

НА ПОРОЗІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИБОРУ

Луцьова Оксана Леонідівна, майстер виробничого навчання ДНЗ «Сєвєродонецьке вище професійне училище», Щєглова Тєтяна Анатоліївна, практичний психолог ДНЗ «Сєвєродонецьке вище професійне училище»

Мєта тренінгу:

– популяризувати робітничі професії: слюсаря з ремонту колісних транспортних засобів, оператора з обробки інформації та програмного забезпечення, електрогазозварника, електромонтера з ремонту та обслуговування електроустаткування, оператора верстатів з програмним керуванням;

– формувати в здобувачів освіти відповідальне відношення до вибору професії;

– розвивати навички планувати і досягати професійних цілей, раціонально використовувати час, приймати рішення та нести за нього відповідальність.

Тривалість тренінгу: 1 година 30 хвилин

Матеріали та обладнання: фліпчарт, ноутбук, ватмани, мультимедійний проектор, папір А4, роздатковий матеріали, канцелярське приладдя.

Структура тренінгу

Час	Назва вправи	Тривалість	Матеріали та обладнання
Вступна частина 30 хв.			
9.00 - 9.02	Привітання	2 хв.	
9.02 – 9.07	Вправа «Знайомство»	5 хв.	Паперовий скотч, маркери
9.07 – 9.10	Вправа «Правила роботи в групі»	3 хв.	Фліпчарт, заготовки правил.
9.10 – 9.13	Вправа «Дерево очікувань»	5 хв.	Фліпчарт, заготовки дерева
9.13 - 9.23	Вправа «Обери конверт»	10 хв.	4 конверти, пляшка з водою, банан, гірчиця, цибулина, грошова купюра номіналом 1 грн.
9.23 - 9.28	Вправа «Гра в лотерею або	5 хв.	Картки,

	Рука долі»		авторучки.
Основна частина 40 хв.			
9.28 - 9.33	Вправа «Хочу, можу, потрібно»	5 хв.	Презентація
9.35 - 9.45	Інформаційне повідомлення «Презентація закладу освіти»	10 хв.	Відеоролик, фото презентація
9.45 - 10.10	Вправа «Твоя професія»	25 хв.	Маркери, аркуші паперу, роздатковий матеріал (ребуси, фрази з помилками)
Заключна частина 20 хв.			
10.10 - 10.05	Руханка: «33»	5 хв.	
10.05 - 10.10	Притча про селянина, у якого зламався трактор	5 хв.	
10.10 - 10.20	Вправа: «Валіза-кошик-м'ясорубка»	10 хв.	Маркер

Хід тренінгу

Вступна частина (30 хв.)

Привітання (2 хв.)

Добрий день! Вітаю всіх присутніх в цій аудиторії. «На порозі професійного вибору» – така тема нашого профорієнтаційного заняття.

Вибір професії – це складний і відповідальний крок у житті кожної людини. Для того щоб він був успішним, вам потрібно отримати відповідний рівень знань та мати уявлення про світ професій, різні сфери діяльності, уміти аналізувати потребу суспільства в тих чи інших професіях, вимоги до працівників у різних сферах діяльності, співвідносити свої можливості з професійною діяльністю. Сподіваюся, що сьогоднішня зустріч поповнить ваші знання про світ професій, і це допоможе вам зробити в майбутньому правильний вибір.

Вправа «Знайомство» (5 хв)

Мета: познайомитися та налагодити комунікацію з учнями школи для продуктивної роботи.

Обладнання: паперовий скотч, маркери.

Інструкція учасникам:

Тренер пропонує написати на паперовому скотчі своє ім'я. Потім представитися та назвати професію, яка починається на першу літеру імені.

Рефлексія: Підбиття підсумків щодо різноманітності існуючих професій.

Вправа «Правила роботи в групі» (3 хв)

Мета: обговорити правила роботи під час тренінгу.

Обладнання: фліпчарт, заготовки правил.

Інструкція учасникам:

Тренер пропонує обговорити правила, взяти їх до уваги та зафіксувати на плакаті.

