

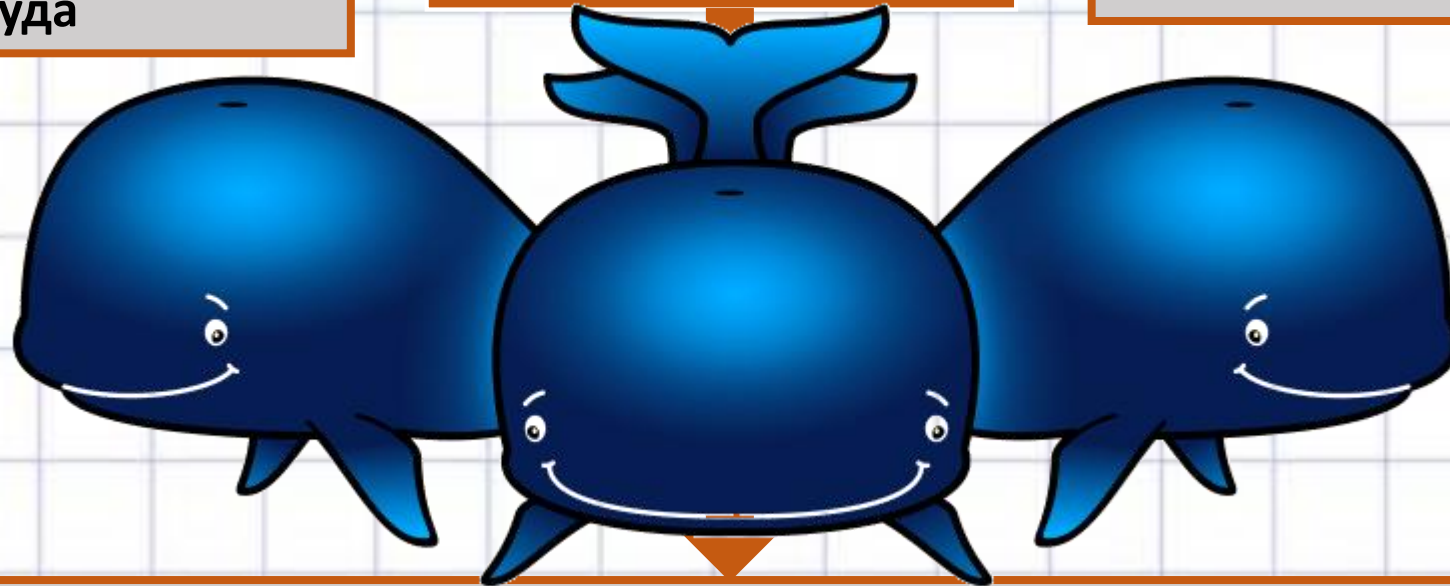
Одна из ключевых компетенций выпускника современной общеобразовательной школы



Осуществлять
жизненный и
профессиональный
выбор

Ориентироваться в мире профессий, анализировать их содержание, владеть информацией о ситуации на рынке труда

Разбираться в собственных интересах, способностях, оценивать свои профессиональные возможности



подготовиться к условиям обучения в образовательном учреждении профессионального образования, сформировать знания и умения, имеющие опорное значение для профессионального образования определенного профиля



Мой профессиональный выбор

(индивидуальный проект 10 класс)

индивидуальный проект поможет вам:

1

Структурировать информацию о способностях/возможностях

Тестирование позволяет выявить: структуру интеллекта, индивидуальные особенности (темперамент, характер, интересы, склонности, способности, профессиональный тип личности), ценности и установки в трудовой сфере, причины проблем в общении и т.д.

2

Выявить мотивы выбора профессии

Мотив выбора профессии - это важная составляющая. Почему и ради чего я должен ходить на работу? Почему именно эта профессия будет доставлять мне удовлетворение? Можно ли будет поменять сферу деятельности? Для определения мотива мы должны верно сформулировать ответы на эти вопросы.

