

## Критерии результативности и средства измерения профессионального самоопределения обучающихся общеобразовательных организаций:

- по выявлению предпочтений обучающихся на уровне ООО в области профессиональной ориентации;
- по сопровождению профессионального самоопределения обучающихся на уровне ООО (в том числе обучающихся с ОВЗ);
- по выбору профессии обучающимися на уровне ООО;
- по выявлению предпочтений обучающихся на уровне СОО в области профессиональной ориентации;
- по сопровождению профессионального самоопределения обучающихся на уровне СОО (в том числе обучающихся с ОВЗ);
- по выбору профессии обучающимися на уровне СОО.

Профессиональная диагностика помогает изучить личность учащегося, его интересы и склонности, а также степень готовности к профессиональному выбору. Для диагностики желательно, использовать разнообразные методики, чтобы была возможность тщательнее изучить личность, ее возможности и профессиональные предпочтения, дабы избежать ошибочного профессионального выбора.

Так, нами в работе были использованы следующие методики:

- личностный опросник Г. Айзенка, направленный на изучение индивидуально-психологических черт личности;
- методика Д. Голланда «Определение профессионального типа личности», позволяет соотнести предпочтения учащегося с тем или иным видом профессиональной среды;
- карта интересов А. Голомштока выявляет интересы и склонности;
- анкета «Ориентация» И. Соломина, определяет профессиональную направленность личности к определенной сфере деятельности;
- методика Орлова «Тест оценки потребности в достижении цели», используется для измерения потребности в достижении цели, успеха и в целом достижений;
- методика Л. Йовайши предназначена для определения склонностей личности к различным сферам профессиональной деятельности;
- опросник для выявления готовности к выбору профессии В. Успенского, цель опросника – определение готовности учащихся к выбору профессии;
- методика изучения статусов профессиональной идентичности А.А. Азбель, А.Г. Грецов.
- проект ранней профориентации школьников «Билет в будущее», помогает обучающимся определиться со своими интересами и склонностями, познакомиться с интересующими профессиями, выбрать направление профессионального и карьерного роста и начать развивать навыки и умения, наиболее важные в будущей профессии. Примерочная профессий: <https://bvbinfo.ru/fitting>

## Тест Г. Айзенка

Варианты ответов на вопросы: "да", "нет". Первый ответ, пришедший Вам в голову, является правильным. Ваши ответы - "да" - плюс, "нет" - минус - фиксируйте на листке бумаги.

1. Часто ли Вы испытываете тягу к новым впечатлениям, чтобы испытать сильные ощущения?
2. Часто ли Вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут Вас понять, ободрить, выразить сочувствие?
3. Считаете ли Вы себя беспечным человеком?
4. Правда ли, что Вам очень трудно отвечать "нет"?
5. Обдумываете ли Вы свои дела не спеша и предпочитаете ли подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли Вы сдерживаете свои обещания, даже если Вам это не выгодно?
7. Часто ли у Вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Быстро ли Вы обычно действуете и говорите, и не растрчиваете ли много времени на обдумывание?
9. Возникало ли у Вас когда-нибудь чувство, что Вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
10. Верно ли, что на спор Вы способны решиться на все?
11. Смущаете ли Вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который Вам симпатичен?
12. Бывает ли, что, разозлившись, Вы выходите из себя?
13. Часто ли Вы действуете под влиянием минутного настроения?
14. Часто ли Вас беспокоят мысли о том, что Вам не следовало бы чего-нибудь делать или говорить?
15. Предпочитаете ли Вы чтение книг встречам с людьми?
16. Вас легко обидеть?
17. Любите ли Вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у Вас иногда такие мысли, которые Вы хотели бы скрыть от других людей?
19. Верно, что иногда Вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда чувствуете сильную вялость?
20. Предпочитаете ли Вы иметь друзей поменьше, но особенно близких Вам?
21. Часто ли Вы мечтаете?
22. Когда на Вас кричат, Вы отвечаете тем же?
23. Часто ли Вас тревожит чувство вины?
24. Все ли ваши привычки хороши и желательны?
25. Способны ли Вы дать волю собственным чувствам и всю повеселиться в шумной компании?
26. Считаете ли Вы себя человеком возбудимым и чувствительным?
27. Считают ли Вас человеком живым и веселым?
28. После того, как дело сделано, часто ли Вы возвращаетесь к нему мысленно и думаете, что могли бы сделать лучше?

29. Вы обычно молчаливый и сдержанный, когда находитесь среди людей?
30. Вы иногда сплетничаете?
31. Бывает ли, что Вам не спится оттого, что разные мысли лезут в голову?
32. Верно ли, что Вам приятнее и легче прочесть о том, что Вас интересует в книге, хотя можно быстрее и проще узнать об этом у друзей?
33. Бывает ли у Вас сильное сердцебиение?
34. Нравиться ли Вам работа, требующая постоянного внимания?
35. Бывает ли, что Вас "бросает в дрожь"?
36. Верно ли, что Вы всегда говорите о знакомых Вам людях только хорошее, даже тогда, когда уверены, что они об этом не узнают?
37. Верно ли, что Вам не приятно бывать в компании, где постоянно подшучивают друг над другом?
38. Вы раздражительны?
39. Нравиться ли Вам работа, которая требует быстроты действий?
40. Верно ли, что Вас не редко не дают покоя мысли о разных неприятностях и "ужасах", которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Вы ходите медленно и неторопливо?
42. Вы когда-нибудь опаздывали на свидание, работу или учебу?
43. Часто ли Вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что Вы такой любитель поговорить, что никогда не упустите удобного случая побеседовать с незнакомым человеком?
45. Беспокоят ли Вас какие-нибудь боли?
46. Огорчились бы Вы, если бы долго не могли видеться со своими друзьями?
47. Можете ли Вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди Ваших знакомых такие, которые Вам явно не нравятся?
49. Можете Вы сказать, что Вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли Вас задевает критика Ваших недостатков или Вашей работы?
51. Трудно ли получить настоящее удовольствие от вечеринки?
52. Беспокоит ли Вас чувство, что Вы чем-то хуже других?
53. Сумели бы Вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что Вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли Вы о своем здоровье?
56. Любите ли Вы подшутить над другими?
57. Страдает ли Вы от бессонницы?

Если ответ "ключа" совпадает с Вашим ответом, Вы прибавляете себе один балл. Если не совпадает, - ноль баллов.

***Шкала лжи.***

Ответ "да" на вопросы: 6, 24, 36.

Ответ "нет" на вопросы: 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Сосчитайте сумму. Если результат от 4 и больше баллов, это значит, что у Вас появилась так называемая социальная желательность: Вы отвечали не

так, как есть на самом деле, а так как Вам хотелось бы или так, как принято в обществе. Другими словами, Ваши ответы не достоверны. Если результат меньше 4 баллов, Ваши ответы искренни. Пожалуйста, продолжайте.

**Шкала экстраверсии.**

Ответ "да" на вопросы: 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 37, 39, 44, 46, 49, 53, 56.

Ответ "нет" на вопросы: 5, 15, 20, 29, 32, 34, 41, 51.

Сосчитайте сумму.

**Шкала эмоциональной устойчивости.**

Ответ "да" на вопросы: 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

Сосчитайте сумму.

Начертите оси координат: горизонтальная ось - "шкала [экстраверсии](#)", вертикальная ось - "шкала эмоциональной устойчивости". Каждая шкала от 1 до 24, пересекаются в точке 12. Отметьте свои показатели на осях. Найдите точку пересечения. Точка может лежать на оси, если одна из шкал равна 12.

Результат, который Вы получили, - Ваш преобладающий тип темперамента. По шкале экстраверсии Вы можете посмотреть тип направленности личности: экстраверт или интроверт.



Существует четыре типа темперамента: холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик.

---

Любишь трудности и препятствия, способен их преодолевать красиво, креативно. Временами ты склонен переоценивать свои возможности, но это не

страшно. Ты быстро включаешься в работу и всегда все доводишь до конца. Стремись к самостоятельности и плохо подчиняешься власти. Говорят, что ты напорист, но недостаточно настойчив.

### **ВЫВОД: ТЫ ХОЛЕРИК**

Холерики добиваются больших успехов в тех профессиях, где требуется повышенная концентрация, внимание и энергичность. Они – лидеры. Этот тип темперамента выделяется большой устойчивостью к стрессам. При необходимости они умеют быстро восстанавливать свои силы. Но жестоко заставляют холерика выполнять монотонную и однообразную работу. Хроническая усталость наступит не из-за объема работ, а из-за постоянной необходимости сдерживать свою кипучую энергию. Холерику противопоказаны такие профессии, как цветоводство, библиотечарское дело и бухгалтерский учет.

**Рекомендуемые профессии:** телерепортер, товаровед, артист, дипломат, журналист, снабженец, предприниматель, хирург, летчик, диспетчер, водитель, тренер, менеджер, строитель, режиссер, повар, следователь, геолог, электрик и т.д.

Среди знаменитых холериков следует отметить Петра I, А.В. Суворова, А.С. Пушкина, Д.И. Менделеева.

---

Среди одноклассников ты выделяешься высокой работоспособностью, легко сосредотачиваешь внимание. Параллельно выполнять несколько дел – проще простого. Легко зажигаешься новой работой, но также быстро теряешь к ней интерес. Увы, не способен вникать в детали и не переношишь однообразия и монотонности. Зато проявляешь организаторские способности и быстро осваиваешь новые специальности. Ни одно ответственное мероприятие не проходит без твоего участия.

### **ВЫВОД: ТЫ САНГВИНИК**

Сангвиник – прирожденный руководитель. С точки зрения подчиненных этот тип является, пожалуй, самым приятным и душевным начальником. Не удивительно, подобный темперамент, как правило, характеризует расчётливого человека. Его сильная черта – умение уговаривать и располагать к себе. Однако технические моменты в работе часто вызывают у сангвиников затруднения. Монотонная, конвейерная, требующая постоянного внимания работа не для них. Поэтому профессию ткача, делопроизводителя, бухгалтера, мастера-часовщика, радиомонтажника, библиографа, архивиста, реставратора можно смело исключить.

**Рекомендуемые профессии:** менеджер, учитель, врач, психолог, воспитатель, организатор, продавец, официант, инженер-технолог и т.д.

Известные истории сангвиники – Н. Бонапарт, П. Бомарше, А.И. Герцен.

---

Не тороплив в учебе и медлителен в работе? Успеха ты достигаешь за счет упорства, терпеливости. Выполнение монотонной работы – твоя фишка. Если тебя не будут торопить, продумаешь все мелочи и доведешь дело до идеала. Но ты не стремишься брать на себя обязанности лидера, поэтому тебя нередко называют неинициативным. Сбой привычного ритма, смена обстановки работы пугают тебя, а суета может довести до депрессии.

