


# ИНСТРУМЕНТАРИЙ ДИАГНОСТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ





ВЫБЕРИ СЕБЕ РАБОТУ ПО  
ДУШЕ, И ТЕБЕ НЕ ПРИДЁТСЯ  
РАБОТАТЬ НИ ОДНОГО ДНЯ В  
СВОЕЙ ЖИЗНИ.

КОНФУЦИЙ

Аннотация:

В методическом пособии представлен инструментарий для диагностики профессионального самоопределения и профессиональных ориентаций обучающихся на разных возрастных этапах.

Адресуется педагогам-психологам, педагогам социальным, классным руководителям, обучающимся и др.



## **Введение**

**Система профориентации в образовательном учреждении** – это организованная, управляемая деятельность педагогического коллектива, осуществляемая совместно с различными государственными и общественными организациями, предприятиями, семьей и направленная на совершенствование процесса профессионального и социального самоопределения выпускника.

**Цель профориентационной работы** – создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся, способствующей формированию у них готовности к профессиональному самоопределению, выбору сферы профессиональной деятельности, оптимально соответствующей личностным особенностям и запросам рынка труда.

### **Основные направления работы**

- профессионально-диагностическая работа;
- профессиональное просвещение учащихся и родителей;
- профессиональная консультация;
- профессиональная адаптация.

### **Содержание профориентационной работы с обучающимися**

#### **1–4 классы**

**Цель:** знакомство с миром профессий, формирование положительного отношения к труду, раскрытие важности и необходимости труда для общества, силы и красоты труда, потребности быть полезным людям, выявление первичных интересов детей.

#### **5–7 классы.**

**Цель:** развитие личностного смысла в приобретении познавательного опыта и интереса к профессиональной деятельности; представления о собственных интересах и возможностях (формирование образа «Я»).

#### **8–9 классы**

**Цель:** знакомство с конкретными видами трудовой деятельности, формирование адекватного принятия решения о выборе профиля обучения, формирование нравственных основ и ответственности в выборе жизненного пути.

#### **10–11 классы**

**Цель:** помощь в выборе профессии, обучение действиям по самоподготовке и саморазвитию, формирование профессиональных качеств в избранном виде труда, коррекция профессиональных планов, оценка готовности к избранной деятельности.



## «Карта интересов-35»

**Категория:** 4-5 классы

### **Инструкция для детей:**

В правом верхнем углу листа ответов запишите свои имя и фамилию. Ответы на вопросы помещайте в клетках: ответ на первый вопрос в клетке под номером 1, ответ на второй вопрос в клетке под номером 2 и т.д. Всего 35 вопросов. Если то, о чем говорится, вам не нравится, ставьте знак «-»; если нравится -«+»; если очень нравится, ставьте «++».

### **Инструкция для родителей:**

Для того чтобы дать вам правильный совет и конкретные рекомендации для развития способностей вашего ребенка, нам нужно знать его склонности. Вам предлагается 35 вопросов, подумайте и ответьте на каждый из них, стараясь не завышать и не занижать возможности ребенка. Для большей объективности сравните его с другими детьми того же возраста. На бланке ответов запишите свои имя и фамилию. Ответы помещайте в клетках, номера которых соответствуют номерам вопросов. Если то, о чем говорится в вопросе, не нравится (с вашей точки зрения) ребенку, ставьте в клетке - «-»; если нравится - «+»; очень нравится - «++». Если по какой-либо причине вы затрудняетесь ответить, оставьте данную клетку незаполненной.

### **Лист вопросов.**

Каждый вопрос начинается со слов: «Нравится ли вам ...»

- 1) решать логические задачи и задачи на сообразительность;
- 2) читать самостоятельно (слушать, когда тебе читают) сказки, рассказы, повести;
- 3) петь, музицировать;
- 4) заниматься физкультурой;
- 5) играть вместе с другими детьми в различные коллективные игры;
- 6) читать (слушать, когда тебе читают) рассказы о природе;
- 7) делать что-нибудь на кухне (мыть посуду, помогать готовить пищу);
- 8) играть с техническим конструктором;
- 9) изучать язык, интересоваться и пользоваться новыми, неизвестными словами;
- 10) самостоятельно рисовать;
- 11) играть в спортивные, подвижные игры;
- 12) руководить играми детей;
- 13) ходить в лес, поле, наблюдать за растениями, животными, насекомыми;
- 14) ходить в магазин за продуктами;
- 15) читать (когда тебе читают) книги о технике, машинах, космических кораблях и др.;
- 16) играть в игры с отгадыванием слов (названий городов, животных);
- 17) самостоятельно сочинять истории, сказки, рассказы;

- 18) соблюдать режим дня, делать зарядку по утрам;
- 19) разговаривать с новыми, незнакомыми людьми;
- 20) содержать домашний аквариум, птиц, животных (кошек, собак и др.);
- 21) убирать за собой книги, тетради, игрушки и др.;
- 22) конструировать, рисовать проекты самолетов, кораблей и др.;
- 23) знакомиться с историей (посещать исторические музеи);
- 24) самостоятельно, без побуждения взрослых заниматься различными видами художественного творчества;
- 25) читать (слушать, когда тебе читают) книги о спорте, смотреть спортивные телепередачи;
- 26) объяснять что-то другим детям или взрослым людям (убеждать, спорить, доказывать свое мнение);
- 27) ухаживать за домашними растениями;
- 28) помогать взрослым делать уборку в квартире (вытирать пыль, подметать пол и т.п.);
- 29) считать самостоятельно, заниматься математикой в школе;
- 30) знакомиться с общественными явлениями и международными событиями;
- 31) участвовать в постановке спектаклей;
- 32) заниматься спортом в секциях и кружках;
- 33) помогать другим людям;
- 34) работать в саду, на огороде, выращивать растения;
- 35) помогать и самостоятельно шить, вышивать, стирать.

**Лист ответов:** в клетках листа записываются ответы на все вопросы (плюсы и минусы). Дата \_\_\_\_\_ Фамилия, имя \_\_\_\_\_

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

Вопросы составлены в соответствии с условным делением склонностей ребенка на семь сфер:

- математика и техника (1-й столбик в листе ответов);
- гуманитарная сфера (2- столбик);
- художественная деятельность (3- столбик);
- физкультура и спорт (4- столбик);
- коммуникативные интересы (5- столбик);
- природа и естествознание (6- столбик);
- домашние обязанности, труд по самообслуживанию (7- столбик).

Данная методика, кроме диагностической функции, поможет в решении и коррекционно-педагогических задач. Полученные результаты могут быть очень

полезны как опорная схема для дальнейших наблюдений за ребенком. С их помощью легче сделать развитие ребенка всесторонним и гармоничным.

### **Обработка результатов:**

Сосчитайте количество плюсов и минусов по вертикали (плюс и минус взаимно сокращаются). Доминирование там, где больше плюсов. При подведении итогов и особенно при формулировке выводов следует сделать поправку на объективность испытуемых. Необходимо учитывать также, что у одаренного ребенка интересы во всех сферах могут быть одинаково хорошо выражены, при этом у ряда детей может наблюдаться отсутствие склонностей к каким-либо сферам. В этом случае следует вести речь о каком-либо определенном типе направленности интересов ребенка. Данная методика может активизировать работу с родителями. Подтолкнуть их к изучению интересов и склонностей собственных детей, дать им возможность, по крайней мере, задуматься над этой сложной проблемой. Интересным будет также сопоставление ответов детей и их родителей. Это позволит создать более объективную картину направленности интересов ребенка и выявит зоны для коррекционной работы как с детьми, так и с их родителями.





## Тест « Мыслитель или художник? »

**Категория: 5-8 классы**

**Инструкция:** прочитайте данные утверждения и оцените, насколько они точно отражают ваше поведение по десятибалльной шкале от 1 – совершенно не соответствует до 10 – соответствует полностью, обведите нужное число.

1. Я не вижу причин для печали.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2. Прослушав мелодию, я могу точно воспроизвести ее.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3. Я помню то, чему меня учили несколько лет назад.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4. Когда я слышу чей-то рассказ, я будто вижу, как все происходит.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5. Я считаю, что эмоции только мешают в разговоре.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6. Мне трудно дается алгебра.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7. Мне легко первому начать разговор.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8. Я легко запоминаю незнакомые лица.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9. Если кто-то выдвигает идеи, я требую аргументов.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10. Я не вижу особых причин для радости.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

### **Обработка результатов.**

Подсчитайте сумму баллов отдельно по нечетным и по четным пунктам утверждений.

Если первая сумма (Л) больше, чем на 5 превышает вторую (П), вы принадлежите к логическому типу. Вы склонны действовать под влиянием разума, а не эмоций. При принятии решений чаще полагаетесь на расчет, чем на интуицию. Больше доверяете внешней информации, чем внутренним впечатлениям. Ваша сильная сторона – логика. Вы оптимистичны, жизнерадостны и общительны. Вы можете стать математиком, преподавателем, программистом, конструктором, инженером.

Если вторая сумма (П) больше, чем на 5 превышает первую (Л), вы – человек художественного типа. Вероятно, вы принимаете решения на интуитивном уровне, больше полагаясь на эмоции, чем на рассудок, доверяете больше своим чувствам, чем внешней информации. Вы ранимы и впечатлительны, поэтому не испытываете потребности в широком круге общения, цените независимость. При наличии специальных способностей

можете быть успешны в эстетических видах деятельности.

Чем больше разница между двумя суммами, тем сильнее доминирует соответствующее полушарие (Л - левое, П - правое). Если разница мала, значит, вы в равной степени сочетаете характеристики «мыслителя» и «художника». Умение мыслить образно и логично, анализировать и синтезировать информацию, руководствоваться при принятии решений не только разумом, но и сердцем открывает перед вами широкое поле деятельности.

Уточнить свою принадлежность к «мыслителям» или «художникам» можно с помощью простого теста:

1. Сцепите руки в замок, переплетя пальцы. Большой палец левой или правой руки оказался сверху?
2. Сделайте в листе бумаги отверстие размером с монету и посмотрите сквозь него на какой-нибудь предмет двумя глазами. Закройте поочередно левый и правый глаз. Предмет исчезает из поля зрения, если вы смотрите на него левым или правым глазом?
3. Встаньте в позу Наполеона, скрестив руки на груди. Какая рука оказалась сверху – левая или правая?
4. Похлопайте в ладоши. Какая рука оказалась сверху – левая или правая?

Правое полушарие управляет левой частью тела, а левое полушарие – правой. Поэтому активность правой руки и правого глаза означает активность левого полушария, и наоборот – активность левой руки связана с доминированием правого полушария.





**Анкета по типам интеллекта**  
*(структура интеллекта согласно теории Говарда Гарднера)*

**Категория:** 5-8 классы

*Отметьте номера утверждений, которые Вам соответствуют:*

1. Я умело работаю с предметами.
2. У меня хорошее чувство направления.
3. У меня есть естественная способность решать споры между друзьями.
4. Я могу легко запоминать слова песен.
5. Я могу объяснять темы, которые другим объяснять тяжело.
6. Я всегда делаю все поэтапно.
7. Я хорошо знаю себя и всегда понимаю, почему я поступаю так, а не иначе.
8. Мне нравится работа с общественностью и общественные мероприятия.
9. Я хорошо учусь, слушая других.
10. Когда я слушаю музыку, у меня меняется настроение.
11. Мне нравятся загадки, кроссворды, логические задачи.
12. Для моего обучения очень важно визуальное представление материала: таблицы, графы, схемы.
13. Я чувствителен к настроению и переживаниям окружающих.
14. Я учусь лучше, когда мне что-то нужно делать самостоятельно.
15. Перед тем, как учить что-то, мне нужно понимать, что в этом есть что-то нужное.
16. Я люблю одиночество и тишину во время работы и размышлений.
17. В сложных музыкальных произведениях я могу на слух вычленить отдельные музыкальные инструменты.
18. Я могу зрительно легко представить сцены, которые я помню или которые я придумал.
19. У меня богатый словарный запас слов.
20. Я люблю делать записи, письменные зарисовки.
21. У меня хорошее чувство равновесия, я люблю движение.
22. Я могу видеть закономерности между понятиями и явлениями.
23. В команде я сотрудничаю с другими, прислушиваюсь к их идеям.
24. Я наблюдателен и часто вижу то, что не видят другие.
25. Меня легко вывести из себя.
26. Я люблю работать и учиться отдельно от других.
27. Я люблю сочинять музыку.
28. Я могу оперировать числами и решать сложные математические задачи.

Сопоставьте ваши ответы с ключом анкеты

Типы интеллекта	Пункты анкеты	Общая сумма
Лингвистический	5,9,19,20	
Математико-логический	6,11,22,28	
Визуально-пространственный	2,12,18,24	
Музыкальный	4,10,17,27	
Межличностный	3,8,13,23	
Внутриличностный	7,15,16,26	
Кинестетический	1,14,21,25	

### Различные типы интеллекта

Типы интеллекта	Краткая характеристика типов	Рекомендуемые виды деятельности, упражнения
1	2	3
Лингвистический	Любят писать, читать и слушать. Им нравится рассказывать истории. Хорошо запоминают даты, имена и другую информацию. Имеют хорошее произношение, богатый словарный запас, любят разгадывать кроссворды, играть в «слова».	Доклады, хоровое чтение, устные ответы, ролевые игры и т.д.
Математико-логический	Быстро решают арифметические задачи, любят анализировать данные, строить прогнозы. Предпочитают играть в шахматы, “стратегические” игры. Быстро распознают причины и следствия.	Построение логических цепочек, построение графиков. Различного рода эксперименты. «Карты памяти» и др.
Внутриличностный	Предпочитают свой внутренний мир. Демонстрируют чувство независимости. Предпочитают оставаться в одиночестве, занимаясь любимыми делами или работой.	Самостоятельная работа по инструкции, требующая времени на обдумывание и др.

<p>Визуально-пространственный</p>	<p>Мыслит образами и “картинками”. Обожает рисовать, красить, лепить. Хорошо воспринимает карты и диаграммы. Любит наблюдать всё в движении, а также рассматривать слайды и фотографии.</p>	<p>Рисование схем, карт, таблиц, раскраски, «дорисовки», незаконченные предложения и др.</p>
<p>Музыкальный</p>	<p>Чувствительны к разнообразию звуков в окружающей их среде. Любят играть на музыкальных инструментах, хорошо запоминают мелодии. Любят что-нибудь делать под музыкальное сопровождение. Имеют хорошее чувство ритма.</p>	<p>Пение, хоровое чтение. Двигательные упражнения и др.</p>
<p>Кинестетический</p>	<p>Лучше всего учатся, передвигаясь, прикасаясь и манипулируя предметами. Ерзают, привстают, вертятся, когда сидят. Во время разговора с людьми любят прикасаться к ним. Умелые рукодельники.</p>	<p>Ролевые игры, двигательные упражнения, спорт, лепка, танцы и др.</p>
<p>Межличностный</p>	<p>Любят всегда быть в кругу людей. Имеют много друзей. Хорошие организаторы, а иногда и манипуляторы. Лучше всего обучаются, будучи вовлечены в общение с другими. Являются посредниками во время дискуссий и споров. Как правило, хорошо понимают чувства других людей.</p>	<p>Ролевые игры, дебаты, дискуссии, работа в малых группах, работа в рол проверяющего, интервьюирование, участие в театральных постановках и др.</p>

## Методика «Тип мышления» (Г.В. Резапкина)



**Категория:** 7-9 классы

**Инструкция.** У каждого человека преобладает определенный тип мышлений. Данный опросник поможет вам определить тип своего мышления. Если со-гласны с высказыванием, в бланке поставьте плюс, если нет – минус.

