

Методические рекомендации по организации профориентационной работы

Организация профориентационной работы строится от общего знакомства с миром профессий, через осознание своих интересов, склонностей и способностей к выстраиванию индивидуальной траектории развития. При этом важны не только информативные средства, но и личностное развитие. Важно научиться инструментам самопрезентации (резюме), целеполаганию, мотивации, планированию, коммуникации.

Класс	Тематика	Пояснения, формы работы
1	Профессии наших родителей	Возможна реализация в 3 этапа: 1. Анкетирование 2. Создание единой «базы», «банка данных». 3. Приглашение родителей на классные часы в формате «классных встреч»
2	Профессии конкретного предприятия	Творческий проект. Выбирается предприятие Вологды, выясняется спектр профессий, группы готовят сообщения по ним. Интересной может быть технологическая цепочка, презентация продукции. Возможны брейдинговые товары.
3	Профессии моего города, области	Продолжение начатой работы. Выбираются несколько предприятий, каждая группа рассказывает о технологической цепочке отдельного предприятия с презентацией продукции, интересной может быть карта экспорта продукции внутри области, страны, внешний рынок. Предусмотрен цикл классных часов.

4	Знакомство с разными типами профессий (приглашение специалистов)	Знакомство с типологией профессий Климова. Приглашение гостей-специалистов в соответствии с типологией, в том числе и родителей. Вопросы, касающиеся подготовки, получения профессии, реализация, перспективы развития. Предусмотрен цикл классных часов.
5	Профессии нового времени Атлас новых профессий	Знакомство с Атласом. Все отрасли и профессии до 2020 года и после него. Навыки и умения. Предусмотрен цикл классных часов.
6	Интересы и склонности - собеседование на выявление направлений ранней профилизации обучения	Диагностика ЦСПС
	Атлас новых профессий	Предусмотрен цикл классных часов по выбору обучающихся. Возможна презентация обучающимися отдельных отраслей и профессий.
7	Ошибки в выборе профессии	Теоретическая часть
	Профессия и здоровье	Теоретическая часть. Практическая часть. Составить личную карту: список предполагаемых для себя профессий и требования или ограничения по здоровью
	Атлас новых профессий	Предусмотрен цикл классных часов по выбору обучающихся. Возможна презентация обучающимися отдельных отраслей и профессий.
8	Диагностика по интеллектуальным предпосылкам выбора профиля обучения и будущей профессии	Диагностика ЦСПС Практическая часть. Составить личную карту: список предполагаемых для себя профессий и интеллектуальные

		<p>предпосылки (результаты диагностики).</p> <p>Составить личную карту по 3 критериям: список предполагаемых профессий, ограничения по здоровью, интеллектуальные предпосылки</p>
	<p>Встречи, опыт общения с успешными людьми самых разных профессий</p>	<p>Формат «Классных встреч».</p> <p>Список приглашённых определяют сами обучающиеся из числа родителей, известных предпринимателей.</p>
	<p>Атлас новых профессий</p>	<p>Предусмотрен цикл классных часов по выбору обучающихся.</p> <p>Возможна презентация обучающимися отдельных отраслей и профессий.</p>
9	<p>Информационное сопровождение: статистика, обзоры, рейтинги "профессий будущего"</p>	<p>Обзор материалов, информационных порталов, сайтов. Выступления обучающихся, составление общего рейтинга с учётом разных источников.</p>
	<p>Встречи с представителями ВУЗов</p>	<p>Формат встреч с целью получения информации об условиях поступления, обучения, дальнейшего трудоустройства, перспективы отрасли и профессии</p>
	<p>Выстраивание индивидуальной траектории развития: целеполагание, мотивация, планирование, рефлексия Технологии: SMART, "Колесо баланса", "Квадрат Декарта"</p>	<p>Работа выстраивается по специальным методикам, индивидуально (Приложения)</p>
	<p>Встречи с выпускниками лицея, студентами ВУЗов. Пути получения профессии</p>	<p>Формат «Классные встречи»</p>
10	<p>Информационное сопровождение: статистика, обзоры, рейтинги "профессий будущего"</p>	<p>Обзор материалов, информационных порталов, сайтов. Выступления готовят обучающиеся, составление</p>

		общего рейтинга с учётом разных источников.
	Встречи с представителями ВУЗов, компаний, опыт общения с успешными людьми самых разных профессий	Формат встреч с целью получения информации об условиях поступления, обучения, дальнейшего трудоустройства, перспективы отрасли и профессии
	Выстраивание индивидуальной траектории развития: целеполагание, мотивация, планирование, рефлексия Технологии: SMART, "Колесо баланса", "Квадрат Декарта"	Работа выстраивается по специальным методикам для <i>вновь прибывших обучающихся</i> (Приложения)
	Заполнение карты интересов, профессиональное тестирование	Центр социально-психологического сопровождения
	Посещение Дней открытых дверей в ВУЗах	Индивидуально
	Встречи с выпускниками лицея, студентами ВУЗов	Формат «Классные встречи»
	Профессиональные пробы. Написание резюме	Написание резюме в рамках деловой игры «Трудоустройство»
	Тьюторское сопровождение семьи	По соглашению с родителями
11	Встречи с представителями ВУЗов, компаний, опыт общения с успешными людьми самых разных профессий	Формат встреч с целью получения информации об условиях поступления, обучения, дальнейшего трудоустройства, перспективы отрасли и профессии (в рамках Дня лицея)
	Посещение Дней открытых дверей в ВУЗах	Индивидуально
	Встречи с выпускниками лицея, студентами ВУЗов	Формат «Классные встречи»

