В	Б	15	Б	В	А
2	Б	В	А	16	А	В	Б
3	А	В	Б	17	А	В	Б
4	В	Б	А	18	А	Б	В
5	Б	А	В	19	А	Б	В
6	В	А	Б	20	В	Б	А
7	В	Б	А	21	Б	А	В
8	А	Б	В	22	Б	А	В
9	В	А	Б	23	В	А	Б
10	А	В	Б	24	Б	В	А
11	Б	А	В	25	А	В	Б
12	Б	А	В	26	В	А	Б
13	В	А	Б	27	Б	А	В
14	А	Б	В	всего:			

## **Коммуникативные и организаторские способности (КОС)**

### **Инструкция для испытуемого:**

Вам предлагается ответить на 40 вопросов. Свободно выражайте своё мнение по каждому из них и отвечайте на них только «ДА» или «НЕТ». Если ваш ответ положителен, то в соответствующей клетке листа ответов поставьте знак «+», если отрицательный, то «-». Не затрачивайте много времени на обдумывание, отвечайте быстро.

1. Много ли у Вас друзей, с которыми Вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли Вам удаётся склонить большинство своих товарищей к принятию ими Вашего мнения?
3. Долго ли Вас беспокоит чувство обиды, причинённой Вам кем-то из Ваших друзей?
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 каким-нибудь делом (занятием), чем с людьми?
8. Если возникли некоторые помехи в осуществлении Ваших намерений, то легко ли Вы отступаете от них?
9. Легко ли Вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше Вас по возрасту?
  
10. Любите ли Вы организовывать со своими друзьями различные развлечения?
11. Трудно ли Вам включаться в новые для Вас компании?
12. Часто ли Вы откладываете на другие дни дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
13. Легко ли Вам удаётся устанавливать контакты с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли Вы добиваться, чтобы Ваши товарищи действовали в соответствии с Вашим мнением?
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, обязательств, обязанностей?
17. Стремитесь ли Вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
18. Часто ли при 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 удаётся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли Вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что Вы утомляетесь от частого общения с друзьями?
25. Любите ли Вы участвовать в коллективных играх, развлечениях?
26. Часто ли Вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы Ваших друзей?
27. Правда ли, что Вы чувствуете себя неуверенно, когда попадаете в большую группу малознакомых Вам людей?
28. Верно ли, что Вы редко стремитесь к доказательству своей правоты?
29. Полагаете ли Вы, что Вам не составит большого труда внести оживление в малознакомую для Вас компанию?
30. Принимаете ли Вы участие в общественной работе в школе (классе)?
31. Стремитесь ли Вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
32. Верно ли, что Вы не стремитесь отстаивать своё мнение или решение, если оно не было сразу принято Вашими товарищами?
33. Чувствуете ли Вы себя непринуждённо, попав в незнакомую компанию?
34. Охотно ли Вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что Вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-то большой группе людей?

36. Часто ли Вы опаздываете на деловые встречи, свидания?  
 37. Верно ли, что у Вас много друзей?  
 38. Часто ли Вы оказываетесь в центре внимания своих товарищей?  
 39. Часто ли Вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?  
 40. Правда ли, что Вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

Показатель выраженности коммуникативных склонностей (К) определите по **сумме количества положительных ответов** на вопросы **1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37 (столбец №1)** и количества **отрицательных ответов** на вопросы **3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39 (столбец №3)**, разделённой на 20.

Показатель выраженности организаторских склонностей (О) определите по **сумме количества положительных ответов** на вопросы **2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38 (столбец №2)** и количества **отрицательных ответов** на вопросы **4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40 (столбец №4)**, разделённый на 20.

Уровень выраженности КОС определите по оценочной шкале.

УРОВНИ					
Способности	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий
Коммуникативные	0,1-0,45	0,46-0,55	0,56-0,65	0,66-0,75	0,76-1
Организаторские	0,2-0,55	0,56-0,65	0,66-0,7	0,71-0,8	0,81-1

### Примечания

При интерпретации полученных данных следует помнить, что они лишь констатируют наличный уровень развития коммуникативных и организаторских способностей в данный момент развития личности, и если эти результаты тестирования окажутся невысокими, это вовсе не значит, что этих способностей потенциально у человека нет. Просто не были созданы условия для проявления и развития, или у самого человека не было настоятельной потребности обрести соответствующие умения.

### Интерпретация результатов

- 1) Испытуемые, характеризуются крайне низким уровнем проявления способностей к коммуникативной и организаторской деятельности.
- 2) Испытуемые с уровнем развития коммуникативных и организаторских способностей **ниже среднего**, не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе, предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства, испытывают трудности в установлении контактов с людьми и в выступлении перед аудиторией, плохо ориентируются в незнакомой ситуации, не отстаивают своё мнение, тяжело переживают обиды. Проявление инициативы в общественной деятельности крайне занижено, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.
- 3) Испытуемые, со **средним** уровнем развития коммуникативных и организаторских способностей, стремятся к контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств, отстаивают своё мнение, планируют работу, однако потенциал этих склонностей не отличается высокой устойчивостью. Эта группа нуждается в серьёзной и планомерной воспитательной работе по формированию и развитию их коммуникативных способностей.
- 4) Испытуемые, отнесённые к группе с **высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских способностей**, не теряются в новой обстановке, быстро находят новых друзей, постоянно стремятся расширить круг знакомых, занимаются общественной работой (деятельностью), помогают близким, друзьям, проявляют инициативу в общении, способны принимать самостоятельное решение в трудной ситуации.
- 5) Для испытуемых с **наиболее высоким уровнем** проявления коммуникативных и организаторских способностей, характерны быстрая ориентация в трудных ситуациях, непринуждённость поведения в новом коллективе. Испытуемые этой группы инициативны, предпочитают в важном деле или сложной ситуации принимать самостоятельные решения, отстаивают своё мнение и добиваются, чтобы оно было принято товарищами. Они легко чувствуют себя в незнакомой компании, любят и умеют организовывать различные игры, коллективные дела, сами умеют находить такую работу.

### Тест Шмишека

Г. Шмишек разработал данный тест характера в 1970 году на основе теоретической концепции Карла Леонгарда акцентуированных характеров. Иногда также употребляется название опросник Леонгарда-Шмишека (Шмишека-Леонгарда).

**Инструкция:** Опросник состоит из 88 вопросов, 10 шкал, соответствующих определенным акцентуациям характера (акцентуациями личности).

Доминирующий тип акцентуированного характера определяется по максимальному числу баллов, которые наберет испытуемый в результате тестирования с помощью опросника Шмишека, по количеству баллов можно судить о степени развитости у взрослого человека или ребенка разных акцентуаций характера.

Сумма «сырых» баллов умноженная на соответствующий коэффициент дает показатель типа акцентуации. Максимальный показатель по каждому типу акцентуации — 24 балла. Признаком акцентуации считается величина, превосходящая 12 баллов. Полученные данные представлены в виде профиля личностной акцентуации (акцентуации характера).

Тест предназначен для выявления акцентуированных свойств характера и темперамента лиц подросткового, юношеского возраста и взрослых. Тест Шмишека подходит для учета акцентуаций характера в процессе обучения, профессионального отбора, психологического консультирования, профориентации.

### Текстовый материал

1. Ты обычно спокоен, весел?
2. Легко ли ты обижаешься, огорчаешься?
3. Легко ли ты плачешь?
4. Много ли раз ты проверяешь, нет ли ошибок в твоей работе?
5. Такой ли ты умный (сильный), как твои одноклассники?
6. Легко ли ты переходишь от радости к грусти и наоборот?
7. Любишь ли ты быть главным в игре?
8. Бывают ли дни, когда ты без всякой причины на всех сердиться?
9. Серьезный ли ты человек?
10. Бывает ли, что что-то тебе ужасно нравится?
11. Умеешь ли ты выдумывать новую игру?
12. Скоро ли ты забываешь, если ты кого-то обидел?
13. Считаешь ли ты себя добрым, умеешь ли сочувствовать?
14. Бросив письмо в почтовый ящик, проверяешь ли ты рукой, не застряло ли оно?
15. Стараешься ли ты быть лучшим в школе, в кружке, спортивной секции?
16. Когда ты был маленьким, боялся ли ты грозы, собак?
17. Считают ли тебя ребята чересчур аккуратным и старательным?
18. Зависит ли твое настроение от школьных и домашних дел?
19. Любят ли тебя все твои знакомые?
20. Бывает ли у тебя беспокойно на душе?
21. Тебе обычно немножко грустно?
22. Переживал ли ты горе, случалось ли тебе рыдать?
23. Тебе трудно оставаться на одном месте?
24. Борешься ли ты против несправедливости по отношению к тебе?
25. Стрелял ли ты когда-нибудь из рогатки в собак и кошек?
26. Раздражает ли тебя, если занавес или скатерть висят неровно? Стараешься ли ты её поправить?
27. Когда ты был маленький, ты боялся оставаться дома один?
28. Бывает ли так, что тебе весело или грустно без причины?
29. Ты один из лучших учеников в классе?
30. Легко ли ты сердиться?
31. Часто ли ты веселишься, дурачишься?
32. Чувствуешь ли ты себя иногда очень счастливым?
33. Умеешь ли ты развеселить ребят?
34. Можешь ли ты прямо сказать кому-нибудь то, что ты о нем думаешь?
35. Боишься ли ты крови?
36. Охотно ли ты выполняешь школьные поручения?

37. Заступаешься ли ты за тех, с кем поступили несправедливо?
38. Тебе неприятно войти в темную комнату?
39. Ты больше любишь медленную и точную работу, чем быструю и не такую точную?
40. Легко ли ты знакомишься с людьми?
41. Охотно ли ты выступаешь на утренниках или вечерах в школе?
42. Ты когда-нибудь убегал из дома?
43. Кажется ли тебе жизнь тяжелой?
44. Ты когда-нибудь расстраивался из-за ссоры с учителями или ребятами настолько, что не мог пойти в школу?
45. Можешь ли ты даже при неудаче посмеяться над собой?
46. Стараешься ли ты помириться, если кого-то обидел?
47. Любишь ли ты животных?
48. Бывало ли с тобой, что ты, уходя из дома, возвращался проверить, не случилось ли чего-нибудь?
49. Кажется ли тебе иногда, что с тобой или твоими родителями должно что-то случиться?
50. Твое настроение иногда зависит от погоды, как ты думаешь?
51. Трудно ли тебе отвечать в классе?
52. Можешь ли ты, если сердиться на кого-то, начать драться?
53. Нравится ли тебе быть среди ребят?
54. Если что-то тебе не удается, можешь ли ты отчаяться?
55. Можешь ли ты организовать игру, работу?
56. Упрямо (упорно) ли ты добиваешься цели, даже если встречаешь трудности?
57. Плакал ли ты когда-нибудь из-за грустного фильма или книги?
58. Бывает ли тебе трудно уснуть из-за каких-нибудь забот?
59. Подсказываешь ли ты, и даешь ли списывать?
60. Боишься ли ты пройти вечером один по темной улице?
61. Следишь ли ты за тем, чтобы каждая вещь на своем месте?
62. Бывает ли с тобой так, что ты ложишься спать с хорошим настроением, а просыпаешься с плохим?
63. Свободно ли ты чувствуешь себя с незнакомыми ребятами (в новом классе, лагере)?
64. Бывает ли у тебя головная боль?
65. Часто ли ты смеешься?
66. Если ты не уважаешь человека, можешь ли ты вести себя так, чтобы он этого не замечал?
67. Можешь ли ты сделать много разных дел за один день?
68. Бывают ли с тобой несправедливы?
69. Любишь ли ты природу?
70. Уходя из дома или ложась спать, проверяешь ли ты, заперта ли дверь, выключен ли свет?
71. Боязлив ли ты? Как ты считаешь?
72. Меняется ли твое настроение за праздничным столом?
73. Участвуешь ли ты в драматическом кружке (любишь ли ты читать со сцены стихи)?
74. Мечтаешь ли ты?
75. Бывает ли, что ты думаешь о будущем с грустью?
76. Бывает ли у тебя неожиданные переходы от радости к тоске?
77. Умеешь ли ты развлечь гостей?
78. Подолгу ли ты сердиться, обижаешься?
79. Сильно ли ты переживаешь, если горе у твоих близких друзей?
80. Можешь ли ты из-за ошибки, помарки переписать страницу в тетради?
81. Считаешь ли ты себя недоверчивым?
82. Часто ли тебе снятся страшные сны?
83. Не бывало ли у тебя желания прыгнуть в окно или броситься под машину?
84. Становится ли тебе весело, если все вокруг веселые?
85. Если у тебя неприятности, можешь ли ты на время забыть о них, не думать о них постоянно?
86. Совершаешь ли ты неожиданные для себя поступки?
87. Чаще ты говоришь мало, чем много? Молчалив ли ты?
88. Мог бы ты, участвуя в драматическом кружке, настолько войти в роль, что при этом забыть, что ты не такой, как на сцене?

## Обработка результатов

### Описание акцентуаций характера (К. Леонгард)

При совпадении ответа на вопрос с «ключом», ответу присваивается 1 балл.

Максимальная сумма баллов после умножения – 24 балла. В случае превышения 19 баллов черта характера является акцентуированной. 19-24 балла – выраженная акцентуация по данному типу. Менее 12 баллов – отсутствие акцентуации по данному типу.

Тест Шмишека исследует типы характера, раскладывая его по акцентуированным характерам, описанным далее.

#### **1. Демонстративный тип (демонстративность)**

Плюс: 7. 19. 22. 29. 41. 44. 63. 66. 73. 85. 88

Минус: 51

Сумму ответов умножить на 2

Этому типу акцентуации характера присуща легкость установления контактов, стремлением к лидерству, жаждой власти и похвалы. Он демонстрирует высокую приспособляемость к людям и вместе с тем склонность к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Такие люди раздражают окружающих самоуверенностью и высокими притязаниями, систематически сами провоцируют конфликты, но при этом активно защищаются.

Характеризуется: демонстративностью поведения, живостью, легкостью в установлении контактов. Склонен к фантазерству, лживости и притворству, направленным на приукрашивание себя, авантюризму, артистизму. Стремится к лидерству, испытывает потребность в признании, жажду власти и постоянного внимания к себе. Хорошо приспособляется к людям, склонен к легкой смене настроений при отсутствии действительно глубоких чувств. Отличается беспредельным эгоцентризмом (крайняя степень эгоизма). Не выносит похвалы в адрес других людей. Имеет неадекватную самооценку. Самоуверен, обладает высокими притязаниями, часто провоцирует конфликты, но при этом активно защищается. Способен полностью забывать то, что о чем он не желает помнить (патологическая способность к вытеснению). Лжив, но, по-видимому, внутренне не осознает свою ложь; поэтому выглядит искренне. Способен увлечь других неординарностью мышления и поступков.

Привлекательные черты для партнеров по общению: обходительность, артистичность, способность увлечь других, неординарность мышления и поступков. Их отрицательные черты: эгоизм, лицемерие, хвастовство, отлынивание от работы.

#### **2. Застревающий тип (застревание)**

Плюс: 2. 15. 24. 34. 37. 56. 68. 78. 81.

Минус: 12. 46. 59.

Сумму ответов умножить на 2

Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. В конфликтах обычно выступает инициатором, активной стороной. Стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется, предъявляет повышенные требования к себе.

Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. Часто страдает от мнимой несправедливости по отношению к нему. В связи с этим проявляет настороженность и недоверчивость по отношению к людям, чувствителен к обидам и огорчениям, уязвим, подозрителен, отличается мстительностью, долго переживает происшедшее, не способен легко забывать обиды. Заносчив, часто выступает инициатором конфликтов. Самонадеянность, жесткость установок и взглядов, сильно развитое честолюбие часто приводит к настойчивому утверждению своих интересов. Стремится добиваться высоких показателей в любом деле, за которое берется, проявляет упорство. Основной чертой является склонность к аффектам (правдолюбие, обидчивость, ревность, подозрительность), инертность в проявлении аффектов, в мышлении, в моторике (в движениях).

Особо чувствителен этот тип акцентуации характера к социальной справедливости, вместе с тем обидчив, уязвим, подозрителен, мстителен. Иногда чрезмерно самонадеян, честолюбив, ревнив, предъявляет непомерные требования к близким и к подчиненным на работе.

#### **3. Педантичный тип (педантичность) (акцентуация характера)**

Плюс: 4. 14. 17. 26. 39. 48. 58. 61. 70. 80. 83.

Минус: 36

Сумму ответов умножить на 2

В конфликты вступает редко, выступая в них скорее пассивной, чем активной стороной. На службе — бюрократ, предъявляет окружающим много формальных требований, но охотно уступает лидерство другим людям. Данному типу акцентуации характера свойственно изводить домашних чрезмерными претензиями на аккуратность.

Характеризуется инертностью (ригидностью) психических процессов. Тяжел на подъем, долго переживает травмирующие события. В конфликты вступает редко, обычно в них пассивен. Очень сильно реагирует на любое проявление нарушения порядка. На службе ведет себя как бюрократ, предъявляя окружающим много формальных требований. Пунктуален, аккуратен, чистоплотен, скрупулезен, организован, жестко следует плану. В выполнении действий не тороплив, усидчив, ориентирован на высокое качество работы. Склонен к частым самопроверкам. С охотой уступает лидерство другим людям.

Привлекательные черты: добросовестность, аккуратность, серьезность, надежность в делах. Отрицательные и способствующие возникновению конфликтов черты — формализм, занудливость, брюзжание.

#### **4. Возбудимый тип (возбудимость)**

Плюс: 8. 20. 30. 42. 52. 64. 74. 86.

Сумму ответов умножить на 3

Данному типу присуща низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций. Люди этого типа нередко занудливы, склонны к хамству и брани, к конфликтам, в которых сами являются активной, провоцирующей стороной. Они неуживчивы в коллективе, властны в семье.