### **ВЫВОД: ТЫ ФЛЕГМАТИК**

На первый взгляд отрицательная черта – медлительность – делает их очень сильными. Способность флегматиков неторопливо и без паники проанализировать положение незаменима в стрессовых ситуациях. Поэтому из них получаются высококлассные экономисты, бухгалтеры, делопроизводители. С другой стороны, эта же самая черта делает не возможной для них карьеру хирурга и менеджера, но они прекрасно подойдут для роли терапевта и главного бухгалтера. Активная, яркая публичная жизнь актера, дирижера, телерепортера, коммерсанта будет им в тягость.

***Рекомендуемые профессии:*** механик, электрик, инженер, агроном, водитель, научные – ботаник, астроном, физик, математик.

Среди великих умов этой категории: И.А. Крылов, М.И. Кутузов, И. Ньютон.

---

Ты – человек настроения. Вчера был способен свернуть горы, а сегодня тебе лень вставать с кровати. Быстро устаешь, трудно приспосабливаешься к новому коллективу. В работе тебе необходима постоянная поддержка и регулярный отдых. Все называют тебя невероятно тонким и наблюдательным человеком, способным замечать в поведении людей такие детали, которые те хотят скрыть.

### **ВЫВОД: ТЫ МЕЛАНХОЛИК**

Меланхоликам не следует выбирать работу, где требуется постоянное общение с людьми, так как «общение» с компьютерами у них выходит намного лучше. Опасен такой тип темперамента и в роли водителя общественного транспорта или монтажника-верхолаза. Характерное им торможение нервной системы могут привести к потере концентрации, внимания и, как следствие, чрезвычайным ситуациям. Напряженная работа врача, особенно хирурга, спасателя, летчика, диспетчера приведут меланхолика к истощению нервной системы и ухудшению здоровья.

***Рекомендуемые профессии:*** педагог, деятель искусств, художник, швея-модельер, маляр, копировщик рисунков, композитор, писатель, ветеринарный врач, геолог, агроном, зоотехник, бухгалтер, специалист по машинописи, автослесарь, слесарь, токарь, радиомеханик и т.д.

Не трудно догадаться, что среди меланхоликов много писателей, композиторов, например, А.А. Блок, Н.В. Гоголь, М.Ю. Лермонтов, П.И. Чайковский.

---

**«Определение профессионального типа личности».**  
**(методика Д. Холланда)**

Стимульный материал теста отличается от подобного рода опросников и представляет собой 40 дихотомических альтернатив, каждая из которых задана в виде определенной профессии. Испытуемому необходимо осуществить предпочтительный выбор одной из них. Иными словами ответить на гипотетический вопрос: «Кем предпочтительней для него было бы быть: поваром или наборщиком, садовником или метеорологом?» и т.д.

Каждому типу соответствует 14 различных профессий. Это уравнивает шкалы в количественном отношении и позволяет осуществлять сравнение выраженности того или иного типа «внутри» каждого испытуемого.

1	Инженер-технолог		Инженер-конструктор	
2	Вязальщик		Санитарный врач	
3	Повар		Наборщик	
4	Фотограф		Заведующий магазином	
5	Чертежник		Дизайнер	
6	Философ		Психиатр	
7	Ученый-химик		Бухгалтер	
8	Редактор научного журнала		Адвокат	
9	Лингвист		Переводчик художественной литературы	
0	Врач-психиатр		Статистик	
1	Завуч		Председатель профкома	
2	Спортивный врач		Фельетонист	
3	Нотариус		Снабженец	
4	Перфоратор		Карикатурист	

5	1	Политический деятель		Писатель	
6	1	Садовник		Метеоролог	
7	1	Водитель троллейбуса		Медсестра	
8	1	Инженер-электронщик		Секретарь-машинистка	
9	1	Маляр		Художник по металлу	
0	2	Биолог		Глазной врач	
1	2	Телеоператор		Режиссер	
2	2	Гидролог		Ревизор	
3	2	Зоолог		Главный зоотехник	
4	2	Математик		Архитектор	
5	2	Работник детской комнаты милиции		Счетовод	
6	2	Учитель		Командир части	
7	2	Воспитатель		Художник по керамике	
8	2	Экономист		Заведующий отделом	
9	2	Корректор		Критик	
0	3	Завхоз		Дирижер	
1	3	Радиооператор		Специалист по ядерной физике	
2	3	Наладчик		Монтажник	
3	3	Агроном-семеновод		Председатель колхоза	
4	3	Закройщик-модельер		Декоратор	
5	3	Археолог		Эксперт	
6	3	Работник музея		Консультант	



7	3	Ученый		Актер	
8	3	Логопед		Стенографист	
9	3	Врач		Дипломат	
0	4	Главный бухгалтер		Директор	
1	4	Поэт		Психолог	
2	4	Архивариус		Скульптор	

### Ключи:

1. Реалистический тип: 1, 2, 3, 4, 5, 16, 17, 18, 19, 21, 31, 32, 33, 34 - все А.

2. Интеллектуальный тип: 1Б, 6А, 7А, 8А, 9А, 16Б, 20А, 22А, 23А, 24А, 31Б, 35А, 36А, 37А.

3. Социальный тип: 2Б, 6Б, 10А, 11А, 12А, 17Б, 20Б, 25А, 26А, 27А, 36Б, 38А, 39А, 41Б.

4. Конвенциональный тип: 3Б, 7Б, 10Б, 13А, 14А, 18Б, 22Б, 25Б, 28А, 29А, 32Б, 40А, 42А, 38Б.

5. Предприимчивый тип: 4Б, 8Б, 11Б, 13Б, 15А, 23Б, 26Б, 28Б, 30А, 33Б, 35Б, 37Б, 39Б, 40Б.

6. Артистичный тип: 5Б, 9Б, 12Б, 14Б, 15Б, 19Б, 21Б, 24Б, 27Б, 29Б, 30Б, 34Б, 41А, 42Б.

За каждое совпадение с ключом начисляется 1 балл.

**1. РЕАЛИСТИЧЕСКИЙ ТИП.** Люди, относящиеся к этому типу, предпочитают выполнять работу, требующую силы, ловкости, подвижности, хорошей координации движений, навыков практической работы. Результаты труда профессионалов этого типа ощутимы и реальны — их руками создан весь окружающий нас предметный мир. Люди реалистического типа охотнее делают, чем говорят, они настойчивы и уверены в себе, в работе предпочитают четкие и конкретные указания. Придерживаются традиционных ценностей, поэтому критически относятся к новым идеям. Близкие типы: интеллектуальный и офисный. Противоположный тип — социальный.

**2. ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ.** Людей, относящихся к этому типу, отличают аналитические способности, рационализм, независимость и оригинальность мышления, умение точно формулировать и излагать свои мысли, решать логические задачи, генерировать новые идеи. Они часто выбирают научную и исследовательскую работу. Им нужна свобода для творчества. Работа способна увлечь их настолько, что стирается грань между рабочим временем и досугом. Мир идей для них может быть важнее, чем общение с людьми. Материальное благополучие для них обычно не на первом месте. Близкие типы: реалистический и артистический. Противоположный тип: предпринимательский.

**3. СОЦИАЛЬНЫЙ.** Люди, относящиеся к этому типу, предпочитают профессиональную деятельность, связанную с обучением, воспитанием,

лечением, консультированием, обслуживанием. Люди этого типа гуманны, чувствительны, активны, ориентированы на социальные нормы, способны понять эмоциональное состояние другого человека. Для них характерно хорошее речевое развитие, живая мимика, интерес к людям, готовность прийти на помощь. Материальное благополучие для них обычно не на первом месте. Близкие типы: артистический и предпринимательский. Противоположный тип: реалистический.

**4. ОФИСНЫЙ.** Люди этого типа обычно проявляют склонность к работе, связанной с обработкой и систематизацией информации, предоставленной в виде условных знаков, цифр, формул, текстов (ведение документации, установление количественных соотношений между числами и условными знаками). Они отличаются аккуратностью, пунктуальностью, практичностью, ориентированы на социальные нормы, предпочитают четко регламентированную работу. Материальное благополучие для них более значимо, чем для других типов. Склонны к работе, не связанной с широкими контактами и принятием ответственных решений. Близкие типы: реалистический и предпринимательский. Противоположный тип: артистический.

**5. ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКИЙ.** Люди этого типа находчивы, практичны, быстро ориентируются в сложной обстановке, склонны к самостоятельному принятию решений, социально активны, готовы рисковать, ищут острые ощущения. Любят и умеют общаться. Имеют высокий уровень притязаний. Избегают занятий, требующих усидчивости, большой и длительной концентрации внимания. Для них значимо материальное благополучие. Предпочитают деятельность, требующую энергии, организаторских способностей, связанную с руководством, управлением и влиянием на людей. Близкие типы: офисный и социальный. Противоположный тип: исследовательский.

**6. АРТИСТИЧЕСКИЙ.** Люди этого типа оригинальны, независимы в принятии решений, редко ориентируются на социальные нормы и одобрение, обладают необычным взглядом на жизнь, гибкостью мышления, эмоциональной чувствительностью. Отношения с людьми строят, опираясь на свои ощущения, эмоции, воображение, интуицию. Они не выносят жесткой регламентации, предпочитая свободный график работы. Часто выбирают профессии, связанные с литературой, театром, кино, музыкой, изобразительным искусством. Близкие типы: интеллектуальный и социальный. Противоположный тип: офисный.

В чистом виде эти профессиональные типы встречаются редко — обычно можно говорить только о преобладающем типе личности. Выбирая профессию, необходимо учитывать свой профессиональный тип. Если профессия не соответствует вашему типу личности, работа будет даваться вам ценой значительного нервно-психического напряжения.

Прочитайте утверждения и поставьте в бланке ответов рядом с соответствующим номером «+», если вам нравится выполнять эти действия, и «-», если не нравится. Если сомневаетесь – поставьте «?». Чем искреннее вы ответите на все вопросы, тем точнее будет результат.

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

Мне нравится...

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 с номерами вопросов в бланке – это десять возможных направлений профессиональной деятельности:

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

Подсчитайте число плюсов в 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 двух баллов, значит, профессиональные интересы слабо выражены.

### **Анкета «Ориентация»**

Методика включает анкету «Ориентация» и карту профессий. Анкета «Ориентация» позволяет быстро и просто в течение 10–15 минут определить профессиональные интересы и склонности клиента. Карта профессий информирует о различных видах профессий, помогает выбрать конкретную профессию, соответствующую интересам и способностям клиента с учетом возможностей дальнейшего трудоустройства.

Методика проста в обращении, не требует специальных психологических знаний и может быть использована как специалистами, так и клиентами самостоятельно.

Цель анкеты – выявить профессиональную направленность к определенной сфере деятельности.

В первой части («Я хочу») вы можете оценить по 4-х бальной шкале степень своего желания заниматься каждым из 35 приведенных в перечне видов деятельности. Эта часть анкеты предназначена для определения сферы ваших профессиональных склонностей, интересов, предпочтений, стремлений и наиболее привлекательных видов профессиональной деятельности.

