**Тренинг «Выбор профессии»**

**Своя игра**

**Цели мероприятия:**

* Показать учащимся важность сфер «Могу» и «Надо» при выборе будущей профессии.
* Способствовать профессиональному самоопределению обучающихся.

**Ход мероприятия**

1. **Организационный момент**
2. **Вводная беседа**

*Школьники рассаживаются в традиционный круг, у каждого есть бэйдж с именем. Учащимся с одинаковыми именами желательно написать их по-разному (например, полное и сокращенное имя).*

Сегодня вас ждет не традиционное школьное занятие, а тренинг. Есть выражение лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать. Мы предлагаем вам не только увидеть, а и попробовать поучаствовать в играх, упражнениях. Но всякая психологическая игра имеет двойное назначение. Во-первых, получить удовольствие от общения с другими людьми. Во-вторых, это возможность получше узнать себя и других.

Но есть определенные правила:

* выполнять инструкции к игре или упражнению;
* обсуждать результаты в отведенное для этого время;
* слушать друг друга внимательно, не перебивая;
* говорить от своего лица: не «Все тут думают», а «Я думаю…»

 Выбор профессии — это сложный и ответственный шаг в жизни каждого подростка. При выборе профессии часто имеет место фактор престижности. Но оглядка на престижность не самый верный принцип выбора, поскольку престижность сродни поветрию, моде. А это явление, как известно, очень не постоянное.

При выборе профессии молодежи приходится сталкиваться с различными препятствиями. Прежде всего многие молодые люди имеют поверхностное и искаженное представление о профессиях.

 Чтобы принять правильное решение, важно учесть основные факторы, влияющие на выбор профессии. Восемь из них были описаны известным российским психологом Е. В. Климовым.

1. **Знания о профессиях и их востребованность**. Мир профессий обширен и многообразен. Для выбора своей профессии необходимо познакомиться с множеством других. Информацию о профессиях можно получить из художественной литературы, газет журналов, телепередач, кинофильмов. Должен быть интерес к познанию.
2. **Склонности**(интересы, мотивы труда). Человек более успешен в той деятельности, которая ему по душе. При выборе профессии обращайте внимание на то, что доставляет вам удовольствие, чем интересно заниматься
3. Одного интереса, конечно, к будущей профессии мало. Необходимы **определенные способности**. Для того, играть на скрипке, мало одной любви к музыке, необходимо еще и абсолютный музыкальный слух и т.  д.
4. **Уровень притязания и самооценка** – важный внутренний регулятор поведения человека, в том числе и планирования карьеры. Например, девочка хочет быть актрисой, как бабушка. Но она не любит читать литературу и учить наизусть и т.  д.
5. **Мнение родителей, семьи** тоже немаловажно. Обычно близкие люди принимают активное участие в нашем выборе. Не стоит выбирать учебные заведения по принципу: я хочу и далее учиться с другом и т.  д.
6. **Мнение друзей, одноклассников, товарищей,** безусловно важно. Порой им виднее со стороны, какой вы. Их советы могут подтолкнуть к анализу.
7. Всегда, выбирая профессию, старшекласснику полезно учесть **мнение учителей и классного руководителя** о его возможностях.  Опытом и советом педагогов не стоит пренебрегать. Ведь они наблюдают за вами несколько лет и хорошо знают ваши индивидуальные способности.
8. **Личный профессиональный план** – это то, чего старшеклассник хочет добиться в жизни и в профессии в частности. Самому себе ответить на вопрос: для чего мне это нужно и нужно ли вообще. Надо продумать и запасной план, если возникнут трудности.

 Было бы правильнее, ориентируясь в мире профессий, решить для себя, что для вас самое важное в будущем, что вы считаете совершенно необходимым для себя: размеренную, спокойную работу или постоянные командировки, экспедиции, независимость и самостоятельность, творчество или выполнение четко определённых обязанностей. Но не нужно понимать так, что творчество - хорошо, а исполнительность - плохо. В каждой профессии есть свои особенности. Важно определиться в главном, т.е. понять, какие из качественных сторон профессий для вас важны, а какими можно и пренебречь.

При выборе профессии многие подростки уже знакомы с понятием, которые выражаются тремя словами:

**Хочу              Могу                   Надо**

 Но часто предпочитают при выборе профессии прислушиваться к своему «Хочу». Наше занятие сегодня будет посвящено преимущественно сферам «Могу» и «Надо».

1. **Упражнения**

***1 упражнение*** - **Необитаемый остров**

***Описание упражнения.*** Обучающимся сообщается информация, что все они пассажиры корабля, который потерпел крушение. Из-за этого происшествия, выжившие вынуждены находиться на необитаемом острове. Помощи ждать неоткуда – был шторм и их корабль сильно сбился с пути. Задача ребят вместе определить в чем и в каких специалистах (повар, охотник, швея и т. д.) они будут нуждаться. Ведущий слушает предложения группы и все их записывает на доске.

***Психологический смысл упражнения****.* Участники могут задуматься о таких понятия как «престижность» и «нужность» в профориентационном контексте.

***2 упражнение* – Что я могу?**

***Описание упражнения.*** Участникам группы предлагается по очереди выбрать себе профессию и обосновать свой выбор. Если одну и ту же профессию захотят получить двое или более ребят, им предлагается объяснить группе участников, почему именно они достойны данной роли. Остальные ребята, выслушав их, анонимно голосуют на заранее подготовленных бланках (ставят напротив фамилии кандидата галочку, если спорных ситуаций больше одной, то название профессии).

***Психологический смысл упражнения****.* Обучающимся придется задуматься о своих способностях, закрепиться навык личной аргументации.

***3 упражнение –* Чем я полезен?**

***Описание упражнения.*** Обучающимся предлагается, в соответствии с новой ролью, написать на листках план своих действий, который должен помочь людям выжить на необитаемом острове. В плане должны быть указаны обязанности человека, обозначено с кем из людей ему придется взаимодействовать в своей деятельности. Затем план нужно прочитать вслух, а группа должна решить, поможет ли им реализация этого плана выжить.

***Психологический смысл упражнения.*** Обучающиеся учатся оперировать знаниями о профессиях.

1. **Обсуждение результатов упражнений**

1. **Подведение итогов**

Наше занятие подходит к завершению. Я думаю, что сегодня вы получили информацию, которая поможет вам более широко посмотреть на выбор будущей профессии.

Мне хочется пожелать вам, чтобы каждый из вас выбрал себе ту профессию, которая даст вам возможность лучше всего раскрыть свои способности; профессию, к которой у вас лежит душа, в которой вы почувствуете себя полезным людям. Всем спасибо.

 **Используемая литература**

* Афанасьева Н.В., Малухина Н.В., Пашнина М.Г. Профориентационный тренинг для старшеклассников «Твой выбор». – СПб.: Речь, 2008
* Грецов А.Г. Тренинг общения для подростков. - СПб.: Питер, 2007

***Бланк для упражнения № 2 –* Что я могу?**

|  |  |
| --- | --- |
| **Фамилия и имя участников** |  |
| 1. Блинова Дарья
 |  |
| 1. Вануйто Оксана
 |  |
| 1. Окотэтто Алина
 |  |
| 1. Окотэтто Андрей
 |  |
| 1. Окотэтто Артем
 |  |
| 1. Окотэтто Атена
 |  |
| 1. Окотэтто Илтё
 |  |
| 1. Савин Глеб
 |  |