**МОЁ БУДУЩЕЕ**

*Хилько М. Е., педагог-психолог*

*МОУ СОШ № 1 г. Энгельса*

**Пояснительная записка**

Выбор профессии очень важное дело. Чем раньше человек решает, кем он хочет быть, тем быстрее добивается успеха в жизни. Определение своего профессионального пути выпадает на подростковый возраст. В этот жизненный период сложно сделать правильный выбор. Данная программа помогает определиться с профессией, учитывая свои способности, жизненные ценности, интересы. Разработать план достижения поставленной цели, алгоритм принятия решения, сформировать адекватную самооценку и поверить в свои силы. Таким образом, в данной программе идет личностное развитие подростков. Также учащиеся знакомятся с азами межличностного взаимодействия и отрабатывают полученные знания в группе.

Эти аспекты являются составляющими успеха и помогают добиваться поставленной цели. И если человек, опираясь на свои способности, интересы, интеллектуальный уровень делает правильный выбор, то появляется профессионал своего дела, который в дальнейшем будет способствовать развитию экономики нашей страны.

Данная программа рассчитана на учащихся 9 классов, объем 12 часов.

**Цель и задачи:** целью данного курса является профессиональное самоопределение учащихся 9 классов общеобразовательных и специализированных учебных заведений. **Задачи:** оказание учащимся помощи в выборе профессии, включение в групповую работу, познание себя как субъекта межличностного взаимодействия; самопознание как субъектов выбора профессии, применение результатов самопознания в принятии решения о выборе профессии; применение результатов самопознания при прогнозировании своего профессионального будущего.

**Целевая группа:** учащиеся 9-х классов общеобразовательных и специализированных учебных заведение.

**Основное содержание курса.**

***На первом занятии*** происходит знакомство с участниками группы; выработка правил поведения, начала и окончания занятий;знакомство с миром профессий; дается информация о том, на какие категории делятся все профессии: человек *–* человек, человек *–* природа, человек *–* знаковая система, человек *–* техника, человек *–* художественный образ, в приложении есть подробный перечень профессий в соответствии с принадлежностью к той или иной категории.

***В ходе второго занятия*** учащиеся разбирают профессии из каждой группы и определяют положительные и отрицательные стороны профессиональной деятельности. Для этого весь класс делится на пять групп, в ходе групповой работы учащиеся определяют плюсы и минусы профессии, которые затем представляют для обсуждения. Затем идет индивидуальная работа, в ходе которой они заполняют «Информационную карту» (таблица, которая дается в приложении), отвечая на вопросы: Что мне интересно знать или делать? В какой профессии я это могу применить? Что мне нужно для получения этой профессии? Что я уже сейчас могу начать делать? В результате заполнения таблицы у учащихся повышается ответственность в профессиональном самоопределении и активность в поиске необходимой информации.

***Третье занятие*** рассчитано на актуализацию особенностей поведения каждого из участников в межличностном взаимодействии, с целью учета этих особенностей в совершении жизненного выбора. На этом занятии подросткам дается информация не только о ролевом общении и о необходимости анализа своей роли в группе и учете этих знаний в общении, но и развивается воображение, так как они представляют себя жителями вновь отрытого острова, который им предстоит обжить.

Цель ***четвертого занятия*** – определение собственных ценностей, влияющих на выбор профессии. Учащимся предлагается ролевая игра, которая называется «Кадровое агентство», где надо сыграть роль сотрудника кадрового агентства и человека, устаивающегося на работу. Игра проходит в два этапа, сначала из участников группы формируются 2–3 пары: один – сотрудник кадрового агентства, второй – человек ищущий работу. Затем идет обсуждение, в ходе которого учащиеся отвечают на вопросы: «Насколько разговор соответствовал целям, поставленным перед играющими? Вели ли себя участники в соответствии со своими ролями? О чем главном спросил бы я, устраиваясь на работу?» Затем ведущий знакомит учащихся с жизненными ценностями (они даются в приложении), и начинается второй этап. Учащимся предлагается та же ролевая игра, но разыграть её необходимо с учетом новой информации, затем также идет обсуждение.

***Пятое занятие*** посвящено определению собственных целей и знакомству с правилами достижения целей. Учащимся предлагается заполнить бланк «Лестница успеха» (приводится в приложении), в котором надо указать жизненные цели (например: закончить обучение в школе на 4 и 5, поступить в институт или техникум, освоить иностранный язык и т. д.). По окончании выполнения данного упражнения, участники знакомятся с правилами достижения целей и отрабатывают их на основании своих целей, написанных в «Лестнице успеха».