Характеризуется недостаточной управляемостью, слабым контролем над влечениями и побуждениями. Его отличает повышенная импульсивность, грубость, занудство, угрюмость, гневливость, склонность к хамству и брани, к трениям и конфликтам, которые он сам и провоцирует. Раздражителен, вспыльчив, неуживчив с людьми. Отмечается низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций. Не любит трудиться и учиться. Живет только настоящим, нацелен на развлечения. Повышенная импульсивность или возникающая реакция возбуждения гасятся с трудом и могут быть опасными для окружающих. Он может быть властным, выбирая для общения наиболее слабых.

В эмоционально спокойном состоянии эти люди с этим типом акцентуации характера, часто добросовестны, аккуратны, любят животных и маленьких детей. Однако в состоянии эмоционального возбуждения они бывают раздражительными, вспыльчивыми, плохо контролируют свое поведение.

#### **5. Гипертимный тип (гипертимность)**

Плюс: 1. 11. 23. 33. 45. 55. 67. 77.

Сумму ответов умножить на 3

Характеризуется хорошим, слегка повышенным настроением, контактностью, словоохотливостью, оптимизмом. У него высокий тонус, он энергичен, активен и проявляет стремление быть лидером, легко адаптируется в незнакомой обстановке.

Характеризуется большой подвижностью, общительностью, болтливостью, выразительностью жестов, мимики, чрезмерной самостоятельностью, склонностью к озорству, недостаточным чувством дистанции в отношениях с другими людьми. Везде вносит много шума, любит компании сверстников, стремиться ими командовать. Почти всегда имеет хорошее настроение и самочувствие, высокий жизненный тонус, хороший аппетит, здоровый сон, склонность к получению удовольствий. Обладает завышенной самооценкой, весел, легкомыслен, но способен к деловитости, изобретательности, энергичной деятельности, обладает умением развлекать других, быть блестящим собеседником. Большое стремление к самостоятельности может служить источником конфликтов. Для него характерны вспышки гнева и раздражения, если он встречает сильное противодействие. Склонен к аморальным поступкам, недостаточно ответственен, плохо переносит необходимость подчиняться жесткому порядку, монотонную деятельность, вынужденной одиночество.

Однако он неустойчив по интересам, недостаточно разборчив в знакомствах, плохо переносит одиночество, не любит однообразие, дисциплину, вынужденное безделье, монотонную работу, часто переоценивает свои возможности, может являться инициатором конфликтов, бурно реагируя на события, отличается повышенной раздражительностью.

#### **6. Дистимический тип (дистимность)**

Плюс: 9. 21. 43. 75. 87.

Сумму ответов умножить на 3

Мало контактен, немногословен, с доминирующим пессимистическим настроением. Он обычно домосед, тяготеет к шумному обществу, редко вступает в конфликты с окружающими, ведет замкнутый образ жизни.

Характеризуется серьезностью, даже подавленностью настроения, медлительностью в мышлении и действиях, слабостью волевых усилий. Отличается пессимистическим отношением к будущему, заниженной самооценкой, низкой контактностью, молчаливостью. Домосед, индивидуалист, не любит шумные компании. Часто угрюм, заторможен. Отличается добросовестностью, ценит тех людей, кто с ним дружит, готов им подчиняться.

Люди с такой акцентуацией характера высоко ценят тех, кто с ними дружит, и готовы им подчиниться. Черты личности, привлекательные для партнеров по общению: серьезность, добросовестность, обостренное чувство справедливости. Отрицательные черты — пассивность, замедленность мышления, неповоротливость, индивидуализм.

### **7. Тревожно-боязливый тип (тревожность)**

Плюс: 16. 27. 38. 49. 60. 71. 82.

Минус: 5

Сумму ответов умножить на 3

Нерешителен, мало контактен, робок, неуверен в себе, склонен к минорному настроению. Он редко вступает в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях ищет поддержки и опоры. Склонен к углубленному самоанализу и появлению навязчивых состояний.

Характеризуется низкой контактностью, минорным настроением, робостью, пугливостью, неуверенностью в себе. Ребенок тревожного типа часто боится темноты, животных, страшится оставаться один. Он сторонится бойких сверстников, не любит шумных игр, тяжело переживает контрольные, экзамены, проверки, стесняется отвечать перед классом. Он охотно подчиняется опеке старших, нотации взрослых могут вызвать у него угрызение совести, чувство вины, слезы, отчаяние. У него рано формируется чувство долга, ответственности, высокие моральные требования. Обладают чувством собственной неполноценности, которое стремятся замаскировать в самоутверждении через те виды деятельности, к которым обладают способностями. Свойственная им с детства обидчивость, чувствительность, застенчивость мешает сблизиться с теми, с кем хочется, остро реагируют на отношение к ним окружающих людей. Не переносят насмешек, подозрение, не умеет постоять за себя, отстаивать правду при несправедливых обвинениях. Редко вступают в конфликты с окружающими людьми, играя в них пассивную роль. В конфликтных ситуациях ищут поддержки. Обладают дружелюбием, исполнительностью, самокритичностью. Беззащитны, поэтому могут служить «козлами отпущения», мишенью для шуток.

Человек с этим типом акцентуации характера, нередко располагает привлекательными чертами: дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей беззащитности нередко служит "козлом отпущения", мишенью для шуток.

### **8. Аффективно - экзальтированный тип (экзальтированность)**

Плюс: 10. 32. 54. 76.

Сумму ответов умножить на 6

Человека данного типа акцентуации характера можно узнать по свойственной ему высокой контактности, словоохотливости, влюбчивости. Такие люди часто спорят, но не доводят дело до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной. Вместе с тем привязаны и внимательны к друзьям и близким.

Характеризуется способностью восторгаться, восхищаться. Ему свойственны ощущения счастья, радости, наслаждения, улыбочивость. Легко приходят в восторг от радостных событий и в полное отчаяние — от печальных. Отличаются высокой контактностью, словоохотливостью, влюбчивостью. Привязан к друзьям и близким, альтруистичны, имеет чувство сострадания, проявляет яркость и искренность чувств. Может быть паникером, подвержен сиюминутным настроениям.

Они альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Отрицательные черты: паникерство, подверженность сиюминутным настроениям.

### **9. Эмотивный тип (эмотивность)**

Плюс: 3. 13. 35. 47. 57. 69. 79

Минус: 25

Сумму ответов умножить на 3

Имея выраженную акцентуацию характера по данному типу, люди предпочитают общение в узком кругу избранных, с которыми устанавливаются хорошие контакты, которых они понимают "с полуслова". Редко сами вступают в конфликты, играя в них пассивную роль. Обиды носят в себе, "не выплескивают" наружу.

Этот тип родственен экзальтированному, но проявления его не столь бурны. Характеризуется эмоциональностью, чувствительностью, тревожностью, болтливостью. Сильно выражена гуманность, сопереживание другим людям или животным, отзывчивость, сердечность, способность радоваться чужим успехам. Впечатлителен, слезлив, серьезнее, чем окружающие реагирует на любые жизненные события. Редко вступает в конфликты, обиды носит в себе, внешне не проявляя. Ему свойственно обостренное чувство долга, исполнительность. Бережно относится к природе, любит выращивать растения, ухаживать за животными.

Привлекательные черты: доброта, сострадательность, радуются чужим успехам, обостренное чувство долга, исполнительность. Отрицательные черты: чрезмерная чувствительность, слезливость.

#### **10. Циклотимический тип (циклотимный)**

Плюс: 6. 18. 28. 40. 50. 62. 72. 84.

Сумму ответов умножить на 3

Склонен к частой смене настроения, перемене манеры общения с окружающими людьми. У него периодически падает работоспособность, утрачивается интерес к работе и к окружающим людям. Более того, люди циклотимического типа акцентуации характера, тяжело переживают неудачи, часто думают о собственных недостатках, ненужности, испытывают чувство одиночества, становятся замкнутыми.

Характеризуется сменой гипертимных и дистимных состояний. Ему свойственны частые периодические смены настроения, а также зависимость от внешних событий. Радостные события вызывают к нему состояние гипертимии: жажда деятельности, повышенная говорливость, поток идей; печальные – подавленность, замедленность реакций и мышления. В подростковом возрасте встречается 2 варианта: типичные и лабильные (подвижные) циклоиды. Типичные циклоиды: в детстве производят впечатление гипертимных, но затем проявляется вялость, упадок сил, падение аппетита. На замечания реагируют раздражением, даже грубостью и гневом, но в глубине души впадают в уныние.

У лабильных циклоидов фазы смены настроения обычно короче, чем у типичных. Неблагоприятные дни отличаются плохим настроением, в период подъема выражено желание иметь друзей, быть в компании. Настроение влияет на самооценку.

В периоды депрессии, поведение человека с циклотимическим типом акцентуации характера, сходно с дистимной акцентуацией характера, которая сменяется активностью, свойственной гипертимическому типу.

**Соответствие результатов диагностики профилям обучения**

Галина Владимировна Резапкина, филолог, преподаватель, психолог.

<b>Профиль обучения</b>	<b>Методика «Профиль»</b>	<b>Тест умственного развития</b>	<b>Тип мышления</b>
Физико-математический профиль	физика и математика	Физика и математика	Абстрактно-символическое Предметно-действенное
Естественнонаучный профиль (физика и химия)	физика и математика химия и биология	Физика и математика Естественные науки	Абстрактно-символическое Предметно-действенное
Естественнонаучный профиль (биология и географии)	химия и биология география и геология	Естественные науки	Абстрактно-символическое Предметно-действенное
Социально-экономический профиль	Предпринимательство и домоводство история и политика	Общественные науки	Абстрактно-символическое Словесно-логическое
Гуманитарный профиль	педагогика и медицина	Общественные науки Филология	Словесно-логическое Предметно-действенное
Филологический профиль	литература и искусство	Филология	Словесно-логическое
Информационно-технологический профиль	физика и математика радиотехника и электроника	Физика и математика	Абстрактно-символическое Словесно-логическое
Агро-технологический профиль	география и геология	Естественные науки	Предметно-действенное Абстрактно-символическое
Индустриально – технологический профиль	радиотехника и электроника механика и конструирование		Предметно-действенное Абстрактно-символическое
Художественно-эстетический профиль	литература и искусство	Филология	Наглядно-образное Предметно-действенное
Оборонно-спортивный профиль	спорт и военное дело		Предметно-действенное Абстрактно-символическое

**Мир профессий**  
**Классификация профессий (Е.А. Климов)**

**Группы профессий (условия труда (где работать?):**

- бытовые (Б),
- на открытом воздухе (О),
- необычные (Н),
- с повышенной моральной ответственностью за здоровье, жизнь и психическое развитие людей (М).

**Отделы профессий (средства труда (чем работать?):**

- ручные (Р),
- механические (М),
- автоматические (А),
- функциональные средства труда (Ф).

**Классы профессий (цель труда (что делать?):**

- гностическая (Г),
- преобразующая (П),
- изыскательская (И).

**Типы профессий (предмет труда (с чем работать?):**

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

**Характеристика типов профессий**

<b>Ч - Ч</b>	<b>Ч - Т</b>	<b>Ч - П</b>	<b>Ч - ЗС</b>	<b>Ч - ХО</b>
<u>Примеры профессий</u> Педагог, врач, журналист, продавец, менеджер	<u>Примеры профессий</u> Инженер, водитель, электрик, наладчик, радио-монтажник	<u>Примеры профессий</u> Геолог, кинолог, врач, агроном, микробиолог	<u>Примеры профессий</u> Бухгалтер, программист, экономист, корректор, ученый-теоретик	<u>Примеры профессий</u> Музыкант, актер, дизайнер, искусствовед, архитектор
Ведущие психологические качества работника Общительность, эмоциональность, устойчивость, организаторские способности, эмпатия, внимание, наблюдательность.	Ведущие психологические качества работника Способность к математике, физике, пространственное мышление, технический склад ума, эмоциональная устойчивость, склонность к практическому труду	Ведущие психологические качества работника Наблюдательность Устойчивость внимания, склонность к систематизации, потребность в двигательной активности.	Ведущие психологические качества работника Способность к математике, абстрактное мышление, устойчивость внимания, склонность к обобщениям, усидчивость.	Ведущие психологические качества работника Яркое воображение, склонность к творчеству, гибкость чувств, развитость функциональных способностей (зрение, слух, речь, вкус и т.п.).
Ведущим предметом труда является воспитание, обучение, лечение, обслуживание, руко-	Ведущим предметом труда являются технические механизмы. Сотни профессий и специальностей, свя-	Ведущим предметом труда (объект, на который направлен труд) являются живые организмы, биологические и микробиологические	Ведущий предмет труда – знаки и знаковые системы. Труд направлен на создание, накопление, обработку, хра-	Ведущим предметом труда является искусство. Труд направлен на художественные объекты или

<p>водство людьми. Главное содержание труда сводится к <u>взаимодействию между людьми</u>. Представителей этого типа профессий можно встретить в разных сферах деятельности.</p>	<p>занные с созданием, обслуживанием технических устройств, в которых технические механизмы являются <u>предметом и продуктом</u> труда человека.</p>	<p>процессы.</p>	<p>нение, анализ, доведение до потребителя информации (сведений), представленной в виде условных знаков, букв, цифр, формул, текстов.</p>	<p>условия их создания. Основой труда в этих профессиях и специальностях является создание или преобразование художественных образов.</p>
<p><u>Примеры профессий:</u> учитель, воспитатель, преподаватель (образование); продавец, официант, бармен (обслуживание); врач, фельдшер, медсестра (медицина); психолог, менеджер, переводчик, экскурсовод, проводник, инспектор по делам несовершеннолетних и др.</p>	<p><u>Примеры профессий:</u> токарь, фрезеровщик, наладчик автоматов, оптик-механик, контролер материалов и изделий, слесарь-монтажник, инженер-конструктор, часовщик, техник-технолог, инженер-строитель, швея, портной, столяр, монтажник, водитель, оператор пульта управления и др.</p>	<p><u>Примеры профессий:</u> Труд направлен на <u>биологические организмы:</u> садовод, озеленитель, хлебороб, агроном, цветовод-декоратор и др. Труд направлен на <u>живые организмы:</u> пчеловод, животновод, зоотехник, ветеринар, кинолог и др. Работа с <u>микрорганизмами:</u> лаборант-микробиолог, фармацевт, лаборант бактериологического анализа и др.</p>	<p><u>Примеры профессий:</u> <u>абстрактно-математические:</u> математик, физик, химик, учетчик, бухгалтер, лаборант, метролог, статист, философ <u>графические:</u> чертежник, инженер-конструктор, картограф, штурман авиации, технические лаборанты, программист <u>языковые:</u> лингвист, историк, корректор, наборщик, библиотечарь, нотариус, почтальон, телефонист</p>	<p><u>Примеры профессий:</u> скульптор, художник, музыкант, танцор, актер, дизайнер, искусствовед, гравер, стеклодув, витражист, ювелир, чеканщик, фотограф, плиточник, модельер, писатель, композитор, огранщик камней, маляр и др.</p>

### **Классы профессий**

Класс профессий (специальность)	Гностические специальности (Г)	Преобразующие специальности (П)	Изыскательские специальности (И)
Особенности ведущих целей в каждом классе профессий (специальностей)	Распознать, различить, определить, оценить, разобратся, проверить	Преобразовать, обработать, упорядочить, организовать, оказать влияние, обслужить	Изобрести, придумать, найти общий результат, образец, вариант
Основные личные качества, необходимые работнику наряду с опытом, знаниями и специальными способностями (для каждого типа профессий)	Интерес к свойствам определенных объектов, продукции, выраженная познавательная активность, устойчивость внимания, наблюдательность, высокая работоспособность соответствующих органов	Склонность к практическому влиянию на окружающую среду, интерес к процессу и результатам этого влияния, активность, работоспособность.	Интерес к новому, высокая активность и работоспособность при мысленном комбинировании материала, способность искать новые варианты, легко отказаться от привычного хода мыслей.

	чувств		
Пример профессий типа Ч-П	Приемщики продукции	Полеводы, животноводы	Селекционеры в области животноводства и растениеводства
Пример профессий типа Ч-Т	Контролеры-приемщики готовой продукции, товароведы-бракеры	Инженеры, водители, станочники, монтажники констр.	Конструкторы, закройщики
Пример профессий типа Ч-Ч	Инспекторы, следователи	Менеджеры, преподаватели, брокеры, экскурсоводы	Работники служб научной организации труда
Пример профессий типа Ч-ЗС	корректоры	Наборщики, бухгалтеры, операторы ЭВМ	Программисты, научные работники
Пример профессий типа Ч-ХО	Контролеры-приемщики малярных и обойных работ	Маляры, граверы, ювелиры, скульпторы, художники-оформители	Модельеры, художники, композиторы, писатели, цветоводы-декораторы

### Словарь основных понятий по профориентации

**Профориентация** – это определение человеком своего места в мире профессий

**Профессиональное самоопределение** – процесс и результат самостоятельного и сознательного выбора профессии

**Оптантист** – человек выбирающий профессию

**Профессия** – это род трудовой деятельности, требующий определенной подготовки и являющийся обычно источником существования.

**Специальность** – это вид занятия в рамках одной профессии

**Должность** – это служебная обязанность, служебное место; круг действия, которые возлагаются на определенного человека и обязательны для выполнения

**Профессиональная склонность** – человеческая потребность в определенной профессиональной деятельности

**Профессиональная психологическая пригодность** (термин введен профессором К.М. Гуревичем) – свойство личности, о котором можно судить по двум критериям:

- успешность овладения профессией;
- степень удовлетворенности своей деятельностью;
- соответствие психологических особенностей человека требованиям профессии, которое формируется в процессе деятельности.