Колесо баланса

Наверняка вы слышали о таком. Это один из известных методов анализа текущего состояния жизни, «мгновенный срез». Его придумал Пол Дж. Майер, американский бизнесмен, миллионер и мотивационный коуч. Колесо баланса — это круг, разделенный на сектора. Обычно их 6, 8, но можно сделать и больше, если хотите. Каждый сектор — сфера жизни:

- карьера
- семья
- друзья
- здоровье
- хобби
- деньги
- отдых
- саморазвитие

Можете добавить, например, «спорт», «внешний вид» или «творчество», сон, успеваемость, взаимоотношения с учителями — что угодно.

Теперь вам нужно оценить по десятибалльной шкале, насколько вам нравится текущее положение дел в каждой из сфер: 0 — полный провал, 10 — все супер. Ноль будет в центре круга, десятка — на окружности.

Заштрихуйте сектора до уровня, который вы определили. Получилось ровненькое колесо? Вряд ли. Обычно считается, что значения 0-3 тревожные, 4-7 — требуют внимания, а 8-10 близки к идеалу. Те сферы, которые «проседают», и будут вашими точками роста.

Анализ результатов.

При анализе результатов сначала рассматриваем высокие показатели: какие действия, подходы, ресурсы помогли достичь хороших результатов. Затем переходим к низким результатам.

Какого уровня тьюторант хочет достичь? Что может сделать сам? В чём нужна помощь? Что может помешать? Что нужно делать сначала, что потом? Что можно сделать сегодня?

После этого устанавливаем взаимосвязь между разными сферами: например оценили успеваемость на 6 баллов, а время уделяемое на сон и учёбу - на 4 балла (много времени посвящает компьютерным играм, просмотру фильмов, не высыпается).

Составляем план действий.

Прямо рядом с рисунком неровного колеса напишите, что конкретно можно сделать для того, чтобы выправить ситуацию в обозримом будущем: за несколько месяцев, например.

Можно использовать ресурсы из других сфер ("много свободного времени, значит, я могу больше ходить на консультации" и др)

Только не просто запланируйте, а укажите дату, когда вы должны это сделать. И делайте! Через 2-3 месяца повторите упражнение с колесом баланса и посмотрите, есть ли разница.

Приложение 2

SMART – известная и эффективная технология постановки и формулировки целей. Акроним SMART означает умная цель и объединяет заглавные буквы от английских слов, обозначающих, какой должна быть настоящая цель: *Specific* (конкретность) — *Measurable* (измеримость) — *Attainable* (достижимость) — *Relevant* (релевантность) — *Time-bounded* (определенность во времени)

Specific (Конкретны)

Цель должна быть максимально **ясной** и **конкретной**, при постановке следует отчетливо представлять конечный результат. Очевидно, что цель: *«поступить в МГУ на специальность «Банковское дело» на заочное отделение в следующем году»* более конкретна, чем *«хочу хорошую работу»*.

Measurable (Измеримы)

Цели должны быть **измеримы**, чтобы можно было узнать, что они достигнуты. «Хочу быть богатым» – конечно, похвальное желание, но что такое «богатый»? Гораздо правильнее была бы формулировка: *«Иметь ежегодный доход 100 000\$»*. Очень полезно также выделить не только конечные, но и промежуточные критерии оценки, т.е. если через год мой

доход составляет 30 000\$, еще через год – 70 000\$, значит, я двигаюсь в верном направлении к своей цели.

Attainable (Достижимы)

Цели должны быть **достижимы** с точки зрения внешних факторов и внутренних ресурсов. Согласитесь, глупо тратить свою жизнь на то, чтобы стать известным документальным биографом, если в школе за сочинения вам ставили двойки.

Relevant (Релевантны)

Цели должны **соотноситься** с другими, более общими, а также **со стратегическими целями**, и работать на их достижение. Т.е. то, что вы делаете сегодня, нужно для того, чтобы получить запланированное на месяц, а, следовательно, отвечает и главным жизненным целям.

Time-bounded (Определены во времени)

Цель должна быть **четко определена во времени**, должны быть конкретные сроки (и промежуточные контрольные моменты) ее достижения. На получение второго высшего образования я отвожу ровно 2,5 года и не более.