***На шестом занятии*** подростки осваивают алгоритм принятия решения. Для этого им предлагается решить задачу «Два туриста», на которой ребята отрабатывают не только навыки принятия решения, но и навыки общения, убеждения и работы в группе.

***Седьмое занятие*** посвящено самоанализу личности, повышению внутреннего интереса к самому себе; анализу особенностей личности как одного из факторов выбора профессии. Это достигается в ходе знакомства с характеристиками зрелой личности (указаны в приложении) и закрепления алгоритма анализа своих сильных и слабых сторон. Потом участникам дается возможность проработать те качества, которые им необходимы для освоения интересующей профессии. Здесь активизируется воображение учащихся на основании инструкции, которую дает ведущий: они представляют, что попали в необычный магазин и «купили» там те качества, которые им необходимы.

***На восьмом занятии*** происходит анализ способностей, как одного из факторов выбора профессии и повышение интереса членов группы к самим себе. Участникам группы дается информация о способностях, алгоритм анализа своих сильных и слабых сторон и показывается необходимость самоанализа при принятии серьезных решений. Они заполняют таблицу (дается в приложении), в которой указывают способности, развитые наиболее сильно, наименее выраженые и которыми хотели бы обладать в идеале. А также 5 видов деятельности (дел), которые более всего получаются, получаются хуже всего и которые хотели бы выполнять хорошо.

***Девятое занятие*** направлено на формирование адекватной самооценки и уверенного поведения. Важно показать их значение в достижении цели и поговорить о роли позитивного настроя на успех. Подросткам даётся опыт проживания психологических состояний неуверенности и уверенности в себе и исследование стилей общения, соответствующих этим состояниям. Они знакомятся с вербальным и невербальным общением. Затем заполняют таблицу позитивными высказываниями о ваших личных качествах, чертах характера или достижениях, что положительно влияет на формирование адекватной самооценки.

***Десятое занятие*** позволяет повысить свою самооценку, дает возможность узнать, кем из профессионального мира тебя видят окружающие, то есть взглянуть на себя глазами других людей. Это упражнение выполняется на добровольной основе.

***Одиннадцатое занятие*** показывает роль позитивного настроя на достижение успеха и происходит освоение навыков планирования своего пути. Учащиеся делают определенные упражнения с позитивными и негативными мыслями, отмечают, в каких случаях работалось легче. Вторая часть урока посвящена выполнению рисунков «Я через 5 лет», «Я через 10 лет», «Я через 15 лет». Данное упражнение позволяет подросткам задуматься о своем будущем.

***На двенадцатом занятии*** учащиеся закрепляют полученные знания в ходе данного курса и размышляют по поводу собственного выбора. Участникам зачитывается ситуация (в приложении) и предлагается обсудить её. Потом, опираясь на полученные знания и записи, ребята переходят к анализу собственного решения о выборе профессии. Это и занятие обобщения полученных знаний и навыков по принятию решения о выборе профессии, где участники учатся аргументировано отстаивать свой выбор перед родителями и сверстниками. В первой части занятия проходит ролевая игра «Защита профессии перед родителями», а во второй части подростки пишут «Письмо из будущего».

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование тем** | **Количество**  **часов** |
| 1. | Мир профессий. | 1 |
| 2. | Психологическая суть жизненного и профессионального самоопределения. | 1 |
| 3. | Межличностное взаимодействие. | 1 |
| 4. | Роль жизненных ценностей при выборе профессии. | 1 |
| 5. | Определение собственных целей. | 1 |
| 6. | Развитие умений по принятию решений. | 1 |
| 7. | Умение учитывать сильные и слабые стороны своей личности. | 1 |
| 8. | Умение учитывать свои способности при выборе профессии. | 1 |
| 9. | Составляющие успеха. | 1 |
| 10. | Я глазами других. | 1 |
| 11. | Планирование профессионального пути. | 1 |
| 12. | Выбор профессии. | 1 |
|  | **ИТОГО** | **12** |

**Контроль за эффективностью реализации программы.** На каждом этапе работы по программе оценивание происходит через входной и выходной мониторинг (анкета в примечании), а также по субъективным показателям: итоговый шеринг в конце каждого занятия.

**Предполагаемы результаты:** по результатам программы 248 учащихся повысят свои знания и навыки по профессиональному самоопределению. Подростки в ходе программы разовьют навыки принятия решений, планирования профессионального пути, самопознания, межличностного взаимодействия, применят их в жизни и при профессиональном самоопределении.