

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Волхонов Михаил Станиславович
Должность: Ректор
Дата подписания: 14.02.2025 17:12:25
Уникальный программный ключ:
40a6db1879d6a9ee29ec8e0ffb2f95e4614a0998

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РФ
ФГБОУ ВО КОСТРОМСКАЯ ГСХА

Кафедра экономики, управления и техносферной безопасности

Ю.В. САВИН

ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

2-е издание, исправленное

*Для контактной и самостоятельной работы студентов
всех направлений подготовки, всех форм обучения*

КАРАБАЕВО
Костромская ГСХА
2024

УДК 159.9

ББК 88

С 13

Автор: старший преподаватель кафедры экономики, управления и техносферной безопасности Костромской ГСХА *Ю.В. Савин.*

Рецензент: д-р пед. наук, доцент, профессор кафедры физики и автоматики Костромской ГСХА *И.А. Мамаева.*

*Рекомендовано методической комиссией
инженерно-технологического факультета
в качестве методических указаний для контактной и самостоятельной
работы студентов всех направлений подготовки, всех форм обучения*

С 13 Савин Ю.В. Психология личности и профессиональное самоопределение: методические указания / Ю.В. Савин. — 2-е изд., исправл. — Караваево : Костромская ГСХА, 2024. — 60 с. ; 20 см. — 5 экз. — Текст непосредственный.

В издании содержится материал, помогающий студентам готовиться к занятиям, контрольным испытаниям, самостоятельно изучать темы дисциплины, выполнять индивидуальные домашние задания.

Методические указания предназначены для контактной и самостоятельной работы студентов, обучающихся по всем направлениям подготовки, всех форм обучения.

УДК 159.9

ББК 88

© ФГБОУ ВО Костромская ГСХА, 2021-2024

© ФГБОУ ВО Костромская ГСХА, 2-е изд., испр., 2024

© Ю.В. Савин, 2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	5
Раздел 1. Личностные регуляторы выбора профессии.....	7
Общие представления о личности.....	7
Индивид, субъект, личность, индивидуальность	7
Теории личности	8
Межличностные отношения	9
Положение личности в группе	9
Личность и поведение	10
Понятие характера.....	11
Понятие темперамента	13
Понятие способностей	13
Направленность личности	14
Основные психические процессы.....	15
Волевая регуляция деятельности	16
Понятие мотива	16
Иерархия потребностей А. Маслоу.....	17
Контрольные вопросы для опроса по Разделу 1 «Личностные регуляторы выбора профессии»	19
Раздел 2. Основы профессионального самоопределения	20
История профориентации	20
Содержание профориентационной работы	20
Понятие профплана.....	21
Понятие профессионального самоопределения.....	21
Типы и уровни профессионального самоопределения	22
Основные методы профориентации	24
Профориентационная диагностика.....	25
«Карта интересов» А.Е. Голомштока	26
Дифференциально-диагностический опросник (ДДО)	27
Теория компромисса с реальностью Э. Гинзберга	28
Типологическая теория Дж. Холланда.....	28

Индивидуальный профессиональный путь и «Я-концепция» Д. Сьюпера	29
Средства профессионального отбора.....	29
Опросник профессиональной готовности Е. Климова	29
<i>Методика системного анализа профессиональной деятельности</i> 30	
<i>В.Д. Шадрикова.....</i>	30
Цели профконсультирования.....	31
Основные стратегии организации профориентационной помощи	31
Контрольные вопросы для опроса по Разделу 2 «Основы профессионального самоопределения»	32
Варианты контрольных работ.....	33
Раздел 1. Личностные регуляторы выбора профессии	33
Раздел 2. Основы профессионального самоопределения	33
Варианты тестовых заданий	34
Раздел 1. Личностные регуляторы выбора профессии	34
Раздел 2. Основы профессионального самоопределения	42
Литература	57

Введение

С древнейших времен потребности общественной жизни заставляли человека различать и учитывать особенности психического склада людей. По-видимому, люди начали задумываться над существованием некоего духовного начала, направляющего их поведение.

Психология изучает мир субъективных явлений, процессов и состояний, осознаваемых или неосознаваемых самим человеком.

Мы живем среди людей и волей обстоятельств должны понимать, учитывать психологию людей, учитывать свои индивидуальные особенности психики и личности. Но житейскую психологию лучше дополнить научными психологическими знаниями.

Важно понять, что хотят, что могут окружающие нас люди, как ориентироваться в особенностях личности, мотивах поведения, памяти и мышления, характера и темперамента. Не менее важно понять и свои возможности, достоинства и недостатки, одним словом, уметь психологически достоверно охарактеризовать самого себя как личность. Этим задачам как раз и отвечает система знаний, именуемая психологией.

О том, как видеть в малых фактах отражение общих принципов и как переходить от общих принципов к реальным жизненным проблемам – этому способствует знание психологии. Как известно, в любой науке, так и в психологии, нельзя ответить на один вопрос без того, чтобы не возникло десять новых. Но новые вопросы нередко ставят под сомнение прежде высказанную мысль или идею. Психологическое знание должно помочь разобраться в этой лавине вопросов и ответов.

Профессиональное самоопределение – личный выбор человека в приобретении профессии и реализации себя на рынке труда. Самоопределение реализуется при тщательном анализе личных интересов, способностей, талантов и наклонностей. Профессиональное самоопределение очень связано с жизненным самоопределением личности, так как непосредственно влияет на качество жизни человека, его самореализацию, чувство собственного достоинства и значимости

Профессиональное самоопределение невозможно без саморазвития личности. Самореализация и самоактуализация неразрывно связаны с трудовой деятельностью. Самоопределение помогает не только самореализации, но и расширяет возможности и способности человека.

Есть много факторов, которые помогают определиться в профессии. Если человек сможет найти свое предназначение, свое место, будет заниматься делом, которое ему интересно, тогда за спиной появятся крылья, тогда жизнь наполняется смыслом не только

саморазвития и самодостаточности, но и служения своей стране своему народу.

Раздел 1. Личностные регуляторы выбора профессии

Общие представления о личности

Личность – это человек, взятый в системе таких психологических характеристик, которые социально-обусловлены. В структуру личности входят: характер, темперамент, способности, направленность, социальные установки, мотивы, воля, чувства и эмоции

К числу личностных качеств не принято относить качества человека, характеризующие особенности развития его познавательных психических процессов или индивидуальный стиль деятельности, за исключением тех, которые проявляются в отношениях к людям и обществу в целом, следовательно, к числу личностных характеристик не принято относить особенности человека, которые связаны с генотипической или физиологической организацией человека.

Таким образом, личность — это конкретный человек, взятый в системе его устойчивых социально обусловленных психологических характеристик, которые проявляются в общественных связях и отношениях, определяют его нравственные поступки и имеют существенное значение для него самого и окружающих.

Индивид, субъект, личность, индивидуальность

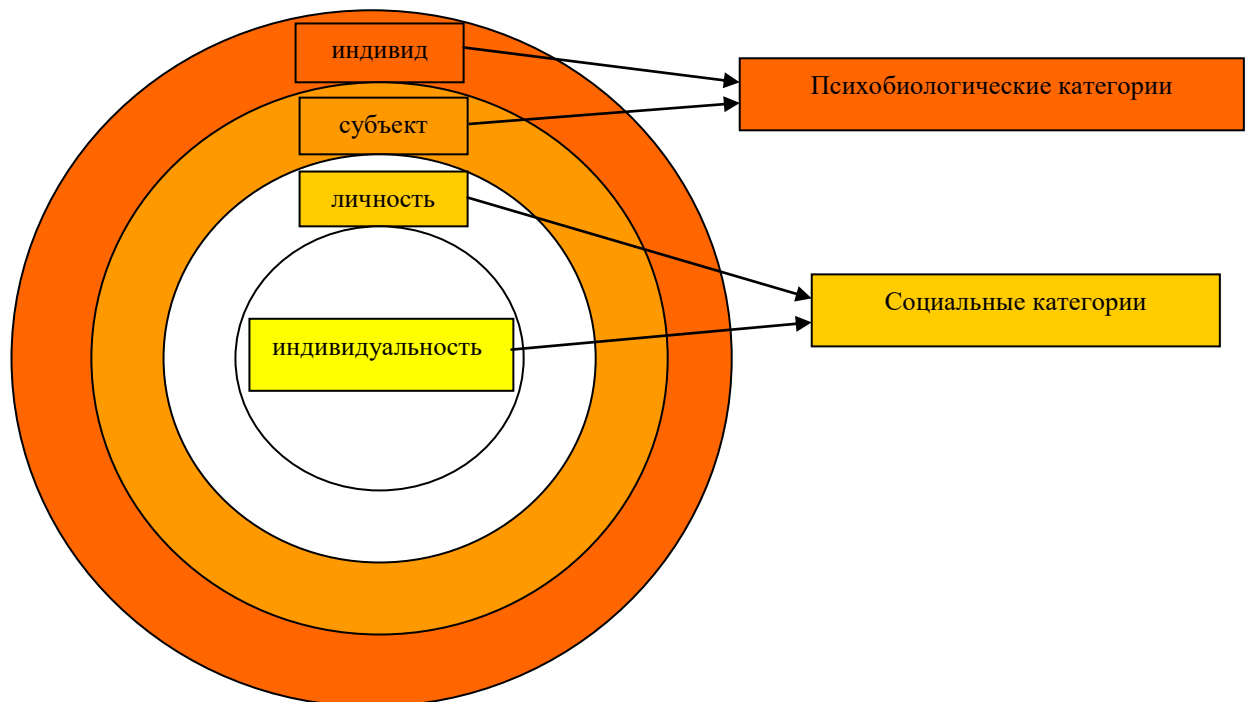
В психологии сложилось свое представление о проблеме исследования человека. Это представление было обосновано Б.Г. Ананьевым, который выделил четыре уровня человеческой организации, представляющих наибольший интерес для научного исследования. К их числу были отнесены индивид, субъект деятельности, личность, индивидуальность.