Два типа профессиональной пригодности (предложил профессор К.М. Гуревич):

**Профессии с относительной профессиональной пригодностью** – данными профессиями может овладеть практически любой человек при определенной подготовке и желании. Профессиональная пригодность может быть сформирована у любого человека при условии его высокой мотивации к овладению данными профессиями. Не требуют профессионального отбора.

**Профессии с абсолютной профессиональной пригодностью** – данные профессии предъявляют жесткие требования к психофизиологическим особенностям, особенностям нервной системы человека и требуют отбора. Это профессии, требующие от человека наличия определенных задатков, профессиональных способностей. Это творческие профессии, а также те виды деятельности, которые требуют специальной выраженности основных свойств нервной системы или сформированности анализаторных систем. Требуют профессионального отбора.

Например: летчик-испытатель, музыкант, дегустатор и другие.

**Профессиональный отбор** – это выбор лиц, наиболее подходящих для данного вида деятельности.

Это комплекс мероприятий, позволяющих выявить лиц, наиболее пригодных по своим индивидуальным качествам и возможностям для обучения и дальнейшей профессиональной деятельности по конкретной специальности.

**Профессиональный клиринг** (от англ. clearing - расчет путем зачета взаимных требований, обязательств) – это термин, используемый при подборе профессии, вида деятельности для человека.

**Профессиограмма** – модель характера профессии, условий деятельности

**Персонограмма** – информационно-психологическая модель личности.

**Квалификация** – это:

- профессия, специальность;
- степень годности к какому-либо виду труда, подготовленности

**Карьера** – это:

- достижение наивысших результатов;
- род занятий;
- продвижение по служебной лестнице

**Призвание** – наивысшая степень соответствия конкретного человека и его работы.

**Вакансия** – незанятая должность в учреждении, учебном заведении; свободное место в учебном заведении для учащегося

**Деятельность** – взаимодействие человека и окружающего мира, в котором человек сознательно и целенаправленно изменяет мир. Всякая деятельность исходит из мотивов и направлена на достижение определенных целей.

**Мотив** – то, что побуждает человека к деятельности, ради чего она совершается. Основой для возникновения мотива являются потребности человека.

**Потребность** – нужда в чем-либо.

**Цель** – это то, что стремится достигнуть человек, желаемый конечный результат деятельности.

## Факторы, влияющие на профессиональное самоопределение старшекласника

Выбор профессии, несомненно, является важным и сложным решением. Какую профессию выберет старшекласник, чаще всего зависит не только от его желаний и способностей, но и от окружающих его людей. Жизнь в обществе ставит свои условия; иногда это приносит пользу, но бывает, что советы взрослых заставляют выбрать не тот путь. Подросток при осуществлении профессионального самоопределения, обычно, руководствуется рядом факторов. Индивидуальная ситуация выбора профессии при всем разнообразии конкретных жизненных обстоятельств у каждого человека, имеет некоторую общую структуру, а именно, можно выделить восемь важнейших типов обстоятельств, которые старшекласнику полезно «не забыть», принять так или иначе во внимание при обдумывании профессионального будущего.

### **I. Позиция старших членов семьи**

Существует множество разновидностей взаимоотношений родителей (или лиц их заменяющих) с подростками в рамках проблемы профессионального самоопределения последних.

1. Учащемуся предоставляется свобода выбора, в его решение не вмешиваются. Взрослые здесь по существу уходят от вопроса. Прервав традицию передачи жизненного опыта, они, таким образом, оставляют детей в создавшейся для них трудной ситуации «на волю случая».

2. Родители, взрослые «принимают близко к сердцу» вопрос о будущем ребенка; но в данном случае они согласны со сделанным им выбором профессии и содействуют его реализации.

3. Взрослые не согласны со сделанным выбором:

- Родители знакомы по своему личному опыту с избранной ребенком профессией, активно противодействуют его стремлению выбрать ее. Настойчиво предлагают другую конкретную специальность.
- Родители знакомы по своему личному опыту с избранной ребенком профессией, противодействуют этому выбору, предлагая «любую другую», но только «не эту».

4. Родители дают детям ориентацию, в той или иной степени не соответствующую действительности.

- По различным причинам создают у детей неверное представление о своей или знакомой профессии, культивируя у ребенка ошибочное отношение к будущей работе.
- Родители, в сущности, не знакомы с предлагаемой ими ребенку профессией, но активно советуют ее выбрать.
- Родители не ограничивают детей в выборе, но «лишь бы в институт».

Не один из описанных вариантов позиции родителей не способствует правильному выбору профессии их детьми.

6. Наиболее оптимальный такой вариант:

Взрослые создают условия для самостоятельного и активного поиска детьми правильных, нравственно обоснованных решений. Для этого взрослые знакомят детей с разнообразием профессий, обращают внимание на «сильные» и «слабые» стороны его индивидуальности, личности, с точки зрения обсуждаемых профессий. Они отмечают, как важно заботиться об уважении к труду, к обществу, к человеку, создают возможности для пробы сил в разных направлениях, обсуждают с детьми их профессиональные планы, помогают найти дополнительные сведения о предпочитаемых профессиях, специальностях, профессиональных учебных заведениях.

### **II. Позиция сверстников (подруг, товарищей)**

### **III. Позиция учителей, школьных педагогов, воспитателей, классного руководителя, школьного психолога**

Профессиональное становление личности начинается еще со школьной скамьи, где подрастающий человек всерьез задумывается о будущей профессии. Поэтому учеба в школе должна подготавливать предпосылки для зрелого и правильного выбора учащимися своей будущей профессии. Педагогическая деятельность учителя должна быть ориентированна на подрастающего человека, независимо от уровня развития его интеллектуальных и личностных характеристик. Взрослый должен помочь под-

ростку, юноше определиться в собственном самосознании, направить в эффективное русло развития генетически заложенные и социально предрасположенные индивидуально – психологические свойства. Все это можно будет осуществить только при наличии знаний об особенностях подросткового и юношеского возраста, опыта в изучении личности, при дифференцированном, индивидуальном подходе в формировании интересов и будущей профессиональной направленности.

#### **IV. Сложившиеся к данному моменту личные профессиональные планы (ЛПП) учащегося.**

Общая структура полного (идеализированного) личного профессионального плана:

- Главная цель (идеал жизни и деятельности);
- Цепочка ближайших и более отдаленных целей – «жизненная перспектива»;
- Пути и средства достижения целей (образование, изучение справочной литературы и т. д.);
- Внешние условия достижения намеченных целей (трудности, препятствия);
- Внутренние условия достижения намеченных целей (возможности, способности, здоровье);
- Запасные варианты на случай возникновения непреодолимых трудностей.

#### **V. Способности, умения, уровень развития**

#### **VI. Уровень притязаний учащегося на общественное признание**

Недооценка, переоценка своих возможностей, заниженные или завышенные притязания – важные регуляторы при выборе профессии.

#### **VII. Информированность о мире профессий**

#### **VIII. Склонность к тем или иным видам деятельности<sup>1</sup>**

Стоит добавить, что огромное внимание при выборе профессии нужно уделять состоянию здоровья, ограничениям и возможностям, связанным с ним.

Известно, что здоровье важно беречь и укреплять, «пока оно есть»; восстановить утраченное много труднее, а часто и невозможно. Известно и то, что в подростковом и юношеском возрасте наблюдается большая беспечность человека в отношении своего здоровья, недооценка его утрат и отклонений от нормы.

Но в то же время неправильный выбор профессии может усугубить недостатки состояния здоровья, постепенно вести к его ухудшению.

Существует понятие медицинских противопоказаний к выбору профессий, видов работ, форм профессиональной подготовки. Противопоказания – это утверждения о том, какие занятия не рекомендуются или категорически запрещены при тех или иных нарушениях состояния здоровья, заболеваниях.

Понятно, что экономические, политические решения влияют на процессы профессионального самоопределения молодежи. Поток информации через СМИ тоже не нейтрален в отношении явлений профессионального самоопределения

Очевидно, что проблема профессионального самоопределения человека настолько сложна, что удовлетворительное ее решение не под силу отдельному человеку с самыми благоприятными умственными способностями; она требует разностороннего информационного и организационного обеспечения. Для этого существуют специальные научные, методические учреждения, стремящиеся как-то рационально упорядочить идеи, принципы, касающиеся профессионального самоопределения молодежи.

### **Роль правильного профессионального выбора. Кризисы, связанные с неправильным профессиональным самоопределением**

Профессиональное самоопределение играет огромную роль в жизни человека. Почти треть жизни каждый человек проводит на работе. Как важно, чтобы работа приносила радость. Удовлетворение, а не постоянные стрессы и разочарования. А ведь будущее счастье или несчастье закладывается еще в юношеском возрасте, в тот момент, когда подросток осуществляет профессиональное самоопределение, то есть выбирает профессию. Не всегда жизнь складывается так, как хотелось и мечталось в молодости. Это часто происходит потому, что по каким-то причинам план будущей профессиональной деятельности был намечен человеком неверно, без учета его особенностей, потребностей, желаний, возможностей.

<sup>1</sup> Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения – Ростов-на-Дону «Феникс», 1996

Человек, неудовлетворенный своей работой, профессией часто:

- Раздражительный
- С повышенной утомляемостью
- Конфликтный
- Часто нездоровый.

Случайный выбор профессии приводит к профессиональной неудовлетворенности человека, а это сказывается на других сторонах жизни.

Недовольство своей профессией может привести не только к стрессам и разочарованию, но и к более серьезным кризисам.

Кризис нереализованности - возникают переживания о том, что жизненная программа не выполнена, «не удалось», «не повезло»; человек не видит или недооценивает свои достижения, успехи, и в своем прошлом не усматривает существенных событий. Одной из причин этого рода кризиса может быть профессиональная нереализованность. Часто этот кризис вызывает ситуация, когда человек специализируется в одной сфере, а заниматься хочет совсем другой.

Кризис опустошенности - не смотря на то, что человек сознает наличие у себя к данному времени важных, значимых достижений, у него доминирует переживание, что у него все уже в прошлом, и в будущем нет ни идей, ни целей, ни сил. Причиной данного кризиса может быть душевная и физическая усталость после упорной работы или затрудненность самоопределения в огромном выборе занятий.

Кризис бесперспективности - переживание того, что «впереди ничего не светит». У человека есть и достижения, и активность, и ценные качества, но он затрудняется в построении новых жизненных программ. Он не видит для себя путей самоопределения, самосовершенствования, самореализации.

Перечисленные кризисы могут выражаться в разных формах. Иногда это могут быть весьма трудные случаи.

У каждого возраста свои задачи. Для взрослого человека главная психологическая задача – быть профессионально успешным. Для того чтобы ее решить, в подростковом возрасте нужно осуществить задачу профессионального самоопределения.

Нужно задуматься о профессиональном будущем еще в юношеском возрасте, тогда, когда все еще впереди и многое можно осуществить, и подойти к проблеме выбора профессии со всей серьезностью и ответственностью.

### **Проблемы правильного профессионального выбора**

Профессиональное самоопределение – это один из наиболее сложных вопросов, стоящих перед старшеклассником. Огромное разнообразие профессий невозможно охватить, нельзя всему научиться и все попробовать. Поэтому перед старшеклассником возникают проблемы профессионального самоопределения, связанные с такими причинами как:

1. Незнание себя. Неспособность к самопознанию и самоанализу, которая влечет за собой неумение понять даже свои истинные желания и потребности, а уж тем более проанализировать особенности своего характера и темперамента.
2. Нечеткое построение жизненных планов.
3. Неадекватная оценка своих возможностей и способностей
4. Противоречие между потребностями и возможностями.
5. Несоответствие выбора старшеклассника и позиции старших членов семьи.
6. Несоответствие выбора старшеклассника и взглядов на данную профессию его друзей, сверстников.
7. Неправильное влияние педагога на выбор профессии.
8. Противоречия внутри профессионального плана.
9. Недостаточная информированность.
10. Проблемы, связанные с физическим здоровьем подростка (недостаточное физическое развитие, инвалидность).
11. Неправильное воспитание, в частности, в отношении к труду.
12. Межличностные и внутриличностные конфликты, нарушающие гармонию психологического состояния старшеклассника.

Таким образом, мы увидели, что профессиональное самоопределение – сложная задача, которая стоит перед старшеклассником. И для того, чтобы получать удовольствие от будущей профессии, необходимо еще в юношеском возрасте подойти к проблеме профессионального самоопределения серьезно и ответственно.

### Проблемы профессионального самоопределения и пути их решения

Типичные трудности	Решаемые задачи
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Отсутствие, неполнота или недостоверность информации о ситуации выбора.</li> <li>- Неумение систематизировать и использовать имеющуюся информацию.</li> <li>- Недостаточное знание требований рынка труда и конкретных профессий.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Формирование способности к анализу рынка труда и профессий.</li> <li>- Освоение понятий, относящихся к планированию профессиональной деятельности (рынок труда, профессия, вид деятельности, конкуренция).</li> <li>- Анализ рынка образовательных услуг; систематизация источников и способов получения информации о рынке труда; изучение требований к работнику.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Недостаточное знание самого себя; заниженная самооценка, завышенный уровень притязаний; нарушение эмоционально-волевой и коммуникативной сферы; отсутствие мотивации к труду.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Формирование способности к самопознанию; повышение самооценки, формирование реалистичного уровня притязаний.</li> <li>- Заполнение рабочей тетради или индивидуальной карты школьника на основе диагностики и самодиагностики.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Социальная незрелость.</li> <li>- Отсутствие жизненных целей высшего порядка.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Активизация социальной позиции.</li> <li>- Формирование жизненных ценностей высшего порядка.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Несформированность навыков принятия решения, построения личного проф. плана.</li> <li>- Отсутствие навыков самостоятельного выполнения различных видов деятельности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Выработка навыка принятия решения: выбора профессии и пути ее получения, сдачи экзаменов, трудоустройства.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Неуверенность в своих силах; тревога по поводу возможных неудач.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Психологическая поддержка; создание ситуации успеха; активизация ресурсов для достижения цели; выработка запасных вариантов.</li> </ul>

### Профессиограммы

#### Профессии типа «Человек – художественный образ»

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Поэт</li> <li>• Писатель</li> <li>• Художник</li> <li>• Музыкант</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Скульптор</li> <li>• Искусствовед</li> <li>• Модельер</li> <li>• Реставратор</li> </ul> |
|--|--|

<b>Модельер</b>
-----------------

#### Содержание работы

Модельер разрабатывает новые виды одежды с учетом потребительского спроса и возможностей производства, также создает коллекции одежды для показа в различных модных шоу. В круг занятий модельера входит создание новой концепции одежды в виде эскизов, поиск конструкторского решения задуманной модели, разработка образцов новых моделей, подготовка образцов для промышленного производства, организация показов моделей одежды.

### Области применения

Модельер может работать в ателье, салонах и домах моды; на предприятиях легкой промышленности; в качестве частного предпринимателя; в образовательных учреждениях как преподаватель.

Доминирующая профессиональная направленность Художественный образ (сочетание артистического и реалистического профессиональных типов).

Ведущие интересы Изобразительная деятельность, легкая промышленность.

Сопутствующие интересы Сфера обслуживания.

### Необходимые качества

Художественные способности; развитое образное мышление, конструкторские способности, развитое чувство цвета, хороший глазомер, креативность, организаторские способности, новаторство.

Препятствуют успешной профессиональной деятельности отсутствие специальных (художественных) способностей, консервативность.

## **Реставратор**

Содержание работы Под реставрацией в искусстве и архитектуре понимают восстановление разрушенных, поврежденных или искаженных памятников истории и культуры, с целью сохранения их исторического или культурного значения.

В ходе реставрации произведений изобразительного искусства восстанавливается утраченная прочность объекта, исправляются деформированные части основы, грунта, красочного слоя.

Профессия реставратора включает несколько специальностей, требующих профессионального образования различного уровня: реставратор декоративно-художественных покрасок, реставратор произведений из дерева, реставратор декоративных штукатурных и лепных изделий, художник-реставратор.

Художник-реставратор выполняет работы по реставрации и консервации произведений, имеющих художественную и историческую ценность.

В работе реставратора можно выделить несколько этапов:

1. Тщательное всестороннее натурное исследование объекта реставрации (осмотр, описание), историко-архивные исследования, в ходе которых выясняется его первоначальный внешний вид, химические, физические, биологические исследования, установление причин и характера разрушений;
2. Разработка методики и проведение реставрации, подбор необходимых материалов;
3. Документация хода реставрационных работ (дневники, фото-, видеосъемки).

### Области применения

Специалисты работают в музеях, специализированных реставрационных мастерских, предприятиях, в храмах, галереях, выставочных залах.

### Доминирующая профессиональная направленность

Художественный образ (сочетание артистического, исследовательского и реалистического профессиональных типов).

Ведущие интересы Изобразительная деятельность.

Сопутствующие интересы История, строительство, обработка материалов.

### Необходимые качества

Для успешной профессиональной деятельности реставратору необходимо сочетать в себе качества, как ученого-историка, так и художника.

У художника-реставратора должен быть высокий уровень развития общих способностей (аналитические способности, логика, память, внимание); художественные способности; терпение, добросовестность, аккуратность.

Востребованность профессии Средняя



### **Профессии типа «Человек – техника»**

- Арматурщик
- Каменщик
- Бетонщик
- Плотник
- Водитель
- Столяр
- Инженер - конструктор
- Слесарь

- Слесарь - монтажник
- Слесарь- инструментальщик
- Слесарь — ремонтник, специалист по ремонту техники
- Оператор автоматизированных и полуавтоматизированных линий
- Фрезеровщик
- Машинист экскаватора
- Контролер материалов металлов, полуфабрикатов и изделий
- Оператор ЭВМ

## Водитель

### Содержание работы

Управление легковыми и грузовыми автомобилями и автобусами всех типов и марок, при работе на автобусах контроль и соблюдение пассажирами правил высадки и посадки, устранение неисправности возникшей в пути. обеспечение бережного ухода, наблюдение за правильностью работы всех механизмов, минимальный ремонт или доставка на станции техобслуживания. Вождение автомобиля состоит из нескольких компонентов: знание правил дорожного движения, способность предсказывать развитие дорожных ситуаций, быстро реагировать на изменение ситуаций, владение навыками управления автомобилем на уровне автоматизма.