1. Поважати думку кожного
2. Підтримувати одне одного
3. Бути доброзичливим
4. Бути активним
5. Не критикувати
6. Не давати оцінок
7. Бути цілеспрямованим
8. Дотримуватися гендерної рівності
9. Вимкнути мобільні телефони
10. Дотримуватися регламенту
11. Правило «піднятої руки»
12. Правило «вільної ноги»

Вправа «Дерево очікувань» (5 хв.)

Мета: допомогти учасникам визначитися з власними очікуваннями від тренінгу.

Обладнання: фліпчарт, заготовки ялинки, кольорові стікери.

Інструкція учасникам:

Тренер знайомить учасників тренінгу з метою вправи, завданнями тренінгу. Учні отримують стікери, записують на них свої очікування від заняття та прикріплюють їх на плакат.

Вправа «Обери конверт» (10 хв.)

Мета: формувати в учнів уміння приймати рішення, сприяти усвідомленню важливості особистої відповідальності за прийняте рішення.

Обладнання: 4 паперових конверти розміром 30x20 см, маркери, степлер, банан, гірчиця, пляшка 0,5 л, заповнена водою, 1 гривня (купюра), цибулина.

До початку заняття приготувати 4 пакети-конверти. Познати їх номерами.

Покласти в 1-й конверт – банан та гірчицю,

у 2-й – пляшку (0,5 л) з водою з-під крану,

у 3-й – цибулину,

у 4-й – одnogривневу купюру.

Скріпити конверти степлером або заклеїти їх.

Інструкція учасникам:

Педагог запитує учнів: «Як ви можете пояснити слово «рішення»?»

Рішення – це дія, яку людина вирішила реалізувати після обмірковування ситуації, з якої потрібно знайти вихід. Рішення може бути прийняте як в результаті аналізу, так і спонтанно.

Які рішення вам доводилося приймати сьогодні? (коли вставати, що вдягати, що снідати, йти до школи чи ні тощо.)

Рішення ми приймаємо кожного дня. Якщо справа стосується рішень, від яких залежить здоров'я, безпека, твоє майбутнє (а саме до таких рішень належить вибір професії та закладу навчання), то необхідно володіти інформацією, як приймати відповідальні рішення.

На наступному етапі педагог розкладає 4 підготовлених пакети (учні не знають, що в них) на підлогу горизонтально.

Запропонуйте трьом бажаючим вибрати один із них, потім стати за обраним пакетом (один пакет залишається необраним).

- Чи не хотіли б ви змінити рішення?

- Яким чином відбувався їхній вибір. «Мені подобається номер пакета», «Це моє улюблене число», «Пакет був найближче до мене», «Вони сказали мені взяти цей» і т. ін.

Далі педагог пропонує учасникам взяти свої пакети за один куточок, підняти їх над підлогою не вище ніж на 10 сантиметрів і покласти на місце. Потім він запитує, чи не бажають учасники обмінятися пакетами або взяти замість свого пакет, що залишився. Якщо хтось поміняв пакет, запитує, чому він це зробив.

Педагог пропонує учасникам взяти пакети. Цього разу вони можуть робити з ними, що хочуть. Не можна тільки їх відкривати. Після того, як учні дослідили пакети, педагог просить зробити остаточний вибір. Потім запитує, чи не хоче хтось із групи взяти пакет, який залишився.

Далі педагог пропонує учасникам зайняти своє місце, відкрити пакети, ознайомитися з їхнім змістом, показати групі, що в них, і проводить обговорення.

До уваги педагога!

Додайте до обговорення такі моменти:

Пакет 1 мав привабливий вигляд тому, що лежав на боці (у ньому був банан).

Люди часто щось роблять через цікавість. У пакеті 1 був банан і гірчиця, тобто те, що можна з'їсти, і це позитивний наслідок прийнятого рішення. А якщо я попрошу намазати банан гірчицею і з'їсти?

Тобто іноді ми не знаємо, які будуть наслідки прийнятого рішення: воно може викликати незручність, розгублення.

У **пакеті 2** – пляшка з водою, але, на жаль, це не «Живчик», не мінеральна вода, а просто вода з крану. Отримана інформація була помилковою.

Точно визначити, яка вода у пляшці, було дуже важко. На основі наявної, але неповної інформації ми намагаємося прийняти правильне рішення, але результат виявляється зовсім неочікуваним.