Индивид (от лат. *Individuum* – неделимое) – человек как неделимое природное существо, представитель вида *Homo Sapiens*. В этом случае можно говорить о том, что индивид это категория и биологическая, и психическая, при этом уместно указать, что это крайняя степень обобщения. Таким образом, индивид – это психобиологическая категория, выражающая представление об обобщенном человеке, как продукте филогенетического и онтогенетического развития.

Субъект – это также психобиологическая категория, высокая степень обобщения, но имеющая отношение к человеку, принадлежащему к определенной группе людей, которая имеет некие показательные отличительные признаки. В качестве отличительных признаков группы могут выступать: пол, возраст, профессия, род занятий, рост, вес, национальность, место жительства, специальность и т.д.

Личность – это явление социальное по своей сути, это человек, взятый в системе таких его психологических характеристик, которые социально обусловлены.

Индивидуальность – это человек, характеризующийся со стороны своих социально значимых отличий от других людей; это своеобразие психики, её неповторимость. Индивидуальность проявляется в чертах темперамента, характера, в специфике интересов, качествах перцептивных процессов (восприятий) и интеллекта, потребностей и способностей человека. Индивидуальность, как и личность, - явление социальное.



Теории личности

Личностью человек не рождается, а становится. С этой точкой зрения сегодня согласно большинство психологов. Однако по вопросу о том, каким законам подчиняется развитие личности, существуют различные точки зрения. Эти расхождения вызваны различным пониманием значения общества и социальных групп для развития личности, а также закономерностей и этапов развития.

Существует различные теории личности, и в каждой из них проблема развития личности рассматривается по-своему. Например, психоаналитическая теория понимает развитие как адаптацию биологической природы человека к жизни в обществе, выработку у него определенных защитных механизмов и способов удовлетворения потребностей. Теория черт основывает свое представление о развитии на том, что все черты личности

формируются прижизненно, и рассматривает процесс их зарождения, преобразования и стабилизации как подчиняющийся иным, небιологическим законам. Теория социального научения представляет процесс развития личности как формирование определенных способов межличностного взаимодействия людей. Гуманистическая и другие феноменологические теории трактуют его как процесс становления «Я».

Однако помимо рассмотрения проблемы развития личности с позиции той или иной теории существует тенденция к интегрированному, целостному рассмотрению личности с позиций разных теорий и подходов. В рамках данного подхода сформировалось несколько концепций, принимающих во внимание согласованное, системное формирование и взаимозависимое преобразование всех сторон личности. Данные концепции развития относят к интегративным концепциям.

Межличностные отношения

Отношения межличностные — объективно проявляющиеся взаимосвязи людей, отраженные в содержании и направленности реального их взаимодействия и общения и порождающие субъективное видение своей позиции и положения других, что, в свою очередь, "задает" определенный характер межличностных взаимосвязей, прежде всего, в рамках совместной деятельности.

В современной социальной психологии наиболее распространенной является точка зрения, согласно которой залогом по-настоящему прочных межличностных отношений является взаимный обмен — каждый из партнеров вкладывает в формирующийся альянс определенные ресурсы (эмоциональные, интеллектуальные, материальные и т. д.) и, в свою очередь, рассчитывает получить определенное вознаграждение или отдачу от этих отношений.

Большинство индивидов следуют в отношениях принципу паритетности, который опирается на представление о том, что доходы человека должны быть пропорциональны его вкладам. Теория справедливости предполагает устранение несоответствий между участниками взаимодействия, достижения ими точки равновесия.

Положение личности в группе

В группе субъекты группы занимают неодинаковое положение, их положение оценивается по следующим параметрам: «позиция», «статус», «внутренняя установка» и «роль».

«Позиция» – обозначает официальное положение человека в группе, которое определяется связями данного человека с остальными членами группы. От позиции, занимаемой человеком в группе, зависит степень его потенциального влияния на поступки остальных членов группы, определяется числом выборов в пользу субъекта группы другими субъектами группы.

«Статус» – это реальная социально-психологическая характеристика положения индивида в системе внутригрупповых отношений, это степень действительной авторитетности субъекта для остальных членов группы. Высокий «статус» означает, что данный человек пользуется признанием и авторитетом среди других членов группы и способен оказывать на них существенное психологическое влияние.

$$\text{«Статус»} = (B - O) / N - 1,$$

где B – число выборов в пользу субъекта другими субъектами группы,

O – число его отвержений,

N – количественный состав группы.

«Статус» любой малой группы располагается в интервале $-1 \leq \text{Статус} \leq +1$

«Внутренняя установка» – это личное, субъективное восприятие человеком своего собственного статуса, того как он оценивает свое реальное положение в группе, свой авторитет и степень влияния на остальных членов группы. «Статус» и «внутренняя установка» могут совпадать и могут расходиться, при совпадении – человек оценивает себя так как его оценивают другие, при расхождении – оценка человеком самого себя не соответствует оценке других и в этом случае возникает конфликт между личностью и группой.

«Роль» – определяется как нормативно заданный и коллективно одобряемый образец поведения, ожидаемый от человека, занимающего в группе определенную позицию. «Роль» может определяться официальной должностью, может избираться самим членом группы. При избранной или назначенной «роли» от человека ожидают поведения соответствующего ей. «Роль» во многом определяет восприятие и оценку человека в системе внутригрупповых отношений.

Личность и поведение

Формируясь в деятельности, психика человека находит свое материальное проявление в поведении. Поведение человека обладает как внешней, так и внутренней сторонами. За поведением человека всегда стоят мотивы в виде намерений, желаний, хотений, влечений,

потребностей, интересов, целей.

Под поведением понимается специфический вид активности человека, выражающийся в осознанном исполнении им своих действий и поступков.

В практическом отношении поведение может быть рассмотрено по следующим основным типам: соперничество, сотрудничество, компромисс, приспособление и избегание.

Соперничество – это вариант поведения, при котором одна из сторон хочет добиться своего в ущерб другой.

Сотрудничество – это вариант поведения, при котором поля взаимных интересов субъектов совпадают.

Компромисс – это вариант поведения, при котором стороны готовы и идут на взаимные уступки, с целью достижения взаимоприемлемого решения.

Приспособление – это вариант поведения, при котором субъект является полностью зависимым от мнения оппонента, действует в русле его требований и является ведомым.

Избегание – это отсутствие тенденции к кооперации.

Понятие характера

Харáктер (греч. χαρακτήρ — примета, отличительная черта, знак) — структура стойких, сравнительно постоянных психических свойств, определяющих особенности отношений и поведения личности.

В системе отношений личности выделяют четыре группы черт характера:

1. ***отношение человека к другим людям*** - общительность, правдивость, тактичность, общительность, дружелюбие, чуткость и отзывчивость, уважение к другим людям, и противоположные черты — замкнутость, черствость, грубость, презрение к людям, лживость;
2. ***черты, показывающие отношение человека к труду, к своему делу*** - трудолюбие, склонность к творчеству, добросовестность в работе, ответственное отношение к делу, инициативность, настойчивость, и противоположные им черты — лень, склонность к рутинной работе, недобросовестность в работе, безответственное отношение к делу, пассивность;
3. ***черты, показывающие, как человек относится к самому себе*** - чувство собственного достоинства, правильно понимаемая гордость и связанная с ней самокритичность, скромность, и противоположные ей черты: самомнение, иногда переходящее в наглость, тщеславие,

заносчивость, обидчивость, застенчивость, эгоцентризм — как склонность рассматривать в центре событий себя и свои переживания, эгоизм — склонность заботиться преимущественно о своем личном благе;

4. *черты, характеризующие отношение человека к вещам* - аккуратность или неряшливость, бережное или небрежное обращение с вещами.