### Условия труда

Рабочим местом водителя является кабина автомобиля, а также гараж или стоянка, где осуществляется парковка и уход за автомобилем.

Рабочий день может быть организован по-разному, в зависимости от конкретных задач организации (полный рабочий день, сменная работа, конкретные вызовы и др.).

### Области применения

Парки общественного транспорта, обслуживание организаций или частных лиц.

### Доминирующая профессиональная направленность      Техника.

### Ведущие интересы      Техника, транспорт

### Сопутствующие интересы

Металлообработка, электротехника, радиотехника, авиация, морское дело.

### Необходимые качества

Спокойствие, сосредоточенность. Обязательна внимательность, устойчивость, способность распределить внимание между несколькими объектами. Хорошая зрительная память. Должна быть хорошо развита способность предсказывать развитие дорожных ситуаций, анализировать происходящее и быстро реагировать на изменяющуюся ситуацию. Необходимое качество для водителя - это ответственность, организованность и аккуратность, так как безответственное отношение к правилам дорожного движения, а также к обслуживанию автомобиля может привести к трагическим последствиям.

### Медицинские ограничения

Заболевания опорно-двигательного аппарата, радикулит, нарушение вестибулярного аппарата, непереносимость запахов, нервные и психические заболевания, снижение зрения и слуха, дальтонизм, болезни сердца и крови.

### Перспективы профессионального роста

Повышение профессионализма и автоматизма выполняемых действий. Возможен административный карьерный рост. Возможна переквалификация на другие виды транспорта, а также в специалиста родственных профессий.

### Востребованность профессии      Высокая.

### Требования к образованию      Начальное профессиональное.

## Инженер — конструктор

### Содержание работы

Конкретные обязанности конструктора и необходимые знания очень разнятся в зависимости от задач и структуры организации, где он работает, также от специфики отрасли, в которой он специализируется. Конструктор осуществляет конструкторское и технологическое проектирова-

ние; разрабатывает и внедряет прогрессивные технологические процессы производства; разрабатывает технологические конструкции различного назначения, отдельные их элементы и части, цехи проводит исследования в области конструирования и технологии с использованием новых физических явлений и эффектом достижений различных областей науки, техники, микроэлектроники; рассчитывает экономическую эффективность внедряемых проектов, конструкторских и технологических решений; обеспечивает технологическую и эксплуатационную надежность; разрабатывает, планирует, организует технологические процессы деталей и сборки машин.

Обычно в организации, на заводе или в конструкторском бюро бывает не один инженер, поэтому каждый из них имеет ряд определенных обязанностей из приведенного списка и, следовательно, узкую специализацию.

#### **Условия труда**

В зависимости от типа выполняемой деятельности инженер может работать либо в помещении, если он занимается конструированием и разработкой новых систем, либо в цехе или лаборатории, если он следит за созданием и апробированием новых систем или контролирует технологический процесс. Также если инженер непосредственно участвует в строительстве каких-либо помещений — строительных, производственных, добывающих (электростанции, дамбы, газо-, нефтепроводы), тогда его рабочим местом будет место создания данных систем (стройка).

#### **Средствами труда**

инструментами являются, в первую очередь, знания, опыт и интеллект инженера. Для конструирования и проектировки новых систем, а также модификации старых инженер также пользуется ПК, определенным программным обеспечением, чертежными инструментами, проводит испытания в лаборатории или цехе, следит за созданием опытных образцов в модельном цехе.

#### **Области применения**

В конструкторском бюро, в технологических лабораториях, ориентированных на разработку новых производственных продуктов, на производстве для контроля за производственным процессом (это может быть и производство конечных продуктов, например продуктов питания, одежды и т. д.), в строительстве, при обеспечении безопасности работы сложных и опасных технических систем (АЭС, военные объекты).

Специалисту данного профиля требуются навыки общения и умение работать в команде, для того чтобы можно было согласовывать цели и задачи выполняемой деятельности с другими членами коллектива.

#### **Доминирующая профессиональная направленность**

Человек-техника, человек-знак.

**Ведущие интересы** Техника, механика, физика, математика, химия.

**Сопутствующие интересы** Дерево, металлообработка.

**Тип профессии** Исследовательский.

#### **Необходимые качества**

Способность к сосредоточенности, погружению в работу над конкретным проектом в течение длительного времени. Высокие требования к концентрации и устойчивости внимания. Инженер-конструктор должен обладать аналитическим мышлением, способностью быстро переключаться с уровня абстрактного мышления на уровень представлений о конкретном продукте. Ему должны быть присущи логичность мышления — способность устанавливать причинно-следственные связи по формальному признаку; критичность, способность посмотреть на полученный результат с разных точек зрения; способность к анализу и синтезу. Умение из множества связей выделить существенные для данного явления, определить структуру задачи затем представить процесс решения задачи в целом, предвидеть конкретней, конечный результат. Важны также абстрактное, понятийное мышление, позволяющее переходить от конкретных, отдельных предметов к общим понятиям, способность к творчеству, способность продуцировал большое количество решений одной задачи. Конструктору профессионал разбирается в принципах работы технических устройств, для чего нужны соответствующие знания, интерес к технике, технический склад ума.

#### **Медицинские ограничения**

Отсутствие нервно-психических заболеваний, зависимостей. В случае если инженер работа на создаваемом объекте (например, на стройке), требуется основная группа здоровья. Если инженер участвует в апробации новых материалов нежелательна склонность к аллергическим реакциям.

**Родственные профессии:** инженер-технолог, техник-товаровед, контролер, прораб.

### **Перспективы профессионального роста**

Административный рост: инженер — старший инженер. Возможность переквалификации — освоение близкого направления, а также смена функции с конструкторской на контролируемую, экспертную или консультативную.

**Востребованность профессии** Высокая.

### **Требования к образованию**

Не ниже среднего специального. Высшее техническое образование повышает конкурентоспособность на рынке труда, увеличивает возможности для трудоустройства.

### **Профессии типа «Человек – природа»**

- Агроном
- Ветеринарный врач
- Геоботаник
- Геолог
- Зоолог
- Зверовод
- Коневод
- Кинолог
- Метеоролог
- Микробиолог
- Океанолог
- Садовник-цветовод-декоратор
- Эколог
- Фермер



### **Ветеринарный врач**

### **Содержание работы**

Ветеринарная наука занимается изучением возбудителей инфекционных болезней у животных, модернизацией способов массовых профилактических прививок, проектируемых в животноводстве и пр. Ветеринарный врач ведет постоянную борьбу с антропоозоозами — болезнями, общими для человека и животных. ими человек заражается от больных или переболевших животных, через полученные от них продукты и сырье. Ветеринарная служба контролирует санитарное качество мяса, молока и др. продуктов животноводства. Ветеринарный врач колхоза или совхоза следит, например, чтобы работники ферм четко соблюдали правила зоогигиены, контролирует санитарное состояние доильных агрегатов, молочного инвентаря и т.п. Ветеринарный врач проводит ветеринарно-санитарную экспертизу, определяя доброкачественность продуктов, поступающих в продажу, в сферу общественного питания, может накладывать запрет на продажу негодных продуктов или проводит их конфискацию. Ветеринары держат под неослабленным контролем также и применение ядохимикатов, которые они проверяют на возможность их накопления в живых организмах и загрязнения таким образом продуктов питания.

### **Условия труда**

Работают ветеринарные врачи на ветеринарных пунктах и станциях, в колхозах и совхозах, в отделах производственно-ветеринарного контроля на мясокомбинатах, на мясомолочных и пищевых контрольных станциях, в лабораториях, в НИИ ветеринарной санитарии.

### **Области применения**

Ветеринарные аптеки, клиники, консультации, лаборатории. Предприятия, перерабатывающие продукцию животноводства. Продовольственные рынки, предприятия общественного питания. Зверофермы и животноводческие фермы. Племязаводы. Таможня. Зоопарк. Цирк.

### **Доминирующая профессиональная направленность**

Природа.

**Ведущие интересы** Биология. Обязательное условие-любовь к животным.

### Необходимые качества

Чтобы деятельность ветеринара была успешной, он должен быть честным, принципиальным человеком, обладающим большим чувством ответственности, умеющим отстаивать свое мнение и доводить начатое дело до конца. Для него характерны повышенная наблюдательность и внимание к мелочам, аккуратность, терпение, выдержка, умение контактировать с людьми и, конечно, любовь к животным.

### Медицинские ограничения

Аллергия на животных и лекарства, физические недостатки, мешающие проведению осмотров и процедур.

Востребованность профессии Высокая



### Профессии типа «Человек – знаковая система»

- Химик-технолог
- Бухгалтер
- Лингвист
- Оператор ПК
- Маркетолог
- Экономист
- Оператор почтовой связи

## Лингвист

### Содержание работы

Лингвист всесторонне изучает язык, его природу, функции и внутреннюю структуру, историческое развитие и классификацию. Языкознание делится на общее и частное, теоретическое и прикладное. Общее языкознание собирает универсальные данные по всем языкам, а частное это наука об одном языке. Прикладное языкознание это применение лингвистических знаний на практике. Например, преподавание языка, создание учебников и словарей, перевод с одного языка на другой. Одним из перспективных прикладных направлений является применение математического аппарата при описании языка для создания специальных компьютерных программ.

### Области применения

Работает в научно-исследовательских институтах, учебных заведениях, в редакциях и библиотеках, а также в различных общественных, культурных и производственных организациях, в качестве преподавателя, научного сотрудника, литературного редактора или переводчика.

Доминирующая профессиональная направленность Работа со знаковыми системами, текстами.

Ведущие интересы Русский язык и литература, иностранный язык.

Сопутствующие интересы История, право, журналистика.

### Необходимые качества

Грамотная, четкая устная и письменная речь, хороший слух и память, терпение и усидчивость. Препятствовать успешной работе будут такие качества, как невнимательность.

### Перспективы профессионального роста

Карьерные перспективы зависят от выбранной специальности. Например, для переводчика они могут быть связаны с работой по художественному переводу литературы.

Востребованность профессии Постоянный, устойчивый спрос на рынке труда.

## Маркетолог

### Содержание работы

Маркетолог занимается исследованием и анализом рынка сбыта товаров и услуг, а также предлагает стратегию продвижения нового товара или возможности для увеличения продаж уже известной продукции. Для этого он проводит опросы потребителей и специалистов, собирает и анализирует статистическую информацию, оценивает действия конкурирующих фирм, участвует в

выставках готовой продукции. Также маркетолог должен хорошо разбираться в организации производства, вопросах сбыта и затраты ресурсов, ценообразования. В его работе интенсивный уровень общения; требуется умение быстро находить общий язык с большим числом людей из различных социальных групп.

#### Условия труда

Специалист может работать в маркетинговых отделах промышленных, торговых и финансовых предприятий или в специализированных маркетинговых компаниях.

#### Доминирующая профессиональная направленность

Числа, формулы.

#### Ведущие интересы

Экономика, сфера обслуживания и торговля, общественная деятельность

#### Сопутствующие интересы

Математика, иностранный язык.

#### Необходимые качества

Творческое мышление, находчивость, оптимизм, интерес к сбору и анализу разной информации.

Препятствовать успешной работе будут такие черты характера, как безынициативность, низкая общительность.

#### Перспективы профессионального роста

Связаны с руководством важными проектами или руководством маркетинговых крупных корпораций.

#### Востребованность профессии

Средний уровень спроса на рынке труда.

#### **Профессии типа «Человек – человек»**

- Педагог-хореограф
- Продавец-консультант
- Страховой консультант
- Секретарь-референт
- Психолог-консультант
- Менеджер
- Фармацевт
- Дефектолог
- Администратор
- Учитель
- Экскурсовод
- Диспетчер управления воздушным движением
- Фельдшер
- Юрист
- Корреспондент
- Медицинская сестра
- Социальный педагог
- Официант
- Социальный работник
- Мастер производственного обучения



### Учитель

#### Содержание работы

Проводит обучение учащихся в школах, лицеях и гимназиях по общеобразовательным предметам. Учитель планирует учебный материал по соответствующему предмету, обеспечивает выполнение учебной программы, участвует в методической работе, использует наиболее эффективные формы, методы и средства обучения. Формирует умения и навыки самостоятельной работы учащихся, стимулирует познавательную активность и учебную мотивацию. Добивается прочных и глубоких знаний, умений применять знания на практике. Анализирует успеваемость учащихся. Оснащает и оформляет учебный кабинет.

Изучает и учитывает индивидуальные особенности учащихся, участвует в работе с родителями.

Учитель должен в совершенстве знать предмет, методику преподавания, педагогику, педагогическую, возрастную психологию, формы и методы обучения и воспитания учащихся, основы гигиены и педиатрии, этики и эстетики, быть эрудирован по широкому кругу вопросов.

#### Условия труда

Работа проходит в условиях большой нервно-психической и коммуникативной нагрузки. Общение в труде интенсивно.

#### **Области применения**

Общеобразовательные учебные заведения начального и среднего образования, специализированные школы, учреждения культуры и дополнительного образования.

#### **Доминирующая профессиональная направленность**

На работу с людьми и знаковыми системами.

#### **Ведущие интересы**

Педагогика, предмет преподавания, общественная работа, психология.

#### **Сопутствующие интересы**

Смежные с предметом преподавания дисциплины, история философия, искусство, социология, экономика, право, журналистика.

#### **Необходимые качества**

Для успешной работы учитель должен обладать развитыми интеллектуальными способностями (особенно в части вербального интеллекта), высокой концентрацией, умением распределять и переключать внимание, большим объемом оперативной и долговременной памяти; высокой эмоциональной устойчивостью - выдержкой, самообладанием; развитыми коммуникативными качествами - доброжелательностью, чуткостью, тактом, сопереживанием; хорошей дикцией, способностью к яркому и логически выстроенному изложению материала; энергичностью, работоспособностью, умением увлечь своим предметом, высокой общей культурой. Желательна приятная внешность и тембр голоса.

#### **Перспективы профессионального роста**

Повышение квалификации, повышение разрядности, присвоение категорий, административный рост, обучение в аспирантуре, методическая и научная работа.

#### **Востребованность профессии** Высокая.

#### **Требования к образованию** Среднее специальное, высшее.

## **Психолог-консультант**

#### **Содержание работы**

Психолог-консультант работает с пациентами по вопросам выбора профессии, планирования карьеры, обучения и воспитания детей, личностного роста, решения семейных проблем и т. д. В сфере организационного консультирования оказывает услуги фирмам, государственным службам и организациям по вопросам подбора и расстановки кадров, взаимоотношений в коллективе, создания благоприятного психологического климата.

Психолог-консультант выслушивает клиента, собирает подробную информацию о каждом индивидуальном случае, устанавливает с клиентом доверительные отношения, помогают дальнейшей работе. Проводит необходимую диагностику. Англизирует полученные данные и изложенную ситуацию. Обсуждает возможные варианты ее изменения. Прогнозирует развитие ситуации при различных условиях. Дает рекомендации на основании данных, полученных в ходе работы.

#### **Условия труда**

Работа проходит в условиях высокой интеллектуальной, эмоциональной и коммуникативной нагрузки.

#### **Области применения**

Психологи-консультанты работают в социально-психологических и медико-психологических центрах, центрах развития, центрах психологического консультирования, службах знакомств, консалтинговых фирмах, центрах профориентации и психологической поддержки населения.

#### **Доминирующая профессиональная направленность** На работу с людьми

#### **Ведущие интересы** Психология, педагогика, медицина, биология

#### **Сопутствующие интересы**

Журналистика, социология, философия, история, литература, математика, экономика.

**Тип профессии** Социальный, исследовательский.

### **Необходимые качества**

Психологу-консультанту необходимы глубокие знания предмета консультирования, хорошее знание курсов общей, возрастной, социальной психологии, психофизиологии, основ биологии, физиологии и медицины. Профессионально-важными являются: способность к сопереживанию, чуткость, сензитивность, одновременно с этим эмоциональная устойчивость, развитые аналитические способности, высокие показатели концентрации и устойчивости внимания, умение слушать, выделять суть, точно выражать мысли. Необходима способность к творчеству, постоянная готовность к овладению новыми знаниями.

### **Перспективы профессионального роста**

Научно-методическая работа, административное продвижение.

**Востребованность профессии** Средняя.

**Требования к образованию** Высшее



### **Дополнительные материалы**

#### **Влияние индивидуальных психологических особенностей на профессиональный выбор**

Большое внимание при выборе профессии нужно уделять изучению своего психологического типа личности.

Психотип человека включает в себя такие индивидуальные психологические особенности как темперамент, акцентуация характера, направленность, конфликтность и другое. К 15-18 годам индивидуальные психологические особенности темперамента, характера, направленности личности, способностей приобретают достаточную определенность, стойкость и могут рассматриваться как реальные условия, с которыми приходится считаться при проектировании будущего жизненного пути. Темперамент – тип высшей нервной деятельности человека, врожденные психологические черты, передающиеся по наследству. Совокупность индивидуальных особенностей личности, характеризующих динамическую и эмоциональную сторону ее деятельности и поведения. Существует четыре основных типа темперамента: холерик, флегматик, сангвиник и меланхолик. Психологическим особенностям каждого темперамента будут соответствовать те или иные виды профессиональной деятельности, в которых человек скорее может добиться успеха. Если подобрать профессию, учитывая индивидуальные психологические особенности человека, она будет доставлять удовольствие и не вызовет нервных напряжений и срывов.