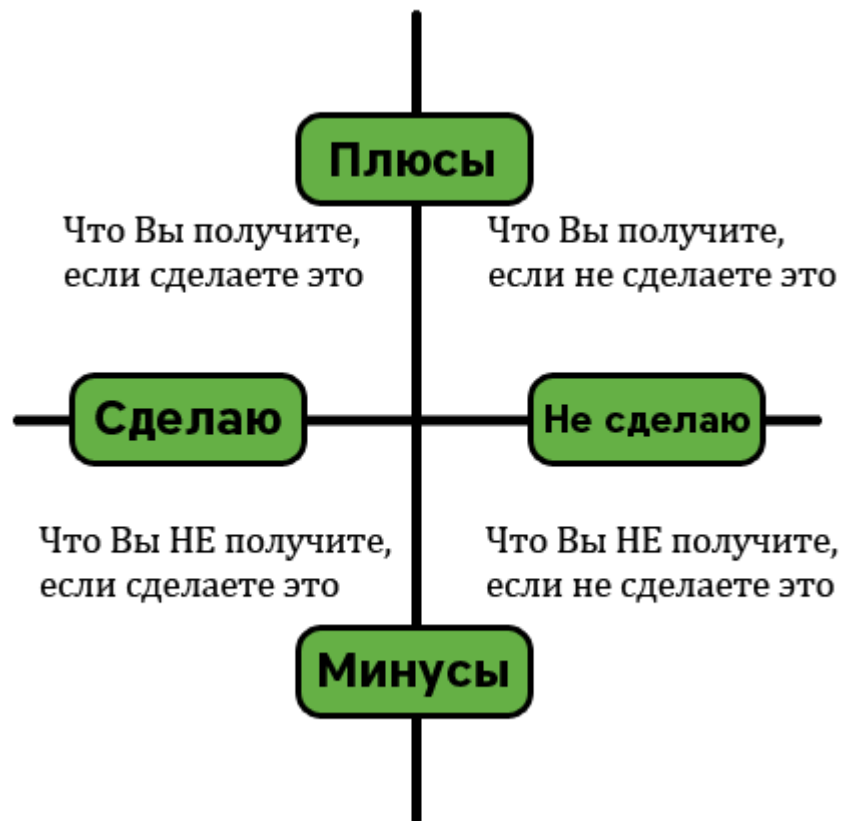
Приложение 3

Ретроспективное построение шкалы времени

На листе бумаги рисуется шкала времени, на одном краю которой - момент здесь и сейчас, на другом - отметка "через 10 лет". Мы спрашиваем обучающегося: "Представь, что прошло 10 лет. Где ты сейчас? Что у тебя есть? Где ты работаешь? Что тебе пришлось для этого сделать? " И теперь предлагаем ретроспективно, двигаясь назад к началу шкалы, определить ключевые действия и решения, которые позволят этому моменту "через 10 лет" актуализироваться. Так мы разбиваем шкалу времени на конкретные этапы и на основе этого начинаем планировать. Постепенно (ближе к началу шкалы) мы стараемся максимально уменьшить временные интервалы, чтобы выйти на краткосрочное планирование с жёсткой фиксацией времени - что можно будет сделать за эти пару месяцев, полгода, год.

Приложение 4

Если в процессе анализа мы приходим к тому, что у тьютора стоит выбор между двумя профессиональными направлениями, можно применить "Квадрат Декарта".



1. Что будет, если я выберу данную профессию?

Данный вопрос подразумевает поиск плюсов от получения желаемого. Под словом «это» следует иметь в виду реализацию принимаемого решения. Первый вопрос является наиболее очевидным и по этой причине очень важно находить как можно больше ответов, т.е. не останавливаться на том, что первым приходит на ум. Ответы на этот вопрос будут служить вам мотивацией к принятию решения.

2. Что будет, если я НЕ выберу данную профессию?

Что случится, если это НЕ произойдёт?

Данный вопрос подразумевает поиск плюсов от неполучения желаемого. Другими словами, ответы на второй вопрос покажут вам, что случится, если вы откажетесь от реализации принимаемого решения, и всё останется так же, как и было раньше. Отвечая, записывайте все преимущества настоящего положения дел, которые вы не хотели бы потерять.

3. Чего Не будет, если я выберу данную профессию?

Чего НЕ случится, если это произойдёт?

Данный вопрос подразумевает поиск минусов от получения желаемого. Проще говоря, ответы на третий вопрос будут представлять собой ту цену, которую вы должны будете заплатить за реализацию принимаемого решения.

4. Чего НЕ будет, если я НЕ выберу данную профессию?

Чего НЕ случится, если это НЕ произойдёт?

Данный вопрос подразумевает поиск минусов от неполучения желаемого. Отвечая на четвёртый вопрос, вы отсекаете оставшиеся «не», мешающие реализации принимаемого решения. На этом этапе рекомендуется отвечать как можно быстрее, опираясь на интуицию.

Потом такой же квадрат рисуется для другой профессии, после чего их сравнивают.

После понимания в каком направлении следует двигаться, мы начинаем поиск вузов, в которых есть выбранное направление.

Тьюторанту предлагается:

- определить три приоритетных вуза, в которых есть выбранная специальность;
- выяснить необходимые экзамены, количество баллов для поступления;
- сходить на дни открытых дверей;
- познакомиться со студентами выбранного направления, провести интервью и так далее.

Заместитель директора по воспитательной работе Е.Б. Дьякова