Во второй части («Я могу») вы можете оценить с помощью такой же шкалы степень своих способностей к каждому из 35 заданных видов деятельности. Эта часть предназначена для определения ваших представлений о своих профессиональных способностях.

**ИНСТРУКЦИЯ:** Напротив каждого высказывания поставьте цифру, соответствующую степени вашего желания заниматься этим видом деятельности

(0 – вовсе нет, 1 – пожалуй так, 2 – верно, 3 – совершенно верно)

### **Обработка результатов:**

В каждой группе из 5 суждений необходимо подсчитать суммарное количество выбранных вами баллов и записать эту сумму в рамке справа от соответствующей группы суждений. В зависимости от того, в какой группе вы набрали максимальный суммарный балл, определяется наибольшая склонность или способность к соответствующему типу или классу профессий.

Первые 5 групп суждений, обозначенные цифрами от 1 до 5, характеризуют 5 типов профессий:

- 1) Человек-Человек
- 2) Человек-Техника
- 3) Человек - Знаковая система
- 4) Человек - Художественный образ
- 5) Человек - Природа

последние 2 группы суждений, обозначенные буквами А и Б, соответствуют 2 классам профессий, разделенных по признаку «характер труда»:

- А) исполнительские,
- Б) творческие.

### **Я ХОЧУ**

(мне нравится, меня привлекает, я предпочитаю)

1 а) Обслуживать людей.....	0 1 2 3
б) Заниматься лечением.....	0 1 2 3
в) Обучать, воспитывать.....	0 1 2 3
г) Защищать права и безопасность.....	0 1 2 3
д) Управлять людьми.....	0 1 2 3

2 а) Управлять машинами.....0 1 2 3 б) Ремонттировать оборудование.....0 1 2 3 в) Собирает и налаживает технику.....0 1 2 3 г) Обрабатывает материалы, изготавливает различные предметы и вещи.....0 1 2 3 Заниматься строительством.....0 1 2 3	
3 а) Обрабатывает тексты и таблицы.....0 1 2 3 б) Производит расчеты и вычисления.....0 1 2 3 в) Перерабатывает информацию.....0 1 2 3 г) Работает с чертежами, картами и схемами.....0 1 2 3 д) Принимать и передавать сигналы и сообщения.....0 1 2 3	
4 а) Заниматься художественным оформлением.....0 1 2 3 б) Рисовать, фотографировать.....0 1 2 3 в) Создавать произведения искусства.....0 1 2 3 г) Выступать на сцене.....0 1 2 3 д) Шить, вышивать, вязать.....0 1 2 3	
5 а) Ухаживать за животными.....0 1 2 3 б) Заготавливать продукты.....0 1 2 3 в) Работать на открытом воздухе.....0 1 2 3 г) Выращивать овощи и фрукты.....0 1 2 3 д) Иметь дело с природой.....0 1 2 3	
А а) Работать руками.....0 1 2 3 б) Выполнять решения.....0 1 2 3 в) Воспроизводить имеющиеся образцы размножить, копировать.....0 1 2 3 г) Получать конкретный практический результат.....0 1 2 3 д) Воплощать идеи в жизнь.....0 1 2 3	
Б а) Работать головой.....0 1 2 3 б) Принимать решения.....0 1 2 3 в) Создавать новые образцы.....0 1 2 3 г) Анализировать, изучать, исследовать, наблюдать, измерять, испытывать, контролировать.....0 1 2 3 д) Планировать, конструировать, Проектировать, разрабатывать, моделировать.....0 1 2 3	

### Я МОГУ

(способен, умею, обладаю навыками)

1 а) Знакомиться с новыми людьми.....0 1 2 3 3 б) Быть чутким и доброжелательным.....0 1 2 3 в) Выслушивать людей.....0 1 2 3 г) Разбираться в людях.....0 1 2 3 д) Хорошо говорить и выступать публично.....0 1 2 3	
2 а) Искать и устранять неисправности.....0 1 2 3 3 б) Использовать приборы. Машины, механизмы.....0 1 2 3 в) Разбираться в технических устройствах.....0 1 2 3	

г) Ловко обращаться с инструментами.....0 1 2 3	
д) Хорошо ориентироваться в пространстве.....0 1 2 3	
3 а) Быть сосредоточенным и усидчивым.....0 1 2 3	
б) Хорошо считать в уме.....0 1 2 3	
в) Кодировать информацию.....0 1 2 3	
г) Оперировать знаками и символами.....0 1 2 3	
д) Искать и справлять ошибки.....0 1 2 3	
4 а) Создавать красивые, со вкусом сделанные вещи.....0 1 2 3	
б) Разбираться в литературе и искусстве.....0 1 2 3	
в) Петь, играть на музыкальных инструментах.....0 1 2 3	
г) Сочинять стихи и писать рассказы.....0 1 2 3	
д) Рисовать.....0 1 2 3	
5 а) Разбираться в животных или растениях.....0 1 2 3	
б) Разводить растения или животных.....0 1 2 3	
в) Бороться с болезнями, вредителями.....0 1 2 3	
г) Ориентироваться в природных явлениях.....0 1 2 3	
д) Работать на земле.....0 1 2 3	
А а) Быстро выполнять указания.....0 1 2 3	
б) Точно следовать инструкциям.....0 1 2 3	
в) Работать по заданному алгоритму.....0 1 2 3	
г) Выполнять однообразную работу.....0 1 2 3	
д) Соблюдать правила и нормативы.....0 1 2 3	
Б) Создавать новые инструкции и давать указания.....0 1 2 3	
б) Принимать нестандартные решения.....0 1 2 3	
в) Легко придумывать новые способы деятельности.....0 1 2 3	
г) Брать на себя ответственность.....0 1 2 3	
д) Самостоятельно организовывать свою работу.....0 1 2 3	

*Наиболее удачным является тот случай, когда ваши склонности (я хочу) лежат в той же группе профессий, что и ваши способности (я могу)*

### **Классификатор профессий**

<b>Предмет труда</b>	<b>Исполнительные профессии (А)</b>	<b>Творческие профессии (Б)</b>
<b>Человек (1)</b>	Агенты акушерка Буфетчик бармен Гардеробщик Горничная Киоскер медсестра Милиционер Официант Приемщик заказов Продавец Регистратор	Врач Инспектор по кадрам Менеджер Методист по дошкольному воспитанию Преподаватель Психолог Референт

	Санитар Социальный работник Фельдшер Няня Экспедитор	Тренер-преподаватель Учитель Юрисконсульт
<b>Техника (2)</b>	Авиамеханик по приборам Автоматчик Автоспециалисты Авиаспециалисты Аппаратчик Токарь Арматурщик Техник Асфальтобетонщик Бурильщик Столяр Вальцовщик Слесари Водитель Ремонтник Волочильщик Оптик Вырубщик Операторы Гальваник Обработчик Газоэлектросварщик Жестянщик Намотчик Заправщик Наладчик Заточник Моторист Каменщик Монтеры Кочегар Монтажники Кузнец Механики Маляр Машинисты Формовщик Фрезеровщик Часовщик Швея Шлифовщик Штамповщик	Инженеры Испытатель двигателей Контролеры Технологи Конструктор
<b>Знаковая Система (3)</b>	Дозировщик Изготовитель трафаретов и плат Кассир Машинистка Наборщик Печатник Телефонист	Архивариус Архивист Бухгалтер Геодезист Дефектоскопист Корректор Математик Рентгенолог Сортировщик Статистик Специалист по маркетингу Топограф Товаровед Экономист
<b>Художест венный образ (4)</b>	Артист Гравер Закройщик Мозаичник	Архитектор Художник Музыкант Хореограф



	Модельщик Мебельщик-обойщик Осветитель Парикмахер Портной Разрисовщик ткани Фотограф	
<b>Природа (5)</b>	Вальщик леса Зоолаборант Озеленитель Проводник служебной собаки Рабочий зеленого строительства	Физик Химик Геолог Агроном Ветеринар

### **Человек – природа (Ч-П)**

*Предметы труда:* растительные, животные организмы, микроорганизмы.

*Объекты труда:* почва, вода, лес, атмосфера, семена, полезные ископаемые, растения, животные, микробиологические процессы.

*Области труда:* растениеводство, животноводство, лесное хозяйство, микробиология.

*Профессионально важные качества для успешной деятельности:* любовь к животным и растениям, наблюдательность, умение предвидеть изменчивые природные факторы, смелость, точность движений, терпеливость и настойчивость, оперативно наглядно-образное мышление, физическая выносливость.

### **Человек – техника (Ч-Т)**

*Предметы труда:* машины, механизмы, технические системы, агрегаты.

*Объекты труда:* техника, приборы, оборудование, аппараты, грунты, горные породы, древесина, пластмассы, ткани, строительные материалы, энергия, сельскохозяйственная продукция.

*Область труда:* добыча и обработка грунтов и горных пород; обработка материалов; сборка, монтаж, ремонт, накладка, обслуживание техники, зданий и сооружений, электро-и радиооборудования; управление подъемными и транспортными средствами; переработка сельхозпродуктов.

*Профессионально важные качества для успешной деятельности:* любовь к технике, техническое мышление, координация движений, скорость реакции, технический слух, устойчивость к монотонии, способность к техническому творчеству.

### **Человек - знаковая система (Ч-З)**

*Предметы труда:* знаки, символы, формулы, слова, цифры, тексты, коды.

*Объекты труда:* ЭВМ, пишущие машинки, индикаторы, измерительные приборы, рисунки, схемы, графики, чертежи, карты, ноты, деньги, фотографии, письменная и устная речь, документы.

*Области труда:* создание и оформление документов, анализ и перевод текстов, делопроизводство, связь, бухгалтерское дело, экономика, финансы, страхование, кредитование, полиграфия, картография, топография, геодезия, черчение, конструирование, модельное и архивное дело, статистика, работа на ЭВМ.

*Профессионально важные качества для успешной деятельности:* зрительное восприятие, зрительный анализатор, оперативная память, логическое мышление, здоровый опорно-двигательный аппарат, концентрация внимания, координация движений, эмоциональная устойчивость.

### **Человек – человек (Ч-Ч)**

*Предметы труда:* люди, группы людей, коллективы, условия воспитания.

*Объекты труда:* методы, средства, условия воспитания, обслуживание людей и руководство ими.

*Области труда:* руководство людьми, воспитание, обучение, медицинское, торговое, социально-бытовое, информационное обслуживание людей.

*Профессионально важные качества для успешной деятельности:* любовь к людям, наблюдательность, находчивость, вежливость, отзывчивость, честность, коммуникативные склонности, эмоциональная устойчивость.

### **Человек — художественный образ (Ч—Х)**

*Предметы труда:* художественный образ и закономерности его создания.

*Объекты труда:* краски, ноты, буквы, слова, художественная речь, пластика тела, материалы.

*Области труда:* декоративно-прикладное искусство, скульптура, фотография, изобразительное, музыкальное, хореографическое искусство, архитектура, литература, телевидение.