Холерик – тип темперамента, проявляющийся в бурных эмоциях, неуравновешенности. Это тип темперамента, характеризующийся высоким уровнем психической активности, энергичностью действий, резкостью, стремительностью, силой движений, их быстрым темпом, порывистостью. Человек с таким темпераментом склонен к резким сменам настроения, вспыльчив, нетерпелив, подвержен эмоциональным срывам, иногда бывает агрессивным. В тоже время холерик неутомимый, работоспособный, нетерпеливый, подвижный, импульсивный, уверенный в себе человек. Холерик будет успешен в тех профессиях, где необходима инициативность и напор. Холерическому темпераменту могут соответствовать профессии, в которых постоянно необходим риск: пожарник, эвакуатор, спасатель, бизнесмен и другие. Иногда холерики бывают прекрасными адвокатами, коммерсантами, предпринимателями. Но постоянным стрессам будет подвержен холерик, выбрав профессии требующие усидчивости и однообразного, кропотливого труда: чертежник, корректор, бухгалтер. Не подходят ему виды деятельности, в которых результат не виден долгое время, и приходится ждать: агроном, овощевод.

Флегматик – тип темперамента, проявляющийся в медлительности, устойчивости интересов и стремлений, слабом внешнем выражении субъективных состояний. Этот тип темперамента характеризуется низким уровнем психологической активности, медлительностью, невыразительностью мимики. Человек с флегматическим темпераментом с трудом переключается с одного вида

деятельности на другой и приспосабливается к новой обстановке. Преобладает спокойное, ровное настроение. Чувства и настроения обычно постоянны. Такие люди обычно неторопливы, сдержаны, вдумчивы, работоспособны, терпеливы. Флегматикам подойдут такие виды деятельности, в которых не требуется торопливости, быстрого принятия решений, частой смены занятий. Чаще флегматики бывают работниками умственного труда. Нередко ученые являются флегматиками, так как им доставляет удовольствие глубоко и обстоятельно исследовать выбранный ими вопрос. Людям с таким типом темперамента подойдет профессия цветовода, фотографа, экскурсовода, пчеловода. И совсем не доставит радости флегматику работа, связанная с постоянными изменениями и сменой условий труда: торговый агент, дистрибьютор, коммивояжер.

Сангвиник – тип темперамента, проявляющийся подвижностью, стремлением к частой смене впечатлений, отзывчивостью и общительностью. Такой тип темперамента характеризуется высокой психической активностью, энергичностью, работоспособностью, быстротой и живостью движений, разнообразием и богатством мимики, быстрым темпом речи. Он стремится к частой смене впечатлений, легко и быстро отзывается на окружающие события, общителен. Эмоции – преимущественно положительные – быстро возникают и быстро сменяются. Сравнительно легко и быстро переживает неудачи. Люди с данным темпераментом обычно веселые, старательные, находчивые, не любят конфликтов, непостоянные, неглубокие. Идеально подходит сангвиникам работа продавца, организатора, ведущего массовых мероприятий и любая другая подвижная профессия, связанная с недолговременными, поверхностными контактами с людьми. Для них тяжела однообразная работа, требующая усидчивости, внимания: программист, корректор, наладчик, многие другие профессии, в частности, в сфере человек – техника.

Меланхолик – тип темперамента, характеризующийся легкой ранимостью, склонностью глубоко переживать незначительные события при вялом внешнем реагировании. Ему свойственны низкий уровень психической активности, замедленность движений, сдержанность моторики и речи, быстрая утомляемость. Меланхоликов отличают высокая эмоциональная чувствительность (сензитивность), глубина и устойчивость эмоций при слабом внешнем выражении эмоций. Меланхолики обычно тихие, грустные, любят тишину, романтичны, малообщительны. Меланхоликам подходят профессии, которые не требуют частого контакта с людьми, торопливости и решительности. Часто меланхолики бывают творческими людьми: художниками, поэтами, писателями и так далее. Также им подойдет работа с бумагами, растениями. Меланхолик будет хорошим слушателем. Но из него в редких случаях получается хороший организатор, руководитель, директор. Помимо темперамента, человек может обладать той или иной акцентуацией характера, а чаще качествами двух – трех типов акцентуаций.

Акцентуация – выделение какого-либо свойства или признака на фоне других, его особенное развитие.

Акцентуированные типы характера – типичное сочетание черт характера, при которых одна или несколько черт получают сильное, необычайное развитие за счет других и доминируют над остальными, определяя собой поведение человека в различных ситуациях. Акцентуация, несомненно, влияет на выбор профессии, так как определяет потребности человека, его направленность, стиль поведения и так далее.

Эпилептоид: основная черта – любовь к порядку. Это высокоэнергетичный психотип. Для людей с денной акцентуацией характерны: проявление агрессивности, склонность к злобно-тоскливому настроению, приступы ярости, гнева, конфликтность, скрупулезная педантичность. Но в то же время - храбрость, напористость, отвага. Они любят обвинять, придираются, вести активную борьбу за справедливость. Эпилептоиды не чувствительны к людям. Они законопослушны, проявляют целеустремленность в достижении порядка. Таким людям подойдет работа судьи, милиционера, прокурора, финансиста. Эпилептоиды хорошо проявят себя в общественных и политических движениях. Они, несомненно, будут требовательными, авторитарными начальниками.

Паранойяльный (или застревающий тип): основная черта – целеустремленность. Для него характерны: повышенная подозрительность, болезненная обидчивость, стремление к доминированию. А также неприятие мнения других, конфликтность, агрессивность, раздражительность. Но в то же время ему свойственны большая пробивная сила, самостоятельность, желание во что бы то

ни стало добиться своей цели. Людям данной акцентуации подходят те профессии, в которых постоянно существует ясная цель – понятный, осязаемый желаемый результат. Они готовы на многие жертвы, например - ради спортивного рекорда - сесть на строгую диету, отказаться от комфорта и удовольствий. Часто именно люди паранойяльного типа достигают мировой славы в спорте, бизнесе, науке, политике, искусстве.

**Гипертим:** основная черта – постоянно повышенный фон настроения, экстравертированность. Для него характерны: постоянно приподнятое настроение, повышенная психическая активность с жадностью деятельности и тенденцией разбрасываться, не доводить дело до конца. Его постоянно нужно контролировать, подталкивать. Таким людям лучше быть подчиненными, чем начальниками. Им нужна подвижная профессия, не требующая особой внимательности, сосредоточенности. Главное, чтобы было постоянное общение.

**Истероид** (демонстративная акцентуация): основная черта – демонстративность (стремление быть в центре внимания). Для него характерны: выраженная тенденция к вытеснению неприятных фактов и событий, к лживости, фантазированию и притворству, для привлечения к себе внимания, авантюризм, тщеславие, эгоизм, конфликтность, оптимизм. Истероиды почти всегда талантливы, разносторонне одарены, у них особенно развиты художественные способности. Они очень артистичны. Всегда стремятся к власти, повышению. Как руководители они тяжелы для коллектива. Часто такие люди становятся модельерами, дизайнерами, художниками, актерами, эстрадными артистами.

**Шизоид:** основная черта – интровертированность. Для него характерны: отгороженность, замкнутость, эмоциональная холодность, проявляемая в отсутствии сопереживания, в трудностях при установлении эмоциональных контактов; недостаток интуиции в процессе общения. Шизоиды постоянно о чем-то размышляют, но их открытия оторваны от реального мира. Часто они бывают гениальными людьми, но не заботятся о том, чтобы его идеи кому-нибудь понадобились. Чаще всего такие люди занимаются науками: математикой, теоретической физикой, философией. Могут быть и музыкантами или композиторами, сочиняющими очень сложную, оригинальную музыку нового стиля, художниками, в основном не реалистических направлений. Ему не важны престижность работы, занимаемая им должность, главное, чтобы никто не мешал творить.

**Психастеноид:** основная черта – неуверенность. Для него характерны: высокая тревожность, мнительность, нерешительность, склонность к самоанализу, сомнениям. Но зато ему свойственны справедливость, чувствительность. Такие люди не способны быть руководителями, так как им просто не хватает энергии. Но они хорошие, исполнительные, аккуратные, обязательные работники. Им приятна тихая, неторопливая работа: библиотекарь, музейный работник.

**Гипотим** (дистимная акцентуация): основная черта – постоянно пониженный фон настроения. Для него характерны: преобладание пониженного настроения, склонность к депрессии, сосредоточенность на мрачных и печальных сторонах жизни, аккуратность, работоспособность, верность. Такие люди всегда жалуются. Какую бы профессию они не выбрали, все равно будут ей недовольны, так как видят в ней лишь отрицательные стороны. Гипотимы являются прекрасными литературными критиками, экспертами.

**Сензитив:** основная черта характера – повышенная чувствительность. Для него характерны: повышенная впечатлительность, боязливость, обостренное чувство собственной неполноценности, мнительность, доброта. Быть руководителем для таких людей слишком сильный стресс. Но они могут быть прекрасными исполнительными и преданными секретарями, машинистками, помощниками.

**Циклоид:** основная черта – смена двух противоположных состояний – гипертимного и гипотимного. Для него характерно чередование фаз хорошего и плохого настроения с различным периодом. Таким людям больше подходит индивидуальная работа, нежели работа в коллективе. Циклоид будет доволен, если сам будет придумывать, принимать решение, исполнять его и получать результат. Циклоиду идеально подойдет личный бизнес, или хотя бы работа в собственном офисе, конторе, где он сам - и начальник и подчиненный. Мы встречаем у циклоидов много радости в работе, периодической активности, но у них нет твердой, непреклонной, решительной энергии. Лишь в редких случаях можно встретить сильное честолюбие. Также они могут обнаруживать

влечение к труду и самомнение в большей степени, чем сильное стремление к высоким идеалам. Наиболее часто их можно характеризовать словами "деятельный", "экономный", "солидный" и "прилежный".

Существуют и другие виды акцентуации (комфортная, неустойчивая), но они встречаются намного реже и обычно содержат другое сочетание уже перечисленных качеств.

## **ПРИЛОЖЕНИЕ**

### **Направление "ИНТЕЛЛЕКТ"**

#### **Анкета «Изучение учебной мотивации и отношения к учебным предметам»**

**1. Утром я просыпаюсь с мыслью:**

- а) «Ура! Сегодня будет история» (математика, литература ...).
- б) «Сегодня можно не присутствовать на истории» (математике, химии ...).
- в) Я болею и не пойду в школу, а это значит, что я не получу плохую отметку по математике» (физике, химии ...).

## **2. Я прихожу в школу для того, чтобы...**

- а) ...узнать что-то новое, интересное.
- б) ...заниматься такими интересными предметами, как ...
- в) ...встретиться с такими хорошими учителями, как ...
- г) ...пообщаться с друзьями.
- д) ...весело провести время, е) ...не огорчать родителей.

## **3. Домашнее задание я делаю так:**

- а) совершенно самостоятельно.
- б) обращаюсь за помощью к взрослым.
- в) под контролем родителей.
- г) от случая к случаю.
- д) не делаю никогда.

## **4. Для того чтобы хорошо учиться, нужно...**

- а) ...иметь интерес к предмету.
- б) ...иметь способность к предмету.
- в) ...хорошо работать на уроке.
- г) ...иметь хорошие отношения с педагогом.
- д) ...уметь списывать.

## **5. Когда я получаю плохую отметку, то...**

- а) ...стараюсь тут же ее исправить.
- б) ...стараюсь исправить ее на следующем уроке.
- в) ...стараюсь исправить в ближайшее время.
- г) ...ничего не пытаюсь делать.

### **Методика неоконченных предложений**

*С помощью данной методики можно узнать мнения учащихся о школе, об уроках, об отношении к учебной деятельности. Учащимся класса предлагают предложения, которые они должны закончить по своему усмотрению.*

Я думаю, что хороший ученик — это тот, кто ...

Я думаю, что плохой ученик — это тот, кто ...

Больше всего мне нравится, когда учитель ...

Больше всего мне не нравится, когда учитель ...

Мне нравится моя школа за то, что ...

Мне не нравится моя школа за то, что ...

Я хотел бы, чтобы в школе ...

Я не хотел бы, чтобы в школе ...

Мне интересно на уроках, когда ...

Мне неинтересно на уроках, когда ...

Я выбираю трудные задания на уроках, потому что ,

Я выбираю легкие задания на уроках, потому что ...

Я считаю, что хороший учитель — это тот, кто ...

Я считаю, что хорошая школа — это школа, где ...

Если бы я был учителем ...

Если бы я был классным руководителем ...

### Направление «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ»

Диагностика классного руководителя в этом направлении начинается с изучения детского коллектива и определения степени проявления лидерства или изолированности учащихся класса.

#### 1. Социометрическое исследование коллектива

Это исследование лучше всего проводить в 6—7-х классах. В этом возрасте дети отвечают на вопросы наиболее объективно. Ребятам предлагается ответить на вопросы, называя при этом фамилию только одного из одноклассников.

- Кого из ребят класса ты взял бы с собой в поездку на 6 дней в одном купе?
- С кем из ребят класса ты хотел бы жить в одном доме, на одной улице?
- Кому из ребят класса ты мог бы доверить свою тайну?
- Если бы ты был классным руководителем в своем классе, кого бы ты перевел в другой класс?

#### Ассоциативный тест «Пойдем друг друга»

Ученикам 7—11-х классов предлагается назвать ассоциации, которые возникают у них на словосочетания: «учитель математики, учитель русского языка, учитель истории и т. д.».

Если у ученика на словосочетание возникают положительные ассоциации, например, тепло, солнце, радость, значит, общение с учителем положительно. Если же возникают ассоциации отстраненного характера: учитель ассоциируется, например, со столом, стулом, очками, книгой и т. д., это говорит о том, что в отношениях учителя и ученика есть непонимание: безразличие со стороны взрослого и тревожность, обида, разочарование со стороны ученика. Отсутствие положительного взаимодействия учителя и учащихся приводит к нежеланию детей посещать школу, к потере интереса к учению.

Возникновение у ученика ассоциаций негативного свойства говорит о том, что в отношениях педагога и ученика не только нет взаимопонимания, но и налицо конфликтная ситуация. Если педагог хочет наладить отношения с учеником, он обязательно использует этот мини-тест для прогнозирования своего поведения.

#### Анкета «Коммуникативная культура педагогов глазами учеников»

Признаки коммуникативной культуры	Предметы							Баллы
	матем.	иностр.	ист.	геогр.	физика	...		
Интересно излагает материал								
Терпеливо поясняет сложные места								
Доступно излагает трудный материал								
Умеет поддерживать интерес класса к предмету								
Использует индивидуальные возможности учащихся, организует диалог и полилог								
Создает ситуацию для самостоятельной работы								
Предлагает творческие задания								

Проявляет уважение, такт, доброжелательность к ученикам								
Проявляет уважение к своим коллегам								
Справедливо оценивает возможности каждого ученика								
Создает ситуацию успеха каждому ученику (не разделяет детей по учебным успехам)								
Сумма баллов								

Эта анкета позволяет педагогу увидеть урок глазами ребенка, узнать, как он оценивает своих учителей, определить объективность этой оценки и направления коррекционной работы с классом и отдельными учениками.

### Анкета «Выявление способов воздействия педагогов на учащихся»

№ п/п	Вопросы	Учителя-предметники					
		матем.	иностранн. яз.	ист.	геогр.	...	...
1.	Как поступит учитель, если ты не подготовишься к уроку?						
2.	Как поступит учитель, если ты ответишь хорошо?						
3.	Как бы ты поступил на месте учителя в первом и втором случаях?						

Анкета позволяет выявить, что же думает ученик о том, как в зависимости от его успеваемости относится к нему учитель. Классный руководитель может посетить уроки учителей-предметников и посмотреть, насколько мнение учащегося совпадает с реальным положением дел.

### Направление «НРАВСТВЕННОСТЬ»

*Для диагностики нравственных приоритетов можно использовать следующие приемы.*

#### Методика неоконченных предложений

*Продолжить следующие предложения.*

Добро – это ...

Зло – это ...

Любовь – это ...

Ненависть – это ...

Дружба – это ...

Враждебность – это ...

Честность – это ...

Хитрость – это ...

Открытость – это ...

Подлость – это ...

Совесть – это ...

Наглость – это ...

Порядочность - это ...

Право – это ...

Обязанность – это ...

### Ранжирование понятий

*Проранжируйте понятия по степени личной значимости.*

Друзья	Родина
Профессия	Деньги
Слава	Квартира
Семья	Любовь
Богатство	Талант
Здоровье	Способности
Общение	

После того, как учащиеся класса провели ранжирование понятий, станут ясны те проблемы, которые нуждаются в решении, и во время проведения классных часов по проблемам нравственности можно попытаться эти проблемы решить. Такие классные часы могут и должны стать в классе традиционными.

### Анкета для старшеклассников

1. Что Вам больше всего нравится делать в свободное время?

- а) читать книги
- б) смотреть телевизор
- в) смотреть видео
- г) встречаться с друзьями
- д) слушать музыку
- е) ходить в театры и кино
- ж) другое \_\_\_\_\_

2. Какие фильмы Вы предпочитаете смотреть?

- а) боевики
- б) триллеры
- в) детективы
- г) эротику
- д) комедии
- е) мюзиклы
- ж) мелодрамы
- з) фильмы, затрагивающие серьезные жизненные проблемы
- и) классику кинематографа
- к) \_\_\_\_\_

3. Какие передачи Вас больше всего интересуют?

- а) политические обзоры
- б) спортивные
- в) музыкальные
- г) телесериалы
- д) показы мод
- е) эротические шоу
- ж) кинофильмы
- з) телеигры

4. Какая музыка Вам больше всего нравится?

- а) классический рок
- б) тяжелый рок
- в) поп-музыка
- г) джаз
- д) кантри
- е) рэп
- ж) отечественная эстрада
- з) классическая музыка
- и) бардовские песни
- к) русские романсы
- л) другое \_\_\_\_\_

5. Что Вы обычно читаете в свободное время (помимо школьной программы)?