1. Мне легче что-либо сделать самому, чем объяснить другому.
2. Мне интересно было бы составлять компьютерные программы.
3. Я люблю читать книги.
4. Мне нравится живопись, скульптура, архитектура.
5. Даже в отлаженном деле я стараюсь что-то улучшить.
6. Я лучше понимаю, если мне объясняют на предметах или рисунках.
7. Я люблю играть в шахматы.
8. Я легко излагаю свои мысли как в устной, так и в письменной форме.
9. Когда я читаю книгу, я зрительно представляю себе ее героев.
10. Я предпочитаю самостоятельно планировать свою работу.
11. Мне нравится все делать своими руками.
12. В детстве я создавал(а) свой шифр для переписки с друзьями.
13. Я придаю большое значение сказанному слову.
14. Знакомые мелодии часто вызывают у меня воспоминания.
15. Разнообразные увлечения делают жизнь человека богаче и ярче.
16. При решении задачи мне легче идти методом проб и ошибок.
17. Мне интересно разбираться в природе физических явлений.
18. Мне интересна работа ведущего теле- и радиопрограмм, журналиста.
19. Мне легко представить предмет или животное, которых нет в природе.
20. Мне больше нравится процесс деятельности, чем сам результат.
21. Мне нравилось в детстве собирать конструктор из деталей.
22. Я предпочитаю точные науки (математику, физику).
23. Меня восхищает точность и глубина некоторых стихотворений.
24. Знакомый запах вызывает в моей памяти прошлые события.
25. Мне трудно подчинять свою жизнь определенной системе.
26. Когда я слышу музыку, мне хочется танцевать.
27. Я понимаю красоту математических формул.
28. Мне легко говорить перед любой аудиторией.
29. Я люблю посещать выставки, спектакли, концерты.
30. Я сомневаюсь даже в том, что для других очевидно.
31. Я люблю заниматься рукоделием, что-то мастерить.
32. Мне интересно было бы расшифровать значения древних символов.
33. Я легко усваиваю грамматические конструкции языка.
34. Я понимаю красоту природы и искусства.
35. Не люблю ходить одним и тем же путем.
36. Мне нравится работа, требующая физической активности.

37. Я легко запоминаю формулы, символы, условные обозначения.  
 38. Друзья любят слушать, когда я им что-то рассказываю.  
 39. Мне легко представить в образах содержание рассказа или фильма.  
 40. Я не могу успокоиться, пока не доведу свою работу до совершенства.

### Обработка результатов.

Каждая строка соответствует определенному типу мышления.

Количество баллов в каждой строке указывает на уровень развития данного типа мышления: 0-2 баллов – низкий уровень, 3-5 баллов – средний уровень, 6-8 баллов – высокий уровень.

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

### Интерпретация результатов

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

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

**3. Словесно-логическое мышление** отличает людей с ярко выраженным вербальным интеллектом (от лат. *verbalis* - словесный). Благодаря развитому словесно-логическому мышлению ученый, преподаватель, переводчик, писатель, филолог, журналист могут сформулировать свои мысли и донести их до людей. Это умение также необходимо руководителям, политикам и общественным деятелям.

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

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

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



**Тест на определение темперамента**  
(модификация Личностного опросника Г. Айзенка).

**Категория:** 7-9 класс

**Инструкция .** Прослушайте ряд высказываний. Если вы чувствуете или реагируете похожим образом, поставьте плюс, если нет — минус.

1. Я часто испытываю потребность в новых впечатлениях.
2. Мне бывает трудно отказаться от своих планов.
3. Обычно я действую и говорю быстро, долго не раздумывая.
4. Иногда я чувствую себя несчастным без всякой причины.
5. На спор я могу совершить необычный поступок.
6. Иногда я нарушаю свои обещания.
7. У меня часто меняется настроение.
8. Мне нравятся азартные игры.
9. У меня бывает учащенное сердцебиение.
10. Я часто переживаю из-за того, что сказал или сделал что-то не так.
11. Мне нравится работа, которая требует быстроты.
12. Мне приходилось плохо отзываться о своих знакомых.
13. Меня легко обидеть.
14. Лучше иметь много приятелей, чем мало друзей.
15. Временами меня переполняет энергии, а иногда все валится из рук.
16. Мне приятнее находиться в компании, чем быть одному.
17. Я долго переживаю неудачу.
18. У меня бывают мысли, которые хотелось бы скрыть от других.
19. Я могу дать волю своим чувствам и от души повеселиться в компании.
20. Мои нервы часто натянуты до предела.
21. Думаю, что меня считают веселым человеком.
22. Я часто жалею о сказанных или несказанных вовремя словах.
23. На грубость я отвечаю грубостью.
24. Я могу опоздать.
25. Обычно мне легко и приятно в шумной компании.
26. Иногда мне мешают уснуть разные мысли.
27. Мне проще спросить о чем-то у других, чем прочитать самому.
28. Я часто испытываю чувство вины.
29. Мне нравится быть в центре внимания.
30. Иногда я говорю о вещах, в которых не разбираюсь.
31. Мне часто снятся кошмары.
32. Мне легко общаться с незнакомым человеком.
33. Иногда мне кажется, что я чем-то хуже других.

34. Думаю, что я – уверенный в себе человек.
35. Меня задевает критика.
36. У меня есть кое-какие вредные привычки.
37. Я могу внести оживление в скучную компанию.
38. Я беспокоюсь о своем здоровье.
39. Я люблю подшучивать над другими.
40. Мне трудно ответить «нет», когда меня о чем-то просят.

Каждый **отрицательный** ответ на вопросы № 6, 12, 18, 24, 30, 36 оценивается в один балл. Чем меньше баллов, тем выше достоверность результатов теста. Если вы набрали больше трех баллов, возможно, вы подсознательно стремились давать «хорошие», «правильные» ответы.

Подсчитайте количество своих **положительных** ответов на вопросы №1, 3, 5, 8, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 25, 27, 29, 32, 34, 37, 39.

### **Общительность.**

**0-5 баллов.** Если вы набрали меньше 6 баллов, вы – интроверт. *Интроверт* (от латинского «intro», что означает «внутри») ориентирован на свой внутренний мир, он живет своими чувствами, мыслями, переживаниями, переосмысливая события и явления через свой внутренний опыт и не испытывая особой потребности в общении с другими людьми. Ваш внутренний мир, вероятно, настолько богат и интересен, что вам хватает своего общества. Среди тех, кого вы лишаете возможности общаться с вами, наверняка есть замечательные люди. При наличии способностей вы добьетесь успеха в науке, искусстве, ремеслах, требующих точности, аккуратности и концентрации внимания.

Потребность в общении у вас выражена меньше, чем у других. Поэтому профессии продавца, врача, учителя, юриста, журналиста, менеджера будут вас утомлять. Обратите внимание на виды деятельности, которые не связаны с широкими человеческими контактами – программирование, конструирование, творчество, работа с текстами, с животными и растениями.

**6-11 баллов.** Для людей вашего типа в психологии есть специальный термин – амбиверт (от латинского «ambi» – двойственный). Это – универсальный тип личности, золотая середина. Вы избирательны в общении. Вам нравится быть с людьми, но вам не все равно, кто вас окружает. Вы хорошо чувствуете себя в компании, но легко можете от нее отказаться. Одиночество вас не пугает. Вам подходят не только профессии, связанные с общением, но и требующие умения работать одному.

**12-17 баллов.** Если вы набрали больше 12 баллов, вы – экстраверт. *Экстраверт* (от латинского «extra», что означает «сверх», «снаружи», «вне») – это человек, который ориентирован вовне, на внешние предметы и обстоятельства, на мнение других людей, на внешние, статусные атрибуты.

Эта направленность проявляется в его решениях и отношении к жизни. Человек этого типа настолько может быть увлечен своим делом, карьерой, что не обращает внимания на состояние здоровья.

Вам нравится быть в центре внимания. Ради компании вы можете пренебречь другими делами. Занятия, требующие усидчивости и терпения, даются вам усилием воли. Вероятно, вам подошли бы профессии, требующие интенсивного общения с покупателями, клиентами, пациентами, учениками, студентами, пассажирами. Если вы не только любите, но и умеете общаться, то вам подойдут профессии, связанные с частыми встречами, переговорами, консультациями. Профессии, требующие терпения и усидчивости (работа с компьютером, исследовательская работа, расчеты и вычисления) будут даваться вам ценой больших усилий и нервного напряжения.

Подсчитайте количество своих **положительных** ответов на вопросы № 2, 4, 7, 9, 10, 13, 15, 17, 20, 22, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40.

### **Стабильность.**

**0-5 баллов.** Вас трудно вывести из равновесия. Вы хладнокровны и невозмутимы. Переживания многих людей вам непонятны. Вы, скорее, поможете делом, чем будете на словах выражать свое сочувствие. Профессии, требующие самоконтроля и умения рисковать, будто созданы для вас. Если только это не маска супермена (или супервумен).

Вы способны выдерживать большие эмоциональные нагрузки. Обратите внимание на профессии хирурга, военного, сотрудника правоохранительных органов, испытателя техники, спасателя.

**6-11 баллов.** Эмоциональная стабильность. В вас удачно сочетаются устойчивость и чувствительность нервной системы. Вы легче многих справляетесь с жизненными трудностями и при этом способны понять и почувствовать эмоциональное состояние другого человека, поддержать его. Если у вас при этом есть потребность в общении с другими людьми, обратите внимание на такие сферы деятельности, как обслуживание, обучение, воспитание, медицина, управление.

**12-17 баллов.** Вероятно, вы принимаете близко к сердцу не только свои проблемы, но и проблемы своих друзей и знакомых. Ваша готовность прийти на помощь другому человеку, вероятно, нравится другим людям. Есть масса профессий, где это качество является профессионально важным. Например, все профессии социальной сферы. Люди искусства также обладают особой восприимчивостью, чуткостью и ранимостью.

Природа наградила вас более тонкой нервной системой, чем других людей. Если помнить об этом, то окружающий мир будет восприниматься намного спокойней. Ваша отзывчивость наверняка притягивает людей, которые нуждаются в вашем сочувствии. Но в первую очередь вы должны сами обрести силу и уверенность.

Мы определили два параметра – экстраверсию и стабильность. Отметьте на горизонтальной оси сумму баллов по шкале «Экстраверсия» (общительность), а по вертикальной – сумму баллов по шкале «Стабильность».

Если вы отметили на осях координат обе точки, вы легко определите свой темперамент. Чем дальше вы от центра, тем ярче у вас выражены черты одного из четырех темпераментов. Если ваша точка оказалось на одной из двух осей, значит, вам удастся сочетать черты двух темпераментов. Если вы «попали в яблочко», то есть в центр, вас можно поздравить: вы сочетаете черты всех четырех темпераментов. Будем надеяться, что самые лучшие.

Четыре квадрата на рисунке – это четыре темперамента.



### Верхний правый квадрат. Холерический темперамент

Люди этого темперамента быстры, подвижны, возбудимы. У холериков выразительная мимика, живая речь, резкие движения. Его чувства обычно быстро возникают и ярко проявляются. Холерик с увеличением берется за дело, работает с подъемом, преодолевая трудности. Когда запас энергии истощается, настроение резко падает. В общении с людьми холерик может быть резок, провоцируя конфликтные ситуации.

Поскольку потребность в общении у холериков повышена, они часто выбирают профессии, связанные с общением - сфера обслуживания, юриспруденция, политика, администрирование. А это как раз те виды деятельности, которые требуют от человека умения эффективно общаться. Но холерики очень вспыльчивы, не воспринимают замечаний, плохо реагируют на

шутки. Им важно научиться контролировать себя. Холерики великолепные летчики-испытатели, но плохие счетные работники.

### **Нижний левый квадрат. Флегматический темперамент**

Флегматики медлительны и уравновешенны. Они, как правило, доводят начатое дело до конца. Их чувства глубоки, но скрыты от посторонних глаз. Человеку флегматического темперамента легко выработать выдержку, хладнокровие, спокойствие. В некоторых случаях у флегматиков может сформироваться безразличие к работе и людям, вялость, инертность. У флегматиков есть склонность к систематической работе, умение концентрироваться на поставленной задаче, вдумчивость – необходимые профессиональные качества ученого, исследователя. Флегматики прекрасные бухгалтера, расчётчики, но как правило неважные поэты.

### **Нижний правый квадрат. Сангвинический темперамент**

Сангвиник быстро сходится с людьми, жизнерадостен, легко переключается с одного вида деятельности на другой, но не любит однообразной работы. Он легко контролирует свои эмоции, быстро осваивается в новой обстановке, любит общение. У сангвиника быстро возникают чувства радости, горя, привязанности и враждебности, но эти чувства неглубоки. Настроение сангвиника быстро меняется, но, как правило, преобладает хорошее настроение.

Сангвинический темперамент не накладывает никаких ограничений на выбор профессии. Но они не настолько терпеливы как флегматики, и монотонная деятельность будет из них напрягать.

### **Верхний левый квадрат. Меланхолический темперамент.**

Чувства и эмоциональные состояния у людей меланхолического темперамента отличаются глубиной, большой силой и длительностью. Меланхолики тяжело переносят обиды, огорчения, хотя внешне это может слабо проявляться. Они избегают малознакомых и новых людей, часто смущаются, проявляют большую неловкость в новой обстановке. Все новое, необычное вызывает у меланхоликов чувство скрытого протеста. Но в привычной и спокойной обстановке люди с таким темпераментом чувствуют себя спокойно и работают очень продуктивно. Меланхоликам свойственна глубина и постоянство, острая восприимчивость к внешним воздействиям.

Меланхолики люди искусства. Высокая чувствительность в сочетании с потребностью в одиночестве рождает творцов. Большинство поэтов, художников, музыкантов - **меланхолики**. Их произведения – память об их чувствах и переживаниях. Силой своего таланта они заставляют других переживать свое счастье и свое страдание.



