

Психологий тренинг «Школьный психолог» (для учащихся 9-11 классов, направленный на профориентацию «Мир профессий»)



20 октября 2023 года, среди обучающихся старших классов, состоялся психологический тренинг «Школьный психолог»

Тема: «Мир профессий»

Цели:

- расширить у учащихся знания о мире профессий или актуализировать уже имеющиеся знания;
- на ассоциативном, образном уровне научить учащихся соотносить человека (в том числе, самого себя) с профессиями и, таким образом, повысить их готовность различать профессиональные стереотипы;
- осознать специфические моменты профессиональной деятельности.

Задачи:

- создать позитивную эмоциональную установку на доверительное общение;
- повысить уровень ориентации в мире профессионального труда;
- выработать умения соотнести качества работника с требованиями профессии;
- развитие навыков рефлексии.

Ожидаемый результат: осознание учащимися необходимости соотнесения своих возможностей с требованиями предполагаемой профессии.

Материально-дидактическое обеспечение занятия: стулья, магниты, листы «А4» простой карандаш, ручка.

Форма проведения: профориентационное занятие с элементами тренинга, основой которого является игровая технология.

Форма работы: групповая.

Возрастная категория: учащиеся 9 -11 классов.

Продолжительность занятия: 40 минут.

Ход занятия

1. а) Учащиеся садятся за парты.

б) Упражнение «Раз, словечко – два словечко» (приветствие)

Цель: создать благоприятную непринужденную психологическую атмосферу в группе. Педагог-психолог предлагает учащимся составить общее приветствие от всех и каждого, всем и каждому. Участники тренинга в порядке очередности (начинает ведущий) говорят по одному слову. Каждый последующий член группы дополняет предыдущего. Педагог-психолог командует «СТОП», когда текст приветствия становится завершенным.

в) Педагог-психолог напоминает правила поведения в тренинговой группе.

- активность,
- право на отказ,
- конфиденциальность,
- «здесь и сейчас»,
- взаимопомощь и взаимовыручка.

К перечисленным правилам желающие учащиеся могут добавить свои правила.

Слово педагога-психолога: Проблема выбора профессии стара как мир.

Удачно выбранная профессия повышает самоуважение и позитивное представление человека о себе и усиливает удовлетворенность жизнью.

Поэтому так важно для человека, вступающего в мир профессий, сделать правильный выбор. Выбор профессии только тогда будет верным, когда он осознан, самостоятелен и когда ему предшествует большая кропотливая работа по самопознанию и изучению мира профессий.

2. Упражнение «Профессия на букву...»

Цель: расширить знания учащихся о мире профессий.

Педагог-психолог: Сейчас мы с вами поиграем в интересную игру – «Города». Только вместо городов мы будем называть профессии, т. е. первый участник называет какую-нибудь профессию, следующий участник называет профессию, начинающуюся на букву, на которую закончилась предыдущая профессия и т. д.

Обсуждение:

- Какие трудности вы испытали подбирая профессию на заданную букву?
- Какую новую профессию вы узнали?

Слово педагога-психолога: В 17 в. на Руси было всего 200 профессий. Теперь только в промышленности и строительстве насчитывается 3 тыс. А ведь это не считая сельского хозяйства, транспорта, сферы обслуживания.

Специалисты утверждают, что сейчас в мире существует более 40 тыс. различных профессий и специальностей. Мир профессий многообразен.

3. Упражнение «Угадай профессию»

Цель: развить умения соотносить личностные качества с требованиями различных профессий.

Педагог-психолог: угадайте загаданную профессию.

Примеры синквейнов:

1. Считающий, ответственный. Учитывает, осваивает, исполняет. Сохраняет средства для предприятия. (Экономист-бухгалтер) .
2. Многогранный, экстравагантный. Творит, украшает, создает. Всегда неповторимый результат труда. (Дизайнер-художник) .
3. Разбирающийся, предприимчивый. Чертит, конструирует, внедряет. Может обслуживать технику и руководить. (Механик-инженер) .
4. Изысканный, творческий. Одаривает, волнуется, развивается. Часто предстает в разных образах. (Актер) .
5. Бдительный, бесстрашный. Контактирует, организовывает, отвечает. Награждают, присваивая внеочередное звание. (Полицейский) .