Пакет 3 схожий на пакет з яблуком. Тільки відчувши запах, можна визначити, що це цибуля, а не яблуко. Іноді ми приймаємо рішення дуже швидко і втрачаємо частину важливої й необхідної нам інформації. У цьому

випадку наслідки не позитивні, оскільки цибуля – не смачне яблуко. Але і не зовсім негативні – адже педагог не казав, що необхідно з'їсти те, що в пакеті!

Вміст **пакета 4** неможливо було визначити. Більше того, здавалося, що там нічого немає. На дотик можна було встановити наявність чогось паперового усередині. Але який саме папір – при закритому пакеті визначити неможливо.

Тому при виборі цього пакета є ризик. У цьому випадку він невеликий і позитивний, але буває, що ризикове рішення може мати цілком небезпечні наслідки, коли є ризик – справа небезпечна.

Висновок: без інформації дуже складно прийняти правильне рішення.

Рефлексія:

– Якщо взяти до уваги досвід вибору конвертів, які висновки можна зробити стосовно процесу прийняття відповідального рішення?

– Що важливо в процесі прийняття рішення (достовірна інформація, наслідки, можлива небезпека)?

– Коли вибір вже зроблено, хто «пожинає наслідки»?

– Хто несе відповідальність за прийняття рішення?

– Від чого залежить остаточний вибір у процесі прийняття рішення (від наслідків)?

Вправа: «Гра в лотерею або «Рука долі» (5 хв.).

Мета: показати учасникам наслідки випадкового вибору професії; дати зрозуміти необхідність активних дій щодо вибору професії.

Обладнання: картки, авторучки.

Інструкція учасникам:

Тренер просить учасників написати професію, або вид діяльності, якими б вони хотіли б займатися протягом життя. Потім перемішує всі картки і кожен витягує випадково одну (як лотерейний квиток).

Після того, як учасники витягнуть із скриньки випадково одну картку з назвою професії, тренер просить піднятися тих учасників групи, хто витягнув картку з професією, яку ж сам і обирає (записав на картці). Як правило, таких учасників небагато (1-2 людини), а можливо, що взагалі таких людей не буде.

Тренер просить групу підрахувати відсоток тих, кому пощастило, кому доля подарувала щасливий випадок.

Рефлексія:

– Що ви відчували, коли витягнули те, що записували?

– Що відчували, коли витягли те, що вам не до вподоби.

– У даному випадку ми можемо зробити лише один висновок: на долю надійся, але й сам дій. Потрібно більш свідомо підходити до вибору професії.

Основна частина (40 хв.)

Вправа: «Хочу, Можу, Потрібно» (5 хв.)

Мета: показати учасникам важливість свідомого вибору професії

Обладнання: картки, авторучки.

Інструкція учасникам:

Умови правильного вибору професії можна уявити у вигляді трьох складових – «хочу», «можу», «потрібно».

Усе починається саме з «Хочу».

Хочу — це Ваші інтереси, схильності. Це Ваше прагнення займатися певною діяльністю. Потребу людини у певній діяльності в психології називають схильністю. Про неї кажуть: коли робота подобається людині, захоплює її. Зовнішніми проявами цієї схильності є тривале та постійне прагнення людини до певної діяльності, наприклад, малювання чи креслення, ремонт різноманітної техніки, робота з комп'ютерними програмами, моделювання одягу тощо. Справжня схильність зазвичай поєднує в собі стійкий інтерес до тих чи інших явищ дійсності та стійке прагнення самому діяти в цьому напрямку.

Розглянемо другу складову формули вибору професії. Вона має назву «Я-МОЖУ»

Можу - це Ваші здібності (фізичні (стан здоров'я), розумові (інтелект, пам'ять, увага), психологічні (емоції, вольові якості)). В основі успішного оволодіння професією лежать здібності. Здібності — це можливість досягти високого рівня майстерності в тій чи іншій справі. Це такі індивідуально-психологічні особливості людини, що допомагають їй досягти успіху в певній діяльності. Розрізняють загальні та спеціальні здібності.

До загальних здібностей належать такі якості, як працелюбність, увага. Наприклад, для успішної роботи водія необхідні добре розвинута моторно-зорова координація, швидка реакція і зорове сприймання, високий рівень концентрації, розподілу та переключення уваги.

Третя складова має назву «Я-ТРЕБА»

«Треба» — потреба ринку праці Вашого регіону в конкретній професії.