- а) поэзию
- б) научно-популярную литературу
- в) детективы
- ж) эротическую литературу
- з) газеты (какие? \_\_\_\_\_)

- г) фантастику
- д) романы
- л) читаю мало
- е) приключенческую литературу
- м) не читаю вообще

6. Что такое, на Ваш взгляд, здоровый образ жизни? (Выберите главное.)

- а) не пить
- б) не курить
- в) заниматься спортом
- г) полноценно и правильно питаться
- д) не употреблять наркотиков
- е) не вести беспорядочную половую жизнь
- ж) жить полноценной духовной жизнью
- з) другое \_\_\_\_\_

7. Считаете ли Вы для себя необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни?

- а) да
- б) нет
- в) частично
- г) эта проблема меня пока не волнует
- д) другое \_\_\_\_\_

8. Если бы Вы узнали, что ваш друг (подруга) употребляет наркотики. Вы бы:

- а) немедленно прекратили с ним (с ней) отношения
- б) продолжили бы дружить, не обращая внимания
- в) постарались бы помочь избавиться от этой привычки
- г) попросили бы дать Вам попробовать
- д) другое \_\_\_\_\_

9. Как Вы относитесь к рэкету?

- а) считаю его необходимым элементом рыночной экономики
- б) считаю это явление неизбежным злом
- в) считаю рэкет занятием, достойным настоящего мужчины
- г) считаю, что с этим необходимо бороться
- д) если бы было возможно, занялся бы рэкетом сам
- е) эта проблема меня не беспокоит
- ж) другое

10. Считаете ли Вы проституцию приемлемым способом зарабатывать деньги?

- а) считаю, что эта работа не хуже, чем любая другая
- б) отношусь с осуждением
- в) могу представить себя в этом бизнесе
- г) считаю, что с этим необходимо бороться
- д) проституция — способ получить за собственное удовольствие большие деньги
- е) не задумывался об этом
- ж) другое

11. Как Вы считаете, с какого возраста можно начинать половую жизнь?

- а) с 11 лет
- б) с 13 лет
- в) с 15 лет
- г) с 17 лет
- д) после 18 лет

12. Как Вы относитесь к проблеме ранней беременности?

- а) отношусь с осуждением
- б) считаю личным делом каждого

- в) считаю, что чем раньше, тем лучше
- г) эта проблема меня не волнует
- д) другое \_\_\_\_\_

**13.** Если бы Вы узнали, что Ваша подруга собирается сделать аборт, Вы бы:

- а) осудили ее
  - б) постарались отговорить
  - в) поддержали морально
  - г) посчитали бы это ее личным делом
  - д) не задумывался об этом
  - е) считаю, что аборт — самое настоящее убийство
  - ж) считаю, что через это рано или поздно проходит почти каждая женщина
  - з) другое \_\_\_\_\_
- 

**14.** Насколько Вы осведомлены о средствах и способах безопасного секса?

- а) моих знаний мне вполне достаточно
- б) знаю практически все
- в) знаю очень мало, хотел бы узнать больше
- г) не знаю и знать не хочу
- д) другое \_\_\_\_\_

**15.** Чего Вы боитесь больше всего в этой жизни?

- а) стать жертвой катастрофы (авиа-, авто-, железнодорожной)
- б) стать наркоманом
- в) заболеть СПИДом
- г) потерять жилье и стать «бомжом»
- д) стать инвалидом, прикованным к постели
- е) стать жертвой массовых беспорядков, уличной драки
- ж) подвергнуться нападению уголовников
- з) сойти с ума
- и) стать жертвой экологической катастрофы
- к) стать участником гражданской войны
- л) другое \_\_\_\_\_

**16.** Насколько безопасно Вы себя чувствуете?

- а) ничего и никогда не боюсь
- б) никогда не сталкивался с настоящей опасностью
- в) опасные ситуации возникают, но я с ними справляюсь
- г) довольно часто приходится сталкиваться с опасностью
- д) в вечернее время предпочитаю сидеть дома
- е) другое \_\_\_\_\_

**17.** Хотели бы Вы иметь какое-нибудь оружие? Какое?

- а) газовый баллончик
- б) газовый пистолет
- в) пистолет
- г) холодное оружие
- д) кастет
- е) другое \_\_\_\_\_
- ж) не хотел бы иметь ничего
- з) не задумывался об этом

**18.** Какая профессия (род занятий) представляется Вам наиболее престижной и достойной?

- а) научный работник
- б) преподаватель
- ж) рабочий
- з) фермер

- в) военный
- г) врач
- д) работник сферы обслуживания
- е) инженер
- и) бизнесмен
- к) юрист
- л) экономист
- м) другое

19. Если бы у Вас была возможность выбора, в каком учебном заведении Вы предпочли бы учиться сейчас?

- а) в той же школе, в которой учусь
- б) в обычной средней школе, но не в той, в которой я учусь сейчас
- в) в гимназии
- г) в лицее
- д) в спецшколе с углубленным изучением некоторых предметов (каких? \_\_\_\_\_)
- е) хотел бы учиться индивидуально
- ж) на курсах с обучением только определенной профессии (какой? \_\_\_\_\_)
- з) другое \_\_\_\_\_

20. Как Вы считаете, достаточно ли готовит Вас школа к будущей самостоятельной жизни?

- а) достаточно
- б) недостаточно
- в) кое-что из того, чему нас учат в школе, пригодится в дальнейшем
- г) считаю, что наше образование существенно отстает от быстро меняющейся жизни
- д) считаю, что школа в принципе неспособна подготовить к жизни, этому искусству каждый должен учиться сам
- е) другое

21. Что или кто является для Вас поддержкой и опорой в трудную минуту, помогает Вам «справиться с жизнью», с возникающими трудностями и проблемами?

- а) друзья
- б) родители
- в) домашние животные
- г) природа
- д) религия (какая? \_\_\_\_\_)
- е) другое

## Методика изучения воспитанности школьников

### Методика “Репка, или Какие качества я в себе вырастил?”

**1. Поразмысли и ответь честно, какие качества у тебя «выросли» (и тогда поставь рядом с цифрой знак «+»), а что стало хуже (поставь знак «-»):**

- а) физическая сила и выносливость
- б) умственная работоспособность
- в) сила воли
- г) выдержка, терпение и упорство
- д) ум, сообразительность
- е) память
- ж) объем знаний
- з) внимание и наблюдательность
- и) критичность и доказательность мышления
- к) умение всегда видеть цель и стремиться к ней (целеустремленность)
- л) умение планировать работу
- м) умение организовать свой труд (организованность)

- н) умение беречь время
- о) умение контролировать и анализировать свою работу и свои поступки
- п) умение при необходимости работать самостоятельно, без посторонней помощи
- р) чуткость и отзывчивость к людям
- с) умение работать вместе с товарищем, видеть, кому нужна твоя помощь, помогать и принимать помощь от других
- т) умение подчинять свои желания интересам дела и коллектива
- у) умение видеть и ценить прекрасное в природе, в человеке, в искусстве
- ф) умение вести себя в обществе, красиво одеваться, причесываться и т. д.

**2. Над какими из названных в предыдущем вопросе качеств ты собираешься работать в ближайшее время?**

**3. Какие специальные способности ты в себе открыл в этом году или сумел развить в себе (способности к танцам, музыке, рукоделию и т. д.)?**

**4. Над какими из них ты сейчас работаешь?**

**5. Что бы ты хотел пожелать себе на будущее?**

А теперь каждый из вас пусть попробует составить свой список положительных и отрицательных качеств. Как вы думаете, если какой-то незнакомый человек посмотрит на эти списки, сможет ли он достаточно верно понять, что вы за человек? Какой список получился больше? Задайте себе вопрос: «Почему?»

Для того чтобы понять человека (в том числе самого себя), необходимо прежде всего понять две вещи — характер и сердце, и только потом смотреть на внешность.

Если бы вас попросили сравнить себя с каким-нибудь животным, то какое животное вы бы выбрали? Некоторые люди больше похожи на медведей — большие, добродушные, но если они рассердятся, то берегись. Другие напоминают птиц — легких и подвижных. А на какое животное или птицу похожи вы? Напишите на листке и, не подписывая, опустите в коробку, стоящую на столе.

На листке бумаги запишите три-четыре предложения, которые лучше всего вас характеризуют. Внизу страницы напишите четыре прилагательных, которые дают представление о чертах вашего характера. Не подписывая листок, сверните его и положите в коробку. Учитель будет по очереди вынимать листки и зачитывать то, что на них написано, а вы должны будете угадать, о ком из одноклассников идет речь. Если сразу вам это не удастся, то можно выслушать мнения других ребят.

ТЕМА «Ориентация в жизни»

**Цель:** организация самопознания с помощью проективного теста, выявление психологической дистанции между учащимися класса в процессе игровой деятельности.

**Форма:** игровая деятельность.

**Подготовительная работа.**

Для проведения диагностической части занятия учащимся потребуется листок бумаги и ручка.

Игры на взаимопонимание лучше проводить в большом помещении.

**Ход занятия.**

**1. Психологический настрой.** На этом занятии в качестве психологического настроения можно использовать игру «Я — неодушевленный предмет». Игра заключается в следующем. Сначала предлагается выбрать для себя неодушевленный предмет. Все по очереди сообщают, что они выбрали, например, «я - зеркало», «я - дерево» и т.д. Дальше каждому предлагается, вжившись в образ этого предмета, рассказать о том, как ему живется. Педагог должен внимательно наблюдать за всем

происходящим, тогда можно получить много информации о внутреннем мире школьника, его проблемах и его самочувствии. Ведь школьники будут от лица неодушевленного предмета невольно говорить о своих проблемах, да и предмет выбирается не случайно.

**2. Основная диагностическая часть.** В качестве диагностической методики на этом занятии мы предлагаем использовать упрощенный вариант проективного психологического теста «Прогулка по лесу».

Учащимся предлагается представить, что они будут совершать мысленно прогулку по лесу, где с ними может произойти все, что угодно. Нужно внимательно слушать и все, что представили, подробно записывать на листочке. Итак, вы идете по лесу.

1. Представьте себе, какой это лес: светлый или темный, редкий и просторный или частый и густой. Идете вы по тропинке или сами прокладываете путь. Запишите.

2. Вы идете и видите на земле чашу (чашку). Представьте себе ее и опишите в подробностях: чистая она или грязная, какого цвета, из чего сделана, прочная или хрупкая. Запишите.

3. Вы встречаете препятствие, например, заросли кустарника или завал из деревьев. Что вы будете делать? Запишите.

4. Вы идете дальше и подходите к дому. Рассмотрите его и опишите, как он выглядит. Затем войдите в дом. Что вы там увидели? Опишите тоже подробно. Теперь представьте, что вы там делаете? Запишите.

5. Вы выходите из дома и снова идете по лесу. Вдруг вы встречаете очень страшного волка. Опишите свои действия. Вы справились, наконец, с волком и пошли дальше, подошли к озеру. Что вы станете делать запишите.

7. Наконец вы подходите к совершенно непонятному препятствию. Это огромной высоты стена, и стена эта такая длинная, что ее невозможно обойти. Что вы будете делать? Запишите. Анализ результатов можно провести прямо в классе. Правда, не все учащиеся сообщат о том, что они написали. Поэтому мы рекомендуем рассказать всем интерпретацию теста, объяснив на примере желающих поделиться своими записями вслух. Затем обязательно соберите листочки, и вы получите много сведений о самочувствии школьников в классе и в семье.

### **Интерпретация данных**

Каждая из предложенных ситуаций большинством людей воспринимается одинаково.

**1.** Лес - это общество, социальная среда, в которой живет человек. Характеристика леса - это восприятие и отношение человека с данной средой. Если нет страха перед будущим и перед обществом, то лес, как правило, светлый и просторный. Уверенность и отсутствие тревожности проявится в наличии тропинки или дороги. Если же школьник не уверен в себе, испытывает страх перед людьми и жизнью в целом, то лес у него темный, полный теней и неизвестности, а тропинку он не видит. Наконец, может быть и такая ситуация, когда лес темный или слегка видны просветы, а школьник сам прокладывает путь. Это говорит о неуверенности и боязни, но настойчивости и попытке преодолеть свой страх перед жизнью. Коротко говоря, первая ситуация характеризует уровень социализации ученика, его адаптации к взрослой жизни.

**2.** Описание чаши или чашки психологи связывают с восприятием человеком самого себя, с самооценкой, отношением к себе. Так, чистая чаша - это восприятие себя как положительного человека, грязная - критичное отношение к себе и самоосуждение. Цвет чаши тоже может дать некоторую информацию о человеке. Голубая чаша связана с высокой моральностью, красная — с активностью, зеленая — с интроверсией и стремлением к лидерству, фиолетовая — с эмоциональностью и склонностью к искусству. Белая чаша олицетворяет чистоту и невинность. Материал ча-

ши тоже имеет значение. Так, хрупкость говорит о неуверенности. Дорогая антикварная чаша свидетельствует о высокой самооценке.

**3.** Описание того, как преодолевалось или не преодолевалось препятствие, говорит об умении преодолевать трудности. Если человек идет внапролом, то он сам справляется с трудностями и о нем говорят как о человеке, приспособленном к жизни, самостоятельном. Если обходит завал или, хуже того, придумывает еще какие-то виды препятствий, то это не приспособленный человек, не умеющий преодолевать трудности или любящий их создавать себе сам.

**4.** Дом всеми людьми связывается с семьей. Описание самого дома характеризует восприятие школьником своей семьи. Прочный и старый дом (избушка из дерева, большая деревенская изба и т.п.) - это хорошая семья, в которой подростку уютно и там он защищен. Иногда описывают многоэтажный дом. Это говорит о том, что школьнику уделяется мало внимания в семье, там и без него много детей или проблем и на всех внимания не хватает. Каков дом внутри и как ведет себя человек, говорит об отношениях в семье. Если уютно и светло и школьник наслаждается теплом в доме, в семье ему хорошо и он еще долго будет ощущать себя ребенком. Темные комнаты, паутина, грязь говорят о неблагополучии семьи, одиночестве подростка и его незащищенности.

**5.** То, как человек справляется с волком, говорит о его умении преодолевать свои страхи. Если побежал домой за чем-либо, то от страхов человек ищет защиты у мамы или папы. Если пытается уговорить волка, то страх загоняется внутрь себя и повышается тревожность. Иногда пишут, что достали оружие, например, топор и победили волка. Это тревожный симптом, такой человек агрессивен, озлоблен и «носит» на всякий случай оружие против любого, кто посмеет приблизиться к нему.

**6.** Озеро обычно не интерпретируется, однако можно предположить, что по поведению у озера можно судить об активном отношении к жизни, если в озеро попытались войти, замочили ноги или искупались.

**7.** Непреодолимая стена - это как что-то такое, что может быть после смерти, и поведение около нее может говорить об отсутствии или наличии страха смерти. Если хочу заглянуть за стену, пытаюсь влезть на дерево для этого, то не испытываю страха смерти, и наоборот.

#### *ТЕМА «Типологические свойства и темперамент»*

**Цель:** составить у школьников представление о типологических свойствах и темпераменте, изучить названные свойства.

**Форма:** практикум, игровая деятельность.

Подготовительная работа.

Для проведения занятия каждому ученику можно выдать чистый лист бумаги для проведения психологического настроения. С целью диагностики темперамента можно сделать для каждого распечатку \_\_\_\_\_ паспорта темперамента или продиктовать его прямо на занятии, можно читать характеристики вслух сразу для всех школьников, а они должны в тетрадях ставить значок против соответствующего номера.

#### **1. Психологический настрой: игра «Рисуем портрет».**

Каждый ученик на листочке рисует чей-нибудь портрет. Листочки собираем и пускаем по кругу. На обороте все пишут свои версии, чей это портрет, только на своих листочках никто не пишет имя нарисованного. Затем листочки возвращаются и авторы считают, сколько человек правильно узнали портрет. Определяется самый талантливый художник.

#### **2. Основная диагностическая часть.**

Для изучения темперамента можно использовать следующую методику. Читаются утверждения, соответствующие четырем типам темперамента. Паспорт каждого темперамента состоит из 20 характеристик. Если названное качество характерно для школьника, то под соответствующим номером он ставит знак «+». После этого подсчитывается количество плюсов в каждом паспорте. Результаты ранжируются. Учитывая, что чистый тип темперамента встречается очень редко, у каждого человека обнаруживаются качества, характерные для различных типов. Тип темперамента школьника тот, который окажется на первом и втором месте.

### **ПАСПОРТ САНГВИНИКА**

Веселый и жизнерадостный.

Деловитый.

Часто не доводите дело до конца.

Склонны переоценивать свои возможности.

Способны быстро схватывать новое.

Неустойчивы в интересах и склонностях.

Легко переживаете неудачи и неприятности.

Легко приспосабливаетесь к разным обстоятельствам.

С увлечением беретесь за любое дело.

Быстро остываете, если дело перестало вас интересовать.

Быстро включаетесь в новую работу и быстро переключаетесь с одной работы на другую.

Тяготитесь однообразием, будничной, кропотливой работой.

Общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности в общении с новыми людьми. Работаете быстро, увлеченно, нуждаетесь в перерывах реже других.

Выносливы и работоспособны.

Обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся живыми жестами, выразительной мимикой.

Сохраняете самообладание в неожиданной, сложной обстановке.

Обладаете всегда бодрым настроением.

Быстро засыпаете и пробуждаетесь.

Часто не собранны, проявляете поспешность в решениях.

### **ПАСПОРТ ХОЛЕРИКА**

Неусидчивы, суетливы.

Невыдержанны, вспыльчивы.

Нетерпеливы, реактивны.

Резки и прямолинейны во взаимоотношениях с людьми.