## Опросник профессиональной готовности (ОПГ) (автор Кабардова Л.Н.)

**Категория:** 7-9 классы

**Инструкция:** «Внимательно прочтите вопрос. На него Вы должны дать 3 ответа и оценить их в баллах (от 0 до 2).

1. Насколько хорошо Вы умеете делать то, что написано в вопросе:

- делаю, как правило, хорошо – 2
- делаю средне – 1
- делаю плохо – 0

2. Какие ощущения возникли у Вас, когда Вы это делали:

- положительные (приятно, интересно, легко) – 2
- нейтральные (все равно) – 1
- отрицательные (неприятно, неинтересно, трудно) – 0

3. Хотели бы Вы, чтобы описанное в вопросе действие было включено в Вашу будущую работу:

- да – 2
- все равно – 1
- нет – 0

Свои оценки в баллах Вы заносите в таблицу ответов (номер клетки в таблице соответствует номеру вопроса). В каждую клетку таблицы ответов Вы должны поставить баллы, соответствующие Вашим ответам на все 3 вопроса. В каждом вопросе Вы оцениваете сначала Ваше «умение» (1), затем – «отношение» (2) и затем – «желание» (3). В этой же последовательности Вы и проставляете оценочные баллы в клетку таблицы.

Если Вы никогда не делали того, что написано в вопросе, то вместо баллов поставьте в клетку прочерки в первых двух вопросах (1 и 2) и попробуйте ответить только на третий вопрос.

Работайте внимательно, не спешите!»

### **Опросник**

1. Делать выписки, вырезки из различных текстов, группировать их по определенному признаку.
2. Выполнять практические задания на лабораторных работах по физике.
3. Длительное время самостоятельно, терпеливо выполнять все работы, обеспечивающие рост и развитие растений.
4. Сочинять стихи, рассказы, заметки, писать сочинения, признаваемые многими интересными, достойными внимания.
5. Сдерживать себя, не «выливать» на окружающих свое раздражение, гнев, обиду, плохое настроение.



6. Выделять из текста основные мысли и составлять на их основе краткий конспект, план, новый текст.
7. Разбираться в физических процессах и закономерностях, решать задачи по физике.
8. Вести регулярные наблюдения за развивающимися растениями и записывать данные наблюдения в специальный дневник
9. Мастерить красивые изделия своими руками из дерева, материала, металла, засушенных растений, ниток.
10. Терпеливо, без раздражения объяснять кому-либо, что он хочет знать, даже если приходится повторять это несколько раз.
11. В письменных работах по русскому языку, литературе легко находить ошибки.
12. Разбираться в химических процессах, свойствах химических элементов, решать задачи по химии.
13. Разбираться в особенностях развития и во внешних отличительных признаках многочисленных видов растений.
14. Создавать законченные произведения живописи, графики, скульптуры.
15. Много и часто общаться с разными людьми, не уставая от этого.
16. На уроках иностранного языка отвечать на вопросы и задавать их, пересказывая тексты и составленные рассказы на заданные темы.
17. Отлаживать какие-либо механизмы (велосипед, мотоцикл), ремонтировать электротехнические приборы (пылесос, утюг, светильник).
18. Свое свободное время тратить преимущественно на уход и наблюдение за каким-нибудь животным.
19. Сочинять музыку, песни, имеющие успех у сверстников и взрослых.
20. Внимательно, терпеливо, не перебивая, выслушивать людей.
21. При выполнении заданий по иностранному языку без особых трудностей работать с иностранными текстами.
22. Налаживать и чинить электронную аппаратуру (приемник, магнитофон, телевизор).
23. Регулярно, без напоминания взрослых, выполнять необходимые для ухода за животными работы: кормить, чистить, лечить, обучать.
24. Публично, для многих зрителей, разыгрывать роли, подражать, изображать кого-либо, декламировать стихи, прозу.
25. Увлекать делом, игрой, рассказов детей младшего возраста.
26. Выполнять задания по математике, химии, в которых требуется составить логическую цепочку действий, используя при этом различные формулы, законы, теоремы.
27. Ремонтировать замки, краны, мебель, игрушки.
28. Разбираться в породах и видах животных: лошадей, птиц, рыб, насекомых; знать их характерные внешние признаки и повадки.
29. Всегда четко видеть, что сделано писателем, драматургом, художником, режиссером, актером талантливо, а что нет, и уметь обосновать это устно или письменно.
30. Организовать людей на какие-либо дела, мероприятия.
31. Выполнять задания по математике, требующие хорошего знания

- математических формул и законов и умения их правильно применять в решении.
32. Выполнять действия, требующие хорошей координации движений и ловкости рук: работать на станке, на электрической швейной машинке, производить монтаж и сборку изделий из мелких деталей.
  33. Сразу замечать малейшие изменения в поведении или во внешнем виде животного или растения.
  34. Играть на музыкальных инструментах, публично исполнять песни, танцевальные номера.
  35. Выполнять работу, требующую обязательных контактов со множеством разных людей.
  36. Выполнять количественные расчеты, подсчеты данных (по формулам и без них), выводить на основе этого различные закономерности, следствия.
  37. Из типовых деталей, предназначенных для сборки определенных моделей, изделий конструировать новые, придуманные самостоятельно.
  38. Специально заниматься углубленным изучением биологии, анатомии, ботаники, зоологии, читать научную литературу, слушать лекции, научные доклады.
  39. Создавать на бумаге и в оригинале новые, интересные модели одежды, причесок, украшений, интерьера помещений, конструировать новинки.
  40. Влиять на людей: убеждать, предотвращать конфликты, улаживать ссоры, разрешать споры.
  41. Работать с условно-знаковой информацией: составлять и рисовать карты, схемы, чертежи.
  42. Выполнять задания, в которых требуется мысленно представить расположение предметов или фигур в пространстве.
  43. Длительное время заниматься исследовательскими работами в биологических кружках, на биостанциях, в зоокружках и питомниках.
  44. Быстрее и чаще других замечать в обычном необычное, удивительное, прекрасное.
  45. Сопереживать людям (даже не очень близким), понимать их проблемы, оказывать посильную помощь.
  46. Аккуратно и безошибочно выполнять «бумажную работу»: писать, выписывать, проверять, подсчитывать, вычислять.
  47. Выбирать наиболее рациональный (простой, короткий) способ решения задачи: технический, логический, математический.
  48. При работе с растениями или животными переносить ручной труд (физический труд), неблагоприятные погодные условия, грязь, специфический запах животных.
  49. Настойчиво, терпеливо добиваться совершенства в создаваемом или исполняемом произведении (в любой сфере творчества).
  50. Говорить, сообщать что-либо, излагать свои мысли вслух.

## Образец бланка ответов ОПГ

Фамилия \_\_\_\_\_

Имя \_\_\_\_\_

Отчество \_\_\_\_\_

Школа \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3
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

### Обработка результатов опросника.

Верхние клетки пяти столбцов обозначить в соответствии с типами профессий слева направо: 1 – «Ч-З», 2 – «Ч-Т», 3 – «Ч-П», 4 – «Ч-Х.О.», 5 – «Ч-Ч».

Приступая к обработке результатов, найти в таблице ответов те номера вопросов, которые оценены 0 баллов или прочерком. При подобной оценке умений следующие две оценки на этот вопрос (2-я и 3-я) при подсчете общих сумм баллов по этим шкалам не учитываются (условно их можно в таблице вычеркнуть).

Затем подсчитывается общая сумма баллов, набранная в каждой профессиональной сфере: отдельно – «умения», отдельно – «профессиональные пожелания». В результате этого подсчета имеется наглядная картина соотношений оценок по 3 шкалам: умений, его эмоционального отношения и профессиональных пожеланий, предпочтений в каждой профессиональной сфере и по каждому конкретному вопросу (виду деятельности).

### Оценка результатов.

Сравнение и выбор наиболее предпочтительной для данного ученика профессиональной сферы (или несколько сфер) делается на основе сопоставления, во-первых, сумм баллов, набранных разными профессиональными сферами отдельно по шкалам «умения», «эмоциональное

отношение», «профессиональное предпочтение». Обращается внимание на ту или те профессиональные сферы, в которых эти суммы наибольшие. Затем сравниваются в каждой сфере суммы баллов, набранные по данным трем шкалам между собой. Положительно оценивается такое сочетание, в котором оценки по 2-3 шкалам сочетаются количественно с реальными умениями ученика, т.е. с первой оценкой. Например, соотношение трех оценок типа «10 – 12 – 11» благоприятнее, чем соотношение «3 – 18 – 12». Предпочтение в первом примере более обосновано наличием соответствующих умений.

Обязательно анализируются во всех сферах вопросы, на которые дана наибольшая оценка в баллах, т.е. «2- 2 – 2» (в первую очередь), а также вопросы, в которых две наивысшие оценки сочетаются со средней («2 – 2 – 1» или «1 – 2 – 2»). Это необходимо, во-первых, для того, чтобы сузить всю профессиональную сферу до некоторых специальностей этой сферы. Например, работа в области «Ч – 3» может осуществляться с «буквами, словами, текстом» - программист, математик, экономист и др. Во-вторых, для того чтобы «выйти» за пределы одной сферы на профессии, занимающие промежуточное положение между разными сферами. Например, учитель математики («Ч – Ч» и «Ч – 3»), модельер («Ч – Х – О», «Ч – Т») и т.д



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 и интерпретация**

Сфера интересов	№ Вопросов				
	1	11	21	31	41
Физика и математика	2	12	22	32	42
Химия и биология	3	13	23	33	43
Радиотехника и электроника	4	14	24	34	44
Механика и конструирование	5	15	25	35	45
География и геология	6	16	26	36	46
Литература и искусство	7	17	27	37	47
История и политика	8	18	28	38	48
Педагогика и медицина	9	19	29	39	49
Предпринимательство и домоводство	10	20	30	40	50
Спорт и военное дело					

Подсчитайте число плюсов в каждом столбике. Чем их больше, тем выше интерес к этим занятиям.

Пять баллов говорят о ярко выраженном интересе к предмету или виду деятельности. Это – необходимое, но не достаточное условие правильного выбора профессии. Другое важное условие – способности, или профессионально важные качества.



Если сумма баллов ни в одной колонке не превышает трех баллов, значит, профессиональные интересы слабо выражены.

**Бланк**

Ф.И. \_\_\_\_\_ КЛАСС \_\_\_\_\_ Нравится ли вам делать то, о чем говорится в опроснике? Если да, то в бланке ответов рядом с номером вопроса поставьте **плюс**, если не нравится – **минус**.

Ф.И.О.					Итого	Сфера интересов
1	11	21	31	41		
2	12	22	32	42		
3	13	23	33	43		
4	14	24	34	44		
5	15	25	35	45		
6	16	26	36	46		
7	17	27	37	47		
8	18	28	38	48		
9	19	29	39	49		
10	20	30	40	50		



- а) возможность следить за ходом мыслей автора;
- б) художественная форма, мастерство писателя или режиссера;
- в) сюжет, действия героев.

**3. Меня больше обрадует Нобелевская премия**

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

**4. Я скорее соглашусь стать**

- а) главным механиком;
- б) начальником экспедиции;
- в) главным бухгалтером.

**5. Будущее людей определяют**

- а) взаимопонимание между людьми;
- б) научные открытия;
- в) развитие производства.

**6. Если я стану руководителем, то в первую очередь займусь**

- а) созданием дружного, сплоченного коллектива;
- б) разработкой новых технологий обучения;
- в) работой с документами.

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

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

**8. В людях я ценю, прежде всего**

- а) дружелюбие и отзывчивость;
- б) смелость и выносливость;
- в) обязательность и аккуратность.

**9. В свободное время мне хотелось бы**

- а) ставить различные опыты, эксперименты;
- б) писать стихи, сочинять музыку или рисовать;
- в) тренироваться.

**10. В зарубежных поездках меня скорее заинтересует**

- а) возможность знакомства с историей и культурой другой страны;
- б) экстремальный туризм (альпинизм, виндсерфинг, горные лыжи);
- в) деловое общение

**11. Мне интереснее беседовать о**

- а) человеческих взаимоотношениях;
- б) новой научной гипотезе;
- в) технических характеристиках новой модели машины, компьютера.

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

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

**13. В школе следует обратить особое внимание на**

- а) улучшение взаимопонимания между учителями и учениками;
- б) поддержание здоровья учащихся, занятия спортом;
- в) укрепление дисциплины.

**14. Я с большим удовольствием смотрю**

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

**15. Мне хотелось бы работать**

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

**16. Школа в первую очередь должна**

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

**17. Главное в жизни**

- а) иметь возможность заниматься творчеством;
- б) вести здоровый образ жизни;
- в) тщательно планировать свои дела.

**18. Государство должно в первую очередь заботиться о**

- а) защите интересов и прав граждан;
- б) достижениях в области науки и техники;
- в) материальном благополучии граждан.

**19. Мне больше всего нравятся уроки**

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

**20. Мне интереснее было бы**

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

**21. Я предпочитаю читать статьи о**

- а) выдающихся ученых и их открытиях;
- б) интересных изобретениях;
- в) жизни и творчестве писателей, художников, музыкантов.

**22. В свободное время я люблю**

- а) читать, думать, рассуждать;
- б) что-нибудь мастерить, шить, ухаживать за животными, растениями;
- в) ходить на выставки, концерты, в музеи.

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

- а) научном открытии;
- б) художественной выставке;
- в) экономической ситуации.

**24. Я предпочту работать**

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

**Обработка результатов.** Подсчитайте число обведенных букв в каждом из шести столбцов и запишите эти шесть чисел в пустых клетках нижней строчки.

10-12 баллов – ярко выраженная профессиональная склонность.

7-9 баллов – склонность к определенному виду деятельности.

4-6 баллов – слабо выраженная профессиональная склонность.

0-3 баллов – профессиональная склонность не выражена.

Шесть столбцов – это шесть видов деятельности. Обратите внимание на те виды деятельности, которые набрали большее количество баллов. Совпадает ли ваш выбор профессии с полученными результатами?

**1 - склонность к работе с людьми.** Профессии, связанные с управлением, обучением, воспитанием, обслуживанием (бытовым, медицинским, справочно-информационным). Людей, успешных в профессиях этой группы, отличает общительность, способность находить общий язык с разными людьми, понимать их настроение, намерения.

**2 - склонность к исследовательской (интеллектуальной) работе.** 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 практической деятельности.** 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; управление транспортом; обработка и использование различных материалов; изготовление изделий.

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 специальных способностей (музыкальных, литературных, актерских) отличает оригинальность мышления, независимость характера, стремление к совершенству.

**5 - склонность к экстремальным видам деятельности.** Профессии, связанные с занятиями спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельности, службой в армии. Все они предъявляют особые требования к физической подготовке, здоровью, волевым качествам.

**б - склонность к плано-экономическим видам деятельности.** Профессии, связанные с расчетами и планированием (бухгалтер, экономист); делопроизводством, анализом текстов и их преобразованием (редактор, переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (чертежник, топограф). Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности.





## «Карта интересов -90»

**Категория:** 8-9 классы

**Инструкция:**

Необходимо ответить на все вопросы прилагаемой далее анкеты, не пропуская ни одного. Если Вам очень нравится заниматься тем, о чем говорится в вопросе, то в клеточке на листе ответов, обозначенной тем же номером, что и вопрос анкеты, нужно поставить, например, два плюса; если просто нравится - один плюс; равнодушны, не знаете - нуль; если не нравится - один минус.