3

Существенно сузить «коридор» выбора профессии

Информация о способностях, возможностях и мотивах, полученная по результатам профтестирования, сужает "коридор" выбора профессий, помогает отсекать лишнее, не тратить драгоценное время впустую.

4

Наметить стратегию получения образования

Образование - это только "ключ", который помогает выбрать правильную "дверь" с табличкой "моя профессия". Именно поэтому важно правильно расставить приоритеты.

САМОПОЗНАНИЕ



Что это такое?

Зачем это нужно?

Как это происходит?



**САМОПОЗНАНИЕ
САМОРАЗВИТИЕ
УСПЕХ...**

Nosce te ipsum – Познай самого себя

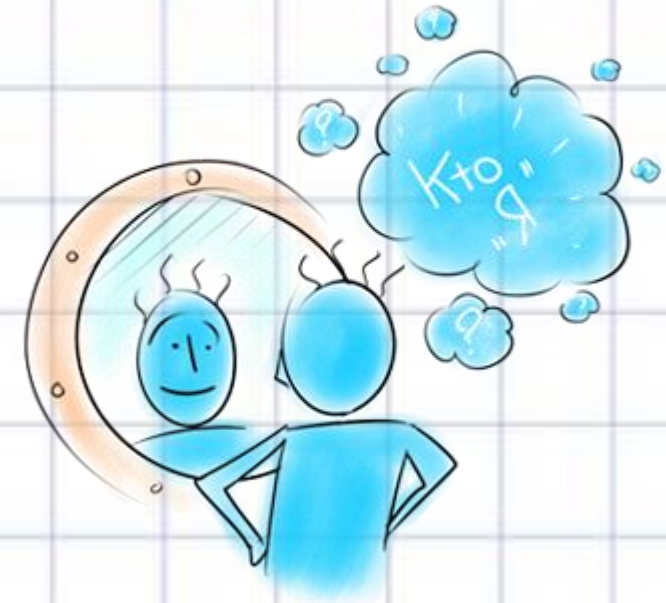


Сократ

Что такое самопознание?

Самопознание – познание самого себя, изучение самого себя, изучение своего нрава и своего сердца

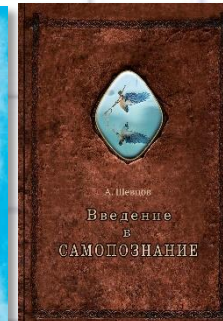
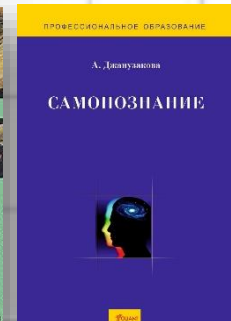
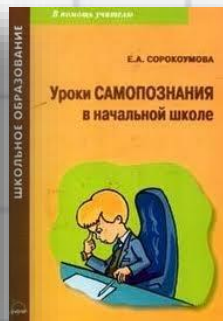
Толковый словарь В. Даля



Самопознание – познание человеком самого себя, своих психологических особенностей, способностей, потребностей, целей, особенностей поведения



Самопознание.ру
путеводитель по тренингам



Зачем нужно самопознание?

- Самопознание необходимо человеку для того, чтобы изучить себя, научиться понимать себя и других людей, продуктивно общаться с ними, не ошибиться в выборе профессии и спутника жизни



«Человек всегда был и будет самым любопытнейшим явлением для человека...»

