



«Тренінгова робота в профорієнтації «Професія. Формула успіху»

Галина Луценко,

практичний психолог ДНЗ «Херсонське вище
професійне училище сервісу та дизайну»

Профорієнтаційний тренінг

Групова взаємодія
Цікаво і корисно



2 стимули:
✓ ігровий;
✓ проблемно-пошуковий.

За допомогою вправ розкриваємо важливі компоненти профорієнтаційної роботи (знайомимо з нашими професіями, їх гранями, пов'язуємо з формулою «хочу –можу - є потреба»).

Знайомство

Підніміть, будь ласка, руки ті, хто вже визначився з професією, тепер ті, хто вагається, у кого відсутні варіанти (цим питанням ми виказуємо повагу до їх точки зору)

- ▶ Вправа-розминка «Казкові професії». Надати перелік професій закладів П(ПТ)О області. Учасники об'єднуються в групи, їм необхідно підібрати до професій казкових (фільми) героїв, обґрунтувати свій вибір.



Вправа «Знайомство»

- Мета: сприяти груповій згуртованості, створити позитивний настрій.

Інструкція. Зараз ми з вами познайомимося і зробимо це в такий спосіб.

Кожен по черзі називає своє ім'я та асоціацію з обраною професією (на екрані професії навчального закладу). Отже, ім'я та асоціація зі словом ... (ви отримуєте інформацію про їх уявлення, сприйняття даних професій. Протягом зустрічі ви доповнюєте їх уявлення)



Вправа «Рука долі»



Мета: розуміння важливості усвідомленого вибору.

Інструкція. Учасників просять на трьох(двох) картках написати назви професій, якими вони хотіли б займатися в житті. Далі всі картки перемішують, кожен виймає по одній, як у лотереї. Результати обговорюються за наступними питаннями:

- Хто (і скільки) з учнів отримали саме те, що бажали (записали)?
- Кому (і скільком) пощастило і вони отримали те, що не записали, але бажали б?
- Хто (і скільки) незадоволений своєю долею?
- Чи може таке статися у житті?
- Від кого або від чого залежить вдалий вибір. (Формула ХОЧУ, МОЖУ, ТРЕБА)
- Хто може допомогти у виборі професії?

Результати у відсотках записуються на дошці. Отже, необхідно навчитися при виборі професії та майбутнього життя діяти більш усвідомлено, а не навмання. Стати професіоналом своєї справи можливо, якщо вчитися, прагнути до вдосконалення знань. Вибір професії — один із найсерйозніших кроків

Вправа «Особливості професій»

- ▶ Мета: отримати й обговорити відомості про професії.
- ▶ Інструкція. Учасники об'єднуються в групи, їм надаються інформаційні матеріали
Додатки:
- ▶ особливості праці;
- ▶ кому підходить професія;
- ▶ споріднені спеціальності;
- ▶ де навчатися і де працювати.

які вони перетворюють у схеми, малюнки тощо. Після закінчення вправи представники кожної малої групи, презентуючи свою роботу, вивішують на фліпчарті аркуш з інформацією широкому загалу. Після презентації учасники обговорюють результати вправи.

- Чому важливо знати плюси і мінуси професії? - Що дасть вам інформація про споріднені професії? (про якості, особливості праці) - Що дала робота над цією вправою?

АБО запустити відеоролик «Особливості професій»

Інформ-реліз «Головні критерії вибору професії»

Учасники об'єднуються в групи, заповнюють дану схему відповідно до професій навчального закладу за наданою вами інформацією або самостійно. Після закінчення вправи представники кожної малої групи презентують свою роботу.



Вправа «Пересадки»

Мета: активізувати учасників.

Інструкція. Учням пропонується встати і помінятись місцями всім тим, хто...

- у кого гарний настрій;
- хто хоча б раз користувався послугами кравця (шили плаття, костюм...);
- хто ходить до перукаря;
- хто бачив красиві букети (а наші учні - флористи створюють саме такі) ;
- хто ходив в садочок і у кого була няня;
- хто фарбував волосся;
- хто вже обрав професію;
- хто має друзів.