*Профессионально важные качества для успешной деятельности:* творческое, образное мышление, образная память, наблюдательность, художественный вкус, художественные специальные способности.

## **Тест оценки потребности в достижении цели. Методика Орлова**

Тестовое задание

1. Думаю, что успех в жизни, скорее, зависит от случая, чем от расчета.
2. Если я лишусь любимого занятия, жизнь для меня потеряет всякий смысл.
3. Для меня в любом деле важнее не его исполнение, а конечный результат.
4. Считаю, что люди больше страдают от неудач на работе, чем от плохих взаимоотношений с близкими.

5. По моему мнению, большинство людей живут далекими целями, а не близкими.
  6. В жизни у меня было больше успехов, чем неудач.
  7. Эмоциональные люди мне нравятся больше, чем деятельные.
  8. Даже в обычной работе я стараюсь усовершенствовать некоторые ее элементы.
  9. Поглощенный мыслями об успехе, я могу забыть о мерах предосторожности.
  10. Мои близкие считают меня ленивым.
  11. Думаю, что в моих неудачах повинны, скорее, обстоятельства, чем я сам.
  12. Терпения во мне больше, чем способностей.
  13. Мои родители слишком строго контролировали меня.
  14. Лень, а не сомнение в успехе вынуждает меня часто отказываться от своих намерений.
  15. Думаю, что я уверенный в себе человек.
  16. Ради успеха я могу рискнуть, даже если шансы невелики.
  17. Я усердный человек.
  18. Когда все идет гладко, моя энергия усиливается.
  19. Если бы я был журналистом, я писал бы, скорее, об оригинальных изобретениях людей, чем о происшествиях.
  20. Мои близкие обычно не разделяют моих планов.
  21. Уровень моих требований к жизни ниже, чем у моих товарищей.
  22. Мне кажется, что настойчивости во мне больше, чем способностей.
  23. Я мог бы достичь большего, освободившись от текущих дел.
- Спасибо!

### **Инструкция**

Вам предлагается ряд утверждений. Если Вы согласны с высказыванием, то рядом с его номером напишите «да» или поставьте знак «+», если не согласны – «нет» («-»). Среднее время тестирования – 10-15 минут.

### **Ключ к тесту оценки потребности в достижении цели по методике Орлова**

#### **Описание**

Тест оценки потребности в достижении цели по методике Орлова используют для измерения потребности в достижении цели, успеха и в целом достижений. Чем выше у человека самооценка, тем более он активен и нацелен на достижения. Потребность в достижении превращается в таком случае в личностное свойство, установку.

Шкала оценки потребности в достижении успеха доказала свою эффективность при подборе кадров, оценке мотивации труда, работе с резервами кадров, сопровождении резерва кадров на выдвижение,

диагностике качеств, необходимых руководителю, в психологии спорта и других областях.

Мотивация достижения (успеха, цели) выражается в стремлении к улучшению результатов, настойчивости в достижении своих целей и оказывает влияние на всю человеческую жизнь.

Данный тест включает в себя 23 вопроса. Среднее время тестирования – 10–15 минут.

### **Ключ к тесту**

За каждый ответ, совпадающий с ключом, ставится 1 балл, ответы суммируются.

- ответы «Да» («+») на вопросы: 2, 6, 7, 8, 14, 16, 18, 19, 21, 22, 23;
- ответы «Нет» («-») на вопросы: 1, 3, 4, 5, 9, 11, 12, 13, 15, 17, 20.

### **Интерпретация**

В зависимости от суммы набранных баллов оцените опрашиваемого:

0–6 баллов – низкая потребность в достижениях;

7–9 баллов – пониженная потребность в достижениях;

10–15 баллов – средняя потребность в достижениях;

16–18 баллов – повышенная потребность в достижениях;

19–23 баллов – высокая потребность в достижениях.

Лица с высоким уровнем потребности в достижениях отличаются следующими чертами:

- настойчивостью в достижении своих целей;
- неудовлетворенностью достигнутым;
- постоянным стремлением сделать дело лучше, чем раньше;
- склонностью сильно увлекаться работой;
- стремлением в любом случае пережить удовольствие успеха;
- неспособностью плохо работать;
- потребностью изобретать новые приемы работы в исполнении самых обычных дел;
- отсутствием духа соперничества, желанием, чтобы и другие вместе с ними пережили успех и достижение результата;
- неудовлетворенностью легким успехом и неожиданной легкостью задачи;
- готовностью принять помощь и помогать другим при решении трудных задач, чтобы совместно испытать радость успеха.

**Методика Л.А. Йовайши предназначена для определения склонностей личности к различным сферам профессиональной деятельности.**

**Инструкция.** «Вам будет предложен перечень положений или вопросов, имеющих два варианта ответа. Определите, какому из вариантов Вы отдадите предпочтение, и зафиксируйте это в бланке для ответов.

Если Вы полностью согласны с вариантом «а» и не согласны с вариантом «б», то в клетку с цифрой, соответствующей номеру вопроса или утверждения, и буквой «а» поставьте 3, а в клетку «б» - 0.

Если Вы не согласны как с вариантом «а», так и с вариантом «б», то выберите из них наиболее предпочтительный для Вас и оцените его в 2 балла, менее предпочтительный вариант оценивается в 1 балл.

Отвечайте на вопросы, не пропуская ни одного из них».

### **Опросник**

1. Представьте, что Вы на выставке. Что Вас больше привлекает в экспонатах:

- а) цвет, совершенство форм;
- б) их внутреннее устройство (как и из чего они сделаны).

2. Какие черты характера в человеке Вам больше всего нравятся:

- а) дружелюбие, чуткость, отсутствие корысти;
- б) мужество, смелость, выносливость.

3. Служба быта оказывает людям разные услуги. Считаете ли Вы необходимым:

- а) и впредь развивать эту отрасль, чтобы всесторонне обслуживать людей;
- б) создавать такую технику, которой можно было бы самим пользоваться в быту.

4. Какое награждение Вас больше бы обрадовало.

- а) за общественную деятельность;
- б) за научное изобретение.

5. Вы смотрите военный или спортивный парад. Что больше привлекает Ваше внимание:

- а) сложность ходьбы, грациозность участников парада;
- б) внешнее оформление колонн (знамена, одежда и пр.).

6. Представьте, что у Вас много свободного времени. Чем бы Вы охотнее занялись:

- а) чем-либо практическим (ручным трудом);
- б) общественной работой (на добровольных началах).

7. Какую выставку Вы бы с большим удовольствием посмотрели:

- а) новинок научной аппаратуры (в области физики, химии, биологии);
- б) новых продовольственных товаров.

8. Если бы в школе было два кружка, какой бы Вы выбрали:

- а) музыкальный;
- б) технический.

9. Если бы Вам предоставили пост директора школы, на что бы Вы обратили большее внимание:

- а) на сплоченность коллектива;
- б) на создание необходимых удобств.

10. Какие журналы Вы бы с большим удовольствием читали:

- а) литературно-художественные;
- б) научно-популярные.

11. Что важнее для человека:

- а) создавать себе благополучный, удобный быт;
- б) жить без некоторых удобств, но иметь возможность пользоваться сокровищницей искусства, создавать искусство.

12. Для благополучия общества необходимо:

- а) техника;
- б) правосудие.

13. Какую из двух книг Вы бы с большим удовольствием читали:

- а) о развитии науки в нашей стране;
- б) о достижениях спортсменов нашей страны.

14. В газете две статьи разного содержания. Какая из них вызвала бы у Вас большую заинтересованность:

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

15. Какая из двух работ на свежем воздухе Вас больше бы привлекала:

- а) работа, связанная с постоянными передвижениями (агроном, лесничий, дорожный мастер);
- б) работа с машинами.

16. Какая, на Ваш взгляд, задача школы важнее:

- а) подготовить учащихся к работе с людьми, чтобы они могли помогать другим создавать материальные блага;
- б) подготовить учащихся к практической деятельности, к умению создавать материальные блага.

17. Что, на Ваш взгляд, следует больше ценить у участников самодеятельности:

- а) то, что они несут людям искусство и красоту;
- б) то, что они выполняют общественно полезную работу.

18. Какая, на Ваш взгляд, область деятельности человека в дальнейшем будет иметь доминирующее значение:

- а) физика;
- б) физическая культура.

19. Что обществу принесет больше пользы:

- а) забота о благосостоянии граждан;
- б) изучение поведения людей.

20. Какого характера научную работы Вы бы выбрали:

- а) работу с книгами в библиотеке;
- б) работу на свежем воздухе в экспедиции.

21. Представьте, что Вы – профессор университета. Чему Вы отдали бы предпочтение в свободное от работы время:

- а) занятиям по литературе;

б) опытам по физике, химии.

22. Вам представляется возможность совершить путешествие в разные страны. В качестве кого Вы охотнее поехали бы:

- а) как известный спортсмен на международные соревнования;
- б) как известный специалист по внешней торговле с целью покупки необходимых товаров для нашей страны.

23. Какие лекции слушали бы Вы с большим удовольствием:

- а) о выдающихся художниках;
- б) о выдающихся ученых.

24. Что Вас больше привлекает при чтении книг:

- а) яркое изображение смелости и храбрости героев;
- б) прекрасный литературный стиль.

25. Вам представляется возможность выбора профессии. Какой из них Вы бы отдали предпочтение:

- а) работе малоподвижной, но связанной с созданием новой техники;
- б) физической культуре или другой работе, связанной с движением.

26. Какими выдающимися учеными Вы больше интересуетесь:

- а) Поповым и Циолковским;
- б) Менделеевым и Павловым.

27. Как Вам кажется, на что следовало бы в школе обратить большее внимание:

- а) на спорт, так как это нужно для укрепления здоровья;
- б) на успеваемость учащихся, так как это необходимо для будущего.

28. Что бы Вас больше заинтересовало в печати:

- а) сообщение о состоявшейся художественной выставке;
- б) известие о прошедшем митинге в защиту прав человека.

29. Если бы Вам представилась возможность занять определенный пост, какой бы Вы выбрали:

- а) главного инженера завода;
- б) директора универмага.

30. Как Вы считаете, что важнее:

- а) много знать;
- б) создавать материальные блага.

#### Лист для ответов

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	
21а			21б	22а	22б
23а		23б		24а	
24б	25а			25б	
	26а		26б	27а	27б
28а		28б			29а
	29б		30а		30б

### **Обработка результатов и интерпретация**

В заполненном листе ответов в каждом столбце подсчитывается количество баллов. Результаты записываются под каждым столбцом, который соответствует определенной сфере профессиональных интересов:

1-й столбец – сфера искусства

2-й столбец – сфера технических интересов

3-й столбец – сфера работы с людьми

4-й столбец – сфера умственного труда

5-й столбец – сфера физического труда

6-й столбец – сфера материальных интересов

Анализируя полученные данные, необходимо выделить столбцы, содержащие наибольшее количество баллов, и эти сферы деятельности можно считать предпочитаемыми испытуемым. Столбцы, содержащие наименьшее количество баллов, отражают сферы деятельности, отвергаемые испытуемым.