Подсчитав по каждой колонке (по вертикали) сумму плюсов, вы можете выяснить область, в которой расположены ваши интересы (там, где будет получено максимальное число плюсов): **I - физика, II - математика, III - экономика и бизнес, IV - техника и электротехника, V - химия, VI - биология и сельское хозяйство, VII - медицина, VIII - география и геология, IX - история, X - филология, журналистика, XI - искусство, XII - педагогика, XIII - труд в сфере обслуживания, XIV - военное дело, XV - спорт.**

Степень активности интересов определите по количеству плюсов в горизонтальных колонках анкеты. Если их количество максимально в 1-2-х колонках, значит, у вас есть желание ознакомиться с той или иной областью знаний, деятельности; если в 3-4-х колонках - у вас есть стремление к более глубокому изучению, познанию предмета интересов; если в 5-6-х колонках - вы приступили к активным практическим занятиям в данной области, интересы переросли в склонности.

**Лист ответов**

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV
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	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75
76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90

**Анкета по изучению профессиональной направленности**

Любите ли вы? Нравится ли вам?

1. Читать книги типа “Занимательная физика”, “Физики шутят”.
2. Читать книги типа “Занимательная математика”, “Математические досуги”.
3. Интересоваться вопросами экономической географии, сообщениями в печати об экономических показателях работы предприятия, развития отраслей хозяйства.

4. Читать журналы “Юный техник”, “Техника молодежи”, знакомиться с достижениями в области техники, радиоэлектроники по публикациям в научно-популярных журналах.
5. Читать об открытиях в химии, о жизни и деятельности выдающихся химиков.
6. Читать о жизни растений и животных.
7. Читать о том, как люди научились бороться с болезнями, о врачах, о достижениях в области медицины.
8. Знакомиться с различными странами по описаниям и географическим картам.
9. Читать книги об исторических личностях и событиях.
10. Читать произведения классиков мировой литературы.
11. Интересоваться историей развития искусства, слушать оперную, симфоническую, джазовую музыку.
12. Читать книги о жизни школы (о работе воспитателя, учителя, пионервожатого).
13. Интересоваться искусством кулинарии, моделирования одежды, конструирования мебели.
14. Читать книги о войнах и сражениях.
15. Читать спортивные газеты, журналы, книги о спорте и выдающихся спортсменах.
16. Интересоваться научно-популярной литературой о физических открытиях, о жизни и деятельности выдающихся физиков.
17. Читать научно-популярную литературу о математических открытиях, о жизни и деятельности выдающихся математиков.
18. Изучать вопросы промышленности, сельского хозяйства, других отраслей хозяйства, узнавать о достижениях в области планирования и учета на предприятии.
19. Посещать технические выставки или слушать (смотреть) передачи о новинках техники.
20. Находить химические явления в природе, проводить опыты по химии, следить за ходом химических реакций.
21. Изучать ботанику, зоологию, биологию.
22. Знакомиться с особенностями строения и функционирования человеческого организма.
23. Узнавать об исследованиях новых месторождений полезных ископаемых.
24. Обсуждать текущие политические события в России и за рубежом.
25. Читать литературно-критические статьи.
26. Обсуждать кинофильмы, театральные постановки, художественные выставки.
27. Обсуждать вопросы воспитания детей и подростков, узнавать, как можно помочь кому-нибудь из друзей, одноклассников, младших исправить свое поведение.
28. Заботиться об уюте в доме, в классе, школе приводить в порядок свое помещение.
29. Знакомиться с военной техникой.
30. Ходить на матчи и спортивные состязания.
31. Проводить опыты по физике.

32. Решать математические задачи.
33. Точно вести расчеты своих денежных доходов и расходов, знать бюджет семьи.
34. Читать технические чертежи и схемы. Разбираться в схемах радиоаппаратуры и др.
35. Готовить растворы, взвешивать реактивы.
36. Работать в саду, на огороде, ухаживать за растениями. животными.
37. Изучать причины возникновения разных болезней.
38. Собирать коллекцию минералов.
39. Изучать историю. возникновения народов и государств.
40. Изучать иностранные языки.
41. Декламировать, петь, выступать на сцене.
42. Читать книги малышам, помогать им что-нибудь делать, рассказывать им сказки.
43. Шить, вязать, вышивать, готовить пищу, изготавливать, совершенствовать или ремонтировать домашние бытовые приборы и устройства, мебель и т.п.
44. Принимать участие в военизированных походах.
45. Играть в спортивные игры.
46. Заниматься в физическом кружке.
47. Заниматься в математическом кружке.
48. Интересоваться стоимостью товаров, пытаться понять вопросы ценообразования, заработной платы, организации труда.
49. Собирать и ремонтировать разные механизмы, исправлять электроприборы и повреждения в электросети.
50. Заниматься в химическом кружке (изучать факультатив по химии).
51. Заниматься в биологическом кружке.
52. Знакомиться с работой медсестры и врача.
53. Составлять геологические и географические карты.
54. Посещать исторические музеи, знакомиться с памятниками культуры, участвовать в археологических экспедициях.
55. Письменно излагать свои мысли, наблюдения, вести дневник.
56. Заниматься в драматическом кружке.
57. Объяснять товарищам, как выполнять учебные задания, если они испытывают в них затруднения.
58. Оказывать людям различные услуги (починить обувь, сделать фотографию, помочь красиво уложить волосы и т.п.).
59. Участвовать в военных играх и походах.
60. Принимать участие в спортивных соревнованиях.
61. Участвовать в физических олимпиадах.
62. Участвовать в математических конкурсах, олимпиадах.
63. Посещать “Школу бизнеса”, “Школу прикладной экономики”, кружки “Юный менеджер”, “Юный предприниматель” и др.
64. Изготавливать модели самолетов, планеров, кораблей, собирать радиоприборы или какие-либо другие конструкции.
65. Участвовать в химических олимпиадах.
66. Участвовать в биологических олимпиадах.

67. Ухаживать за больными.
68. Помогать старшим или самим производить топографическую съемку местности.
69. Выступать с сообщениями по истории, заниматься в историческом (или археологическом) кружке.
70. Заниматься в литературном или лингвистическом кружке.
71. Играть на музыкальных инструментах, рисовать, резать по дереву.
72. Заниматься с младшими школьниками.
73. Постоянно общаться со многими и разными людьми.
74. Быть организатором (командиром) в играх и походах.
75. Заниматься в спортивной секции.
76. Выступать с докладами о новых физических открытиях, организовывать конкурсы КВН по физике.
77. Организовывать математические конкурсы.
78. Принимать участие в конкурсах юных экономистов.
79. Заниматься в кружке технического творчества.
80. Принимать участие, помогать старшим в организации вечера типа “Химия вокруг нас”.
81. Проводить опытническую работу по биологии.
82. Заниматься в кружке санитаров.
83. Участвовать в географических или геологических экспедициях.
84. Принимать участие в организации походов по родному краю.
85. Писать сценарии к литературному вечеру
86. Посещать театры, музеи, выставки.
87. Заниматься с младшими братьями и сестрами.
88. Дарить подарки, сделанные своими руками.
89. Изучать военное дело.
90. Тренировать младших в секциях, спортивных командах.



**«Определение профессионального типа личности».**  
**(Г.В. Резапкина авторская модификация методики Д. Холланда)**

**Категория:** 8-9 классы

**Инструкция.** Прочитайте список профессий, сравнивая их попарно. После каждой профессии стоит буква. Это код профессии. Выберите профессию, которая для вас более привлекательна, и в бланке ответов рядом с ее кодом поставьте «+». Если в паре «автомеханик (Р)» — «физиотерапевт (С)» для вас интереснее профессия автомеханика. Код этой профессии — Р. Значит, в бланке ответов в строке «Р» надо поставить «+».

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

Автомеханик (Р)	Физиотерапевт (С)
Специалист по защите информации (И)	Логистик (П)
Оператор связи (О)	Кинооператор (А)
Водитель (Р)	Продавец (С)
Инженер-конструктор (И)	Менеджер по продажам (П)
Диспетчер (О)	Дизайнер компьютерных программ (А)
Ветеринар (Р)	Эколог (С)
Биолог-исследователь (И)	Фермер (П)
Лаборант (О)	Дрессировщик (А)
Агроном (Р)	Санитарный врач (С)
Селекционер (И)	Заготовитель сельхозпродуктов (П)
Микробиолог (О)	Ландшафтный дизайнер (А)
Массажист (Р)	Воспитатель (С)
Преподаватель (И)	Предприниматель (П)
Администратор (О)	Режиссер театра и кино (А)
Официант (Р)	Врач (С)
Психолог (И)	Торговый агент (П)
Страховой агент (О)	Хореограф (А)
Ювелир-гравер (Р)	Журналист (С)
Искусствовед (И)	Продюсер (П)
Редактор (О)	Музыкант (А)
Дизайнер интерьера (Р)	Экскурсовод (С)

Композитор (И)	Арт-директор (П)
Музейный работник (О)	Актер театра и кино (А)
Верстальщик (Р)	Гид-переводчик (С)
Лингвист (И)	Антикризисный управляющий (П)
Корректор (О)	Художественный редактор (А)
Наборщик текстов (Р)	Юрисконсульт (С)
Программист (И)	Брокер (П)
Бухгалтер (О)	Литературный переводчик (А)

### **Обработка результатов**

Подсчитайте количество плюсов в каждой строке:

8—10 — ярко выраженный тип;

5—7 — средне выраженный тип;

2—4 — слабо выраженный тип.

Максимальное количество плюсов указывает на вашу принадлежность к одному из шести профессиональных типов.

**1. РЕАЛИСТИЧЕСКИЙ ТИП (Р).** 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 (И).** 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 (С).** 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 (О).** 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 (П).** 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 (А).** 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.



## «Карта интересов -120»

**Категория:** 9-11 классы

**Инструкция.** "Перед Вами ряд высказываний, в которых содержится вопрос о наличии интереса к той или иной деятельности и сфере знаний. Ваша задача, читая эти высказывания в бланке ответов против соответствующего порядкового номера ставить следующие знаки: ++ если названная область знания нравится Вам и Вы хотели бы стать специалистом в этой области; + если названная область знания нравится Вам, но особого желания заниматься ею у Вас, нет; - если указанная деятельность не нравится Вам".

1. Решать математические задачи и делать сложные математические расчеты.
2. Готовить растворы, смешивать реактивы.
3. Читать книги по занимательной физике.
4. Выяснять устройство электроприборов.
5. Читать технические журналы ("Техника молодежи", "Юный техник", "Моделист - конструктор").
6. Собирать коллекции минералов.
7. Знакомиться с жизнью животных и растений.
8. Читать произведения классической мировой литературы.
9. Узнавать о жизни людей в разных странах, о государственном устройстве этих стран.
10. Читать книги о школе.
11. Знакомиться с работой врачей.
12. Заботиться об уюте в доме, в классе, в школе.
13. Посещать театры, музеи, художественные выставки.
14. Читать книги о работе милиции.
15. Читать военную литературу.
16. Уроки математики.
17. Решать задачи по химии.
18. Читать научно-популярную литературу о физических открытиях.
19. Исправлять бытовые и электроприборы.
20. Посещать выставки по технике или слушать (смотреть) передачи о новинках техники.
21. Ходить в походы по родному краю для его изучения.
22. Изучать особенности физиологических процессов в различных организмах.
23. Читать критические статьи о литературе.
24. Участвовать в общественной работе.
25. Объяснять товарищам, как выполнить учебное задание, если они сами не могут сделать.
26. Читать о том, как люди научились бороться с болезнями.
27. Шить, вышивать, готовить пищу.
28. Слушать оперную и симфоническую музыку.
29. Знакомиться с различными законами, распоряжениями, уставами.



30. Знакомиться с военной техникой.
31. Заниматься в математическом кружке.
32. Проводить опыты по химии.
33. Проводить опыты по физике.
34. Читать статьи в научно-популярных журналах о новинках радиотехники.
35. Собирать и ремонтировать машины, например, велосипед.
36. Ездить в экспедиции с геологами.
37. Работать в саду, на огороде.
38. Письменно излагать свои наблюдения, мысли (писать стихи).
39. Читать книги по истории.
40. Читать, рассказывать детям сказки, играть с ними.
41. Ухаживать за больными, следить за правильным приемом лекарств.
42. Помогать по хозяйству дома.
43. Заниматься в каком-либо кружке художественной самодеятельности.
44. Изучать политический строй и социальные изменения в других странах.
45. Участвовать в военных играх, походах.
46. Решать задачи по алгебре.
47. Выполнять домашние задания по химии.
48. Участвовать в физических олимпиадах.
49. Собирать и ремонтировать радиоаппаратуру.
50. Моделировать, например, изготавливать модели планеров и т.д.
51. Участвовать в географических и геологических экскурсиях.
52. Наблюдать за живой природой.
53. Изучать иностранный язык.
54. Выступать с докладами на исторические темы.
55. Выполнять работу пионервожатого.
56. Знакомиться с тем, как устроен организм человека.
57. Делать разные покупки.
58. Играть на музыкальных инструментах.
59. Выступать с докладами, сообщениями перед большой аудиторией.
60. Уроки физкультуры.
61. Выполнять математические действия по формулам.
62. Находить химические явления в природе.
63. Заниматься в физическом кружке.
64. Разбираться в радиосхемах.
65. Научиться водить машину и уметь самому ремонтировать ее.
66. Знакомиться с географическими (геологическими) картами.
67. Проводить опытническую работу по биологии.
68. Обсуждать с товарищами прочитанные книги.
69. Изучать политический строй в разных странах.
70. Обсуждать вопросы воспитания.
71. Изучать причины возникновения разных болезней.
72. Знакомиться, общаться с разными людьми.
73. Декламировать, петь в хоре, выступать на сцене.
74. Читать в газете и смотреть по телевизору политические новости.
75. Заниматься в спортивных секциях.

76. Читать научно-популярную литературу о математических открытиях и известных математиках.
77. Заниматься в химическом кружке, участвовать в химических олимпиадах.
78. Уроки физики.
79. Выполнять работы и измерительными приборами.
80. Выполнять сложные технические работы, требующие большой точности.
81. Узнавать об открытии новых месторождений полезных ископаемых.
82. Ухаживать за растениями и животными, наблюдать за их ростом и развитием.
83. Выступать с докладом по вопросам литературы.
84. Смотреть фильмы об исторических событиях.
85. Давать объяснения младшим школьникам.
86. Знакомиться с достижениями в области медицины.
87. Оказывать людям различные бытовые услуги.
88. Смотреть театральные постановки по телевизору.
89. Вести дискуссии на политические темы.
90. Изучать историю крупных исторических сражений и биографии выдающихся полководцев.
91. Решать задачи по геометрии.
92. Узнавать о новых достижениях в области химии (из журналов, радио и телепередач).
93. Читать книги о физических открытиях и великих ученых-физиках.
94. Заниматься в радиотехническом кружке.
95. Выполнять чертежи.
96. Уроки географии.
97. Участвовать в работе биологических кружков и проводить опыты с растениями и животными.
98. Работать со словарем, литературными источниками, библиографическими справочниками.
99. Знакомиться с древней культурой по раскопкам археологов.
100. Анализировать свои поступки и поведение в процессе общения с людьми.
101. Читать медицинские справочники и словари.
102. Работать над улучшением условий труда и совершенствованием оборудования.
103. Знакомиться с картинами, скульптурными памятниками, другими произведениями искусства.
104. Работа, требующая беспристрастного отношения к людям, понимание психологии.
105. Заниматься каким-либо видом спорта, участвовать в спортивных соревнованиях.
106. Участвовать в математических олимпиадах.
107. Выполнять работу, требующую знания принципов и законов химии.
108. Знакомиться с различными физическими явлениями в природе.
109. Заниматься моделированием в области теле-, радиотехники.
110. Выполнять работы по механике с простыми расчетами.
111. Совершать трудные и длительные походы по заданной программе.