Центральными, или стержневыми, отношениями личности являются отношение личности к окружающим (коллективу) и отношение личности к труду.

Типы характеров:

□ Гипертимный. Таким людям свойственны общительность, словоохотливость, развитая мимика. Часто легкомысленны и раздражительны, очень инициативны и энергичны.

□ Дистимный. Это замкнутые, пессимистично настроенные люди. Они не любят шумных компаний, чувствуют себя в них некомфортно. Очень ценят своих друзей, имеют обостренное чувство несправедливости. Часто неповоротливы и медлительны в принятии решений.

□ Циклоидный. Настроение у этих людей меняется часто, в зависимости от которого они то гипербобщительны, то невероятно замкнуты.

□ Возбудимый. Это конфликтные, тяжелые в общении люди. В семье обычно властны, в коллективе неуживчивы. В спокойном состоянии аккуратны и внимательны, а в дурном настроении вспыльчивы, раздражительны.

□ Застревающий. Такие люди несговорчивы, любят всех поучать, часто провоцируют конфликты. Предъявляют высокие требования к себе и окружающим.

□ Педантичный. Это типичные бюрократы, обнаруживающие чрезмерное внимание к мелочам. Не любят быть лидерами, очень добросовестны, не упускают возможности поворчать.

□ Тревожный. Люди с таким характером неуверенны в себе, поэтому не любят конфликтовать, а в случае споров ищут поддержки у других людей. Они дружелюбны и самокритичны, но этот тип характера не такой волевой, поэтому такие люди часто являются предметом шуток и насмешек.

□ Демонстративный. Это контактные личности, умеющие приспособиться к любой ситуации, обожают интриги. Часто вызывают раздражение в других своей самоуверенностью, из-за

чего случаются конфликты. Артистичны, обходительны, обладают неординарным мышлением, бывают эгоистичны, хвастливы и лицемерны.

Понятие темперамента

Темперамент — проявление типа нервной системы в деятельности человека, индивидуально-психологические особенности личности, в которых проявляется подвижность его нервных процессов, сила, уравновешенность.

От темперамента зависит характер протекания психической деятельности, а именно:

- 1) скорость возникновения психических процессов и их устойчивость;**
- 2) психический ритм и темп;**
- 3) интенсивность психических процессов (например, сила эмоций, активность воли);**
- 4) направленность психической деятельности, на какие-то определенные объекты.**

Типы темпераментов:

Меланхолический темперамент определяется слабостью процессов возбуждения и торможения, при этом их подвижность или инертность нехарактерны.

Флегматическим темпераментов, называется такой тип темперамента, который, будучи сильным типом, все-таки отличается малой подвижностью нервных процессов.

Сангвинический темперамент — другой сильный тип темперамента — характерен тем, что процессы возбуждения и торможения у него достаточно сильные, уравновешенные и легко подвижные.

Холерический темперамент — третий сильный тип темперамента - неуравновешенный, безудержный, у него преобладают процессы возбуждения над слабым торможением. Этот тип нервной системы быстро истощается и склонен к срывам.

Понятие способностей

Способности — это свойства личности, являющиеся условиями успешного осуществления определённого рода деятельности. Способности не сводятся к имеющимся у индивида знаниям, умениям, навыкам. Они обнаруживаются в быстроте, глубине и прочности овладения способами и приёмами некоторой деятельности и являются внутренними психическими регулятивами, обуславливающими возможность их приобретения.

Способности формируются в деятельности. У каждого человека разные «наборы» способностей. Индивидуально-своеобразное сочетание способностей формируется в течение всей жизни и определяет своеобразие личности.

Способности делятся на общие и специальные.

Общие – способности, облегчающие освоение любого вида деятельности, – учебные, творческие (воображение, мышление), хорошая память, глубина ума, гибкость ума, наблюдательность, внимание, поисковая активность и др.

Специальные – способности, которые определяют успешность обучения и усвоения ЗУН, – художественные, музыкальные, технические, математические, организационные, конструктивно-технические, литературные, физические, химические и др. способности.

Направленность личности

Направленность личности — это система устойчиво характеризующих побуждений человека (что человек хочет, к чему стремится, так или иначе понимая мир, общество; чего избегает, против чего готов бороться). При этом она достаточно динамична, то есть составляющие её побуждения (мотивы) не остаются постоянными, они взаимосвязаны, влияют друг на друга, изменяются и развиваются. При этом одни из компонентов являются доминирующими, в то время как другие выполняют второстепенную роль.

Доминирующие побуждения определяют основную линию поведения личности. Она определяет избирательность отношений и активности человека и как подструктура личности включает в себя различные побуждения (интересы, желания склонности и т. д.). Все эти побуждения взаимосвязаны в мотивационной сфере личности, то есть представляют собой систему. Данная система является индивидуальной, она формируется в процессе формирования и развития личности.

К качествам направленности относятся:

Уровень — это общественная значимость направленности человека (его убеждений и мировоззрения).

Широта — характеризует круг интересов личности. Следует помнить, что широкая направленность — это не разбросанность и дилетантство во всех видах деятельности, которыми занимается человек. Среди большого круга интересов должен быть центральный, главный интерес, направленный на профессиональную деятельность, выполняемую личностью.

Интенсивность — связана с её эмоциональной окраской. Она может иметь большой диапазон выраженности, колеблясь от смутных, нечётких влечений через осознанные желания и активные стремления до глубоких убеждений.

Устойчивость — характеризуется длительностью и сохранностью побуждений. Это качество направленности личности связано, в первую очередь, с волевыми характеристиками личности: настойчивостью, целеустремленностью.

Действенность — личности определяет активность реализации целей направленности в деятельности.

Основные психические процессы

Специфический круг явлений, которые изучает психология, выделяется отчетливо и ясно — это наши восприятия, мысли, чувства, стремления, намерения, желания и т. п. — все то, что составляет внутреннее содержание нашей жизни и что в качестве переживания как будто непосредственно нам дано. Психические явления выступают поэтому как процессы и как свойства конкретных индивидов. Всякий психический процесс является отражением объективной реальности.

Основным способом существования психического является его существование в качестве процесса, в качестве деятельности.

Психические процессы, как и психические функции, находят свое выражение в специфическом содержании: функции чувствительности — в ощущениях, процессы памяти — в воспроизведенных образах представления. Элементарное содержание, связанное с функциями, образует как бы состав психической жизни; более сложные образования, возникающие в психических процессах, — образы восприятия, представления и т. п. — составляют её качественно новое содержание.

Психические процессы могут быть охарактеризованы в более доступной формулировке и как разные формы субъективного отражения субъектом объективной действительности. Психические процессы делятся на познавательные, волевые и эмоциональные.

К познавательным процессам относятся: ощущения, восприятия, представления, память, речь, мышление, воображение, внимание.

К волевым процессам относятся: преодоление трудностей, борьба мотивов, принятие решений и др.

К эмоциональным процессам относятся: настроения, собственно эмоции, чувства, стрессы, страсти, аффекты.

Волевая регуляция деятельности

В повседневной жизни обычно не бывает затруднений в определении явлений, которые относятся к проявлениям воли. К волевым относят все действия и поступки, которые совершаются не по внутреннему желанию, а по необходимости, а также те действия, которые связаны с преодолением различных жизненных трудностей и препятствий. Кроме того, имеется целый ряд свойств личности, которые традиционно обозначаются как волевые: настойчивость, выдержка, целеустремленность, терпение и др.

В самом общем виде понятие **воли** может быть определено как сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий.

Волевые процессы обеспечивают выполнение двух взаимосвязанных функций: побудительной и тормозной. Первая – побудительная – непосредственно связана с мотивационными факторами и заключается в инициировании того или иного действия, деятельности по преодолению объективных и субъективных препятствий. Воля представляет собой особую форму активности человека. В отличие от реактивности, когда действие возникает в ответ на внешнюю ситуацию.

В волевых действиях личность и ее психические процессы проявляются, формируются и развиваются. В связи с этим выделяют еще одну функцию воли – генетическую. Она способствует повышению уровня осознаваемости и организованности других психических процессов, а также формированию так называемых волевых свойств личности: самостоятельности, решительности, настойчивости, самообладания, целеустремленности и др.

Понятие мотива

Мотив (лат. *moveo* — двигаю) — это материальный или идеальный предмет, достижение которого выступает смыслом деятельности. Мотив представлен субъекту в виде специфических переживаний, характеризующихся либо положительными эмоциями от ожидания достижения данного предмета, либо отрицательными, связанными с неполнотой настоящего положения.