Решительны и инициативны.

Энергичны.

Находчивы в споре.

Работаете рывками.

Склонны к риску.

Злопамятны и обидчивы.

Обладаете быстрой, страстной, сбивчивыми интонациями речью.

Неуравновешенны и склонны к горячности.

Агрессивны.

Нетерпимы к недостаткам.

Обладаете выразительной мимикой.  
Способны быстро действовать и решать жизненные задачи.  
Неустанно стремитесь к новому.  
Обладаете резкими порывистыми движениями.  
Настойчивы в достижении поставленной цели.  
Склонны к резким сменам настроения.

#### **ПАСПОРТ ФЛЕГМАТИКА**

Спокойны и хладнокровны.  
Последовательны и обстоятельны в делах.  
Осторожны и рассудительны.  
Работаете спокойно, медленно, редко отдыхаете.  
Молчаливы и не любите попусту болтать.  
Обладаете спокойной, равномерной речью, без резко выраженных эмоций, жестикуляций и мимики.  
Сдержанны и терпеливы.  
Как правило, доводите начатое дело до конца.  
Не тратите попусту сил.  
Строго придерживаетесь выработанного распорядка жизни, системы в работе.  
Легко сдерживаете свои желания.  
Маловосприимчивы к одобрению и порицанию.  
Незлобивы, проявляете снисходительное отношение к колкостям в свой адрес.  
Постоянны в своих отношениях и интересах, умеете ждать, ладить с другими.  
Медленно включаетесь в работу и переключаетесь с одного дела на другое.  
Ровны в отношениях со всеми.  
Любите аккуратность и порядок во всем.  
С трудом приспосабливаетесь к новой обстановке.  
Инертны, малоподвижны, вялы.  
Обладаете выдержкой.

#### **ПАСПОРТ МЕЛАНХОЛИКА**

Стеснительны и застенчивы.  
Теряетесь в новой обстановке.  
Затрудняетесь установить контакт с незнакомыми людьми.  
Легко переносите одиночество.  
Не верите в свои силы, падаете духом при невзгодах.  
Чувствуете подавленность и растерянность при неудачах.  
Склонны уходить в себя.  
Быстро утомляетесь, нуждаетесь в более частых паузах для отдыха.  
Обладаете слабой, тихой речью, иногда снижающейся до шепота.  
Невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника.  
Впечатлительны до слезливости, тревожности.  
Чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию.  
Предъявляете высокие требования к себе и окружающим.  
Склонны к подозрительности и мнительности.  
Болезненно чувствительны и легкоранимы.

Чрезмерно обидчивы.

Скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем своими мыслями.

Малоактивны в работе.

Безропотно покорны.

Стремитесь вызывать сочувствие и помощь у окружающих.

При обработке результатов нужно учитывать, что данная методика объективна, так как основана на самооценке.

### **Краткая характеристика темпераментов**

**Сангвинический темперамент** основывается на сильной, подвижной, уравновешенной нервной системе. Для сангвиника характерна повышенная реактивность, проявляющаяся в том, что он быстро откликается на любое внешнее или внутреннее воздействие. Сангвиник отличается и повышенной активностью, работоспособностью и продуктивностью в динамической и разнообразной работе. Больше всего ему подходит деятельность, требующая быстрой реакции и уравновешенности. Он может сдерживать свои проявления чувств, хотя очень эмоционален, сангвиник обычно весел и жизнерадостен. Эмоционально неустойчив: легко поддается чувствам, но они у него не очень устойчивы и глубоки, быстро находит контакт с людьми. Для сангвиника характерна большая подвижность, легкая приспособляемость к изменяющимся условиям жизни, быстрота психических процессов (внимания, памяти, мышления)

**Холерический темперамент** основывается на сильной, подвижной, но неуравновешенной (с преобладанием возбуждения) нервной системе. Для него так же характерна высокая реактивность и активность, непроизвольные реакции на внутренние или внешние воздействия оказываются сильнее целей, установок и убеждений. Обладатели этого темперамента отличаются повышенной возбудимостью и неуравновешенностью поведения. Для них характерны быстрота действий, резкость стремительность движений, а также импульсивность и резкая выраженность эмоциональных переживаний. Холерик несдержан, неуравновешен вспыльчив, не способен к самоконтролю, легко раздражителен и агрессивен. Однако он работоспособен и готов к быстрой реакции.

**Флегматический темперамент** основывается на сильной, уравновешенной, но инертной (медлительной) нервной деятельности. Для него характерны медлительность, спокойствие, склонность к порядку, привычной обстановке. Работоспособен. В деятельности может проявлять основательность, продуманность, упорство, но малоактивен. У флегматика все психические процессы протекают замедленно, но зато прочно формируются навыки. Ему нужно время для сосредоточения внимания, для переключения его на другой объект. Он не гибок в поведении, не эмоционален, его нелегко вывести из себя. Характерна малая активность и реактивность. Флегматик с трудом сходится с людьми, ему больше подходит работа, требующая методичности, хладнокровия и длительной работоспособности.

**Меланхолический темперамент** характеризуется слабой нервной системой. Представителей этого типа отличает высокая эмоциональная чувствительность, повышенная реактивность, они сильно переживают даже незначительные неудачи. Эмоциональные состояния отличаются меланхоликов глубиной, большой силой и длительностью, хотя внешне выражаются слабо. Они часто не уверены в себе, легко теряются, трудно адаптируются в новой обстановке, замкнуты, избегают общения с новыми людьми. Им свойственна малая реактивность, пониженная активность и работоспособность. Длительное и сильное напряжение вызывает у меланхолика замедленную деятельность, а затем и прекращение ее. Он быстро утомляется, но в привычной обстановке работает продуктивно.

## Направление “ПОЗНАЙ СЕБЯ И ДРУГИХ”

### Особенности личности

**Цель:** познакомить подростков с характерными особенностями людей и возможностями учета этих особенностей в общении, выяснить уровень сплоченности данной группы.

**Форма:** тестирование, практикум, игра.

**Основная диагностическая часть.** Подростковый опросник Айзенка предназначен для выявления личностных особенностей, которые называют значительное влияние на стиль общения между людьми, даже "иль жизни в целом. Знание своих личностных особенностей и особенностей других людей позволяет понимать, объяснять поступки людей.

**Инструкция испытуемым:**

«Вам предлагается ряд вопросов об особенностях вашего поведения. Если вы отвечаете на вопрос утвердительно («согласен»), то поставьте рядом с номером вопроса знак «+», если отрицательно («не согласен»), то знак «-». Отвечайте на вопросы быстро, не раздумывая, так как важна первая реакция».

#### Текст опросника

1. Любишь ли ты шум и суету вокруг себя?
2. Часто ли ты нуждаешься в друзьях, которые могли бы тебя поддержать или утешить?
3. Ты всегда находишь быстрый ответ, когда тебя о чем-нибудь спрашивают, если это не на уроке?
4. Бываешь ли ты иногда сердитым, раздражительным, злишься?
5. Часто ли у тебя меняется настроение?
6. Тебе больше нравится быть одному, чем встречаться с другими ребятами?
7. Бывает ли так иногда, что тебе мешают уснуть разные мысли?
8. Всегда ли ты делаешь так, как тебе говорят?
9. Любишь ли ты подшутить над кем-нибудь?
10. Ты когда-нибудь чувствовал себя несчастным, хотя для этого не было настоящей причины?
11. Ты веселый человек?
12. Ты когда-нибудь нарушал правила поведения в школе?
13. Много ли раздражает тебя?
14. Тебе нравится такая работа, где надо делать все быстро?
15. Ты переживаешь из-за всяких страшных событий, которые чуть - было не произошли, хотя все окончилось хорошо?
16. Тебе можно доверить любую тайну?
17. Можешь ли ты развеселить заскучавших ребят?
18. Бывает ли так иногда, что у тебя без всякой причины сильно бьется сердце?
19. Делаешь ли ты первый шаг для того, чтобы с кем-нибудь подружиться?
20. Ты когда-нибудь говорил неправду?
21. Сильно ли ты огорчаешься, если люди находят недостатки в работе, которую ты сделал?
22. Любишь ли ты рассказывать смешные истории, шутить со своими друзьями?
23. Часто ли ты чувствуешь себя усталым без всякой причины?
24. Ты всегда сначала делаешь уроки, а играешь уже потом?
25. Ты обычно весел и всем доволен?
26. Обидчив ли ты?
27. Любишь ли ты разговаривать и играть с другими ребятами?
28. Всегда ли ты выполняешь просьбы родных о помощи по хозяйству?
29. Бывает ли так, что у тебя иногда сильно кружится голова?

30. Любишь ли ты поставить кого-нибудь в неловкое положение, посмеяться над кем-нибудь?
31. Ты часто чувствуешь, что тебе что-нибудь очень надоело?
32. Ты любишь иногда похвастаться?
33. Ты чаще всего молчишь в обществе других людей?
34. Ты иногда волнуешься так сильно, что тебе трудно усидеть на месте?
35. Ты быстро решаешься на что-нибудь?
36. Ты иногда шумишь в классе, когда нет учителя?
37. Тебе часто снятся страшные сны?
38. Можешь ли ты забыть обо всем и от души повеселиться?
39. Тебя легко огорчить чем-нибудь?
40. Случалось ли тебе говорить плохо о ком-нибудь?
41. Можешь ли ты назвать себя беспечным, беззаботным человеком?
42. Если тебе случится попасть в неловкое положение, ты потом долге переживаешь?
43. Ты любишь шумные и веселые игры?
44. Ты всегда ешь все, что тебе предлагают?
45. Тебе трудно отказаться, если тебя о чем-нибудь просят?
46. Ты любишь часто ходить в гости?
47. Бывают такие моменты, что тебе не хочется жить?
48. Ты когда-нибудь был грубым с родителями?
49. Тебя считают веселым человеком?
50. Ты часто отвлекаешься, когда делаешь уроки?
51. Ты больше любишь сидеть и смотреть, чем принимать участие в общем веселье?
52. Тебе обычно бывает трудно уснуть из-за разных мыслей?
53. Ты обычно бываешь не уверен в том, что сможешь справиться с делом, которое тебе поручают?
54. Часто ли ты чувствуешь себя одиноким?
55. Ты стесняешься первым заговорить с незнакомыми людьми?
56. Часто ли ты решаешься на что-нибудь, когда уже поздно?
57. Когда кто-нибудь из ребят кричит на тебя, ты тоже кричишь в ответ?
58. Ты иногда чувствуешь себя особенно веселым или печальным без всякой причины?
59. Ты считаешь, что трудно получить настоящее удовольствие в гостях, на утреннике, на елке?
60. Тебе часто приходится волноваться из-за того, что ты сделал что-нибудь, не подумав?

### **Обработка данных:**

Полученные результаты ответов сопоставляют с «ключом». За ответ, соответствующий ключу, присваивается 1 балл, за ответ не соответствующий ключу, - 0 баллов. Полученные баллы суммируются.

#### **«Ключ»:**

##### **1. Экстраверсия - интроверсия:**

«да» («+») 1, 3, 9, 11, 14, 17, 19, 22, 25, 27, 30, 35, 38, 41, 43, 46, 49, 53, 57.

«нет» («-») 6, 33, 51, 55, 59.

##### **2. Нейротизм:**

«да» («+») 2, 5, 7, 10, 13, 15, 17, 18, 21, 23, 26, 29, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 50, 51, 52, 56, 58, 60.

##### **3. «Показатель лжи»:**

«да» («+») 8, 16, 24, 28, 44. «нет» («-») 4, 12, 20, 32, 36, 40, 48.

#### **Оценка результатов:**

### Оценочная таблица для шкалы «экстраверсия - интроверсия»

значительная	умеренная	умеренная	значительная
1-7	8-11	12-18	19-24

### Оценочная таблица для шкалы нейротизма

Эмоциональная устойчивость		Эмоциональная неустойчивость	
высокая	средняя	высокая	очень высокая
До 10	11-14	15-18	19-14

### Интерпретация данных

#### **Экстраверсия - интроверсия**

Типичный **экстраверт** общителен и имеет широкий круг знакомых. Действует под влиянием момента, импульсивен и вспыльчив. Он беззаботен, оптимистичен, добродушен и весел. Предпочитает движение и действие, имеет тенденцию к агрессивности. Чувства и эмоции не имеют строгого контроля. Склонен к рискованным поступкам.

Типичный **интроверт** - это спокойный, застенчивый человек, склонный к самоанализу. Сдержан и отдален от всех, кроме близких друзей. Планирует и обдумывает свои действия заранее, не доверяет внезапным побуждениям, серьезно относится к принятию решений, любит во всем порядок. Контролирует свои чувства, высоко ценит нравственные нормы, с трудом меняет свои убеждения, с ним практически невозможно спорить.

**Нейротизм** - эмоциональная устойчивость. Эмоциональная устойчивость проявляется в сохранении организованного поведения, целенаправленности в обычных и стрессовых ситуациях. Характеризуется отсутствием напряженности, наличием беспокойства. Нейротизм выражается в чрезвычайной нервности, неустойчивости, быстрой смене настроений, чувстве виновности, беспокойства, озабоченности, рассеянности внимания, неустойчивости в стрессовых ситуациях. У людей с высокими показателями нейротизма в стрессовых ситуациях может развиваться невроз.

#### **Игра на взаимопонимание. Игра «Ассоциации»**

Один из участников выходит за дверь. Группа выбирает человека, которого должен вычислить «водящий». Затем водящий входит и начинает задавать вопросы такого характера: «Если бы этот человек был литературным героем, то каким?», «Если это погода, то какая?», «Если это животное, то какое?», «Если это цвет?», «Если это дерево?». Запах, время года, историческую эпоху, воинское звание, мебель - все, что угодно,

можно использовать в вопросах. Водящий может выбирать, кому какой опрос задать, чтобы, как ему кажется, получить наиболее ценную информацию для выполнения задачи отгадывания.

Игра обычно проходит живо и легко. «Загаданному» она дает огромное количество обратных связей. Какие-то ассоциации вызывают приятные чувства, какие-то вызывают протест. Наибольшее удивление (вызывает у школьников то, что можно точно узнать человека, ассоциируя его с такими различными вещами. Как правило, «загаданным» хочет быть почти каждый. Иногда игра продолжается и после занятий.

Педагог наблюдает за происходящим и так же, как школьники, узнает о них много нового. Можно рискнуть и предложить «загадать» себя.

### **Признаки положительных качеств**

#### **Коллективизм, гуманизм**

1. Ответственность за свое поведение перед коллективом.
2. Ответственность за поведение товарищей.
3. Умение противостоять безнравственному поведению и отрицательному примеру.
4. Умение учитывать мнение товарищей.
5. Вежливость, тактичность.

#### **Трудолюбие**

1. Потребность в постоянном труде.
2. Умение использовать в труде свои силы и способности.
3. Эстетическое отношение к труду.
4. Объективная оценка своего и чужого труда.
5. Самовоспитание трудовых умений и навыков.

#### **Честность**

1. Правдивость.
2. Самокритичность.
3. Совестьливость, стыдливость.
4. Верность данному слову.
5. Преданность дружбе.

#### **Отношение к учебе**

1. Устойчивый интерес к учению.
2. Добросовестность в выполнении учебной работы в школе и дома.
3. Умение учиться.
4. Самоконтроль и самооценка знаний.
5. Умение преодолевать трудности.

#### **Саморегуляция поведения**

1. Самодисциплина.
2. Самообладание, самоконтроль.
3. Требовательность к себе и другим.
4. Умение отказываться от соблазнов и неразумных желаний.
5. Преодоление страха.

#### **Эмоциональная восприимчивость**

1. Понимание других людей. Чувство красоты.
2. Дружелюбие.
3. Чуткость, сострадание.
4. Чувство меры в самовыражении.
5. Оптимистичность.

#### **Отрицательные признаки личностных качеств**

##### **Коллективизм**

1. Честолюбие.
2. Безответственность.
3. Податливость дурному влиянию.
4. Эгоистичность.
5. Противопоставление себя коллективу.

##### **Трудолюбие**

1. Пассивность в труде.
2. Лениность.

3. Неопытность.
4. Недобросовестность.
5. Иждивенчество.

### **Честность**

1. Неискренность.
2. Беззастенчивость.
3. Наглость.
4. Подхалимаж.
5. Беспринципность.

### **Отношение к учебе**

1. Нелюбознательность.
2. Нежелание учиться.
3. Неумение логически мыслить.
4. Отвращение к учебе.

### **Саморегуляция поведения**

1. Неустойчивость.
2. Нерешительность.
3. Неуравновешенность.
4. Недисциплинированность.
5. Склонность к конфликтам.

### **Эмоциональная восприимчивость**

1. Уход в себя.
2. Отчужденность.
3. Озлобленность.
4. Драчливость.
5. Пассивность.
6. Подозрительность.

Положительные качества	Отрицательные качества

### **Направление “СЕМЬЯ”**

Методика изучения взаимоотношений в системе “родители – ребенок”

Это изучение начинается с первой встречи с родителями учащихся.

#### **Анкета для родителей N 1**

1. Какие положительные качества своего ребенка Вы можете назвать?
2. Какие положительные качества ребенка Вы считаете самыми главными?
3. Какие отрицательные качества своего ребенка Вы можете назвать?
4. Какие из них Вам более всего не нравятся и хотелось бы помочь ребенку их исправить?
5. Каким Вы хотели бы видеть своего ребенка в конце учебного года? В год окончания школы?

#### **Анкета для родителей N 2**

Эта анкета поможет изучить микроклимат семьи, ее нравственные приоритеты.