7.Биология и с/хозяйство	7	22	37	52	67	82	97	112	
8. Филология и журналистская деятельность	8	23	38	53	68	83	98	113	
9. История и общественная деятельность	9	24	39	54	69	84	99	114	
10. Педагогическая и воспитательная работа	10	25	40	55	70	85	100	115	
11. Медицина и врачебная деятельность	11	26	41	56	71	86	101	116	
12. Сфера обслуживания	12	27	42	57	72	87	102	117	
13. Искусство	13	28	43	58	73	88	103	118	
14. Юриспруденция	14	29	44	59	74	89	104	119	
15. Спорт и военное дело	15	30	45	60	75	90	105	120	

Общий вывод о преобладании определенного интереса делается на основании сравнения баллов, полученных в сумме по каждой области знания и деятельности (соответственно чем выше балл, тем более развит данный интерес). В результате по каждому обследованному школьнику выявляется один или группа ведущих интересов.



## «Определение типа будущей профессии» (методика Е.А. Климова)

**Категория:** 8-10 классы

**Инструкция.** Прочитайте данные высказывания. Если они вам подходят, то в клетке с цифрой поставьте «+», если нет - поставьте «—» . Если сомневаетесь, зачеркните цифру.

1. Легко знакомлюсь с людьми.					1
2. Охотно и подолгу могу что-нибудь мастерить.		1			
3. Люблю ходить в музеи, театры, на выставки.				1	
4. Охотно и постоянно ухаживаю за растениями, животными.	1				
5. Охотно и подолгу могу что-нибудь вычислять, чертить.			1		
6. С удовольствием общаюсь со сверстниками или малышами.					1
7. С удовольствием ухаживаю за растениями и животными.	1				
8. Обычно делаю мало ошибок в письменных работах.			1		
9. Мои изделия обычно вызывают интерес у товарищей, старших.		2			
10. Люди считают, что у меня есть художественные способности.				2	
11. Охотно читаю о растениях, животных.	1				
12. Принимаю участие в спектаклях, концертах.				1	
13. Люблю читать об устройстве механизмов, приборов, машин		1			
14. Подолгу могу разгадывать головоломки, задачи, ребусы.			2		
15. Легко улаживаю разногласия между людьми					2
16. Считаю, что у меня есть способности к работе с техникой.		2			
17. Людям нравится мое художественное творчество/				2	
18. У меня есть способности к работе с растениями и животными.	2				
19. Я могу ясно излагать свои мысли в письменной форме.			2		
20. Я почти никогда ни с кем не ссорюсь.					1
21. Результаты моего технического творчества одобряют даже незнакомые люди.		1			
22. Без особого труда усваиваю иностранные языки.			1		

23. Мне часто случается помогать даже незнакомым людям					2
24. Подолгу могу заниматься музыкой, рисованием, читать книги и т. д.				1	
25. Могу влиять на ход развития растений и животных.	2				
26. Люблю разбираться в устройстве механизмов, приборов.		1			
27. Мне обычно удается убедить людей в своей правоте.					1
28. Охотно наблюдаю за растениями или животными.	1				
29. Охотно читаю научно-популярную, критическую литературу, публицистику.			1		
30. Стараюсь понять секреты мастерства и пробую свои силы в живописи, музыке и т. п.				1	
<b>РЕЗУЛЬТАТЫ</b>	<b>П</b>	<b>Т</b>	<b>З</b>	<b>Х</b>	<b>Ч</b>

### *Обработка и интерпретация результатов*

По каждому столбцу подсчитайте *алгебраическую*, то есть с учетом знаков, сумму. Зачеркнутые цифры не считайте. Запишите сумму в строку «Результаты».

Наибольшая полученная сумма или суммы (по нескольким столбцам) указывает на наиболее подходящий вам тип профессии, который обозначен буквами:

- П** (природа),
- Т** (техника),
- З** (знак),
- Х** (художественный образ),
- Ч** (человек).

Максимальное число баллов в каждом столбце — 8 - говорит о ярко выраженном интересе к одному из пяти предметов труда.

Минимальное количество в колонке означает отсутствие интереса к данному предмету труда.

#### 1. Человек- Техника (Ч-Т). Труд людей этой группы профессий связан с:

- преобразованием деталей, изделий, механизмов (изготовление деталей, машин, механизмов вручную, на станках и автоматических линиях, слесарно-сборочные работы, монтажные и электромонтажные, строительно-отделочные, работы по добыче и переработке промышленного сырья, изготовление пищевых продуктов);
- обслуживанием технических объектов (наладка и обслуживание оборудования, управление станками, машинами, механизмами, транспортными

средствами и строительными машинами);

- восстановлением (восстановление и ремонт технического оборудования, изделий);
- изучением (контроль и анализ качества изделий и механизмов, испытание качества изделий).

2. Человек - человек (Ч-Ч). Труд людей этой группы профессий связан с:

- воспитанием, обучением, тренировкой других людей (воспитатель дошкольных учреждений, детских домов, преподаватель в школах и других учебных заведениях, мастер производственного обучения, тренер по спорту и др.);
- медицинским обслуживанием людей и уходом за ними (врач, зубной техник, медицинская сестра);
- правовой помощью (судья, адвокат, юрисконсульт, работник милиции и т.д.);
- организацией людей, руководством и управлением ими (администратор, менеджер и пр.);
- изучением, описанием, исследованием других людей (социолог, психолог, журналист, следователь и пр.).

3. Человек - знаковая система (Ч-З). Труд людей этой группы профессий связан с:

- преобразованием, расчетом, сортировкой (бухгалтер, экономист, почтальон и пр.);
- шифровкой, дешифровкой, распознаванием символов (стенографист, радист, лингвист, филолог, историк, математик, библиотекарь и пр.);
- управлением движения (диспетчер, инспектор ГИБДД и пр.);
- составлением и хранением документации (нотариус, архивариус, делопроизводитель и пр.);
- восстановлением, устранением искажений (корректор, редактор и пр.).

4. Человек - природа (Ч-П). Труд людей этой группы профессий связан с:

- преобразованием, переработкой (садовник, технолог пищевой промышленности, рыбообработчик и пр.);
- обслуживанием, охраной флоры и фауны (работник лесного хозяйства, цветовод, птицевод, животновод и пр.);
- заготовкой продуктов, эксплуатацией природных ресурсов (охотник, рыбак, лесоруб, агроном, зоотехник и пр.);
- восстановлением, лечением (ветеринар, эколог, лесовод и пр.);
- изучением, описанием, изысканием (генетик, геолог, ботаник, зоолог, метролог и пр.).

5. Человек - художественный образ (Ч-Х).

Труд людей этой группы профессий связан с:

- преобразованием, созданием (архитектор, дизайнер, скульптор, модельер, художник, режиссер, композитор и пр.);
- исполнением, изготовлением изделий по образцу в единичном

экземпляре (дирижер, музыкант, вокалист, актер, ювелир, реставратор, оформитель и пр.);

- с воспроизведением, копированием, размножением художественных произведений (мастер по росписи, шлифовщик по камню, маляр и пр.).



## Определение мотивации (методика Е.А. Головахи)



**Категория:** 9-11 классы

**Инструкция.** Прочитайте приведенные в таблице суждения о профессиях и выберите два из них, наиболее соответствующие вашим взглядам.

1. В наибольшей степени реализовать свои физические возможности, проявить силу, ловкость, волевые качества	5. Работать в хороших условиях, в таких, чтобы работа не была утомительной, не вызывала отрицательных эмоций
2. Достичь высокого общественного положения, известности, славы, получить признание окружающих	
3. Получать высокий заработок, обеспечивающий хорошие материальные условия	6. Сохранить достаточно энергии и времени для увлечений, общения с друзьями и близкими
4. Проявлять творческую инициативу, полностью раскрыть свои интеллектуальные способности	

→ Если выбранные вами суждения находятся в левой части таблицы (профессиональная мотивация), значит, в данный момент для вас актуальна профессиональная самореализация (выбор профессии и путей ее получения, профессиональный рост и карьера).

→ Если выбранные суждения находятся в правой части таблицы (внепрофессиональная мотивация), значит, в данный момент для вас важнее вопросы, не связанные с профессиональной самореализацией (семья, здоровье, личностный рост, который не всегда связан с профессиональным).

→ Если выбранные вами суждения оказались в разных частях таблицы, значит, ваша мотивация носит противоречивый характер. Решите, что для вас в данный момент важнее – профессиональное самоопределение или другие вопросы.

**Анкета «Ориентация»  
И.Л. Соломин**

**Категория:** 9-11 классы

**Инструкция:** Напротив каждого высказывания зачеркните цифру, соответствующую степени вашего желания заниматься этим видом деятельности:

- 0 - вовсе нет;
- 1 - пожалуй, так;
- 2 - верно;
- 3 - совершенно верно.

***Я хочу (мне нравится, меня привлекает, я предпочитаю):***

1	Обслуживать людей	0 1 2 3	
	Заниматься лечением	0 1 2 3	
	Обучать, воспитывать	0 1 2 3	
	Защищать права и безопасность	0 1 2 3	
	Управлять людьми	0 1 2 3	
2	Управлять машинами	0 1 2 3	
	Ремонтировать оборудование	0 1 2 3	
	Собирать и налаживать технику	0 1 2 3	
	Обрабатывать материалы, изготавливать предметы и вещи	0 1 2 3	
	Заниматься строительством	0 1 2 3	
3	Редактировать тексты и таблицы	0 1 2 3	
	Производить расчеты и вычисления	0 1 2 3	
	Обрабатывать информацию	0 1 2 3	
	Работать с чертежами, картами и схемами	0 1 2 3	
	Принимать и передавать сигналы и сообщения	0 1 2 3	
4	Заниматься художественным оформлением	0 1 2 3	
	Рисовать, фотографировать	0 1 2 3	
	Создавать произведения искусства	0 1 2 3	
	Выступать на сцене	0 1 2 3	
	Шить, вышивать, вязать	0 1 2 3	
5	Ухаживать за животными	0 1 2 3	
	Заготавливать продукты	0 1 2 3	

	Работать на открытом воздухе	0 1 2 3	
	Выращивать овощи и фрукты	0 1 2 3	
	Иметь дело с природой	0 1 2 3	
А	Работать руками	0 1 2 3	
	Выполнять решения	0 1 2 3	
	Воспроизводить имеющиеся образцы, размножать, копировать	0 1 2 3	
	Получать конкретный практический результат	0 1 2 3	
	Воплощать идеи в жизнь	0 1 2 3	
Б	Работать головой	0 1 2 3	
	Принимать решения	0 1 2 3	
	Создавать новые образцы	0 1 2 3	
	Анализировать, изучать, наблюдать, измерять, контролировать	0 1 2 3	
	Планировать, конструировать, разрабатывать, моделировать	0 1 2 3	

**Инструкция:** Напротив каждого высказывания зачеркните цифру, соответствующую степени вашей способности к этому виду деятельности:

- 0 - вовсе нет;
- 1 - пожалуй, так;
- 2 - верно;
- 3 - совершенно верно.

**Я могу (способен, умею, обладаю навыками):**

1	Знакомиться с новыми людьми	0 1 2 3	
	Быть чутким и доброжелательным	0 1 2 3	
	Выслушивать людей	0 1 2 3	
	Разбираться в людях	0 1 2 3	
	Хорошо говорить и выступать публично	0 1 2 3	
2	Искать и устранять неисправности	0 1 2 3	
	Использовать приборы, машины, механизмы	0 1 2 3	
	Разбираться в технических устройствах	0 1 2 3	
	Ловко обращаться с инструментами	0 1 2 3	
	Хорошо ориентироваться в пространстве	0 1 2 3	
3	Быть сосредоточенным и усидчивым	0 1 2 3	

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

### Обработка результатов

Обработка результатов анкеты очень проста. Суждения характеризующие различные виды профессиональной деятельности, объединены в семь групп по пять суждений в каждой. В каждой группе из пяти суждений необходимо подсчитать суммарное количество баллов, выбранных вами, и записать эту сумму в рамке справа от соответствующей группы суждений. Суммарная оценка по каждой группе может составлять от 0 до 15 баллов. В зависимости от того, в какой группе вы набрали максимальный суммарный балл, определяется наибольшая склонность или способность к соответствующему типу или классу профессий.

Первые пять групп суждений, обозначенные цифрами от 1 до 5,

характеризуют пять типов профессий, разделенных по признаку "предмет труда": 1) человек - человек; 2) человек - техника; 3) человек - знаковая система; 4) человек - художественный образ; 5) человек - природа.

Последние две группы суждений, обозначенные буквами А и Б, соответствуют двум классам профессий, разделенных по признаку "характер труда": А - исполнительские; Б - творческие.

Зная координаты своих профессиональных предпочтений, можно найти наиболее подходящую для вас профессиональную группу.

Сначала определяется, к какому из пяти типов профессий (1,2,3,4 или 5) вы наибольшей степени склонны и способны. Затем определяется ваша преимущественная склонность и способность к одному из двух классов профессий (А или Б).

Если склонности лежат в той же группе профессий что и ваши способности, то это свидетельствует о том, что вам нравится делать именно то, что вы умеете делать. Поэтому можно было бы ожидать, что, выбрав ту или иную профессию, вы не только смогли бы добиться в ней достаточно высоких успехов, но это доставляло бы вам удовольствие.

В случае если наиболее привлекательный для вас тип профессий не совпадает с характером деятельности, которую вы можете делать лучше всего, вам предстоит выбрать, чему же отдать предпочтение в процессе выбора профессии - склонностям (Хочу) или способностям (Могу).

Если человеку нравится какой-либо вид деятельности, то он занимается им в течение большего времени, затрачивая на него больше усилий, поэтому соответствующие способности могут развиваться и совершенствоваться. Но верно и обратное. Если человек обладает выраженными способностями к какому-то виду деятельности, то он лучше с ним справляется и испытывает большее удовольствие, когда им занимается. Именно поэтому данный вид деятельности становится для него более привлекательным.