Разновидности мотивов:

Мотив самоутверждения — стремление утвердить себя в социуме

Мотив идентификации с другим человеком — стремление быть похожим на героя, кумира, авторитетную личность

Мотив **власти** — стремление индивида влиять на людей

Процессуально-содержательные мотивы — побуждение к активности процессом и содержанием деятельности, а не внешними факторами

Экстринсивные (внешние) мотивы — такая группа мотивов, когда побуждающие факторы лежат вне деятельности

Мотив саморазвития — стремление к саморазвитию

Мотив достижения — стремление достичь высоких результатов и мастерства в **деятельности**.

Мотив избегания неудачи — стремление человека в любой ситуации действовать так, чтобы избежать неудачи там, где поступки оцениваются другими людьми.

Просоциальные (общественно значимые) мотивы — мотивы, связанные с осознанием общественного значения деятельности, с чувством долга, ответственностью перед группой или обществом

Мотив аффилиации (от **англ.** affiliation — присоединение) — стремление к установлению или поддерживанию отношений с другими людьми, стремление к контакту и общению с ними

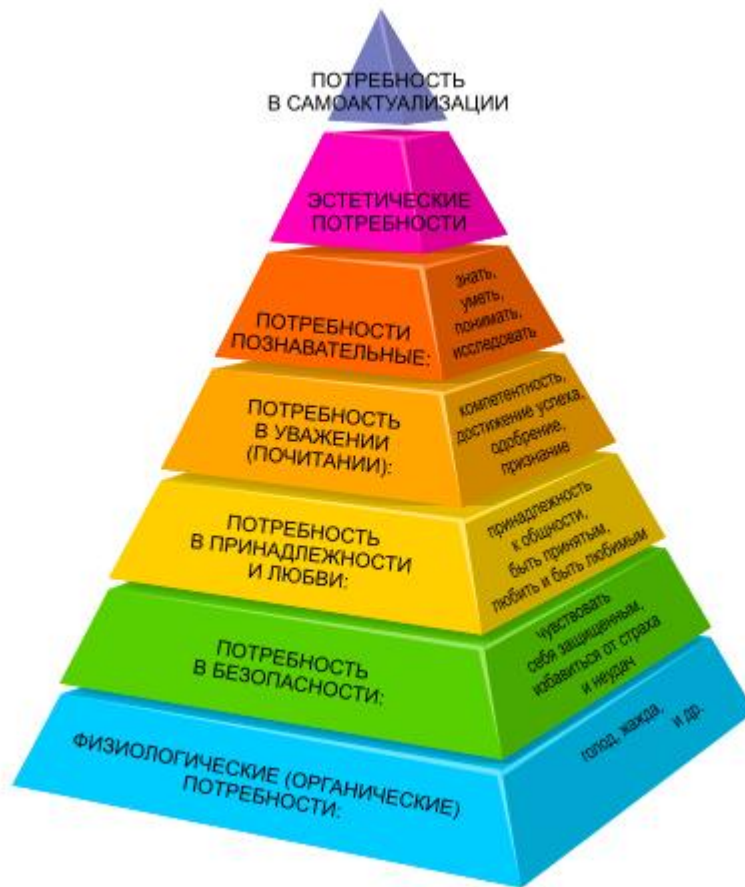
Мотивы субъекта могут выступать активаторами его деятельности, поведения, общения, а могут их тормозить.

Иерархия потребностей А. Маслоу

Пирамида потребностей отражает одну из самых популярных и известных теорий мотивации — теорию иерархии потребностей. Эта теория известна также как теория потребностей (**англ.** *need theory*) или теория иерархии.

Потребности Маслоу распределил по мере убывания важности, объяснив такое построение тем, что человек не может испытывать потребности высокого уровня, пока нуждается в более примитивных вещах. В основании — физиология (утоление голода, жажды, и тому подобных лишений). Ступенью выше разместилась потребность в безопасности, над ней — потребность в привязанности и любви, а также в принадлежности какой-либо социальной группе. Следующая ступень — потребность в уважении и одобрении, над которой Маслоу поставил познавательные потребности (жажда знаний, желание воспринимать как можно больше информации). Далее следует потребность в эстетике (жажда гармонизировать жизнь, наполнить её красотой, искусством). И наконец, последняя ступень пирамиды, наивысшая, — стремление

к раскрытию внутреннего потенциала (она и есть самоактуализация). Важно заметить, что каждая из потребностей не обязательно должна быть утолена полностью — достаточно частичного насыщения для перехода на следующую ступень.



Контрольные вопросы для опроса по Разделу 1 «Личностные регуляторы выбора профессии»

1. Общие представления о личности
2. Индивид
3. Субъект
4. Личность
5. Индивидуальность
6. Структура личности
7. Личность и генетика
8. Теории личности
9. Межличностные отношения
10. Положение личности в группе
11. Личность и поведение
12. Типы поведения
13. Понятие характера
14. Типы характеров
15. Понятие темперамента
16. Типы темпераментов
17. Понятие способностей
18. Типы способностей
19. Основные познавательные процессы
20. Понятие воли
21. Волевая регуляция деятельности
22. Направленность личности

23. Понятие мотива

24. Иерархия потребностей А.Маслоу

Раздел 2. Основы профессионального самоопределения

История профориентации

Считается, что самое первое государственное учреждение по профориентированию в России появилось в 1897 году. Выпускались и книги, призванные разъяснить особенности выбираемых ими профессий. Даже в смутный 1917 год вышла статья Николая Рыбникова «Психология и выбор профессии», из которой молодые люди могли получить представление о 22 профессиях, для которых требовалось высшее образование.

В 1924 году в Ленинграде появилась Лаборатория профконсультации. Позднее в крупных городах России открывались всевозможные бюро для профконсультаций.

В 1980-е годы, благодаря трудам психолога Евгения Климова, открылись многочисленные центры по профессиональному ориентированию молодёжи, получавшие поддержку со стороны Министерства труда и Министерства образования.

В 1996 году власти приняли положение, в котором утверждалась важность профориентирования как элемента общечеловеческой культуры и заботы о подрастающем поколении. Документ законодательно утвердил особенности и направления работы в этой сфере, социальные гарантии и принципы построения системы профориентации на государственном уровне.

Содержание профориентационной работы

С помощью профориентационной деятельности (ролевые, дидактические игры, беседы, конкурсы, общественно полезный труд, экскурсии на предприятия, семейные праздники и др.) формируется представление о мире профессий, добросовестное отношение к труду, понимание его роли в жизни человека и общества, дается установка на выбор профессии, развивается интерес к будущей профессии.

Цель профориентационной работы:

- оказания профориентационной поддержки в процессе выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной деятельности;
- выработка профессионального самоопределения в условиях свободы выбора сферы деятельности, в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда.

Задачи профориентационной работы:

- получение данных о предпочтениях, склонностях и возможностях обучающихся;
- выработка гибкой системы сотрудничества с учреждениями дополнительного и профессионального образования.

Основные направления профессиональной ориентации:

- Профессиональное просвещение;
- Профессиональная диагностика;
- Профессиональная консультация и др.

Понятие профплана

Профессиональный план. - есть образ, мысленное представление профессионального будущего; основные блоки профессионального плана (по Климову Е.А.) следующие: главная цель; цепочка ближайших и более отдаленных конкретных целей; пути и средства достижения ближайших жизненных целей; внешние условия достижения целей; внутренние условия достижения целей; запасные варианты целей и путей их достижения.

Планирование обычно бывает: долгосрочное (на несколько десятилетий вперед); на средний срок (несколько месяцев или лет) и краткосрочное (несколько дней, недель).

Планируя свою профессиональную карьеру, необходимо проявить максимум самостоятельности. Ошибки, пока они только в планах, исправимы. У человека есть знания о себе и о мире профессий, ведь сознанным выбор человека может быть только тогда, когда учитываются все обстоятельства дела.

При составлении профессионального плана надо обдумать свою главную цель, полезно продумать реальные пути и средства достижения поставленной цели. Необходимо помнить, что в профессиональном плане всегда должен присутствовать и запасной вариант, ведь наша жизнь динамична и изменчива, и на пути к поставленной цели могут возникнуть неожиданные препятствия: неудача на вступительных экзаменах в вуз, непредвиденное снижение спроса на избранную профессию, отсутствие материальных возможностей и многое другое.

Понятие профессионального самоопределения

Профессиональное самоопределение - это процесс формирования личностью своего отношения к профессионально-трудовой среде и способ ее самореализации. Это длительный процесс согласования внутриличностных и социально-профессиональных потребностей,

который происходит на протяжении всего жизненного и трудового пути.

Этот процесс обусловлен проявлениями внутренних ресурсов, сил, установок на пути профессионального становления личности и ее развития. Профессиональное самоопределение человека в мире профессий и на профессиональном пути является личным и личностным аспектом формирования профессионала. Проблему самоопределения личности следует рассматривать в контексте не только юношеского возраста или выбора профессии, но и в более широком смысле, в связи с вопросами профессионального развития личности.