**1. Проранжируйте понятия по степени значимости для Вас и Вашего ребенка (как вы думаете).**

Для меня самое главное, чтобы у моего	Для моего ребенка самое главное, чтобы у
---------------------------------------	--

ребенка было хорошее:		него было хорошее:	
питание		питание	
здоровье		здоровье	
друзья		друзья	
работа		работа	
учеба		учеба	
взаимоотношения с родными		взаимоотношения с родными	
любовь		любовь	
деньги		деньги	
образование		образование	
жилье		жилье	

Для определения семейных стереотипов в отношении собственного ребенка можно использовать ассоциативный тест “Ребенок глазами родителей, семья глазами ребенка”. Это изучение можно проводить параллельно как с детьми, так и с родителями.

**2. Напишите, какие ассоциации возникают у Вас, когда вы слышите имя Вашего ребенка?**

#### Анкета для детей

1. Напишите какие ассоциации возникают у вас при словосочетании “твоя семья”?
2. Проранжируйте понятия по степени значимости для Вас и Ваших родителей (как вы думаете).

Для меня самое главное, чтобы у меня было хорошее:		Для моих родителей самое главное, чтобы у меня было хорошее:	
питание		питание	
здоровье		здоровье	
друзья		друзья	
работа		работа	
учеба		учеба	
взаимоотношения с родными		взаимоотношения с родными	
любовь		любовь	
деньги		деньги	
образование		образование	
жилье		жилье	

Эта информация, полученная одновременно от родителей и от детей, поможет определить положение ребенка в семье, желание родителей знать своего ребенка, его проблемы, его внутреннее состояние. По результатам исследования можно и нужно проводить тематические консультации по проблемам, которые волнуют или сходны у нескольких семей. Тематическую диагностику можно проводить при подготовке к родительским собраниям. Это вызывает у родителей интерес, заставляет взглянуть на ребенка, требует более ответственного отношения к роли отцов и матерей.

#### Психологический практикум “Познай самого себя”

##### АВТОПОРТРЕТ

*“Авто”* в переводе с греческого означает “сам”, таким образом, автопортрет - это сам+” портрет,

то есть изображение автором самого себя в художественном произведении.

Жанр автопортрета занимает в искусстве особое место. Некоторые художники, такие как Рембрант, А. Дюрер, З. Серебрякова, чаще других обращаются к такому жанру, изображали себя в разные годы жизни. Иногда они изображают себя свидетелями и участниками тех или иных исторических событий, как К. Брюллов в "Последнем дне Помпеи" или Рафаэль в "Афинской школе". Работа над автопортретом - осмысление художником своего характера, достоинств и недостатков, своих взглядов на окружающий мир.

## **ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ДАННЫХ РИСУНКОВ**

### **Голова**

Большая голова - интеллектуальные претензии или недовольство своим интеллектом.

Маленькая голова - интеллектуальная или социальная неадекватность.

Нечеткая голова - застенчивость, робость.

Шея - орган, символизирующий связь между сферой контроля (головной) и сферой влечений (телом).

Подчеркнутая шея - потребность в защитном интеллектуальном контроле.

Чрезмерно крупная шея - стремление контролировать импульсы.

Длинная тонкая шея - торможение, регрессия.

Толстая короткая шея - уступки своим слабостям и желаниям.

Плечи, их размеры - признак физической силы или потребности во власти.

Плечи чрезмерно крупные - ощущение большой силы или чрезмерная озабоченность силой или властью.

Плечи мелкие - ощущение малоценное™, ничтожности.

Плечи слишком угловатые - признак чрезмерной осторожности, защиты.

Плечи покатые - уныние, отчаяние, чувство вины, недостаток жизненности.

### **Туловище**

Туловище угловатое или квадратное - мужественность.

Туловище слишком крупное - наличие неудовлетворенных, остро осознаваемых субъектов потребностей.

Туловище ненормально маленькое - чувство унижения, малоценности.

Лицо - черты лица включают глаза, уши, рот, нос. Это рецепторы внешних стимулов - сенсорный контакт с действительностью.

Лицо подчеркнуто - сильная озабоченность отношениями с другими, своим внешним видом.

Лицо неясное, тусклое - боязливость, застенчивость.

Выражение лица подобострастное - незащищенность.

Лицо, похожее на маску - осторожность, скрытость, возможны чувства деперсонализации и отчужденности.

Подбородок слишком подчеркнут - потребность доминировать.

Подбородок слишком крупный - компенсация ощущаемой слабости и нерешительности.

Уши слишком подчеркнуты - возможны слуховые галлюцинации. Встречается у особо чувствительных к критике.

Уши маленькие - стремление не принимать никакой критики, заглушать ее.

Большие уши - чувствительность к критике.

Глаза большие - озабоченность, чувствительность к общественному мнению.

Глаза закрыты или спрятаны под полями шляпы - сильное стремление избегать неприятных визуальных воздействий.

Глаза изображены как пустые глазницы - значимое стремление избегать визуальных стимулов.  
Враждебность.

Глаза выпучены - грубость, чертвость.

Глаза маленькие - погруженность в себя, самопоглощенность.

Подведенные глаза - грубость, чертвость.

Длинные ресницы - кокетливость, склонность обольщать, соблазнять, демонстрировать себя.

Полные губы - женственность.

Рот клоуна - вынужденная приветливость, неадекватные чувства.

Рот впалый - пассивная зависимость.

Отсутствие рта - депрессия, проблемы в общении.

Нос широкий, выдающийся, с горбинкой - презрительные установки, тенденция мыслить ироническими социальными стереотипами.

Ноздри - примитивная агрессия.

Зубы четко нарисованы - агрессивность.

Брови редкие, короткие - презрение, изощренность.

### **Волосы**

Признак мужественности (храбрости, силы, зрелости и стремление к ней).

Волосы сильно заштрихованы - тревога, связанная с мышлением или воображением.

Волосы не заштрихованы, не окрашены, обрамляют голову, - субъектом управляют враждебные чувства.

### **Конечности**

Руки - орудия более совершенного и чуткого приспособления к окружению, главным образом в межперсональных отношениях.

Широкие руки (размах рук) - интенсивное стремление к действию.

Руки шире у ладони или у плеча - недостаточный контроль действий и импульсивность.

Руки, изображенные не слитно с туловищем, отдельно, вытянутые в стороны - субъект иногда ловит себя на действиях или поступках, которые вышли у него из-под контроля.

Руки скрещены на груди - враждебно-мнительная установка.

Руки за спиной - нежелание уступать, идти на компромисс (даже с друзьями). Склонность контролировать проявление агрессивных враждебных влечений.

Руки длинные и мускулистые- субъект нуждается в физической силе, ловкости, храбрости как в компенсации.

Руки слишком длинные - чрезмерно амбициозные стремления, активная вовлеченность в события внешнего мира.

Руки расслабленные и гибкие - хорошая приспособленность в межперсональных отношениях.

Руки напряженные и прижатые к телу - неповоротливость, ригидность.

Руки очень короткие - отсутствие стремлений вместе с чувством неадекватности.

Руки слишком крупные - сильная потребность к лучшей жизни.

Хрупкие руки - физическая или психическая слабость.

Скованные руки - жесткая, замкнутая личность.

Отсутствие рук - чувство неадекватности при высоком интеллекте.

Деформация или акцентированные руки или ноги на левой стороне - социально ролевой конфликт.

Руки изображены близко к телу - напряжение.

Большие руки или ноги - грубость, черствость.  
Сужающиеся руки или ноги - женственность.  
Руки длинные - желание чего-то достигнуть, завладеть чем-либо.  
Руки длинные и слабые - зависимость, потребность в опеке.  
Руки, повернутые в стороны, достающее что-то – зависимость, желание любви, привязанность.  
Руки, вытянутые по бокам - трудности в социальных контактах, страх перед агрессивными импульсами.  
Руки сильные - агрессивность, энергичность.  
Руки тонкие, слабые - ощущение недостаточности достигнутого.  
Руки как боксерская перчатка - вытесненная агрессия.  
Руки за спиной или в карманах - чувство вины, неуверенность в себе.  
Руки неясно очерчены - нехватка самоуверенности в деятельности и социальных отношениях.  
Руки большие - компенсация ощущаемой слабости и вины.  
Руки отсутствуют в женской фигуре - фигура воспринимается как не любящая, отвергающая, не поддерживающая.  
Пальцы отделены (обрублены) - вытесненная агрессия, замкнутость.  
Большие пальцы - грубость, черствость, агрессия.  
Пальцев больше пяти - агрессивность, амбиции.  
Пальцы без ладоней - грубость, черствость, агрессия.  
Пальцев меньше пяти - зависимость, бессилие.  
Пальцы длинные - открытая агрессия.  
Пальцы сжатые в кулаки - бунтарство, протест.  
Кулаки, прижатые к телу - вытесненный протест.  
Кулаки далеко от тела - открытый протест.  
Пальцы крупные, похожие на гвозди (шипы) - враждебность.  
Пальцы одномерные, обведены петлей - сознательные усилия против агрессивности чувства.  
Ноги непропорционально длинные - сильная потребность в независимости и стремление к ней.  
Ноги слишком короткие - чувство физической или психологической неловкости.  
Рисунок начат со ступней и ног - боязливость.  
Ступни не изображены - замкнутость, робость.  
Ноги широко расставлены - откровенное пренебрежение (неподчинение, игнорирование или незащищенность).  
Ноги неодинаковых размеров - амбивалентность в стремлении к независимости.  
Ноги отсутствуют - робость, замкнутость, нестабильность.  
Ноги акцентированы - грубость, черствость.  
Ступни - признак подвижности (физиологической или психологической) в межперсональных отношениях.  
Ступни непропорционально длинные - потребность безопасности.  
Потребность продемонстрировать мужественность. Ступни непропорционально мелкие - скованность, зависимость.

### **Поза**

Лицо изображено так, что виден затылок - тенденция к замкнутости.  
Голова в профиль, тело в анфас - тревога, вызванная социальным окружением и потребностью в общении.  
Человек, сидящий на краешке стула - сильное желание найти выход из ситуации, страх, одиноче-

ство, подозрение.

Человек, изображенный в беге - желание убежать, скрыться от кого-либо.

Человек с видимыми нарушениями пропорций по отношению к правой или левой сторонам - отсутствие личного равновесия.

Человек без определенных частей тела - указывает на отвержение, неприятие человека в целом или его отсутствующих частей (актуально или символично изображенных).

Человек в слепом бегстве - возможны панические страхи.

Человек в плавном беге - хорошая приспособляемость.

### Методика "Познай себя"

Рядом с номером вопроса поставьте выбранный вами вариант ("а", "б" или "в"). Не раздумывайте долго и не меняйте ответы.

1. **Я бы вполне мог жить один, вдали от людей:** а) да б) иногда в) нет
2. **Иногда я неважно себя чувствую без особой на то причины:** а) да б) не знаю в) нет
3. **Читая о каком-либо происшествии я интересуюсь всеми подробностями:**  
а) всегда б) иногда в) редко
4. **Когда друзья подшучивают надо мной, я обычно смеюсь вместе с ними и нисколько не обижаюсь:**  
а) верно б) не знаю в) не верно
5. **То, что в некоторой степени отвлекает мое внимание:**  
а) раздражает меня б) нечто среднее в) не беспокоит меня
6. **Мне нравится друг:**  
а) интересы которого имеют деловой и практический характер  
б) не знаю  
в) который отличается глубоко продуманными взглядами на жизнь
7. **На предприятии мне было бы интереснее:**  
а) работать с машинами и механизмами и участвовать в основном производстве  
б) трудно сказать в) беседовать с людьми, занимаясь общественной работой.
8. **У меня всегда не хватает энергии, когда это необходимо:** а) да б) трудно сказать в) нет
9. **Я скорее раскрыл бы свои сокровенные мысли:**  
а) моим хорошим друзьям б) не знаю в) в своем дневнике
10. **Я могу спокойно слушать, когда другие люди высказывают идеи, противоположные тем, в которые я твердо верю:** а) верно б) затрудняюсь ответить в) неверно
11. **Я настолько осторожен и практичен, что со мной случается меньше неожиданностей, чем с другими людьми:** а) да б) трудно сказать в) нет
12. **Я думаю, что я говорю неправду реже, чем большинство других людей**  
а) верно б) затрудняюсь ответить в) неверно
13. **Я предпочел бы работать:**  
а) в учреждении, где мне пришлось бы руководить людьми и быть среди них  
б) затрудняюсь ответить в) архитектором
14. **То, что я делаю у меня не получается:** а) редко б) нечто среднее в) часто
15. **Даже если мне говорят, что мои идеи неосуществимы, это меня не останавливает:**  
а) верно б) не знаю в) не верно
16. **Я стараюсь смеяться над шутками не так громко, как это делает большинство людей**  
а) верно б) не знаю в) не верно
17. **Усилия, затраченные на составление планов:**

а) никогда не лишние б) трудно сказать в) не стоят этого

**18. Мне больше нравится работать с людьми изысканными, утонченными, чем с откровенными и прямолинейными:** а) да б) не знаю в) нет

19. Мне приятно сделать человеку, одолжение, согласившись назначить встречу с ним на время, удобное для него, даже если это немного не удобно для меня

а) да б) иногда в) нет

**20. Когда я ложусь спать, я:**

а) засыпаю быстро б) нечто среднее в) засыпаю с трудом

**21. Я предпочитаю:**

а) вопросы, касающиеся меня решать сам

б) затрудняюсь ответить в) советоваться с моими друзьями

**22. Работая в магазине я хотел бы:**

а) оформлять витрины б) не знаю в) быть кассиром

**23. Аккуратные, требовательные люди не уживаются со мной:**

а) верно б) иногда в) неверно

**24. Если люди обо мне плохо думают, то я не стараюсь их переубедить, а продолжаю поступать по-своему:** а) да б) трудно сказать в) нет

**25. Бывает, что все утро я не хочу ни с кем разговаривать**

а) часто б) иногда в) иногда

**26. Мне бывает скучно:**

а) часто б) иногда в) редко

**27. Я думаю, что даже самые драматические события через год уже не оставят в моей душе никаких следов:** а) да б) трудно сказать в) наверное

**28. Я думаю, что было бы интереснее быть:** а) ботаником и работать с растениями б) не знаю в) страховым агентом

29. Когда вопрос, который надо решить, очень труден и требует от меня много усилий, я стараюсь:

а) заняться другим вопросом б) затрудняюсь ответить в) еще раз попытаться решить этот вопрос

**30. Ночью мне снятся фантастические или нелепые сны:** а) да б) иногда в) нет.

**Обработка ответов: Ответ "б" всегда оценивается в одно очко.**

**С 1 по 7 и с 23 по 30 вопросы вариант "а" приносит 0 баллов за каждый ответ, вариант "в" - 2 балла за ответ.**

**С 8 по 22 вопрос баллы начисляются за "а" - 2, "в" - 0.**

***Замкнутость-общительность.** Если сумма баллов при ответе на 1, 7, 9, 13, 19, 25 вопросы не превысит 8, то вы скорее всего, не очень нуждаетесь в обществе других и по натуре неконтактны. Вполне возможно, что вы скептически относитесь к знакомым и довольно строго судите других. А это, известно, ограничивает круг близких людей, с которыми легко быть откровенным. Если же сумма баллов выше 8, то вы общительны и добродушны, открыты и сердечны. Вам свойственны естественность, непринужденность в поведении, внимательность и мягкосердечие по отношению к людям. Выбирая специальность на это следует обратить внимание - вам можно рекомендовать профессии типа человек - человек, требующие постоянного общения с людьми, коллективных действий.*

Другая черта - **эмоциональная устойчивость или неустойчивость**. Об этом свидетельствует сумма баллов, полученная при ответах на вопросы **2, 5, 8, 14, 20, 26** вопросы. Если она меньше 7, вы скорее всего подвержены чувствам и склонны к быстрой смене настроения. Высокие оценки свойственны людям выдержанным, спокойным, чей взгляд на вещи более реалистичен.

Если сумма баллов на вопросы **3, 6, 15, 18, 21** меньше 7, вы человек **практичный** и добросовестный, легко следуете общепринятым нормам, правилам поведения. Хотя, быть может, вам свойственна некоторая ограниченность, заземленность, излишняя внимательность к мелочам. При высоких оценках - у вас богатое воображение, как следствие, высокий творческий потенциал. Старайтесь, все же не витать в облаках. Это часто приводит к житейским неудачам.

**Расчетливы вы или нет?** Подсчитайте сумму ответов на **4, 10, 16, 22 и 28** вопросы. Если она превышает 5, вам свойственна расчетливость и вы достаточно проницательны, умеете разумно и без сантиментов оценивать события и окружающих людей. При низких оценках - вполне возможно, вам свойственны прямолинейность, естественность, непосредственность в поведении.

**Самоконтроль.** При сумме ответов меньше 6 на **11, 12, 17, 23, 29, 30** вопросы у вас не всегда хорошо обстоят дела с дисциплиной. Обычно таким людям как вы присуща внутренняя конфликтность. При оценках свыше 6 баллов вы, наверное, целеустремленный человек, хорошо контролируете свои эмоции и поведение, для вас не представляет особого труда придерживаться общепринятых правил.

### Список использованной литературы

1. Болотова А.К. С чего начинать школьному психологу? Издательство: "Московский психолого-социальный институт", 2001
2. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. М.: Академия, 2004
3. Махаева О.А., Григорьева Е.Е. Я выбираю профессию: Комплексная программа активного профессионального самоопределения школьников. – М.: УЦ «Перспектива», 2005
4. Психологическое сопровождение выбора профессии. Научно-методическое пособие. Авт. Коллектив под редакцией докт. Психол. Наук Митиной Л.М. – Московский психолого-социальный институт, Флинта, 1998
5. Райгородский Д.Я. (Редактор-составитель) Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие.– Самара: Издательский Дом «БАХРАХ», 1998
6. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков. М.: Генезис, 2000.
7. Фадеева Е.И., Ясюкевич М.В. Выбирая профессию, выбираем образ жизни. Учебно-методическое пособие. М.: ЦГЛ, 2004