### **ОПРОСНИК ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ ГОТОВНОСТИ К ВЫБОРУ ПРОФЕССИИ** (по В.Б. Успенскому)

**Цель:** определение готовности учащихся к выбору профессии.

**Ход проведения:** учащимся предлагается прочитать нижеперечисленные утверждения и выразить своё согласие или несогласие с ними соответствующими ответами «да» или «нет».

**Инструкция:** прочитайте утверждения. Если Вы согласны с ними, дайте ответ «да», если не согласны – «нет».

1. Вы уже твёрдо выбрали будущую профессию.
2. Основной мотив Вашего выбора – материальные интересы.



3. В избранной профессии Вас привлекает, прежде всего, сам процесс труда.
4. Вы выбираете профессиональное учебное заведение потому, что туда пошли (или пойдут) учиться Ваши друзья.
5. Вы выбираете место учёбы (работы) потому, что они недалеко от дома.
6. Если Вам не удастся получить избираемую профессию, то у Вас есть запасные варианты.
7. Вы читаете периодические издания, связанные с будущей профессией.
8. Вам известны противопоказания, которые существуют для избранной профессии.
9. Неважно, кем работать, важно, как работать.
10. Вы думаете, что с выбором профессии не надо спешить, сначала следует получить аттестат.
11. Вам известно, каких качеств, важных для будущей профессиональной деятельности Вам не достаёт.
12. Вы занимаетесь развитием профессионально значимых качеств.
13. Согласны ли Вы с тем, что здоровье не влияет на выбор профессии.
14. Учителя рекомендуют избрать выбранную Вами профессию.
15. Вы знаете о неприятных сторонах будущей профессии.
16. Вам удалось осуществить пробу сил в деятельности, близкой к будущей профессии.
17. Вы консультировались о выборе профессии у врача.
18. Главное в выборе профессии – возможность поступить в профессиональное учебное заведение.
19. Вы знаете об условиях поступления в выбранное учебное заведение.
20. Вам известно о возможностях трудоустройства по избираемой профессии.
21. Вы уверены, что родственники помогут Вам устроиться на работу (учёбу).
22. Вы знаете о возможных заработках у представителей избираемой профессии.
23. Если не удастся поступить в избранное учебное заведение, то Вы будете пытаться ещё раз.
24. Для правильного выбора профессии достаточно удовлетворить Ваши профессиональные интересы «хочу».

**Обработка и интерпретация результатов:** проставьте полученные варианты ответов в два столбца:

- |             |     |   |
|-------------|-----|---|
| 1.          | 2.  | Подсчитайте в первом столбце сумму ответов «да»,    |
| во втором - |     |   |
| 3.          | 4.  | сумму ответов «нет». Сложите полученные суммы и     |
| определите  |     |   |
| 6.          | 5.  | уровень готовности школьников к выбору профессии по |
| следующей   |     |   |
| 7.          | 9.  | шкале:  |
| 8.          | 10. | 0 – 6 баллов – неготовность,                        |
| 11.         | 13. | 7 – 12 баллов – низкая готовность,                  |
| 12.         | 15. | 13 – 18 баллов – средняя готовность,                |
| 14.         | 18. | 19 – 24 балла - высокая готовность.                 |
| 16.         | 21. |   |
| 17.         | 24. |   |
| 19.         |     |   |
| 20.         |     |   |
| 22.         |     |   |
| 23.         |     |   |

### **Методика изучения статусов профессиональной идентичности** (А.А. Азбель, А.Г. Грецов)

**Инструкция:** опросник состоит из 20 пунктов, по каждому из которых возможны четыре варианта ответов: а, b, с, d. Внимательно прочитайте их и выберите тот, который лучше всего выражает вашу точку зрения. Возможно, что какие-то варианты ответов покажутся вам равноценными, тем не менее, выберите тот, который в наибольшей степени отвечает вашему мнению. Запишите номера вопросов и выбранный вариант ответа на каждый из них (а, b, с, d).

Старайтесь быть максимально правдивыми! Среди ответов нет «хороших» или «плохих», поэтому не старайтесь угадать, какой из них «правильный» или «лучший».

#### ***Текст опросника***

#### **1. Меня не беспокоит мое профессиональное будущее.**

а) Согласен: еще не пришло время решать, где мне дальше учиться или работать.

б) Согласен, я уверен, что мои родители помогут мне в моем профессиональном будущем.

с) Согласен, так как я уже давно все решил по поводу своего профессионального будущего, и нет смысла беспокоиться.

д) Не согласен, ведь если о будущем не беспокоиться сейчас, то потом будет слишком поздно.

#### **2. Мне трудно принять решение, куда пойти получать дальнейшее образование.**

а) Согласен, так как меня интересует сразу несколько специальностей, которые хотелось бы получить.

б) Согласен, поэтому я лучше прислушаюсь к мнению авторитетного человека (родителя, хорошего знакомого, друга).

с) Не согласен, я уже принял решение о том, где я буду учиться или работать в дальнейшем.

д) Не согласен, поскольку еще пока не задумывался над этой проблемой.

**3. Я регулярно изучаю спрос на представителей той специальности, которую я планирую получить.**

а) Согласен, ведь от спроса на рынке труда зависит, какую специальность я выберу.

б) Не согласен, поскольку родители знают лучше, какую специальность мне предложить.

с) Не согласен, так как время анализировать спрос на профессии еще не пришло.

д) Не согласен, я уже решил, что все равно получу ту специальность, которую я хочу.

**4. Я до сих пор не обсуждал с родителями свои будущие профессиональные планы.**

а) Согласен, так как моими родителями уже давно решено, кем я буду, и со мной не советовались по данному вопросу.

б) Не согласен, мои родители как раз постоянно со мной обсуждают мои профессиональные предпочтения.

с) Согласен, у нас в семье не принято обсуждать мои профессиональные планы.

д) Не согласен, мы с родителями давно все обсудили, и я принял решение по поводу своей будущей профессии.

**5. Мои родители выбрали мне дальнейшую специальность.**

а) Согласен, и надо признать, что они вообще лучше меня разбираются в этом вопросе.

б) Не согласен, но мы регулярно обсуждаем вопрос моей будущей специальности.

с) Не согласен, поскольку родители не вмешиваются в мои проблемы с выбором профессии

д) Не согласен, так как выбор специальности был скорее моим самостоятельным решением, чем их.

**6. Мне вполне ясны мои будущие профессиональные планы.**

а) Согласен, так как выстроить их мне помогли родители (знакомые), которые являются специалистами в этой профессиональной области.

б) Согласен, поскольку я построил их самостоятельно, основываясь на собственном жизненном опыте.

с) Не согласен, так как у меня пока отсутствуют профессиональные планы.

д) Не согласен, но как раз сейчас я пытаюсь выстроить эти профессиональные планы.

**7. На мои профессиональные цели сильно влияет мнение моих родителей.**

a) Не согласен, у моих родителей никогда не возникало желания ставить мне профессиональные цели.

b) Согласен, поскольку мои родители с детства говорили мне, кем я должен стать.

c) Согласен, цели еще сформулированы слабо, но окончательное решение будет все-таки принято мной, а не родителями.

d) Согласен, так как родители, конечно, приняли участие в обсуждении этого вопроса, но все-таки решение уже принято мной самостоятельно.

**8. Думаю, мне еще слишком рано задумываться над вопросами построения своей карьеры.**

a) Согласен, так как моя карьера все равно будет зависеть от решения моей семьи.

b) Согласен, мне и раньше в жизни не приходилось сталкиваться с вопросами построения карьеры.

c) Не согласен, уже настал тот момент, когда нужно выбирать путь своей дальнейшей карьеры.

d) Не согласен, я уже давно и точно решил, каким образом я буду выстраивать свою карьеру.

**9. Уже точно решено, какую специальность я хочу получить после окончания школы.**

a) Не согласен, так как я еще не думал над своей конкретной специальностью.

b) Согласен, и я могу точно назвать учебное заведение и специальность, которую я получу.

c) Согласен, так как мои родители уже сообщили мне, на кого и где я буду дальше учиться,

d) Не согласен, мне трудно понять, какая специальность подходит именно мне.

**10. Друзья советуют мне, какое образование лучше получить.**

a) Согласен, мы с ними часто обсуждаем этот вопрос, но я пытаюсь строить свои профессиональные планы самостоятельно.

b) Согласен, и я собираюсь вместе с другом получить одинаковое образование, прислушавшись к его мнению.

c) Не согласен, так как обдумывать свою будущую карьеру нам с друзьями некогда, у нас есть много более интересных дел.

d) Не согласен, я уже принял решение относительно своего будущего без помощи друзей.

**11. Для меня не принципиально, где именно учиться в дальнейшем.**

a) Согласен, так как для меня главное — получить специальность, о которой давно мечтаешь, а не конкретное место учебы.

b) Согласен, поскольку уверен, что родители все равно «устроят» меня на хорошую работу после учебы.

c) Согласен, поскольку профессиональная учеба — не главное в жизни.

d) Не согласен, так как от выбора учебного заведения зависит качество моего образования.

**12. Я боюсь без совета моих родителей принимать ответственные решения по поводу моей дальнейшей профессиональной деятельности.**

a) Согласен, я делаю попытки сориентироваться в профессиональной жизни, но пока затрудняюсь выбрать что-то одно.

b) Не согласен, так как мои родители все равно не хотят и не могут мне ничего посоветовать.

c) Согласен, поскольку мои родители с детства помогают мне, контролируя многие события в моей жизни, в том числе и в плане выбора профессии.

d) Не согласен, свои решения по этому вопросу я уже принял абсолютно самостоятельно.

**13. Я не часто думаю о своем профессиональном будущем.**

a) Не согласен, над этой проблемой я думаю довольно часто.

b) Согласен, так как я знаю, мои родители сделают так, чтобы у меня в жизни все устроилось отлично.

c) Согласен, думаю мне еще рано над этим размышлять.

d) Согласен, так как я все уже решил для себя и сейчас концентрирую свое внимание на других проблемах.

**14. У меня на примете несколько учебных заведений, куда я мог бы пойти учиться.**

a) Не согласен, так как мои родители уже определили меня в конкретное учебное заведение, где я дальше и буду учиться.

b) Не согласен, я сам хочу учиться только в одном, вполне определенном учебном заведении.

c) Согласен, я как раз выбираю одно из профессиональных учебных заведений.

d) Не согласен, иногда мне кажется, что я сам не знаю, чего я хочу от будущего.

**15. Никакие жизненные проблемы не смогут мне помешать достигнуть поставленных профессиональных целей.**

a) Согласен, поскольку знаю, что мои родители сделают все, чтобы эти цели осуществились.

b) Не согласен, у меня пока еще нет профессиональных целей.

c) Согласен, так как я хорошо осознаю свои профессиональные цели и стремлюсь к ним.

d) Не согласен, я еще не до конца понимаю, в чем состоят эти цели.