## Тест-опросник Голланда



**Категория:** 9-11 классы

**Инструкция.** Вам предлагаются пары профессий. Вы не будете специалистами во многих профессиях, но представление имеете о многих из них. В каждой паре профессий (1 а – 1б; 2а–2б и т.д.) выберете ту, которая Вам больше нравится. Соответствующий номер в листе ответов обведите кружком. По окончании работы

посчитайте в каждом столбике количество обведенных кружком номеров профессий и запишите внизу в свободной клетке. Сверху запишите название каждого столбика соответственно.

Вариант А	Вариант В
1) инженер – технолог	1) инженер – конструктор
2) электрорадиотехник	2) врач - терапевт
3) оператор с числовым управлением	3) кодировщик (обработка информации)
4) фотограф	4) коммерсант
5) спасатель МЧС	5) дизайнер
6) политолог	6) психиатр
7) ученый химик	7) бухгалтер
8) философ	8) частный предприниматель
9) лингвист	9) модельер
10) инспектор службы занятости	10) статист
11) социальный педагог	11) биржевой маклер
12) тренер	12) искусствовед
13) нотариус	13) менеджер
14) перфораторщик	14) художник
15) лидер политической партии	15) писатель
16) закройщик	16) метеоролог
17) водитель	17) работник пресс-службы
18) чертежник	18) риэлтор
19) специалист по ремонту компьютеров	19) секретарь – референт
20) микробиолог	20) психолог
21) видеооператор	21) режиссер
22) экономист	22) провизор
23) зоолог	23) главный инженер
24) программист	24) архитектор
25) работник инспекции по делам	25) коммивояжер (сетевой)

несовершеннолетних	маркетинг)
26) преподаватель	26) биржевой маклер
27) воспитатель	27) декоратор
28) реставратор	28) зав. отделом предприятия
29) корректор	29) литератор и кинокритик
30) фермер	30) визажист
31) парикмахер	31) социолог (изучение)
32) экспедитор	32) редактор
33) ветеринар	33) директор (финансовый)
34) автомеханик	34) стилист
35) археолог	35) эксперт
36) библиограф	36) корреспондент
37) эколог	37) актер
38) логопед	38) контролер
39) адвокат	39) директор (глава АО)
40) кассир	40) продюсер
41) поэт (писатель)	41) продавец
42) криминалист (баллистик)	42) композитор

Для подсчета баллов необходимо отмечать в листе ответов выборы испытуемых по шести шкалам таблицы. Эти шкалы следующие:

1 – реалистический тип, 2 – интеллектуальный тип, 3 – социальный тип, 4 – конвенциональный тип, 5 – предприимчивый тип, 6 – артистический тип. Чем больше выборов в одной из шести типов шкал, тем больше предрасположенность испытуемого к тому или иному виду деятельности. В начале отмечаются выборы по первой шкале и подсчитывается итоговая сумма баллов, затем по второй и т. д.

Для детального анализа и большей наглядности профессиональной направленности личности каждому учащемуся рекомендуется построить график: по оси абсцисс располагаются порядковые номера шкал от 1 до 6, по оси ординат - количество совпадений по каждой шкале.

Лист ответов

1	2	3	4	5	6
1а	1б	2б	3б	4б	5б
2а	6а	6б	7б	8б	9б
3а	7а	10а	10б	11б	12б
4а	8а	11а	13а	13б	14б
5а	9а	12а	14а	15а	15б
16а	16б	17б	18а	18б	21б

17a	20a	20б	19б	23б	24б
19a	22a	25a	22б	25б	27б
21a	23a	26a	29a	26б	29б
28a	24a	27a	32б	28б	30б
31a	31б	36б	35б	30a	34б
32a	35a	38a	38б	33б	37б
33a	36a	39a	40a	39б	41a
34a	37a	41б	42a	40б	42б

Описание психологического типа.

**I. Реалистический** - предпочитает работать с вещами, а не с людьми. Это мужской, несоциальный, эмоционально-стабильный тип. Ориентирован на настоящее, определенное. Занимается конкретными объектами и их использованием (вещи, инструменты, техника). Хорошо приспосабливается к обстановке, пластичен, трудолюбив. В структуре способностей преобладают невербальные, то есть математические. Предпочитает занятия требующие конкретности, четкости (оператор ПК, техник, спасатель и др.).

**II. Интеллектуальный (исследовательский)** - ориентирован на труд с идеями и с вещами (объектами). Присуща как пластичность, так и ригидность в действиях. Характеризуется как любознательный, методичный (система в работе), любит работать в одиночку. Гармонично развиты вербальные и невербальные способности. Отличается целеустремленностью, настойчивостью, терпеливостью. Предпочитает изыскательские профессии (узнать, распознать).

**III. Социальный** - ориентирован на общение, взаимодействие с другими людьми. Нуждается в контактах, не терпит уединения. Предпочитает работать с людьми, а не с вещами. Ответственен, терпелив, эмпатичен. Развиты вербальные способности, повышенная приспособляемость (пластичность) к меняющейся обстановке. Профессии (сферы деятельности) - обучение, лечение, обслуживание и т.д.

**IV. Конвенциональный** - отдает предпочтение четко структурированной деятельности. Выбирает такие цели и задачи, которые четко подтверждаются обществом и обычаями. Связан с традиционными видами деятельности - канцелярскими, конторскими. Подход к чему-либо - практичен, стереотипен, но не оригинален. Характерны консерватизм, ригидность, но обладает хорошими навыками общения, а также моторными навыками. Настойчив, практичен, дисциплинирован, добросовестен. Преобладают невербальные способности, прекрасный исполнитель.

**V.- Предприимчивый** - выбирает цели и задачи, которые позволяют ему проявить энергию, энтузиазм. Сочетаются импульсивность и холодный расчет. Наделен как вербальными, так и невербальными способностями, обладает



интуицией и навыками эффективного межличностного взаимодействия. Интересуется различными сферами жизни и деятельности. Предпочитает работать с людьми и идеями. Самоуверен, тщеславен, склонен к авантюризму. Настойчив в достижении цели, лабилен. Типы темпераментов - холерический и сангвинический.

**VI. Артистический** - сложный взгляд на жизнь, гибкость и независимость в принятии решений. Часто свойственен фатализм. Очень чувствителен, несоциален, оригинален. Имеет богатое воображение, склонности к творческой деятельности, обладает хорошей интуицией, независим, эмоционален. Предпочитает занятия творческого характера. Преобладают вербальные способности. Для этого типа характерны исключительные способности восприятия и моторики, высокая чувствительность всех анализаторов. Имеет высокий жизненный идеал, нетривиален.

Реалистический	Интеллектуальный	Социальный	Конвенциональный	Предприимчивый	Артистический
1a	16	26	36	46	56
2a	6a	66	76	86	96
3a	7a	10 a	10 6	116	12 6
4a	8a	11a	13 a	13 6	146
5a	9a	12 a	14 a	15 a	15 6
16 a	166	17 6	18 a	186	216
17 a	20 a	20 6	19 6	236	246
19 a	22 a	25 a	22 6	25 6	27 6
21a	23 a	26 a	29 a	26 6	29 6
28 a	24 a	27 a	32 6	28 6	30 6
31a	316	366	35 6	30 a	34 6
32 a	35a	38 a	38 6	33 6	37 6
33 a	36a	39 a	40 a	39 6	41a
34a	37 a	416	42 a	40 6	42 6



## Тест по выявлению мотивов выбора профессии

**Категория:** 9-11 классы

**Инструкция.** Отметьте в листе ответов знаком “+” те номера мотивов, которые имеют для Вас значение при выборе профессии.

### Перечень мотивов:

1. Интерес к содержанию профессии, желание узнать, в чем заключаются особенности специалиста в избираемой профессии.
2. Стремление к самосовершенствованию, развитию навыков и умений в избираемой сфере трудовой деятельности.
3. Убеждение, что данная профессия имеет высокий престиж в обществе.
4. Влияние родителей, друзей и знакомых.
5. Желание приобрести материальную независимость от родителей.
6. Хорошая успеваемость в школе по предметам, связанным с данной сферой деятельности.
7. Желание оказать помощь другим лицам.
8. Привлекает индивидуальная работа.
9. Мечта заниматься творческой работой, желание открыть новое и неизведанное.
10. Уверенность, что выбранная сфера трудовой деятельности соответствует Вашим способностям.
11. Возможность удовлетворить свои материальные потребности.
12. Стремление сделать свою жизнь насыщенной, интересной, увлекательной.
13. Возможность проявить самостоятельность в работе.
14. Привлекает предпринимательская деятельность.
15. Необходимость материально помогать семье.
16. Желание приобрести опыт работы в хозрасчетном объединении.
17. Интерес к деловым контактам с людьми.
18. Привлекают условия работы по профессии.
19. Желание работать в престижном месте.
20. Стремление к руководящей работе.
21. Влияние средств массовой информации.
22. Желание приносить пользу людям.
23. Интерес к материальной стороне профессиональной деятельности.
24. Привлекают внешние стороны профессиональной деятельности.

<b>А</b>		<b>Б</b>		<b>В</b>	
№	Ответ	№	Ответ	№	Ответ
<b>6</b>		<b>3</b>		<b>1</b>	
<b>7</b>		<b>4</b>		<b>2</b>	
<b>8</b>		<b>12</b>		<b>5</b>	

9		14		10	
13		18		11	
19		21		15	
20		23		16	
22		24		17	

Сумма баллов:

**А** =

**Б** =

**В** =

Подсчитайте сумму знаков “+” в колонках А, Б, В.

**Расшифровка:**

**В столбце А** - мотивы престижа профессии, желание реализовать личные устремления занять положение в обществе.

**В столбце Б** - материальное благополучие, желание заработать большие деньги, не подкрепленное практическими возможностями.

**В столбце В** - желание творческой работы, приносящей пользу людям, чувство личной ответственности.

## Методика «Семь качеств личности»



**Категория:** 9 -11 классы

**Инструкция.** Перед тобой 42 вопроса и по три варианта ответа на каждый из них: «А», «Б» или «В». Отвечая на каждый вопрос, выбери один из этих вариантов – тот, который в большей степени соответствует твоим представлениям о себе. Старайся как можно реже прибегать к промежуточному, неопределенному варианту «Б». Помни, что здесь нет и не может быть правильных или неправильных ответов: все люди разные, и каждый может высказать индивидуальное мнение. Отвечай искренне и точно, не обдумывая долго варианты ответов. Отмечай тот ответ, который первым приходит в голову.

№	Вопрос	Варианты ответов		
		А	Б	В
1	Я вполне мог бы жить в одиночестве, далеко от людей	да	иногда	нет
2	Если я лёг спать, то...	Засыпаю быстро	Когда как	Засыпаю с трудом
3	Если бы я вёл машину по дороге, где много других автомобилей, то я предпочел бы...	Чтобы меня обгонял тот, кто хочет	Не знаю	Обогнать все идущие впереди машины
4	Находясь в компании, я предоставляю другим возможность шутить и рассказывать всякие истории	да	иногда	Нет, лучше сам расскажу
5	Большинство людей, с которыми я общаюсь, несомненно, рады видеть меня	да	иногда	нет
6	Я часто замечаю, что люди поступают совсем не так, как они потом рассказывают об этом	да	иногда	нет
7	Если мне нагрубит близкий человек, я могу быстро простить это	верно	Когда как	Неверно
8	Я скорее раскрыл бы свои сокровенные мысли...	Своим хорошим друзьям	Не знаю кому	В личном дневнике
9	Когда это необходимо, у меня всегда хватает энергии	да	Трудно сказать	нет

10	Меня больше раздражают люди...	Грубые шутки которых заставляют других краснеть	Затрудняюсь ответить	Которые опаздывают на условленную встречу со мной
11	Мне очень нравится приглашать друзей и развлекать их	верно	Не знаю	неверно
12	Мне очень часто приходится преодолевать смущение	да	возможно	нет
13	Если знакомый обманывает меня в мелочах, то я скорее предпочту сделать вид, что не заметил этого, а не «разоблачать» его	да	иногда	нет
14	Мои прошлые поступки и ошибки волнуют меня...	часто	Время от времени	Не волнуют
15	Думаю, что мне была бы интереснее работа, связанная с...	Техническими устройствами	Трудно сказать	людьми
16	Если что-то отвлекает моё внимание от того, чем я занимаюсь, эта ситуация...	Раздражает меня	Когда как	Не беспокоит меня
17	Если я стану очень богатым, то позабочусь о том, чтобы	Не вызывать к себе зависти	Не знаю	Жить, ни в чем себя не стесняя
18	Худшее наказание для меня - ...	Тяжёлая работа	Не знаю	Быть в одиночестве
19	Мне говорили, что ребёнком я был...	Спокойным, любил оставаться один	Не знаю	Живым и подвижным, общительным
20	Я думаю, что большинство свидетелей говорят правду, даже если это нелегко для них	да	Трудно сказать	нет
21	Я никогда не чувствую себя на столько несчастным, чтобы хотелось плакать	верно	Не знаю	неверно
22	Я скорее предпочел бы работать...	Там, где мне пришлось бы все время быть среди людей	Затрудняюсь ответить	Там, где буду трудиться один в тихой комнате
23	То, что я делаю, у меня не получается...	редко	иногда	часто
24	В большинстве дел я...	Предпочитаю рискнуть	Не знаю	Предпочитаю действовать наверняка

25	Вероятно, некоторые люди считают, что я слишком много говорю	Скорее, это так	Не знаю	Думаю, что нет
26	Я принимаю решения...	Быстрее чем большинство людей	Когда как	Медленнее, чем большинство людей
27	Я считаю, что я человек, склонный к сотрудничеству	да	Нечто среднее	Нет
28	Если человек не отвечает мне сразу после того, как я что-нибудь сказал ему, я чувствую, что, должно быть, сказал какую-нибудь глупость	верно	Не знаю	неверно
29	Я соглашусь назначить встречу на время, удобное для другого человека, даже если это немного неудобно для меня	да	Смотря какой это человек	нет
30	Непродолжительные приступы тошноты или головокружения без определённой причины у меня...	Бывают иногда	Возможно, и были	Не были
31	Я предпочту скорее отказаться от своей просьбы, чем доставить лишнее неудобство тому, к кому хочу с ней обратиться	Это так	Вряд ли	нет
32	Я живу сегодняшним днём в большей степени, чем большинство других людей	Верно	Трудно сказать	неверно
33	Я высказываю своё мнение независимо от того, сколько людей могут его услышать	Да	иногда	нет
34	Иногда мне очень хочется влезть в чужие дела, которые меня не очень то и касаются	Да	редко	нет
35	Если я вижу, что мой старый друг не хочет со мной общаться, я обычно думаю:	«У него плохое настроение»	«Ну, всякое бывает...»	«Интересно, чем я его обидел?»
36	Бывает, что всё утро я не желаю ни с кем разговаривать	часто	иногда	никогда
37	Мне бывает скучно	часто	Время от времени	редко

38	Про меня говорят, что мне нравится делать всё своим, оригинальным способом	верно	Когда как	неверно
39	Я считаю, что если хочешь сохранить здоровье, то нужно избегать лишних волнений	да	иногда	нет
40	Я с осторожностью отношусь к завязыванию дружбы с новыми людьми	да	иногда	нет
41	Я подозреваю, что люди, которых я считаю своими друзьями, на самом деле могут оказаться отнюдь не друзьями	Да, в большинстве случаев	иногда	редко
42	У меня бывают необоснованные страхи (боязнь опасных животных, каких-либо мест и т.п.)	да	изредка	нет

*Ключ.* Результаты подсчитываются отдельно по семи шкалам. Каждый ответ «Б» оценивается в 1 балл. Варианты «А» или «В» оцениваются в 2 балла, если они совпадают с приведенным ниже ключом, или в 0 баллов, если не совпадают.