Главная (идеальная) цель профессионального самоопределения - постепенно сформировать у человека внутреннюю готовность самостоятельно и осознанно планировать, корректировать и реализовывать перспективы своего развития (профессионального, жизненного и личностного).

Можно выделить следующие основные группы задач профессионального самоопределения:

- информационно-справочные, просветительские;
- диагностические (в идеале - помощь в самопознании);
- морально-эмоциональной поддержки человека;
- помощи в выборе, в принятии решения.

Типы и уровни профессионального самоопределения

Условно можно выделить следующие основные типы самоопределения: профессиональное, жизненное и личностное. На высших уровнях своего проявления эти типы почти взаимопроникают друг в друга.

По каждому из основных типов самоопределения (профессиональному, жизненному и личностному) можно условно выделить подтипы, отличающиеся по критерию широты диапазона, по самим возможностям самоопределения. Поскольку вводится критерий "больше-меньше" (возможностей), то правомерно назвать эти подтипы "*уровнями возможностей самоопределения*". Можно условно выделить по пять таких "уровней" отдельно для профессионального и отдельно для жизненного самоопределения. Поскольку по мере своего развития в какой-то конкретной деятельности человек одновременно реализует себя как личность, для личностного самоопределения выделяются отдельные уровни - "уровни реализации имеющихся возможностей (по типам профессионального и жизненного самоопределения)".

Уровни возможностей профессионального самоопределения:

- приобщение к культуре;
- приобщение к своей профессии;
- приобщение к специальности;
- приобщение к своей должности;
- приобщение к конкретным трудовым функциям и задачам.

Основные методы профориентации

Основные группы методов профориентации, составлены в соответствии с основными целями профориентационной помощи.

Информационно-справочные, просветительские методы:

- профессиограммы;
- справочная литература;
- информационно-поисковые системы;
- профессиональная реклама и агитация;
- экскурсии на предприятия и в учебные заведения;
- встречи со специалистами по различным профессиям;
- профориентационные занятия;
- учебные фильмы;
- использование средств массовой информации;
- «ярмарки профессий».

Методы профессиональной психодиагностики:

- беседы-интервью закрытого типа;
- беседы-интервью открытого типа;
- опросники профессиональной мотивации;
- опросники профессиональных способностей;
- личностные опросники;
- проективные личностные тесты;
- наблюдение;
- сбор косвенной информации;

- психофизиологические обследования;
- «профессиональные пробы»;
- игровые ситуации;
- тренинги;
- использование тренажеров.

Методы морально-эмоциональной поддержки:

- группы общения;
- тренинги общения;
- индивидуальная и групповая психотерапия;
- публичные выступления;
- игры с элементами психотренинга;
- положительные примеры;
- личное обаяние профконсультанта.

Методы оказания помощи в конкретном выборе и принятии решения:

- построение цепочки основных ходов действий;
- построение системы различных вариантов действий;
- использование различных схем альтернативного выбора вариантов профессии.

Профориентационная диагностика

Профориентационная диагностика - процедура выявления и измерения направленности человека в том или ином виде профессиональной деятельности. Профориентационная диагностика осуществляется с помощью специально разработанных

диагностических методик, которые можно разделить на объективные и субъективные.

Объективные методики выявляют успешность (результативность) и/или способ (особенности) выполнения той или иной деятельности. К объективным методикам относятся, например, тесты интеллекта и тесты способностей. Особенность объективных методик состоит в том, что они опираются не на словесные ответы или самооценки, а на не зависящие от сознания человека произвольные действия и реакции, а также продукты его деятельности.

В профориентационной работе, в основном, используются субъективные методики исследования сферы профессиональных интересов и склонностей, ценностей, мотивов.

Для того, чтобы получить комплексную информацию об обследуемом, необходимо использовать разноплановые методики.

«Карта интересов» А.Е. Голомштока

Инструкция: «У Вас есть возможность продолжить учебу или поступить на интересную работу. Для того чтобы помочь Вам выбрать профессию, предлагаем перечень вопросов. Подумайте, перед тем как ответить на каждый вопрос. Постарайтесь дать как можно более точный ответ.

Если Вы не раз убеждались, что очень любите или Вам очень нравится то, о чем мы спрашиваем, то в листе ответов в графе под тем же номером, что и номер вопроса, поставьте два плюса; если просто нравится (любите) – один плюс; если не знаете, сомневаетесь – ноль; если не нравится (не любите) – минус; если очень не нравится – два минуса.

Отвечайте на каждый пункт, не пропуская ни одного. Если у Вас возникают вопросы, спрашивайте сразу же. Время заполнения листа ответов не ограничивается».

Обработка результатов сводится к подсчетам количества знаков плюс и минус в каждом столбце бланка ответов, а далее из первой суммы вычитается вторая. Таким образом, получается 24 цифры со знаками плюс или минус, которые соответствуют 24 видам деятельности. Выбираются 2-3 вида деятельности, которые набрали большое количество знаков плюс.

Ключ

1. Физика	13. Геология
2. Математика	14. География
3. Химия	15. Общественная работа
4. Астрономия	16. Право
5. Биология	17. Транспорт
6. Медицина	18. Педагогика
7. Сельское хозяйство	19. Рабочие специальности
8. Лесное хозяйство	20. Сфера обслуживания
9. Филология	21. Строительство
10. Журналистика	22. Легкая промышленность
11. История	23. Техника
12. Искусство	24. Электротехника

Лист ответов

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44
	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68
	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92
	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116
	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140
плюс																				
минус																				

Дифференциально-диагностический опросник (ДДО)

Методика предназначена для выявления склонности (предрасположенности) человека к определенным типам профессий. Представляет собой достаточно короткий опросник, состоящий из 20 альтернативных суждений. Испытуемому необходимо выбрать один из двух, указанных в вопросе, видов занятий. По результатам обследования, в соответствии с ключом, выявляется ориентация человека на 5 типов профессий, по классификации Е.А.Климова: 1. человек - природа; 2. человек - техника; 3. человек - человек; 4. человек - знаковая техника, знаковый образ; 5. человек - художественный образ. Опросник рекомендуется использовать определения профессиональной ориентации и профессионального отбора.

Теория компромисса с реальностью Э. Гинзберга

Теория компромисса с реальностью – теория профессионального выбора, предложенная Эли Гинзбергом. Компромисс – разрешение некой конфликтной ситуации путем взаимных уступок. Ограничение – ограничение карьерных желаний при принятии выбора, основанного на ценностях и интересах.

В своей теории Э. Гинзберг обращает особое внимание на тот факт, что выбор профессии — это развивающийся процесс, все происходит не мгновенно, а в течение длительного периода. Данный выбор включает в себя серию "промежуточных решений", совокупность которых и приводит к окончательному решению. Каждое промежуточное решение важно, так как оно в дальнейшем ограничивает свободу выбора и возможность достижения новых целей. Э. Гинзберг выделяет в процессе профессионального выбора три стадии: стадия фантазии; гипотетическая стадия; реалистическая стадия.

Типологическая теория Дж. Холланда

Теория Дж. Холланда заключается в том, что успех в профессиональной деятельности зависит от соответствия типа профессиональной среды и типа личности. Поведение человека определяют не только его личностные особенности, но и окружение, в котором он проявляет свою активность. Люди обычно стремятся найти профессиональную среду, свойственную именно своему типу, которая позволяла бы им полнее раскрыть свои способности, выразить ценностные ориентации.

В западной культуре можно выделить шесть типов личности: реалистический, исследовательский, артистический, социальный, предпринимательский, конвенциональный. Каждый тип — продукт типичного взаимодействия между многообразием культурных и личностных факторов, включая родителей, социальный класс, физическое окружение, наследственность. Из этого опыта личность выучивается предпочитать некоторые виды деятельности, которые могут стать сильными увлечениями, приведут к формированию определенных способностей, обусловят внутренний выбор определенной профессии.

Индивидуальный профессиональный путь и «Я-концепция» Д. Сьюпера

По мнению Д. Сьюпера, индивидуальные профессиональные предпочтения и типы карьер можно рассматривать как попытки человека осуществлять "Я-концепцию", выраженную в тех утверждениях, которые личность желает сказать о себе. Все те утверждения, которые субъект может сказать относительно профессии, определяют его профессиональную "Я-концепцию". Те характеристики, которые являются общими как для его всецелой "Я-концепции", так и для его профессиональной "Я-концепции", образуют словарь понятий, который может быть использован для предсказания профессионального выбора. Так, например, если субъект думает о себе как об активном, общительном, деловом и ярком человеке и если он думает об юристах в таких же понятиях, он может стать юристом.

Средства профессионального отбора

Профессиональный отбор (профотбор) (ПО) – система процедур, обеспечивающих выбор лучшего кандидата из нескольких имеющихся для оптимального соответствия параметров работника и конкретной профессиональной позиции. ПО применяется с целью привлечения новых кадров в организацию при ее расширении или реорганизации, либо для замены неэффективно действующих работников на более успешных.