**16. У нас дома часто разгораются бурные дискуссии по поводу моей будущей карьеры.**

a) Не согласен, поскольку мои родители по этому вопросу все уже решили и с ними уже бесполезно спорить.

b) Не согласен, так как мои родители не особо интересуются вопросом моей карьеры.

c) Не согласен, ведь по поводу карьеры я все уже решил сам и спорить со мной все равно бесполезно.

d) Согласен, я советуюсь с родителями, хотя иногда наши взгляды относительно моего будущего могут расходиться.

**17. Меня мало интересует информация о том, как выстраивать карьеру в различных профессиональных областях.**

a) Согласен, так как мои родители уже выбрали мне будущую сферу деятельности и нет надобности собирать какую-либо дополнительную информацию.

b) Согласен, потому что я уже принял решение о том, кем я буду и где буду учиться.

c) Не согласен, я как раз сейчас активно анализирую возможности карьерного роста в различных областях деятельности.

d) Согласен, меня вообще мало интересует информация о том, где и как можно выстраивать карьеру.

**18. Я держу на примете несколько профессиональных целей.**

a) Согласен, но они были определены заранее моими родителями.

b) Не согласен, у меня всего одна профессиональная цель.

c) Не согласен, я о них пока еще не задумывался.

d) Согласен, таких целей пока несколько, и я не решил, какая из них для меня основная.

**19. Я очень хорошо представляю свой дальнейший карьерный рост.**

a) Не согласен, пока мое профессиональное будущее — это множество альтернативных вариантов выбора.

b) Не согласен, но я уверен, что мои родители устроят меня на хорошую работу, где карьера мне будет обеспечена.

c) Не согласен, так как мне не хочется вникать, какая карьера подходит именно мне, у меня есть и более важные проблемы.

d) Согласен, и я уже могу назвать основные шаги моей профессиональной жизни.

**20. Родители предоставили мне возможность сделать свой профессиональный выбор самостоятельно.**

a) Не согласен, потому что мои родители вообще не участвуют в моем профессиональном выборе.

b) Согласен, но мы все равно еще обсуждаем мой профессиональный выбор.

c) Не согласен, так как родители считают, что при самостоятельном выборе я могу ошибиться.

d) Согласен, и я уже сделал свой профессиональный выбор.

### **Обработка результатов**

Каждый вариант ответа оценивается в 1 или 2 балла по одной из шкал в соответствии с приведенным ниже «ключом», баллы суммируются. Чем выше сумма баллов, набранная вами по каждому из статусов, тем в большей степени суждения о нем применимы к вам.

### **Ключ опросника**

№ вопроса	Профессиональная идентичность			
	<i>Неопределенная</i>	<i>Навязанная</i>	<i>Мораторий</i>	<i>Сформированная</i>
1	a – 2	b – 1	d – 1	c – 1
2	d – 1	b – 1	a – 2	c – 1
3	c – 1	b – 1	a – 2	d – 1
4	c – 1	a – 2	b – 1	d – 1
5	c – 1	a – 2	b – 1	d – 1
6	c – 1	a – 1	d – 1	b – 2
7	a – 1	b – 2	c – 1	d – 1
8	b – 2	a – 1	c – 1	d – 1
9	a – 1	c – 1	d – 1	b – 2
10	c – 1	b – 2	a – 1	d – 1
11	c – 2	b – 1	d – 1	a – 1
12	b – 1	c – 2	a – 1	d – 1
13	c – 2	b – 1	a – 1	d – 1
14	d – 1	a – 1	c – 2	b – 1
15	b – 1	a – 1	d – 1	c – 2
16	b – 1	a – 1	d – 2	c – 1
17	d – 2	a – 1	c – 1	b – 1
18	c – 1	a – 1	d – 2	b – 1
19	c – 1	b – 1	a – 1	d – 2
20	a – 1	c – 1	b – 1	d – 2
Сумма				

**Интерпретация** полученных данных приведена ниже.

### **Неопределенное состояние профессиональной идентичности**

Состояние характерно для оптантов, которые не имеют прочных профессиональных целей и планов и при этом не пытаются их сформировать, выстроить варианты своего профессионального развития. Чаще всего этим

статусом обладают подростки, родители которых не хотят или не имеют времени проявлять активный интерес к профессиональному будущему своих детей. Такой статус бывает и у подростков, привыкших жить текущими желаниями, недостаточно осознающих важность выбора будущей профессии.

0-4	Слабо выраженный статус
5-9	Выраженность ниже среднего уровня
10-14	Средняя степень выраженности
15-19	Выраженность выше среднего уровня
20 баллов и выше	Сильно выраженный статус

### ***Сформированная профессиональная идентичность***

Эти оптанты характеризуются тем, что они готовы совершить осознанный выбор дальнейшего профессионального развития или уже его совершили. У них присутствует уверенность в правильности принятого решения об их профессиональном будущем. Этим статусом обладают юноши и девушки, которые прошли через «кризис выбора» и самостоятельно сформировали систему знаний о себе и о своих профессиональных ценностях, целях и жизненных убеждениях. Они могут осознанно выстраивать свою жизнь, потому что определились, чего хотят достигнуть.

0-3	Слабо выраженный статус
4-7	Выраженность ниже среднего уровня
8-11	Средняя степень выраженности
12-15	Выраженность выше среднего уровня
16 баллов и выше	Сильно выраженный статус

### ***Мораторий (кризис выбора)***

Такое состояние характерно для человека, исследующего альтернативные варианты профессионального развития и активно пытающегося выйти из этого состояния, приняв осмысленное решение в отношении своего будущего. Эти юноши и девушки размышляют о возможных вариантах профессионального развития, примеряют на себя различные профессиональные роли, стремятся как можно больше узнать о разных специальностях и путях их получения. На этой стадии нередко складываются неустойчивые отношения с родителями и друзьями: полное взаимопонимание может быстро сменяться непониманием, и наоборот. Как правило, большая часть людей после «кризиса выбора» переходят к состоянию сформированной идентичности, реже к навязанной идентичности

0-2	Слабо выраженный статус
3-5	Выраженность ниже среднего уровня
6-8	Средняя степень выраженности



9-11	Выраженность выше среднего уровня
12 баллов и выше	Сильно выраженный статус

### ***Навязанная профессиональная идентичность***

Это состояние характерно для человека, который выбрал свой профессиональный путь, но сделал это не путем самостоятельных размышлений, а прислушавшись к мнению авторитетов: родителей или друзей. На какое-то время это, как правило, обеспечивает комфортное состояние, позволяя избежать переживаний по поводу собственного будущего. Но нет никакой гарантии, что выбранная таким путем профессия будет отвечать интересам и способностям самого человека. Вполне возможно, что в дальнейшей жизни это приведет к разочарованию в сделанном выборе.

0-4	Слабо выраженный статус
5-9	Выраженность ниже среднего уровня
10-14	Средняя степень выраженности
15-19	Выраженность выше среднего уровня
20 баллов и выше	Сильно выраженный статус

### **«Карта интересов**

**(А. Е. Голомштока в модификации Г. В. Резапкиной)»**

Данные вопросы способствуют определению отношения к различным направлениям деятельности: физика и математика, педагогика и медицина, предпринимательство и домоводство и другим.

<http://proforientir42.ru/testirovanie/issledovanie-professionalnyh-interesov/>

### **«Определение типа будущей профессии**

**(автор Е.А. Климов)»**

Данная диагностика направлена на то, чтобы помочь определить сферу деятельности своей будущей профессии из пяти типов профессий по признаку предмета или объекта (человек–природа, человек–техника, человек–человек, человек–знаковая система, человек–художественный образ), а также тип профессии, который соответствует Вашим интересам и способностям. Существующие профессии делятся на 5 типов по признаку предмета или объекта, с которым взаимодействует человек в процессе труда это:

- Человек– природа. Объектом труда являются живые организмы, растения, животные и биологические процессы.
- Человек– техника. Это группа профессий, в основе которых лежат отношения. Объектом труда служат технические системы, машины, аппараты и установки, материалы и энергия.

- Человек– человек. Объект труда в данной группе профессий — люди, группы, коллективы.
- Человек– знаковая система. Объектами являются условные знаки, шифры, коды, таблицы.
- Человек — художественный образ. Объектом труда здесь служат художественные образы, их роли, элементы и особенности.

Ответив на все вопросы, Вы сможете узнать, какой тип профессий Вам лучше выбрать для достижения успеха в будущей карьере. Вам может подходить сразу несколько типов профессий.

<http://proforientir42.ru/testirovanie/opredelenie-tipa-budushhej-professii/>

**«Определение склонностей личности к различным сферам профессиональной деятельности»  
(методика Л.А. Йоваши)**

Сферы профессиональных интересов включают сферу искусства, технических интересов, сферу работы с людьми, умственного труда, физического труда и сферу материальных интересов. Для того чтобы быть наиболее успешным профессионалом, необходимо определить склонности к тем или иным сферам профессиональной деятельности. Пройди данный тест и определи, в какой сфере ты «напишешь» свою историю успеха!

<http://proforientir42.ru/testirovanie/sfera-professionalnyh-predpochtenij/>

**«Информированность о мире профессий»  
(автор Е.А. Климов)**

Данный тест помогает определить профессиональную склонность, понять, насколько вы владеете информацией о мире профессий в целом, основных массовых профессиях, различиях между профессиями, основных требованиях профессии к человеку.

