**Час оберає нас**

**Практичне заняття**

**Мета: Формування готовності учнів самостійно планувати та реалізовувати перспективи професійного розвитку.**

**Практичний психолог Ігнатенко О.В.**

 **2013 рік**

**ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ « ЧАС ОБЕРАЄ НАС »**

**Мета: Формування готовності учнів самостійно планувати та реалізовувати перспективи професійного розвитку.**

**Хід заняття:**

***1. Привітання.***

***2. Вправа "10 якостей".***

 Учасники отримують 10 карток, на кожній з яких вони повинні написати по одній своїй якості (особистісної особливості), а потім самі учасники ранжирують картки за значимістю.

 При обговоренні звернути увагу на те, які характеристики у кожного учня переважають - позитивні чи негативні; що для кожного з них найбільш значуще; наскільки яскраво проявляються якості, що стоять за рангом на останніх місцях, хотів би підліток позбутися їх?

***3. Вправа "Шукаю друга"***

**(Аналог гри "Резюме", коли складається резюме при прийомі на роботу).**

Учасникам дається завдання написати оголошення про пошук товариша, показавши себе в найвигіднішому світлі, щоб з ним обов'язково захотілося подружитися. Оголошення складаються разом і по черзі зачитуються ведучим. Учасники намагаються вгадати, хто автор оголошення. Наприклад: "Шукаю друга. Я людина відкрита, товариська, лідер по натурі. Люблю робити іншим приємне: дарувати подарунки, влаштовувати сюрпризи. Завжди прийду на допомогу в скрутну хвилину. Маю гарним почуттям гумору. Вам буде приємно зі мною дружити. Друг, озовися ! "

 При обговоренні звертається увага на пошук і виділення позитивних характеристик.

***4. Псіхогеометріческій тест***

**(Характеристика стилю особистості, особисті "профілі" роботи і професії)**

 Учасникам пропонується вибрати із запропонованих геометричних фігур (трикутник, квадрат, коло, крива лінія, прямокутник) ту, яка, на їхню думку, найбільше їм відповідає. Потім вибір інтерпретується, згідно з методикою.

***Характеристика "трикутників"***

 "Трикутники" добре врівноважені, вони сконцентровані на "верхівці": цілях, кар'єрі і просуванні вперед. У них сильно проявляються навички лідерства, вони швидко приймають рішення і діють. Часто характеризуються атлетичним складом і люблять змагатися. Їх сильною стороною є політичне маневрування, вони мають здатність впливати на інших. Іноді їх описують як "рольові моделі".

 Даною характерною рисою "трикутників" є прагнення керувати і бути "правими". Людей цього типу часто більше цікавить кар'єра, ніж сама робота, і хоча вони здатні швидко приймати рішення, в цих рішеннях зазвичай беруть участь в першу чергу їх власні інтереси. Вони скоріше лідери команди, ніж командні гравці.

***Характеристика "квадратів"***

 Квадрат - сама упорядкована фігура. "Квадрати" наполегливо працюють, прихильні справі. Вони орієнтовані на деталі і добре організовані, люблять мати справу з фактичними даними і схильні відкидати емоції. Їм подобається, коли їх життя кероване і передбачуване. Найбільш сильні риси "квадратів" проявляються, коли вони слідують чітко визначеним інструкціям або завершують проекти. Їх слабкість виявляється в розробці власних планів. Скажіть їм, що зробити, і вони зроблять.

 "Квадратів" можна віднести до тих, хто сильний у прийнятті рішень, поки їх не змусять до цього; іноді чинять опір змінам, поки не зберуть всі факти і докази в підтримку необхідності змін, та й взагалі вони частіше воліють підтримувати цей стан. "Квадрати" не здатні діяти в невпорядкованій обстановці. Їх високорозвинена аналітичність може викликати відчуття відчуженості і холодності, а любов до деталей іноді веде до педантизму.

***Характеристика "кіл"***

 "Кола" доброзичливі, турботливі, врівноважені. Зазвичай такі люди схильні до колективізму. Для них важливі сім'я і друзі. Вони прагнуть догоджати і прагнуть до того, щоб усі залишилися задоволені. Вони безумовно є командними гравцями, яким не подобаються конфлікти і які піклуються про те, щоб все проходило гладко. Для "кіл" важливо підтримувати хороші відносини. Їм від природи властиво співчуття, справжня турбота, а здатність прислухатися до інших робить їх вельми приємними в спілкуванні.

 З іншого боку, іноді "круги" занадто намагаються догоджати і не вміють говорити "ні". Оточуючі часто користуються або маніпулюють ними. "Колу" не подобається приймати непопулярні рішення, викликати розлад або конфлікт. Часом вони затрачають на інших стільки часу й енергії, що нехтують своїми власними потребами. А коли щось не виходить, вони схильні звинувачувати в цьому самих себе.

***Характеристика "закарлюк" (кривих)***

 Форма закарлюки символізує творчість. "Закарлюки" інтуїтивні, люблять творчість, для них характерно мислення правою півкулею мозку. Вони схильні до стрибків в мисленні і до дій за раптовим натхненням. Ідея та картина в цілому цікавить їх більше, ніж подробиці. Їх захоплюють нові концепції, їм подобається мислити в категоріях майбутнього. Вони від природи експресивні й здатні надихати інших.

 Однак "закарлюки" часто вносять дезорганізацію і проявляють забудькуватість до деталей. Крім того, іноді іншим буває важко їх розуміти через стрибкоподібність мислення і невпорядкованість, що викликають роздратування у представників інших форм. "Закарлюки" не здатні добре функціонувати в жорстко впорядкованій обстановці.

***Характеристика "прямокутників"***

 "Прямокутникам" властива якась плинність. Вони знаходяться в тимчасовому стані - у процесі життєвих реформ; досліджують свою поточну ситуацію або шукають щось нове. "Прямокутники" навчаються і ростуть, їх збуджує перспектива майбутніх змін у житті. Вони відкриті новим ідеям і досвіду, проте часом занадто легко спокушаються якимись новими ідеями. "Прямокутники" часто проявляють непослідовність і плутаність; іноді створюється враження, що їх особистість змінюється з кожним днем, а поведінка здається абсолютно непередбачуваною. До того ж вони схильні до емоційних сплесків.

***5. Вправа "Крок за кроком".***

 Учасники один за одним описують день бізнесмена (продавця, лікаря і т.д.). Можна описати крок за кроком день або всю кар'єру, як рядового фахівця, так і видатного в тій чи іншій діяльності.

Наприклад, перший учасник описує початок робочого дня, останній - його завершення. Гра повинна проходити динамічно. Під час обговорення звернути увагу на вимоги до професії, на її плюси і мінуси, на особистісні якості, які актуальні для даної професії.

***6. Завершення. Вправа "Кошик побажань".***

Всі бажають один одному щось приємне і "кидають" свої побажання в "кошик". Потім, на рахунок "три", перекидають "кошик побажань" на себе.