ПО – всесторонняя оценка кандидатов и сравнение их между собой. Для поиска и профессионального подбора специалистов высокой квалификации и руководителей высшего звена используются термины «headhunting» и «executive search». Если ПО чаще всего осуществляется силами самой организации, где требуются специалисты, то методы профессионального подбора и рекрутинга применяют специализированные рекрутинговые компании и кадровые агентства, занимающиеся подбором персонала для других организаций.

Опросник профессиональной готовности Е. Климова

Профессиональную готовность определяют как субъективное состояние личности, отражающее способность и желание заниматься определенным конкретным типом профессиональной деятельности. Она не обязательно сопровождается объективной профессиональной подготовленностью.

В основу данного опросника положен принцип самооценки своих возможностей в реализации определенных задаваемых опросником умений (учебных, творческих, трудовых, социальных и т. д.), своего реального, пережитого и сформированного в личном опыте эмоционального отношения, возникающего всякий раз при выполнении описанных в опроснике видов деятельности и своего предпочтения или нежелания иметь оцениваемые виды деятельности в своей будущей профессии.

Опросник дает возможность психологу получать в достаточной степени достоверную информацию о наличии, взаимном сочетании, успешности реализации и эмоциональном подкреплении у испытуемых профессионально ориентированных умений и навыков. На основе этих данных психолог сможет оценить степень готовности опрашиваемого к успешному функционированию в определенной профессиональной сфере.

Методика системного анализа профессиональной деятельности

В.Д. Шадрикова

Анализ трудовой деятельности предполагает изучение и рассмотрение деятельности, основанные на ее расчленении на составные части, определении входящих в нее элементов, разборе ее основных свойств. Наиболее разработанной методикой системного анализа трудовой деятельности считается методика, предложенная

В. Д. Шадриковым. Она опирается на методологию системного подхода и предусматривает проведение анализа трудовой деятельности на нескольких уровнях.

Уровень личностно-мотивационного анализа предполагает изучение системы потребностей личности, с одной стороны, и возможностей их удовлетворения, заложенных в особенности профессии, — с другой. Степенью взаимосоответствия этих двух аспектов определяется уровень мотивации трудового поведения.

На уровне компонентно-целевого анализа вскрываются цель и значение каждого действия в общей структуре трудовой деятельности, выделяются: данная трудовая деятельность в целом и отдельные операции (технологические операции и исполнительные действия называются "операторы"); информационная основа каждого действия (признаки, на которые ориентируется человек при выполнении трудового действия); правила обработки этой информации (правила алгоритма принятия решения); качества индивида, влияющие на эффективность труда (ПВК). При этом должна рассматриваться не только внешняя сторона, но и внутренняя,

связанная с реализацией психических свойств работника и психических процессов, участвующих в выполнении действий.

На уровне структурно-функционального анализа изучаются принципы организации и механизмы взаимодействия отдельных действий в целостной структуре деятельности. При этом вскрываются связи между отдельными действиями, их значимость и вес.

На уровне информационного анализа выделяются: психофизиологический аспект (форма сигнала, пороги чувствительности при восприятии сигнала); оценочный аспект (измерение количества информации); собственно психологический аспект (механизмы приема, хранения и переработки информации). Выявляются признаки, ориентируясь на которые работник выполняет трудовые действия, устанавливаются способы получения работником информации, необходимой для деятельности, изучается организация информационного потока во времени и т.п.

На психофизиологическом уровне проводится изучение физиологических систем и процессов, опосредствующих деятельность. Большое значение при этом придается анализу активационных и информационно-энергетических процессов.

Цели профконсультирования

Профконсультация носит рекомендательный характер и решает такие основные задачи: соответствие состояния здоровья требованиям

выбираемой профессии, психологическая готовность личности к овладению избранной профессией, справочная информация человеку о содержании и характере труда, возможностях получения специального образования, профессиональной подготовки и трудоустройства.

Таким образом, консультант должен учитывать не только пожелания, личностные и когнитивные особенности клиента, но и социокультурную ситуацию, а рамках которой он оказывает профессиональную помощь: в частности, состояние рынка труда, потребность в специалистах определенного вида и уровня, внутриорганизационные условия, а также особенности межорганизационных взаимодействий.

Основные стратегии организации профориентационной помощи

Традиционно выделяют две основные стратегии в профессиональном само-определении: диагностическую (диагностико-рекомендательную) и развивающую. Но можно представить и несколько дифференцированные направления работы, разбив их

условно на две группы: допустимые подходы и недопустимые нежелательные подходы.

Контрольные вопросы для опроса по Разделу 2 «Основы профессионального самоопределения»

1. История профориентации
2. Содержание профориентационной работы
3. Понятие профплана
4. Понятие профессионального самоопределения
5. Цели и задачи профессионального самоопределения
6. Типы и уровни профессионального самоопределения
7. Основные методы профориентации
8. Профориентационная диагностика
9. «Карта интересов»
10. ДДО (дифференциально-диагностический опросник)
- 11 Теория компромисса с реальностью Э. Гинзберга
12. Типологическая теория Дж. Холланда
13. Теоретическая концепция Ф. Парсонса
14. Средства профессионального отбора
15. Опросник профессиональной готовности Е. Климова
16. Методика системного анализа профессиональной деятельности В.Д. Шадрикова
17. Цели профконсультирования
18. Индивидуальный профессиональный путь и «Я-концепция» Д. Сьюпера
19. Основные стратегии организации профориентационной помощи

Варианты контрольных работ

Раздел 1. Личностные регуляторы выбора профессии

- Вариант 1. Понятие личности. Структура личности. Свойства личности
- Вариант 2. Понятие характера. Типы характеров по Леонгарду
- Вариант 3. Понятие темперамента. Типы темперамента
- Вариант 4. Понятие способностей. Классификация способностей по Б.М. Теплову
- Вариант 5. Параметры, определяющие положение человека в социальной группе. Межличностные отношения
- Вариант 6. Психические процессы, их роль в жизни человека
- Вариант 7. Роль и значение эмоций как регулятора выбора профессии
- Вариант 8. Понятие воли. Волевая регуляция поведения человека
- Вариант 9. Понятие мотива. Роль мотив и мотивации в выборе профессии
- Вариант 10. Иерархия потребностей А. Маслоу и ее влияние на выбор профессии

Раздел 2. Основы профессионального самоопределения

- Вариант 1. Содержание профориентационной работы. Составление профплана
- Вариант 2. Цели и задачи профессионального самоопределения
- Вариант 3. Основные методы профориентации. Использование «Карты интересов» в профориентационной работе
- Вариант 4. Теория компромисса с реальностью Э. Гинзберга
- Вариант 5. Типологическая теория Дж. Холланда
- Вариант 6. Профконсультирование – цели, задачи, содержание
- Вариант 7. Средства профессионального отбора
- Вариант 8. Системный анализ профессиональной деятельности
- Вариант 9. Типы и уровни профессионального самоопределения
- Вариант 10. «Я-концепция» Д. Сьюпера в выборе индивидуального профессионального пути

Варианты тестовых заданий

Раздел 1. Личностные регуляторы выбора профессии

Способность оценивать себя называется:

самодеятельность
+ самооценка
самопрезентация
самовосприятие

Что можно охарактеризовать как «Хочу знать»?

здоровье
склонности
+ интересы
способности

Что формируется в течение жизни и проявляется в поведении и отношении к чему - либо?

темперамент
+ характер
способности
здоровье

Для какого типа темперамента характерны спокойствие, размеренность, миролюбивость?

холерик
+ флегматик
сангвиник
меланхолик

Для какого типа темперамента характерны повышенная чувствительность, тревожность, замкнутость?

холерик
+ меланхолик
сангвиник
флегматик

Кто разработал классификацию темпераментов?

+ Гиппократ
Сократ

Плутарх
Аристотель

Руководить людьми труднее всего
сангвинику
холерику
флегматику
 + **меланхолику**

Для интроверта больше всего подойдет работа
юриста
журналиста
парикмахера
 + **корректора**

Какая надпись украшала Дельфийский храм в Греции?
Смысл жизни - в труде
Кто я – вот в чем вопрос
 + **Познай самого себя**
Весь мир - театр

Что можно охарактеризовать как «Хочу сделать»?
 + **склонности**
способности
темперамент
интересы

Для какого типа темперамента свойственны импульсивность,
 вспыльчивость, нетерпеливость?
сангвиник
 + **холерик**
флегматик
меланхолик

Для какого типа темперамента свойственны общительность,
 беззаботность, энергичность?
меланхолик
холерик
флегматик
 + **сангвиник**

Меланхолику не рекомендуется работать
терапевтом
+ хирургом
окулистом
рентгенологом

**При взаимодействии с партнерами, равными по статусу,
 профессиональному опыту и возрасту, эффективна стратегия**
 избегания

+сотрудничества

компромисса

приспособления

Экстраверту лучше заниматься
научной деятельностью
конкретным практическим трудом
+ обслуживанием клиентов
вычислениями и расчетами.