<http://proforientir42.ru/testirovanie/informirovannost-o-mire-professij/>

**Критерии, показатели результативности и средства измерения профессионального самоопределения обучающихся общеобразовательных организаций (5-7 классы)**

Критерий	Показатель	Средство измерения
Когнитивный	<p>1. Представление о многообразии профессий и о роли современного производства в жизни человека и общества</p> <p>2. Представление о собственных личностных качествах, индивидуальных особенностях</p>	<p>1. Опросник на знание профессий</p> <p>2. Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан.</p> <p>3. Шкала самоуважения М. Розенберга</p>
Мотивационно-ценностный	<p>1. Исследование познавательных мотивов, социальных мотивов, побуждающих к учебной деятельности.</p>	<p>1. Опросник профессиональных склонностей Л.Йовайши (модификация Г.В. Розочкиной)</p> <p>2. Анкета для оценки уровня школьной мотивации Н.Лускановой.</p>
Деятельностно-практический	<p>1. Готовность обучающихся к осуществлению выбора профессии</p>	<p>1 Методика неоконченных предложений</p>

# **КОГНИТИВНЫЙ КРИТЕРИЙ**

## **Опросник на знание профессий**

**1. Специалист по управлению и обслуживанию, обеспечивающий передвижение по железнодорожным путям поездов или отдельных вагонов:**

- а) машинист локомотива
- б) машинист башенного крана
- в) машинист комбайна

**2. Специалист по механической ручной обработке металлов и изделий из них, включая операции по их сборке и разборке, ремонту на производстве или в быту:**

- а) сантехник
- б) слесарь
- в) сварщик

**3. Специалист с хорошим знанием современных технологий. Создает базы медицинских данных и управляет ими, создает программное обеспечение для лечебного оборудования:**

- а) ИТ-медик
- б) программист
- в) врач-кибернетик

**4. Специалист, занимающийся изучением душевной жизни и законов коррекции поведения человека, использующий эти знания для оказания помощи людям и для оптимизации их деятельности:**

- а) психиатр
- б) психолог
- в) психотерапевт

**5. Это специалист в области компьютерных технологий, который отвечает за то, как выглядит и воспринимается Интернет-сайт.**

**Придумывает логотипы, баннеры и другие элементы графики, продумывает навигацию по сайту:**

а) Web-дизайнер

б) проектировщик

в) дизайнер по интерьеру

**6. Специалист, который занимается устранением и корректировкой речевых нарушений у детей. С его помощью можно правильно «поставить» звуки, устранить заикания и другие дефекты разговорного жанра:**

а) логопед

б) педагог

в) ортопед

**7. Специалист, в обязанности которого входит работа над архитектурскими чертежами и планами различных конструкций, осуществляет разработку проектной документации:**

а) дизайнер

б) проектировщик

в) инженер

**8. Врач, занимающийся лечением и профилактикой заболеваний уха, горла и носа:**

а) отоларинголог

б) стоматолог

в) терапевт

**9. Одна из распространенных строительных профессий. Это профессия широкого профиля. Специалист выполняет работы, связанные с обработкой древесины и изготовлением из нее разнообразных деталей, изделий и строительных конструкций:**

а) плотник

б) металлург

в) метролог

**10. Работник хлебопекарного производства (хлебокомбината, частной пекарни или предприятия общественного питания), специализирующийся на изготовлении хлеба и различных хлебобулочных изделий: батонов, калачей, ватрушек, булок и т.д:**

а) повар

б) пекарь

в) кондитер

### **Обработка и интерпретация результатов**

Ответы обучающихся сравниваются с ключом, за каждый правильный ответ респондент получает 1 балл.

#### **Ключ**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
а	а	а	в	б	а	в	в	а	в

После этого определяется уровень знаний о профессиях:

**Высокий уровень** – 8 баллов и больше.

**Средний уровень** – 6-8 баллов.

**Низкий уровень** – 6 баллов и ниже.

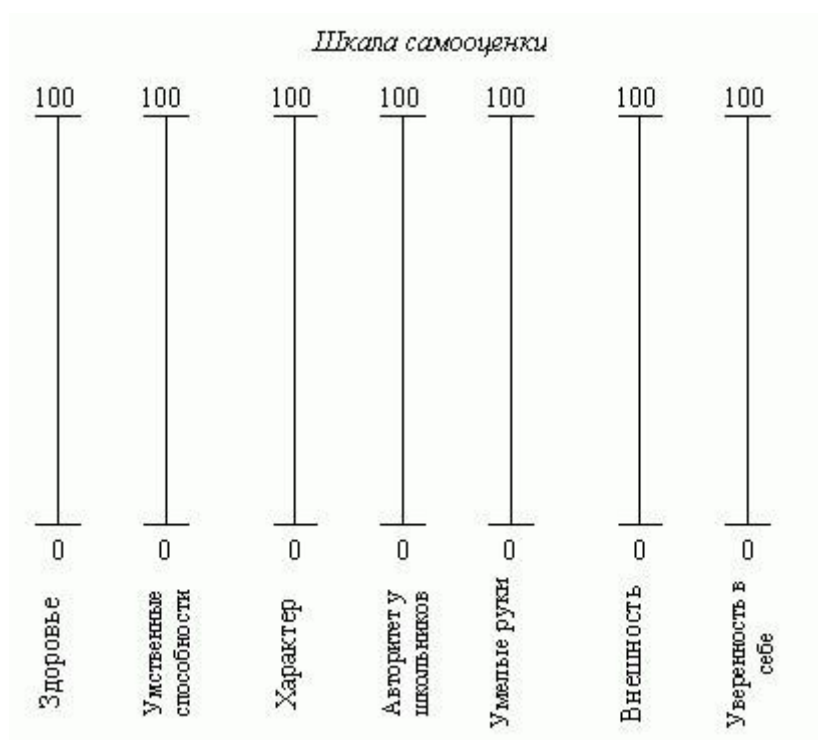
### **Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан**

Методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан основана на непосредственном оценивании (шкалировании) школьниками ряда личных качеств, таких как здоровье, способности, характер и т.д. Обучающимся предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т.е. уровень развития этих же качеств, который бы удовлетворял их. Каждому испытуемому предлагается бланк методики, содержащий инструкции и задание.

## Инструкция

Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и др. Уровень развития каждого качества, стороны человеческой личности можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя - наивысшее. На следующей странице изображены семь таких линий. Они обозначают:

- 1) здоровье;
- 2) ум, способности;
- 3) характер;
- 4) авторитет у сверстников;
- 5) умение многое делать своими руками, умелые руки;
- 6) внешность;
- 7) уверенность в себе.



Под каждой линией написано, что она означает. На каждой линии чертой (-) отметьте, как вы оцениваете развитие у себя этого качества, стороны вашей личности в данный момент времени. После этого крестиком (x) отметьте, при каком уровне развития этих качеств вы были бы удовлетворены собой или почувствовали гордость за себя.

### **Задание**

Изображено семь линий, длина каждой - 100 мм, с указанием верхней, нижней точек и серединой шкалы. При этом верхняя и нижняя точки отличаются заметными чертами, середина - едва заметной точкой. Методика может проводиться как фронтально - с целым классом (или группой), так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый ученик заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10-12 мин.

### **Обработка результатов**

Обработка проводится по шести шкалам (первая, тренировочная - "здоровье" - не учитывается). Каждый ответ выражается в баллах. Как уже отмечалось ранее, размеры каждой шкалы 100 мм, в соответствии с этим ответы школьников получают количественную характеристику (напр., 54 мм = 54 баллам).

1. По каждой из шести шкал определить:

- а) уровень притязаний - расстояние в мм от нижней точки шкалы ("0") до знака "x";
- б) высоту самооценки - от "0" до знака "x";
- в) значение расхождения между уровнем притязаний и самооценкой - расстояние от знака "x" до знака "-", если уровень притязаний ниже самооценки, он выражается отрицательным числом.

2. Рассчитать среднюю величину каждого показателя по всем шести шкалам.



## **Оценка и интерпретация отдельных параметров**

Параметры	Количественная характеристика (балл)			
	норма			очень высокий
	низкий	средний	высокий	
Уровень притязаний	Меньше 60	60-74	75-89	90-100
Уровень самооценки	Меньше 45	45-59	60-74	75-100

### **Уровень притязаний**

Норму, реалистический уровень притязаний характеризует результат от 60 до 89 баллов. Наиболее оптимальный - сравнительно высокий уровень - от 75 до 89 баллов, подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Результат от 90 до 100 баллов - обычно удостоверяет нереалистическое, некритическое отношение детей к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний, он - индикатор неблагоприятного развития личности.

### **Высота самооценки**

Количество баллов от 45 до 74 ("средняя" и "высокая" самооценка) удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку. Количество баллов от 75 до 100 и выше свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может показывать на существенные искажения в формировании личности - "закрытости для опыта", нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти ученики составляют "группу риска", их, как правило, мало. За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и "защитная", когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и т.п. позволяет не прилагать никаких усилий.

## **Методика «шкала самоуважения Розенберга»**

**Методика направлена на диагностику** уровня самоуважения испытуемого, используется как вспомогательная при исследовании самооценки. Она выявляет два фактора: самоунижение и самоуважение, которые связаны с депрессивным состоянием, тревожностью и психосоматическими симптомами, активностью в общении, лидерством, чувством межличностной безопасности, отношением к испытуемому его родителей, с самооценкой. Данная методика обладает хорошей надежностью и конструктивной валидностью.

Испытуемым предлагается бланк, который содержит инструкцию и задание.

Инструкция:

Перед тобой десять утверждений. Нужно определить, насколько ты согласен или не согласен с каждым из них.

Для этого используй варианты ответов:

a = полностью согласен;

b = согласен;

c = не согласен;

d = абсолютно не согласен.

Для каждого утверждения, обведи подходящий ответ.

Задание содержит 10 утверждений:

1. Я чувствую, что я достойный человек, по крайней мере, не менее чем другие.
2. Я всегда склонен чувствовать себя неудачником.
3. Мне кажется, у меня есть ряд хороших качеств.
4. Я способен кое-что делать не хуже, чем большинство.
5. Мне кажется, что мне особенно нечем гордиться.
6. Я к себе хорошо отношусь.
7. В целом я удовлетворен собой.
8. Мне бы хотелось больше уважать себя.
9. Иногда я ясно чувствую свою бесполезность.
10. Иногда я думаю, что я во всем нехорош.

**Ключ и обработка результатов теста.**

За каждый ответ начисляются баллы в соответствии с ключом.

Прямые вопросы: 1,3,4,6

обратные вопросы – 2,5,7,8,9,10 - баллы в них начисляются наоборот: 4=1, 3=2, 2=3, 1=4.

Уровень самоуважения равен сумме баллов.

### **Интерпретация.**

**10 – 18 баллов – очень низкий уровень самоуважения**, его очень мало, вы склонны во всем плохом винить себя, видите только свои недостатки и акцентируете внимание только на своих слабых сторонах, вы попали в замкнутый круг самоуничижения, которое не позволяет вам ставить цели и достигать успеха. В каждом событии вы ищите подтверждение своей ничтожности.

**18 – 22 баллов – низкий уровень самоуважения**, вы балансируете между самоуважением и самоуничижением, успехи поднимают вас до небывалых вершин и самоуважение зашкаливает, неудачи подпитывают низкую самооценку и сбрасывают вас в пропасть, ваше мнение о себе колеблется то в одну, то в другую сторону.

**23 – 34 балла – средний уровень самоуважение**, вы можете адекватно оценивать свои достоинства и недостатки, можете согласиться с тем, что бываете неправы, сохраняете уважение к себе при неудачах, но склонны иногда заниматься затянутым «самобичеванием», что не предусмотрели, не заметили, «соломку не подстелили», что не позволяет смириться с тем, что изменить невозможно и быстро среагировать, и откорректировать там, где есть возможность.

**35 - 40 баллов – высокий уровень самоуважения**. Вы уважаете себя как человека, личность, профессионала и делаете все для того, чтобы продолжать уважать себя и дальше: развиваетесь, совершенствуетесь в профессии, духовном и интеллектуальном плане, в сфере отношений, умеете извлекать уроки из ошибок и трудных ситуаций. Это норма, к которой стоит стремиться.