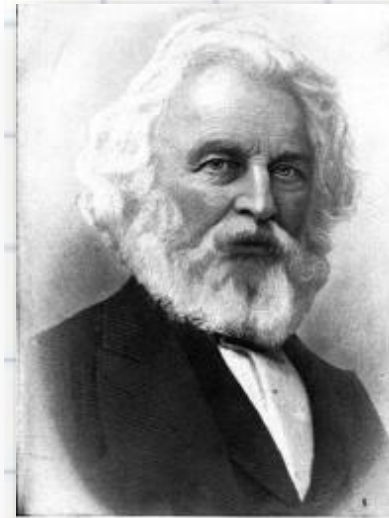
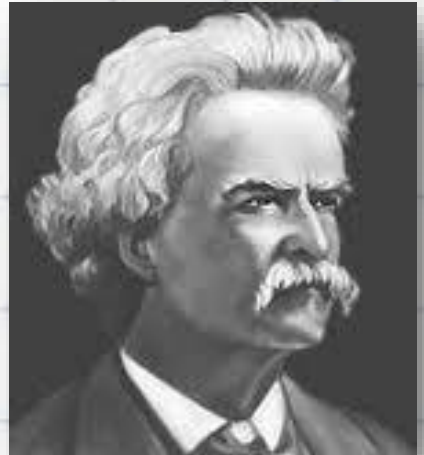
*В.Г. Белинский,
русский литературный критик*

«Изучайте себя и, самое главное хорошенько подмечайте, в чём природа предназначила вам отличиться»

*Генри Уодсворт Лонгфелло,
американский поэт, автор «Песни о Гайавате»*

*«Тысячи гениев живут и умирают безвестными – либо не признанными другими, либо **не признанными самим собой**»*

Марк Твен



Как осуществляется самопознание?

- **САМОУЗНАВАНИЕ**

Отделение себя от внешнего мира (встречается уже у 3-8-месячных младенцев).

- **НЕПОСРЕДСТВЕННОЕ САМОПОЗНАНИЕ**

Человек познает себя **САМ** через самонаблюдение, тесты, ответы на вопросы анкет, ведение дневника.

- **ОПОСРЕДОВАННОЕ САМОПОЗНАНИЕ**

Человек познает себя при помощи других людей: наблюдение за другими людьми, сравнение себя с другими людьми, беседы, оценка своих отношений с другими людьми.



В результате складывается **ОБРАЗ Я**

ОБРАЗ Я играет большую роль в процессе самоопределения.

ОБРАЗ Я состоит из двух основных составляющих:

Я реальное и Я идеальное

Я реальное содержит качества, которые есть у человека.

Я идеальное (Я-концепция) содержит качества, которые человек хотел бы иметь.

Я реальное постоянно сопоставляется с Я-идеальным. Различие между ними является источником самовоспитания.

! Выбирая профессию, каждый человек должен чётко определить,

КАКИМ ему нужно быть для овладения ею.

Если требования профессии не совпадают с Я-концепцией,

то человек должен **ВНЕСТИ В НЕЁ ИЗМЕНЕНИЯ,**

или **ОТКАЗАТЬСЯ ОТ СВОЕГО ВЫБОРА.**

ПЕРВИЧНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА на самого себя «Кто я, какой я?»

Ответьте на вопросы: «Кто Я? Какой Я», используя для этой цели 10 предложений, не стараясь отобрать удачные или неудачные, важные или неважные характеристики.

У меня **(ЕСТЬ/НЕТ)** цель в жизни, я **(ЗНАЮ/НЕ ЗНАЮ)** чего хочу...

Я ценю в этой жизни...

Я **(КАКОЙ?)** целеустремлённый, ленивый, добрый, сознательный, активный, ответственный...

У меня **(ХОРОШАЯ/ПЛОХАЯ)** память... я **(НЕ/ЗАПОМИНАЮ)** цифры, имена, лица...

Я **(ЛЕГКО/С ТРУДОМ)** переключаю внимание с одного объекта на другой...

Я **(НЕ/УМЕЮ)** думать, размышлять, анализировать, делать выводы, выражать свои мысли на бумаге...

Меня интересует (политика...математика), мне нравится (узнавать новое, играть на сцене, решать проблемы...)

У меня **ЕСТЬ** своё мнение... / я **ЗАВИШУ** от мнения других людей...

У меня есть **(КАКИЕ?)** способности

Я **(НЕ/УМЕЮ)** работать в команде, понимаю и уважаю других людей, признаю их индивидуальность

Прочитайте, что у вас получилось. Поставьте знак «+» напротив тех ответов, которые вам нравятся; знак «-» – напротив тех, которые не нравятся. Если не можете решить, нравится или нет – поставьте «?».