Тест Беннета предназначен для диагностики способностей

музыкальных

сенсорных

+технических

психомоторных

«Деятельной стороной разума и морального чувства» И.М. Сеченов
 назвал:

+волю

сознание

поведение

Автором сценарной теории «трансактного анализа» является:

+Э. Берн

З. Фрейд

К.Г. Юнг

Аттенционные свойства — это свойства ...

+внимания

воображение

предсталения

В условиях строгой регламентации и монотонного труда обнаруживают большую продуктивность и сопротивляемость утомлению люди с темпераментом:

+флегматика и меланхолика

сангвиника

холерика

Субъекты, для которых важнее всего активность, включенность в дело, умение формулировать любые мысли кратко и точно, — это описание личности ...

+реалиста

собеседника

мыслителя

Для активной рискованной деятельности больше других подходят люди с темпераментом

+холерика

флегматика

меланхолика

Для деятельности гонщика-испытателя противопоказаны медлительность, инертность, слабость нервной системы, значит, для подобной деятельности мало пригодны люди с темпераментом

+флегматика и меланхолика

сангвиника

холерика

Для организаторской деятельности, политической карьеры в большей степени подходят люди с темпераментом

+сангвиника

холерика

флегматика

Для корректоров, учителей русского языка, стюардесс наиболее востребованным является вид памяти

+зрительный

слуховой

моторный

Для творческой деятельности в науке и искусстве, мыслительной деятельности больше других подходят люди с темпераментом

+меланхолика

сангвиника

флегматика

холерика

К индивидуально-психологическим свойствам личности не относятся:

темперамент

характер

способности

+физиологическое строение

К структурным свойствам личности относятся:

+характер и темперамент

воля

эмоции и чувства

мышление и интеллект

Классическое определение способностей принадлежит:

+Б.М. Теплову

А.Н. Леонтьеву

А.Р. Лурии

П.Я. Гальперину

Метод изучения особенностей индивидов на основе фиксации проявлений их поведения — это:

+наблюдение

эксперимент

проективный тест

Мнемические свойства — это свойства ...

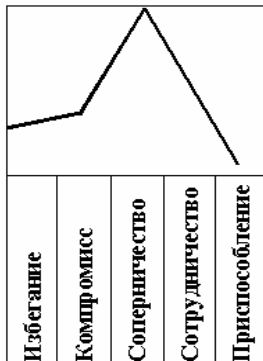
+памяти

внимания

мышления

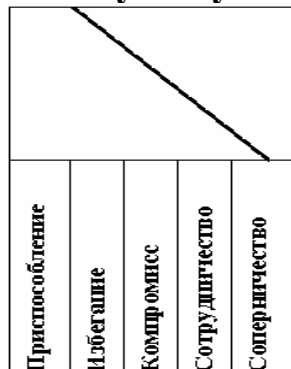
восприятия

На рисунке дано графическое изображение стратегии клиента, какому типу поведения он отдает предпочтение



сотрудничество
+соперничество
компромисс
избегание

На рисунке дано графическое изображение стратегии клиента, какому типу поведения он отдает предпочтение



сотрудничество
соперничество
компромисс
+избегание

Однообразие профессиональной деятельности приводит к быстрому утомлению людей с темпераментом

+сангвиника и холерика

флегматика

меланхолика

Ориентировочное планирование (в рамках оперативного мышления) связано с развитием

+воображения
внимания
памяти

При взаимодействии с партнерами, равными по статусу,
 профессиональному опыту и возрасту, эффективна стратегия
+сотрудничества
компромисса
приспособления

Личность – явление
 +социальное
 биологическое
 психобиологическое

Темперамент – это ...

+ динамическая характеристика протекания психических процессов
 индивидуально устойчивые свойства человека
 совокупность побуждений человека к деятельности
 собрание устойчивых черт личности

Суть ощущения состоит в ...?

в отражении предмета, явления целиком
 в чувственном (эмоциональном) отношении к явлению
 + в отражении отдельных свойств предметов, явлений

Восприятие - это ...?

частичное отражение явления
 + целостное отражение явления
 неполное отражение явления
 искаженное отражение явления

Желание субъекта воспринимать объект играет ... роль?

не важную
 + важную
 случайную
 не играет роли
 не значимую

Представления в виде условных фигур
 + схематизированные

частные
общие

Ригидность как качество интеллекта представляет собой ...

гибкость, не приверженность шаблонам и схемам
+ жесткость, приверженность шаблонам и схемам
активность в постижении нового

Репродуктивное мышление это ...

+ решение задач одной знакомой структуры
решение задач разнообразной структуры
решение задач разного класса

Интуитивное мышление характеризуется тем, что...

+ в нем отсутствуют четко определенные этапы решения задачи
в нем есть этапы решения задачи
в нем просматривается высокая степень новизны решения проблем

Продуктивное мышление – это ...

+ связано с решением задач разнообразной структуры
связано с решением задач одной знакомой структуры
позволяет решать задачи вообще
направлено на развитие способностей определенного рода

К основным характеристикам памяти относятся:

+ объем, быстрота запечатления, точность воспроизведения
действие, установка, контекст
завершенность, незавершенность

Достаточно продолжительный эмоциональный процесс невысокой интенсивности – это...

стресс
чувство
+ настроение
страсть

Личность – это человек, взятый в системе таких характеристик, которые ...

Выберите один ответ:
+ социально обусловлены
биологически обусловлены

генетически обусловлены
обусловлены филогенетически

Раздел 2. Основы профессионального самоопределения

Важнейший принцип психодиагностики называется:

конгруэнтность
+ конфиденциальность
толерантность
лояльность

Способность оценивать себя называется:

самодеятельность
+ самооценка
самопрезентация
самовосприятие

Что не является типичной ошибкой при выборе профессии?

незнание мира профессий
+ незнание зарплаты
незнание себя
незнание правил выбора профессии

Отсутствие психологического контакта между обследуемым и диагностом на результаты профдиагностики:

не влияют
+влияют негативно
влияют позитивно
влияют, но характер влияния неопределенный

Первичный выбор профессии характерен для:

+учащихся юношеского возраста
взрослых людей
учащихся младшего школьного возраста

Первое отечественное бюро по профконсультации открылось в

Москве
Харькове
Ярославле
+Ленинграде

Первое отечественное бюро по профконсультации открылось в
1967 г.
1987 г.
+1927 г.
1947 г.

Первоначальная ориентировка в различных сферах трудовой деятельности происходит на этапе
профессионального самоопределения
профессиональной адаптации
первичного выбора профессии
+профессионального обучения

По данным современных исследований, в Америке преобладающим типом социального характера является личность
+конформистская
социально независимая
«ориентируемая изнутри»
религиозная

Поддаются быстрой тренировке функции
специальные
+психомоторные
сенсорные
интеллектуальные

Предоставление информации о каналах трудоустройства, требованиях к приему на работу и учебу, возможностях освоения различных профессий, перспективах профессионального роста - это цель профконсультирования
формирующая
диагностическая
корректирующая
+справочно-информационная

При взаимодействии с партнерами, равными по статусу, профессиональному опыту и возрасту, эффективна стратегия избегания

+сотрудничества
компромисса
приспособления

Примером осуществления узкой формы профориентации является организация предметных олимпиад для десятиклассников

+изучение на первом курсе вуза, колледжа дисциплины «Введение в профессию»
организация «Дней открытых дверей» для учащихся школ
работа лектория для школьников

Проблема выбора профессии связана с возникновением профессионального образования

труда
государства
+разделения труда

Профессионально-ориентационная работа по содержанию является

+психолого-педагогической
коммуникативной
идеологической
организаторской

Профессионально-ориентационная работа по сфере действия является

+производственной
социальной
организационной
учебной

Профплан можно считать сформированным, когда профессия выбрана, способ получения не определен

+выбрана, способ получения определен
не выбрана, способ получения определен
не выбрана, способ получения не определен

Работники в положительном смысле консервативны, устойчивы, стабильны, любят знания, уважают компетентность и профессионализм, проявляют усидчивость и серьезность в обучении - это описание типа личности

аналитика

идеалиста

+прагматика

критика

Рассматривать профориентацию учащихся не только как помощь молодому человеку в его профессиональном самоопределении, но и как средство его всестороннего и грамотного развития, предложил П.П. Блонский

А.В. Луначарский

А.С. Макаренко

+Е.А. Климов

Результатом профессионального самоопределения является

+самоактуализация

самопознание

признание

самооценивание

Самыми престижными в России в 90-х гг. XX века были профессии преподавателя вуза и милиционера