Запасні вправи

- **«Чарівний мішечок»** Знайомство. Доброго дня, вітаю вас в нашому навчальному закладі. Мені потрібен доброволець, який відгадає предмет у чарівному мішечку і з вашою допомогою професію нашого навчального закладу, яка пов'язана з ним (не дивлячись, лише торкаючи предмет) або розглядаючи малюнки.
 - кравець – нитки, сантиметр;
 - перукар – гребінець, шпилька;
 - флорист – квітка, флористична стрічка;
 - няня – соска, брязкальце, іграшка.
- **Вправа «Розминка».** Інструкція. Учні повинні відгадати професію
 - Фахівець, який володіє ножицями й гребінцем. (Перукар)
 - Працівник торгівлі. (Продавець)
 - Швейний інструмент, у якому зберігається смертельна небезпека для довгожителів. (Голка)
 - Перед ким усі люди знімають шапки (Перед перукарем)
 - Кому дозволено повертатися до короля спиною? (Водію)
 - Хто збирає будинок по цеглинці? (Каменяр)
 - Без якого монтера може настати кінець світла? (Електрик)

Вправа «Професійний попит: специфіка регіону»

- Демонструємо і роздаємо учасникам добірку місцевих газет, фото листівок, оголошення місцевих підприємств торгівлі про відкриті вакансії. Необхідно скласти перелік найбільш популярних професій та вакансій нашого регіону і таких, що не користуються попитом.

Запитання для обговорення: «Яким чином можна використати інформацію-добірку та складений перелік при плануванні життєвих та професійних перспектив?»



Вправа "Моє майбутнє"

- ▶ Матеріали: листи паперу А4, фломастери, картки(аркуші паперу розміром 10×5 см (за кількістю учасників).
- ▶ Час проведення заняття : до 40 хв.
- ▶ Учасники сидять по колу. Ведучий просить кожного сказати, які асоціації виникають, коли він чує фразу: "Моє майбутнє". Після того, як висловилися всі учасники, ведучий узагальнює відповіді і коментує їх. Ведучий говорить про те, що по відношенню до свого життя, свого майбутнього можна займати різну позицію. Можна "плисти за течією", можна довірити своє життя іншим людям (батькам, начальникам, дружинам, чоловікам.) А можна стати будівельником власного життя, цілеспрямовано йти до наміченої мети. Розмова про те, як стати тим, хто усвідомлено планує своє життя, є "архітектором" своєї долі.

Вправа «Попелюшка» і «Архітектор»

Ведучий говорить про те, що є люди, які виявилися успішними в своєму житті. Це можуть бути як дуже відомі люди (політики, музиканти, вчені, спортсмени ...), так і ті, хто не відомий широкому загалу, але при цьому він сам і навколишні вважають його успішним (педагог, батьки учнів ...). Потім учасникам пропонується відповісти на питання: *«За рахунок чого людям вдається досягати успіху в житті?»* **Відповіді учасників фіксуються. В одній половині кола записується те, що робить сама людина для того, щоб стати успішним (багато працює, постійно вчиться, знає, чого хоче ...). У другій половині кола - фактори, які можна назвати «щасливим випадком», удачею (багаті родичі, лотерея, опинився в потрібний час, в потрібному місці ...).** Вводиться **метафора** «Попелюшка» і «Архітектор». Попелюшка – людина, яка чекає на успіх. Вона сподівається, що в один прекрасний день станеться диво і її життя стане прекрасним. «Архітектор» - людина, яка розуміє, чого вона хоче в цьому житті. Він сам визначає цілі і сам знаходить можливості реалізувати ці цілі. Ведучий просить учасників назвати, які якості дозволяють людині стати «архітектором» власної долі. Якості записуються на картках і прикріплюються на дошку. Далі учасники об'єднуються в дві команди. Необхідно придумати і показати (розповісти), як поведуть себе «Попелюшки» і «Архітектори» в запропонованих ситуаціях. Кожна команда по черзі описує ситуацію як від імені «Попелюшки», так і - «Архітектора». Ситуації: 1. Закінчив навчальний заклад. 2. Втратив роботу.





«У кожного з нас є заповітна мрія. Щоб вона стала реальністю, потрібен план, процес, персонал, наполегливість, терпіння і бажання».

(Джеффри Гітомер)

Дякую за увагу
gyurza07@ukr.net