Інструкція виконання вправи:

Кожному учаснику пропонується схематично зобразити:

ХОЧУ – ким я хочу бути;

МОЖУ – що для цього в мене є;

ТРЕБА – потреба ринку праці (на думку учасників).

Рефлексія:

1. Чи збігаються ваші бажання з вашими можливостями?
2. Чи затребувана професію, яку ви обрали на ринку праці?
3. Що важливо при виборі професії?

Висновок.

Дуже важливо, щоб усі три складові збігалися: ваші бажання, можливості і потреби на ринку праці. При цьому можна впевнено говорити про те, що людина буде отримувати задоволення від своєї роботи, буде робити її краще, ніж інші, і завжди буде користуватися попитом.

Вибір вважається правильним, коли:

- майбутня робота буде приносити радість, а не розчарування;
- людина володіє певними якостями, які необхідні для цієї роботи – інтелектуальними, фізичними, психологічними;
- професія користується попитом на ринку праці.

Руханка «Що спільного?» (2 хв.)

Інформаційне повідомлення «Презентація закладу освіти» (10 хв.)

Вправа «Твоя професія» (25 хв.)

Мета: активізувати інтерес до вивчення професій, сформувати навички самостійного аналізу професій, детально ознайомити учасників:

- з робітничими професіями;
- професійними та особистими якостями, якими повинен володіти фахівець;
- перспективами працевлаштування.

Обладнання: маркери, папір, роздатковий матеріал.

Інструкція учасникам:

Об'єднання учасників на 4 групи (чотири кольори: червоний, синій, жовтий, зелений). Кожній групі видається флаєр з характеристикою професії та картки з описом професійних та особистих якостей, перспектив розвитку за однією з професій.

Учасникам необхідно ознайомитись з інформацією, яка розміщена у флаєрі, на ватмані розмістити ті якості, якими повинен володіти фахівець з певної професії (Оператор, Автослюсар, Електрогазоварник, Електромонтер) та перспективи професійного розвитку.

Потім кожній групі необхідно презентувати свою професію.

Рефлексія:

- З якими складностями ви зіткнулися при виконанні завдання?
- Що є спільного у всіх чотирьох професіях?
- Які особисті якості є найбільш розповсюдженими?

– Чи є ті якості які ви не обрали? Чому?

– Що дає виконання цієї вправи?

Ці професії ви можете опанувати у Сєвєродонєцьком вищому професійному училищі. Зараз ми пропонуємо подивитися відеоролик про училище (відеоролик).

До речі, в цьому році в училищі відкрився професійний центр з підготовки автослюсарів (фото центру), придбано обладнання, яке відповідає вимогам часу, верстати, на яких можна виконувати складні слюсарні роботи.

Заключна частина (20 хв.)

Руханка: «33» (5 хв.)

Притча про селянина, у якого зламався трактор (5 хв.)

У селянина зламався трактор. Усі спроби полагодити машину були марними. Нарешті він покликав фахівця. Той оглянув трактор, спробував, як діє стартер, підняв капот і все ретельно перевірів. Потім узяв молоток, один раз ударив по мотору і привів його в дію. Мотор заторохтів, начебто і не був зіпсований. Коли майстер подав селянину рахунок, той здивовано подивився на нього й обурено вигукнув: «Як! Ти хочеш 500 гривень тільки за один удар молотком!?» «Дорогий друже, — відповів майстер, — за удар молотком я порахував тільки 50 гривень, а інші 450 гривень повинен взяти з тебе за мої знання, завдяки яким я зміг зробити цей влучний удар у потрібне місце».

Вправа: «Валіза-кошик-м'ясорубка» (10 хв.)

Мета: отримати зворотній зв'язок, перевірити здатність учнів до самопізнання, вміння аналізувати свої дії, вчинки, мотиви й зіставляти їх із діями та вчинками інших людей.

Обладнання: кольорові стікери

Інструкція: Перед учнями три плакати, які символізують «валізу», «м'ясорубку», «кошик». Учням необхідно записати на стікерах інформацію, яку вони візьмуть із собою та «покласти у валізу», інформацію, яка їм не потрібна «викинути у кошик», інформацію, з якою треба ще попрацювати, та переосмислити «перекрутити у м'ясорубці».