## МОТИВАЦИОННЫЙ КРИТЕРИЙ

### Опросник профессиональных склонностей Л.Йовайши (модификация Г.В. Розочкиной)

Методика направлена на выявление склонностей учащихся к различным сферам профессиональной деятельности: работа с людьми, практической, интеллектуальной, эстетической, планово-экономической или экстремальной.

#### Инструкция

Закончите высказывание, выбрав один из вариантов «а», «б» или «в» и обведите соответствующую букву в бланке напротив номера вопроса.

#### Бланк ответов

№ ответа	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		Б		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						

## Вопросы:

1. Мне хотелось бы в своей профессиональной деятельности:
  - А) общаться с самыми разными людьми;
  - Б) что-нибудь делать своими руками – мебель, одежду, машины и т.д.;
  - В) снимать фильмы, рисовать, писать книги, выступать на сцене и т.д.
  
2. В книге или кинофильме меня больше всего привлекает:
  - А) художественная форма, мастерство писателя или режиссера;
  - Б) сюжет, действие героев;
  - В) информация, которая может пригодиться в жизни.
  
3. Меня 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) достижение науки;
  - Б) развитие производства;
  - В) взаимопонимание среди людей.
  
6. На месте директора школы я прежде всего займусь:
  - А) благоустройством школы (столовая, спортзал, компьютеры);
  - Б) созданием дружного, сплоченного коллектива;
  - В) разработкой новых технологий обучения.
  
7. На технической выставке меня больше всего привлечет:
  - А) внешний вид экспонатов (цвет, форма);
  - Б) внутреннее устройство экспонатов (механизм);
  - В) практическое применение экспонатов.
  
8. В людях я ценю прежде всего:
  - А) мужество, смелость, выносливость;
  - Б) дружелюбие, чуткость, отзывчивость;
  - В) ответственность, аккуратность.
  
9. В свободное от работы время я буду:
  - А) писать стихи или музыку или рисовать;
  - Б) ставить различные опыты;

В) тренироваться.

10. В заграничных поездках меня больше всего привлечет:

А) экстремальный туризм (альпинизм, виндсерфинг, горные лыжи);

Б) деловое общение;

В) возможность знакомства 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 было всего три кружка, я бы выбрал:

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 интересом смотрю:

А) научно-популярные фильмы;

Б) программы о культуре и спорте;

В) спортивные программы.

15. Мне было бы интереснее 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 удобные 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. Мне больше всего нравятся 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 ученых и музыкантов;

В) об интересных изобретениях.

22. Свободное время я охотнее провожу:

А) делая что-то по хозяйству;

Б) с книгой;

В) на выставках, концертах и пр.

23. Большой интерес у меня вызовет сообщение:

А) о художественной выставке;

Б) о ситуации на фондовой бирже;

В) о научном открытии.

24. Я предпочитаю работать:

А) в помещении, где много людей;

Б) в необычных условиях;

В) в обычном кабинете.

### **Обработка и анализ результатов:**

После заполнения бланка ребята должны подсчитать число обведенных букв в каждой из шести колонок бланка и записать эти шесть чисел в пустых клетках нижней строчки.

**10-12 баллов** – ярко выраженная профессиональная склонность;

**7-9 баллов** – средне выраженная профессиональная склонность;

**4-6 баллов** – слабо выраженная профессиональная склонность;

**0-3 баллов** – профессиональная склонность не выражена.

В каждой из шести колонок представлена сумма баллов. Она отражает склонность к определенному виду деятельности:

**1 - Склонность к работе с людьми.**

Профессии, связанные с обслуживанием (бытовым, медицинским, информационным), управлением, воспитанием и обучением. Люди, успешные в профессиях этой группы, должны уметь и любить общаться, находить общий язык с разными людьми, понимать их настроение, намерения и особенности.

**2 - Склонность к исследовательской деятельности.**

Профессии, связанные с научной работой. Кроме хорошей теоретической подготовки в определенных областях науки, людям, занимающимся исследовательской деятельностью, необходимы такие качества, как рациональность, независимость и оригинальность суждений, аналитический склад ума. Как правило, им больше нравится размышлять о проблеме, чем заниматься ее реализацией.

**3 - Склонность к работе на производстве.**

Круг этих профессий очень широк: производство и обработка металла; сборка, монтаж приборов и механизмов; ремонт, наладка, обслуживание электронного и механического оборудования; монтаж, ремонт зданий, конструкций; обработка и использование различных материалов; управление транспортом. Профессии этой группы предъявляют повышенные требования к здоровью человека, координации движений, вниманию.

**4 - Склонность к эстетическим видам деятельности.**

Профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью. Людей творческих профессий, кроме наличия специальных способностей (музыкальных, литературных, актерских), отличает оригинальность мышления и независимость характера, стремление к совершенству.

**5 - Склонность к экстремальным видам деятельности.**

Профессии, связанные с занятиями спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельностью, службой в армии. Все они предъявляют особые требования к физической подготовке, здоровью и морально-волевым качествам.

**6 - Склонность к планово-экономическим видам деятельности.**



Профессии, связанные с расчетами и планированием (бухгалтер, экономист); делопроизводством, анализом и преобразованием текстов (редактор, переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (чертежник, топограф). Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности.

Различие между интересами и склонностями: интересы выражаются формулой «хочу знать», а склонности «хочу делать». Можно интересоваться чем-либо, но не иметь желания этим заниматься (футбол, кино и т.п.).

Профессию необходимо выбирать в соответствии со своими интересами и склонностями.

### **Анкета для оценки уровня школьной мотивации (Н. Лускановой)**

Тест состоит из 10 вопросов, которые могут зачитываться ученику, а могут и предлагаться в письменном виде.

#### **Текст**

1. Тебе нравится в школе?

а) не очень

б) нравится

в) не нравится

2. Утром, когда ты просыпаешься, ты всегда с радостью идешь в школу или тебе часто хочется остаться дома?

а) чаще хочется остаться дома

б) бывает по-разному

в) иду с радостью

3. Если бы учитель сказал, что завтра в школу не обязательно приходить всем ученикам, что желающие могут остаться дома, ты пошел бы в школу или остался дома?

а) не знаю

б) остался бы дома в)

пошел бы в школу

4. Тебе нравится, когда у вас отменяют какие-нибудь уроки?

а) не нравится

б) бывает по-разному

в) нравится

5. Ты хотел бы, чтобы тебе не задавали домашних заданий?

а) хотел бы

б) не хотел бы

в) не знаю

6. Ты хотел бы, чтобы в школе остались одни перемены?

а) не знаю

б) не хотел бы

в) хотел бы

7. Ты часто рассказываешь о школе родителям?

а) часто

б) редко

в) не рассказываю

8. Ты хотел бы, чтобы у тебя был менее строгий учитель?

а) точно не знаю

б) хотел бы

в) не хотел бы

9. У тебя в классе много друзей?

а) мало

б) много

в) нет друзей

10. Тебе нравятся твои одноклассники?

- а) нравятся
- б) не очень
- в) не нравятся

### Ключ

Количество баллов, которые можно получить за каждый из трех ответов на вопросы анкеты.

№ вопроса	Вариант а	Вариант б	Вариант в
1	1	3	0
2	0	1	3
3	1	0	3
4	3	1	0
5	0	3	1
6	1	3	0
7	3	1	0
8	1	0	3
9	1	3	0
10	3	1	0

**Первый уровень. 25-30 баллов – высокий уровень школьной мотивации, учебной активности.** У таких детей есть познавательный мотив, стремление наиболее успешно выполнять все предъявляемые школой требования.

Ученики четко следуют всем указаниям учителя, добросовестны и ответственны, сильно переживают, если получают неудовлетворительные оценки. В рисунках на школьную тему они изображают учителя у доски, процесс урока, учебный материал и т.п.

**Второй уровень. 20-24 балла – хорошая школьная мотивация.** Подобные показатели имеют большинство учащихся начальных классов, успешно справляющихся с учебной деятельностью. В рисунках на школьную тему они также изображают учебные ситуации, а при ответах на вопросы проявляют меньшую зависимость от жестких требований и норм. Подобный уровень мотивации является средней нормой.

**Третий уровень. 15-19 баллов – положительное отношение к школе,** но школа привлекает таких детей внеучебной деятельностью. Такие дети достаточно благополучно чувствуют себя в школе, однако чаще ходят в школу, чтобы общаться с друзьями, с учителем. Им нравится ощущать себя учениками, иметь красивый портфель, ручки, тетради. Познавательные мотивы у таких детей сформированы в меньшей степени, и учебный процесс

их мало привлекает. В рисунках на школьную тему такие ученики изображают, как правило, школьные, но не учебные ситуации.

**Четвертый уровень. 10-14 баллов – низкая школьная мотивация.** Эти дети посещают школу неохотно, предпочитают пропускать занятия. На уроках часто занимаются посторонними делами, играми. Испытывают серьезные затруднения в учебной деятельности. Находятся в состоянии неустойчивой адаптации к школе. В рисунках на школьную тему такие дети изображают игровые сюжеты, хотя косвенно они связаны со школой.

**Пятый уровень. Ниже 10 баллов – негативное отношение к школе, школьная дезадаптация.** Такие дети испытывают серьезные трудности в обучении: они не справляются с учебной деятельностью, испытывают проблемы в общении с одноклассниками, во взаимоотношениях с учителем. Школа нередко воспринимается ими как враждебная среда, пребывание в которой для них невыносимо. Маленькие дети (5-6 лет) часто плачут, просят домой. В других случаях ученики могут проявлять агрессию, отказываться выполнять задания, следовать тем или иным нормам и правилам. Часто у подобных школьников отмечаются нервно-психические нарушения. Рисунки таких детей, как правило, не соответствуют предложенной школьной теме, а отражают индивидуальные пристрастия ребенка.

## **ДЕЯТЕЛЬНОСНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ КРИТЕРИЙ**

### **Методика неоконченных предложений**

Дополни предложения своими взглядами и отношениями к труду и профессии.

Я считаю, что люди должны трудиться, потому что \_\_\_\_\_.

Труд должен приносить людям \_\_\_\_\_.

Я считаю, что самые интересные профессии это- \_\_\_\_\_.

Они интересны потому, что \_\_\_\_\_.

Самая нужная профессия это- \_\_\_\_\_.

Она нужна потому, что \_\_\_\_\_.

Самая престижная профессия это- \_\_\_\_\_ потому, что \_\_\_\_\_.

Я бы хотел(ла) стать \_\_\_\_\_ потому, что \_\_\_\_\_.

### **Интерпретация результатов.**

**Высокий уровень.** Учащийся понимает, что труд должен приносить пользу людям, чувство удовлетворения себе. У учащегося имеются определенные профессиональные интересы.

**Средний уровень.** Учащийся представляет трудовую деятельность как средство достижения материального благополучия. У учащегося имеются определенные профессиональные интересы.

**Низкий уровень.** У учащегося отсутствуют представления о значении труда для него самого, для окружающих. Отсутствуют осознанные профессиональные интересы.