Шкала 1: 1-В, 8-А, 15-В, 22-А, 29-А, 36-В

Шкала 2: 2-А, 9-А, 16-В, 23-А, 30-В, 37-В

Шкала 3: 3-В, 10-В, 17-А, 24-А, 31-В, 38-А

Шкала 4: 4-В, 11-А, 18-В, 25-А, 32-А, 39-В

Шкала 5: 5-А, 12-В, 19-В, 26-А, 33-А, 40-В

Шкала 6: 6-А, 13-В, 20-В, 27-В, 34-А, 41-А

Шкала 7: 7-В, 14-А, 21-В, 28-А, 35-В, 42-А

Сумма баллов по каждой шкале может быть от 0 до 12.

*Интерпретация результатов.* Показатели от 0 до 4 – низкие, 5–8 – средние, 9–12 – высокие.

**Шкала 1: «замкнутость – общительность».** Низкие показатели говорят о том, что человек необщителен, замкнут, иногда излишне строг в оценке окружающих. Любит быть в одиночестве, не очень склонен к откровенности даже с друзьями. Высокие показатели свидетельствуют, что человек общителен, открыт и добродушен. Ему свойственны мягкосердечность, непринужденность в поведении. Он охотно взаимодействует с людьми, активен в устранении конфликтов, не боится критики, живо откликается на любые события.

**Шкала 2: «эмоциональная неустойчивость – устойчивость».** Низкие показатели: человек подвержен чувствам, бурно реагирует на препятствия на пути к достижению целей, его настроение переменчиво. Высокие показатели: человек выдержанный, реалистически настроенный. Он лучше следует требованиям группы, характеризуется постоянством интересов, но иногда может

проявлять недостаточную гибкость, нечувствительность к переживаниям окружающих.

**Шкала 3: «склонность к подчинению – к доминированию».** Низкие оценки показывают, что человек склонен уступать другим, брать вину на себя, тревожиться о своих возможных ошибках. Ему свойственны тактичность, почтительность, иногда проявляется застенчивость. Высокие оценки говорят о человеке властном, независимом, самоуверенном, напористом, упрямом, который иногда склонен проявлять агрессивность. Он независим в суждениях и поведении, не признает давления со стороны, своенравный.

**Шкала 4: «сдержанность – экспрессивность».** Человеку с низкими показателями свойственны благоразумие, осторожность, рассудительность. Он склонен проявлять озабоченность и беспокойство о будущем, избегает внешнего проявления ярких эмоций, поэтому окружающим может казаться несколько скучным, вялым. Высокие оценки говорят об обратном: человек жизнерадостен, импульсивен, беспечен, весел, активен. Он эмоционален, верит в удачу, в компаниях часто становится лидером, организатором совместной деятельности.

**Шкала 5: «робость – смелость».** Низкие оценки: человек робок, сдержан, проявляет осторожность, не вполне уверен в своих силах, отличается повышенной чувствительностью к угрозе. Высокие оценки: человек смел, активен, склонен к риску, готов иметь дело с незнакомыми обстоятельствами и людьми.

**Шкала 6: «доверчивость – подозрительность».** Низкие оценки характеризуют человека как откровенного, доверчивого, благожелательного по отношению к окружающим. Обычно такой человек независтлив, легко ладит с людьми и хорошо работает в коллективе, однако окружающие могут злоупотреблять его доверчивостью. Высокие оценки говорят о том, что человек отличается повышенной подозрительностью, относится к окружающим настороженно, склонен видеть в их действиях подвох. Его интересы обычно обращены на самого себя, он осторожен в своих поступках и словах.

**Шкала 7: «уверенность в себе – тревожность».** Низкие показатели: человек уверен в себе, безмятежен, хладнокровен, спокоен. Высокие показатели: человеку свойственны переживания по самым разным поводам, он впечатлительный и ранимый.





## «Карта интересов - 174»

(А.Е. Голомшток)

**Категория:** 10-11 классы

Опросник разработан А.Е. Голомштоком. Предназначен для изучения интересов и склонностей школьников старших классов в различных сферах деятельности. Голомшток выделяет 23 таких сферы: физика, математика, химия, астрономия, биология, медицина, сельское хозяйство, филология, журналистика, история, искусство, геология, география, общественная деятельность, право, транспорт, педагогика, рабочие специальности, сфера обслуживания, строительство, легкая промышленность, техника, электротехника.

**Инструкция:** для определения ведущих интересов Вам предлагается перечень вопросов.

Если Вам очень нравится то, о чем спрашивается в вопросе, в бланке ответов рядом с его номером поставьте два плюса ("++"),

если просто нравится - один плюс ("+"),

если не знаете, сомневаетесь - ноль ("0"),

если не нравится - один минус ("-"),

а если очень не нравится - два минуса ("--").

Отвечайте на вопросы, не пропуская ни одного из них.

### Текст опросника

Любите ли Вы? Нравится ли Вам? Хотели бы Вы

1. Знакомиться с жизнью растений и животных.
2. Занятия и чтение книг по географии.
3. Читать художественную или научно-популярную литературу о геологических экспедициях.
4. Уроки и книги по анатомии и физиологии человека.
5. Выполнять ежедневную домашнюю работу.
6. Читать научно-популярную литературу о физических открытиях, жизни и деятельности выдающихся физиков.
7. Читать об открытиях в химии или о жизни и деятельности выдающихся химиков.
8. Читать технические журналы.
9. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области электроники и радиотехники.
10. Знакомиться с разными металлами и их свойствами.
11. Узнавать о разных породах древесины и об их практическом применении.
12. Узнавать о достижениях в области строительства.
13. Читать книги, смотреть фильмы о водителях различных видов транспорта (автомобильного, железнодорожного и т.д.).
14. Читать книги, смотреть фильмы о летчиках.
15. Знакомиться с военной техникой.
16. Читать книги об исторических событиях.

17. Читать произведения классиков русской и зарубежной литературы.
18. Читать и обсуждать публицистические статьи и очерки.
19. Обсуждать текущие дела и события в учебном заведении, городе, стране.
20. Интересоваться педагогической работой.
21. Читать книги, смотреть фильмы о работе милиции
22. Заботиться о порядке в собственных вещах, красивом виде помещения.
23. Читать книги из серии "Занимательная математика".
24. Изучать экономическую географию.
25. Заниматься иностранным языком.
26. Знакомиться с жизнью выдающихся художников, историей искусства.
27. Знакомиться с жизнью выдающихся артистов, встречаться с ними, коллекционировать их фотографии.
28. Знакомиться с жизнью и творчеством выдающихся музыкантов, с вопросами теории музыки.
29. Читать спортивные газеты, журналы, литературу о спорте.
30. Изучать биологию, ботанику, зоологию.
31. Знакомиться с различными странами по книгам и телепередачам.
32. Читать о жизни и деятельности знаменитых геологов.
33. Интересоваться достижениями медицины.
34. Посещать с экскурсиями предприятия легкой промышленности.
35. Читать книги из серии "Занимательная физика".
36. Изучать химические явления в природе.
37. Знакомиться с новейшими достижениями техники.
38. Интересоваться работой радиотехника, электрика.
39. Знакомиться с различными измерительными инструментами, используемыми в процессе металлообработки.
40. Наблюдать за изготовлением изделий из дерева (например, мебели).
41. Наблюдать за работой строителей.
42. Читать литературу о средствах передвижения.
43. Читать книги, смотреть фильмы и телепередачи о морях.
44. Читать книги, смотреть фильмы и телепередачи на военные темы, знакомиться с историей крупных сражений.
45. Обсуждать текущие политические события в стране и за рубежом.
46. Читать литературно-критические статьи.
47. Слушать радио, смотреть теленовости и тематические телепередачи.
48. Узнавать о событиях, происходящих в городе, стране.
49. Объяснять учащимся трудные для понимания вопросы.
50. Справедливо рассудить поступок знакомого или литературного героя.
51. Обеспечивать семью продуктами, организовывать питание членов семьи.
52. Читать научно-популярную литературу об открытиях в математике, о жизни и деятельности выдающихся математиков.
53. Интересоваться экономическими передачами по телевидению.
54. Читать художественную литературу на иностранном языке.
55. Заниматься художественным оформлением праздников.
56. Посещать театр.
57. Слушать оперную или симфоническую музыку.

- 58.Посещать спортивные соревнования, смотреть спортивные передачи.
- 59.Посещать дополнительные занятия по биологии.
- 60.Посещать дополнительные занятия по географии.
- 61.Коллекционировать минералы.
- 62.Изучать функции организма человека, причины возникновения и способы лечения болезней человека.
- 63.Готовить обед дома.
- 64.Осуществлять демонстрацию физических опытов.
- 65.Участвовать в организации опытов с химическими веществами.
- 66.Ремонтировать различные механизмы.
- 67.Производить замеры в электросетях с помощью приборов (вольтметра, амперметра).
- 68.Конструировать различные предметы и детали из металла.
- 69.Художественно обрабатывать дерево (вырезать, выпиливать).
- 70.Набрасывать эскизы или выполнять чертежи строительных объектов.
- 71.Проявлять интерес к автомобильному транспорту.
- 72.Увлекаться парашютным спортом, авиамоделизмом.
- 73.Заниматься спортивной стрельбой.
- 74.Изучать историю возникновения различных народов и государств.
- 75.Писать стихи.
- 76.Наблюдать за проведением и жизнью других людей.
- 77.Выполнять организационную общественную работу.
- 78.Проводить время с маленькими детьми, заниматься и играть с ними.
- 79.Устанавливать дисциплину среди сверстников.
- 80.Наблюдать за работой работников сферы обслуживания (повар, официант, продавец).
- 81.Участвовать в математических олимпиадах.
- 82.Просматривать экономические обзоры в газетах и журналах.
- 83.Слушать радиопередачи на иностранном языке.
- 84.Посещать музеи, художественные выставки.
- 85.Публично выступить.
- 86.Играть на музыкальном инструменте.
- 87.Участвовать в спортивных соревнованиях.
- 88.Наблюдать за ростом и развитием животных, растений.
- 89.Собирать книги по географии.
- 90.Посещать краеведческий музей.
- 91.Вникать в работу врача, фармацевта.
- 92.Шить для себя.
- 93.Интересоваться физикой.
- 94.Интересоваться химией.
- 95.Работать с техникой.
- 96.Знакомиться с устройством электроаппаратуры.
- 97.Заниматься слесарным делом.
- 98.Выполнять столярные работы.
- 99.Принимать участие в отделочных ремонтных работах.

100. Помогать милиции в работе с пешеходами по правилам уличного движения.
101. Быть членом гребных и яхт-клубов.
102. Участвовать в военизированных играх.
103. Знакомиться с историческими местами.
104. Быть членом литературного клуба.
105. Наблюдать за ведением журналистами телепередач.
106. Публично выступить с сообщениями и докладами.
107. Организовывать работу детей.
108. Устанавливать скрытые причины поступков и поведения людей.
109. Оказывать различные услуги другим людям.
110. Решать сложные математические задачи.
111. Точно вести расчет своих денежных средств.
112. Посещать курсы по изучению иностранного языка.
113. Заниматься в художественной секции.
114. Участвовать в художественной самодеятельности.
115. Посещать музыкальную школу.
116. Заниматься в спортивной секции.
117. Участвовать в биологических олимпиадах и конкурсах.
118. Путешествовать.
119. Принимать участие в геологической экспедиции.
120. Ухаживать за больными.
121. Посещать кулинарные конкурсы и выставки.
122. Участвовать в конкурсных мероприятиях по физике.
123. Решать сложные задачи по химии.
124. Разбираться в технических схемах и чертежах.
125. Разбираться в сложных радиосхемах.
126. Знакомиться с новой техникой, наблюдать за работой промышленного оборудования.
127. Мастерить что-нибудь из дерева своими руками.
128. Помогать в строительных работах.
129. Принимать участие в обслуживании и ремонте автомобиля.
130. Мечтать о самостоятельных полетах на самолете.
131. Строго выполнять распорядок дня.
132. Публично выступить с докладами на исторические темы.
133. Работать с литературными источниками.
134. Принимать участие в дискуссиях, конференциях.
135. Организовывать и проводить коллективные мероприятия.
136. Обсуждать вопросы воспитания детей и подростков.
137. Помогать работникам милиции.
138. Постоянно общаться с различными людьми.
139. Принимать участие в математических олимпиадах, конференциях.
140. Интересоваться вопросами ценообразования, начисления заработной платы.
141. Общаться на иностранном языке.
142. Участвовать в художественных выставках.

143. Принимать участие в театральных постановках.
144. Участвовать в музыкальных конкурсах.
145. Регулярно тренироваться и участвовать в спортивных соревнованиях.
146. Выращивать растения, ухаживать за домашними животными.
147. Проводить топографическую съемку местности.
148. Совершать длительные, трудные походы.
149. Интересоваться деятельностью медицинских работников.
150. Шить, кроить, создавать модели одежды.
151. Решать сложные задачи по физике.
152. Посещать с экскурсиями химические предприятия.
153. Участвовать в выставках технического творчества.
154. Ремонтировать аудиотехнику.
155. Работать на станке.
156. Выполнять по чертежам столярные работы.
157. Принимать сезонное участие в строительстве.
158. Изучать правила дорожного движения для водителей.
159. Изучать морское дело.
160. Читать воспоминания главнокомандующих и полководцев.
161. Знакомиться с историческими местами родного края.
162. Писать рассказы.
163. Писать заметки или очерки в газету.
164. Выполнять общественные поручения.
165. Организовывать детские игровые и праздничные мероприятия.
166. Изучать законодательные документы, гражданское право.
167. Удовлетворять потребности людей в тех или иных услугах.
168. Выполнять математические расчеты по формулам.
169. Интересоваться проблемами региональной экономики.
170. Участвовать в олимпиадах по иностранному языку.
171. Посещать художественные музеи.
172. Играть на сцене в спектаклях.
173. Слушать классическую музыку.
174. Помогать преподавателю физкультуры в проведении занятия.

### **Обработка и интерпретация результатов**

За каждый знак "+" в бланке ответов проставляется +1 балл, за каждый знак "-" проставляется -1 балл, за нулевой ответ - 0 баллов. В каждом из 29 столбцов бланка ответов подсчитывается количество положительных и отрицательных баллов.