Обсуждение:

- Какие трудности возникли во время работы?
- Чему вы научились, выполняя данное упражнение?

Слово педагога-психолога: Психологи считают, что при выборе профессии очень важно соответствие между психологическими особенностями человека и характеристиками будущей работы. Если тебе нравятся животные, растения, то тебе будет интересно в своей профессиональной деятельности сталкиваться с объектами живой природы. Если ты любишь технику — интерес к ней будет поддерживать тебя в деятельности инженера-конструктора. Любая профессия требует, чтобы у человека присутствовали так называемые «профессионально важные качества», например, корректору важно внимание, художнику — образное мышление. Поэтому, выбирая определенную профессию, важно осознать, есть ли у тебя СПОСОБНОСТИ. В ситуации сомнения выбирай ту профессию, где твои способности будут максимально реализованы, и где ты добьешься наибольшего успеха.

4. Упражнение «Цепочка профессий»

Цель: развить умение выделять общее в различных видах трудовой деятельности; показать участникам группы, что не следует ограничиваться только одним профессиональным выбором, так как очень часто то, что они ищут только в одной профессии, может оказаться в других, более доступных профессиях.

Обсуждение:

- Легко или трудно было подбирать профессию к ранее заданной?
- Удивил ли вас выбор одноклассников?

Слово педагога-психолога: Такие неожиданные связи между самыми разными профессиями свидетельствуют о том, что не следует ограничиваться только одним профессиональным выбором, ведь очень часто то, что вы ищите в одной профессии, может оказаться в других, более доступных профессиях.

5. Энергизатор «Поменяйтесь местами, кто... »

Цель: снять напряженность и усталость.

Педагог-психолог задает вопросы:

- Кто хочет получать много денег?
- Кто хочет работать в школе?
- Кто хочет получить высшее образование?

- Кто интересуется машинами?
- Кто не хочет идти работать?
- Кто выбирает профессию как у родителей?
- Кто еще не выбрал профессию?
- Кто хочет стать известным?
- Какие чувства возникли во время выполнения упражнения?
- Легко ли было соотнести профессию с конкретным человеком?

6. Творческое задание «Составление синквейна»

Цель: осознать особенности профессий, развить навыки конструктивного взаимодействия в малой группе, активизировать творческий потенциал.

Педагог-психолог: Синквейн – это стихотворение из 5 строк. Для работы в команде я подготовила вам все необходимые материалы. Каждый выберет себе понравившуюся профессию и нарисует ее. Вам необходимо отразить в работе особенности профессиональной деятельности людей данной сферы, профессионально важные качества (правила составления синквейна я вам подготовила). По окончании каждый презентует нам свой синквейн, а остальные участники попытаются угадать профессию.

Обсуждение:

- Что вам было легко, что трудно в выполнении задания?
- Определите наиболее активных участников выполнения задания, легко или трудно было определить лидера команды?

Слово педагога-психолога: наше занятие я хочу завершить высказыванием Г. К. Жукова: «Далеко в жизни уходит тот, кто идет твердо к избранной цели. Найди в молодости свою профессию, определи жизненную дорогу и иди по ней упорно к намеченной цели – тогда удастся у тебя жизнь».

7. Подведение итогов. Рефлексия занятия

Цель: подведение итогов занятия. (Это упражнение позволяет психологу взглянуть на занятие глазами учеников, проанализировать его с точки зрения ценности для каждого ученика) .

Педагог-психолог:

- Какие чувства вы испытываете сейчас?
- Какие упражнения тренинга вам больше всего понравились?
- Самое важное открытие, которое вы сделали на этом занятии?
- С каким цветом ассоциируется занятие?

8. Ритуал прощания

Педагог-психолог Саркисова Д.В.