Исходя из структуры бланка ответов определяются следующие виды профессиональных интересов (по столбцам).

Чем больше положительных ответов в столбце, тем выше степень выраженности интереса к данному виду профессиональной деятельности.

- |              |                  |
|--------------|------------------|
| 1. Биология  | 16. История      |
| 2. География | 17. Литература   |
| 3. Геология  | 18. Журналистика |





## «Матрица выбора профессии» (Г.В. Резапкина)

**Категория: 10-11 классы**

**Инструкция:** Выберите подходящий ответ на каждый вопрос.

### **1. С кем или с чем Вы бы хотели работать? Какой объект деятельности Вас привлекает?**

- 1.1. Человек (дети и взрослые, ученики и студенты, клиенты и пациенты, покупатели и пассажиры, зрители и читатели, сотрудники и т.д.)
- 1.2. Информация (тексты, формулы, схемы, коды, чертежи, иностранные языки, языки программирования)
- 1.3. Финансы (деньги, акции, фонды, лимиты, кредиты)
- 1.4. Техника (механизмы, станки, здания, конструкции, приборы, машины)
- 1.5. Искусство (литература, музыка, театр, кино, балет, живопись и т.д.)
- 1.6. Животные (служебные, дикие, домашние, промысловые)
- 1.7. Растения (сельскохозяйственные, дикорастущие, декоративные)
- 1.8. Продукты питания (мясные, рыбные, молочные, кондитерские и хлебобулочные изделия, консервы, плоды, овощи, фрукты)
- 1.9. Изделия (металл, ткани, мех, кожа, дерево, камень, лекарства)
- 1.10. Природные ресурсы (земли, леса, горы, водоемы, месторождения)

### **2. Чем бы Вы хотели заниматься? Какой вид деятельности Вас привлекает?**

- 2.1. Управление (руководство чьей-то деятельностью)
- 2.2. Обслуживание (удовлетворение чьих-то потребностей)
- 2.3. Образование (воспитание, обучение, формирование личности)
- 2.4. Оздоровление (избавление от болезней и их предупреждение)
- 2.5. Творчество (создание оригинальных произведений искусства)
- 2.6. Производство (изготовление продукции)
- 2.7. Конструирование (проектирование деталей и объектов)
- 2.8. Исследование (научное изучение чего-либо или кого-либо)
- 2.9. Защита (охрана от враждебных действий)
- 2.10. Контроль (проверка и наблюдение)

**Анализ** производится с помощью нижеследующей таблицы («Матрица выбора профессии»). Профессии, находящиеся на пересечении «сферы труда» и «вида труда», являются (предположительно) наиболее близкими интересам и склонностям опрашиваемого.





## Матрица выбора профессии

Виды труда	Сфера труда									
	Человек	Информация	Финансы	Техника	Искусство	Животные	Растения	Продукты	Изделия	Природные ресурсы
Управление (руководство чьей-то деятельностью)	Менеджер по персоналу Администратор	Маркетолог Диспетчер Статистик	Экономист Аудитор Аналитик	Технолог Авиа-диспетчер Инженер	Режиссер Продюсер Дирижер	Кинолог Зоотехник Генный инженер	Агроном Фермер Селекционер	Товаровед Менеджер по продажам	Менеджер по продажам Логистик Товаровед	Энергетик Инженер по кадастру
Обслуживание (удовлетворение чьих-то потребностей)	Продавец Парикмахер Официант	Переводчик Экскурсовод Библиотекарь	Бухгалтер Кассир Инкассатор	Водитель Слесарь Теле-радиомастер	Гример Костюмер Парикмахер	Животновод Птицевод Скотовод	Овощевод Полевод Садовод	Экспедитор Упаковщик Продавец	Продавец Упаковщик Экспедитор	Егерь Лесник Мелиоратор
Образование (воспитание и обучение, формирование личности)	Учитель Воспитатель Социальный педагог	Преподаватель Ведущий теле- и радио программ	Консультант Преподаватель экономики	Мастер производственного обучения	Хореограф Преподаватель музыки, живописи	Дрессировщик Кинолог Жокей	Преподаватель биологии Эколог	Мастер производственного обучения	Мастер производственного обучения	Преподаватель Эколог
Оздоровление (избавление от болезней и их предупреждение)	Врач Медсестра Тренер	Рентгенолог Врач (компьютерная диагностика)	Антикризисный управляющий Страховой агент	Мастер авто сервиса Физиотерапевт	Пластический хирург Косметолог Реставратор	Ветеринар Лаборант питомника Зоопсихолог	Фитотерапевт Гомеопат Травник	Диетолог Косметолог Санитарный инспектор	Фармацевт Ортопед Протезист	Бальнеолог Эпидемиолог Лаборант
Творчество (создание оригинальных произведений искусства)	Режиссер Артист Музыкант	Программист Редактор Web-дизайнер	Менеджер по проектам Продюсер	Конструктор Дизайнер Художник	Художник Писатель Композитор	Дрессировщик Служитель цирка	Фитодизайнер Озеленитель Флорист	Кондитер Повар Кулинар	Резчик по дереву Витражист Скульптор	Архитектор Мастер-цветовод Декоратор

Производство (изготовление продукции)	Мастер производ- ственного обучения	Корректор Журналист Полиграфист	Экономист Бухгалтер Кассир	Станочник Аппаратчик Машинист	Ювелир График Керамист	Животновод Птицевод Рыбовод	Овощевод Цветовод Садовод	Технолог Калькулято р Повар	Швея Кузнец Столяр	Шахтер Нефтяник Техник
Констру- ирование (проекти-рование деталей и объектов)	Стилист Пласти- ческий хирург	Картограф Програ ммист Web-мастер	Плановик Менеджер по проектам	Инженер- конструктор Телемастер	Архитектор Дизайнер Режиссер	Генный инженер Виварщик Селекционер	Селекционер Ландшафт- ист Флорист	Инженер- технолог Кулинар	Модельер Закройщик Обувщик	Дизайнер ландшафт- та Инженер
Исследование (научное изучение чего- либо или кого- либо)	Психолог Следователь Лаборант	Социолог Математ ик Аналитик	Аудитор Экономист Аналитик	Испытатель (техники) Хроно- метражист	Искусствовед Критик Журналист	Зоопсихолог Орнитолог Ихтиолог	Биолог Ботаник Микро- биолог	Лаборант Дегустатор Санитарный врач	Эргономик Контролер Лаборант	Биолог Метеоро- лог Агроном
Защита (охрана от враждебных действий)	Мили-ционер Военный Адвокат	Арбитр Юрист Патентовед	Инкассатор Охранник Страховой агент	Пожарный Сапер Инженер	Постановщик трюков Каскадер	Егерь Лесничий Инспектор рыбнадзора	Эколог Микро- биолог Миколог	Санитарный врач Лаборант Микро- биолог	Сторож Инспектор	Охрана ресурсов Инженер по ТБ
Контроль (проверка и наблюдение)	Тамо-женник Прокурор Табельщик	Корректор Системный программист	Ревизор Налоговый полицейский	Техник- контролер Обходчик ЖД	Выпускающий редактор Консультант	Консультант Эксперт по экстерьеру	Селекционер Агроном Лаборант	Дегустатор лаборант Санитарный врач	Оценщик Контролер ОТК Приемщик	Радиолог Почвовед Эксперт



## Тест «Профессиональная идентичность»

**Категория:** 10-11 классы

**Инструкция.** Опросник состоит из 20 пунктов, по каждому из которых возможны четыре варианта ответов: *а), б), в), г)*. Внимательно прочитай их и выбери тот, который лучше всего выражает твою точку зрения. Возможно, что какие-то варианты ответов покажутся тебе равноценными, тем не менее, выбери тот, который в наибольшей степени отвечает твоему мнению. Запиши номера вопросов и выбранный вариант ответа на каждый из них (*а), б), в), г)*). Старайся быть максимально правдивым! Среди ответов нет «хороших» или «плохих», поэтому не старайся угадать, какой из них «правильный» или «лучший».

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

1. Согласен: еще не пришло время решать, где мне дальше учиться или работать.
2. Согласен, я уверен, что мои родители помогут мне в моем профессиональном будущем.
3. Согласен, так как я уже давно все решил по поводу своего профессионального будущего, и нет смысла беспокоиться.
4. Не согласен, ведь если о будущем не беспокоиться сейчас, то потом будет слишком поздно.

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

1. Согласен, так как меня интересует сразу несколько специальностей, которые хотелось бы получить
2. Согласен, поэтому я лучше прислушаюсь к мнению авторитетного человека (родителя, хорошего знакомого, друга).
3. Не согласен, я уже принял решение о том, где я буду учиться или работать в дальнейшем.
4. Не согласен, поскольку еще пока не задумывался над этой проблемой.

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

1. Согласен, ведь от спроса на рынке труда зависит, какую специальность я выберу.
2. Не согласен, поскольку родители знают лучше, какую специальность мне предложить.
3. Не согласен, так как время анализировать спрос на профессии еще не пришло.
4. 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.**

1. Согласен, так как моими родителями уже давно решено, кем я буду, и со мной не советовались по данному вопросу.
2. Не согласен, мои родители как раз постоянно со мной обсуждают мои профессиональные предпочтения.
3. Согласен, у нас в семье не принято обсуждать мои профессиональные планы.
4. Не согласен, мы с родителями давно все обсудили, и я принял решение по поводу своей будущей профессии.

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

1. Согласен, и надо признать, что они вообще лучше меня разбираются в этом вопросе.
2. Не согласен, но мы регулярно обсуждаем вопрос моей будущей специальности.
3. Не согласен, поскольку родители не вмешиваются в мои проблемы с выбором профессии.
4. Не согласен, так как выбор специальности был скорее моим самостоятельным решением, чем их.

**6. Мне хорошо ясны свои будущие профессиональные планы.**

1. Согласен, так как выстроить их мне помогли родители (знакомые), которые являются специалистами в этой профессиональной области.
2. Согласен, поскольку я построил их самостоятельно, основываясь на собственном жизненном опыте.
3. Не согласен, так как у меня пока отсутствуют профессиональные планы.
4. Не согласен, но как раз сейчас я пытаюсь выстроить эти профессиональные планы.

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

1. Не согласен, у моих родителей никогда не возникало желания ставить мне профессиональные цели.
2. Согласен, поскольку мои родители с детства говорили мне, кем я должен стать.
3. Согласен, цели еще сформулированы слабо, но окончательное решение будет все-таки принято мной, а не родителями.
4. 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.**

1. Согласен, так как моя карьера все равно будет зависеть от решения моей семьи.
2. Согласен, мне и раньше в жизни не приходилось сталкиваться с вопросами построения карьеры.
3. Не согласен, уже настал тот момент, когда нужно выбирать направление своей дальнейшей карьеры.
4. 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.**

1. Не согласен, так как я еще не думал над своей конкретной специальностью.
2. Согласен, и я могу точно назвать учебное заведение и специальность, которую я получу.
3. Согласен, так как мои родители уже сообщили мне, на кого и где я буду дальше учиться.
4. Не согласен, мне трудно понять, какая специальность подходит именно мне.

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

1. Согласен, мы с ними часто обсуждаем этот вопрос, но я пытаюсь строить свои профессиональные планы самостоятельно.
2. Согласен, и я собираюсь вместе с другом получить одинаковое образование, прислушавшись к его мнению.
3. Не согласен, так как обдумывать свою будущую карьеру нам с друзьями некогда, у нас есть много более интересных дел.
4. Не согласен, я уже принял решение относительно своего будущего, без помощи друзей.

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

1. Согласен, так как для меня главное — получить специальность, о которой давно мечтаешь, а не конкретное место учебы.
2. Согласен, поскольку уверен, что родители все равно «устроят» меня на хорошую работу после учебы.
3. Согласен, поскольку профессиональная учеба — не главное в жизни.
4. Не согласен, так как от выбора учебного заведения зависит качество моего образования.

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

1. Согласен, я делаю попытки сориентироваться в профессиональной жизни, но пока затрудняюсь выбрать что-то одно.
2. Не согласен, так как мои родители все равно не хотят и не могут мне ничего посоветовать.
3. Согласен, поскольку мои родители с детства помогают мне, контролируя многие события в моей жизни, в том числе и в плане выбора профессии.
4. Не согласен, свои решения по этому вопросу я уже принял абсолютно самостоятельно.

**13. Я не часто думаю над своим профессиональным будущим.**

1. Не согласен, над этой проблемой я думаю довольно часто.
2. Согласен, так как я знаю, мои родители сделают так, чтобы у меня в жизни все устроилось отлично.
3. Согласен, думаю мне еще рано над этим размышлять.
4. 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.**

1. Не согласен, так как мои родители уже определили меня в конкретное учебное заведение, где я дальше и буду учиться.
2. Не согласен, я сам хочу учиться только в одном, вполне определенном учебном заведении.
3. Согласен, я как раз выбираю одно из профессиональных учебных заведений.
4. 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.**

1. Согласен, поскольку знаю, что мои родители сделают все, чтобы эти цели осуществились.
2. Не согласен, у меня пока еще нет профессиональных целей.
3. Согласен, так как я хорошо осознаю свои профессиональные цели и стремлюсь к ним.
4. 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.**

1. Не согласен, поскольку мои родители по этому вопросу все уже решили, и с ними уже бесполезно спорить.
2. Не согласен, так как мои родители не особо интересуются вопросом моей карьеры.
3. Не согласен, ведь по поводу карьеры я все уже решил сам, и спорить со мной все равно бесполезно.
4. 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.**

1. Согласен, так как мои родители уже выбрали мне будущую сферу деятельности, и нет надобности собирать какую-либо дополнительную информацию.
2. Согласен, потому что я уже принял решение о том, кем я буду и где буду учиться.
3. Не согласен, я как раз сейчас активно анализирую возможности карьерного роста в различных областях деятельности.
4. Согласен, меня вообще мало интересует информация о том, где и как можно выстраивать карьеру.

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

1. Согласен, но они были определены заранее моими родителями.
2. Не согласен, у меня всего одна профессиональная цель.
3. Не согласен, я о них пока еще не задумывался.
4. Согласен, таких целей пока несколько, и я не решил, какая из них для меня основная.

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

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

2. Не согласен, но я уверен, что мои родители устроят меня на хорошую работу, где карьера мне будет обеспечена.
3. Не согласен, так как мне не хочется вникать, какая карьера подходит именно мне, у меня есть и более важные проблемы.
4. Согласен, и я уже могу назвать основные шаги моей профессиональной жизни.

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

1. Не согласен, потому что мои родители вообще не участвуют в моем профессиональном выборе.
2. Согласен, но мы все равно еще обсуждаем мой профессиональный выбор.
3. Не согласен, так как родители считают, что при самостоятельном выборе я могу ошибиться.
4. Согласен, и я уже сделал свой профессиональный выбор.

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**

№	Профессиональная идентичность			
	Неопределенна	Навязанная	Моратори	Сформированная
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				

***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