инженера и актера

+юриста и экономиста

математика и космонавта

Тест Беннета предназначен для диагностики способностей

музыкальных

сенсорных

+технических

психомоторных

Тест, в котором необходимо ответить, что произойдет с грузом, подвешенным на веревке, пропущенной через систему шестеренок, если одну из них поворачивать против часовой стрелки, позволяет диагностировать особенности развития способностей

сенсорных
 вербальных
 моторных
 +пространственных

Тест, в котором нужно быстро размещать фигурки разной формы и разного размера в соответствующие отверстия, позволяет диагностировать способности

технические
 профессиональные
 сенсорные
 +сенсомоторные

Тесты, в которых испытуемому предлагается разделять звуковую информацию, поступающую на каждое ухо, определять ее характеристики (громкость, высоту звука и т.д.), позволяют диагностировать развитие способностей

сенсомоторных
 +сенсорных
 профессиональных
 специальных

Усвоение определенной системы знаний, норм, ценностей, позволяющих осуществлять социально-профессиональную деятельность в качестве полноправного и полноценного члена общества, - это функция профориентации

+социальная
 психолого-педагогическая
 медико-физиологическая
 экономическая

«Что привлекает Вас в выбранной профессии?» — этот вопрос из анкеты

+открытый
 закрытый
 риторический
 на обдумывание

Автором «Карты интересов» является:

+А.Е. Голомшток

В.Н. Мясищев
А.А. Крылов

Автором методики ДДО (дифференциальный диагностический опросник) является:

+Е.А. Климов
А.Н. Леонтьев
С.Л. Рубинштейн

Автором сценарной теории «транзактного анализа» является:

+Э. Берн
З. Фрейд
К.Г. Юнг

Автором теоретической концепции, в соответствии с которой у претендента вначале экспериментальным путем выявлялись способности, потом они соотносились с требованиями профессии и на основании этого выдавались рекомендации пригодности или непригодности человека к данной профессии, был ...

+Ф. Парсонс
К.М. Гуревич
К. Миллер

Автором теории компромисса с реальностью является:

+Э. Гинзберг
Дж. Холланд
Дж. Керруак
П. Орловски

Автором типологической теории является:

+Дж. Холланд
Э. Гинзберг
Дж. Керуак

Антропометрия представляет собой ...

+измерение длины и массы тела, роста, окружности грудной клетки
измерение объема головы
измерение объема поглощаемой пищи

Аппаратурные методики, вербальные и проективные задания — это средства реализации профессионального отбора ...

+психологического
 технического
 лингвистического

Большая часть людей работоспособного возраста считает, что основой для успешной профессиональной самореализации в России является:

+предприимчивость и инициативность
 талант
 способности
 темперамент

Большинство молодых людей согласуют свои профессиональные планы с:

+родителями
 друзьями
 одноклассниками
 психологами

В активизирующих опросниках профессионального самоопределения требования психометрии:

+сознательно нарушаются
 нарушаются случайно
 не нарушаются

В затемненном помещении с дозированными промежутками времени фотографируются положения светящихся меток, находящихся на движущихся частях тела испытуемого, — это метод

...

+циклографии
 хронометража
 профессиографии

В нормативной, инструктивно-методической документации, характеризующей знания, необходимые для реализации определенной профессиональной деятельности, отражаются средства труда:

+внутренние функциональные
 внешние специальные
 общие специальные
 общие

В нормативных документах, принятых в системе законодательства, отражается система:

+прав работника
 обязанностей работника
 требований к работнику

В образцах соответствующей профессиональной работы - их описаниях, формулировках общих и специальных требований к ним, - фиксируется _____ труда.

+цель
 средства
 методы

В профессиональной деятельности двигательные, познавательные, действия межличностного общения и действия по согласованию усилий выделены:

+Е.А. Климовым
 А.Г. Грецовым
 Л.Н. Кабардовой

В процессе профконсультирования главной целью профконсультанта является:

+превращение оптанта в субъекта деятельности
 убеждение в правильном с точки зрения консультанта выборе профессии субъектом
 первоспитани

Для диагностики профессиональной направленности можно использовать методику

+опросника профессиональной готовности
 индивидуальной беседы
 психодиагностический тест

Для людей с высшим образованием при выборе профессиональной деятельности особенно значимыми являются материальный доход и ...

+возможность профессионального роста
 удовлетворение результатами труда
 уважение в коллективе исполнителе

Для профессии секретаря-стенографиста оптимальным (по Дж. Холланду) будет тип личности

+конвенциональный
интеллектуальный
социальный
предприимчивый

Для профессии физика-теоретика оптимальным (по Дж. Холланду) будет тип личности

+интеллектуальный
Конвенциональный
Социальный
предприимчивый

Задание: «Напишите рядом с каждым словом первого ряда слово, близкое ему по смыслу, а рядом с каждым словом второго ряда — слово, противоположное по смыслу друг — ..., стяг — ..., руководитель — ...

добрый — ..., высокий — ..., изящный — ...»,

предназначено для диагностики способностей

+вербальных
невербальных
коммуникативных

Задание: «определите слова, написанные неправильно: помидор, киллометр, жаллюзи, интеллегенция, корпорация, арбитраж, невропатолог», предназначено для диагностики способностей

+лингвистических
стилистических
морфологических

Задание: «Продолжить ряд ННСАННССАННСССА ...» направлено на диагностику

+абстрактного мышления
конкретного мышления
наглядно-действенного мышления

Значимость профессии в обществе, корпоративная профессиональная культура, трудовые традиции коллектива характеризуют условия труда

+социальные

профессиональные
корпоративные

Изучение личности субъекта выбора профессии для выявления соответствия особенностей личности тому или иному виду профессиональной деятельности — это цель профконсультирования ...

+диагностическая
консультативная
гностическая

Индивидуальные особенности внимания с возрастом

+мало меняются
не меняются вообще
утрачиваются

Индивидуальный профессиональный путь как попытка человека реализовывать собственную Я-концепцию представлен в теории

+Д. Сьюпера
К. Роджерса
А. Маслоу
Г. Мюррея

Индивидуальный стиль трудовой деятельности формируется на этапе профессиональной

вступления в трудовую деятельность
до вступления в трудовую деятельность
+адаптации

К профконсультанту за помощью обратился выпускник юридического факультета. При работе с ним первостепенной задачей является:

+помощь в освоении выбранной профессии
указать на ошибки при выборе профессии
успокоить сделанным выбором профессии

Коррекция выбора профессии с целью выявления соответствия возможностям и интересам субъекта — это функция профконсультирования ...

+формирующая
направляющая

развивающая
корректирующая

Лена Г. хочет стать психологом — нравится профессия, что будет делать после школы еще не решила; основные признаки профплана
+частично сформирован, выбор самостоятелен, под влиянием случайных факторов
полностью сформирован, выбор осознанный
не сформирован, находится под влиянием случайных факторов

Методика «Опросник профессиональной готовности» представляет собой логическое продолжение теоретических представлений
+Е.А. Климова
А.Г. Грецова
Л.Н. Кабардовой

Название «профессьянс» введено:
+Н.С. Пряжниковым
Е.А. Климовым
А.А. Кроник

Наиболее значимым моментом профессионального самоопределения является:
+выбор профессии
прохождение профориентационного тестирования
получение консультационной помощи специалиста центра профориентации

Наиболее разработанную методику системного анализа профессиональной деятельности предложил:
+В.Д. Шадриков
Б.М. Теплов
В.П. Зинченко

Направленность оптанта на определенную профессию может быть выявлена при помощи методики
+«Карта интересов»
индивидуального собеседования
личностного опросника Г. Айзенка
дифференциально-диагностического опросника

Направленность оптанта на определенные сферы профессиональной деятельности может быть выявлена при помощи методики

+Дифференциально-диагностический опросник
«Карта интересов»
индивидуального собеседования
личностного опросника Г. Айзенка

Научно организованная система практической помощи в выборе профессии с учетом склонностей, интересов, способностей, а также потребностей общества — это профессиональное ...

+ консультирование
помощь
информирование
собеседование

Научно организованное информирование о профессиях — это профессиональное ...

+просвещение
образование
воспитание
обучение

Недопущение к определенной профессиональной деятельности лиц, не обладающих необходимыми свойствами, является задачей

+профотбора
управления сегментацией рынка труда
дискриминации по образовательному признаку

Описание основных характеристик профессиональной среды и требований, предъявляемых данной профессией к психике человека, представлено в:

+профессиограмме
в функциональных обязанностях работника
в Трудовом кодексе РФ

Ориентировочное планирование (в рамках оперативного мышления) связано с развитием

+воображения
внимания
памяти

Ориентировочные признаки трудовых действий выступают в системном анализе объектом изучения уровня

+информационного
практического
теоретического

Отсутствие психологического контакта между обследуемым и диагностом на результаты профдиагностики

+влияют негативно
не влияют
не имеет значения

Первоначальная ориентировка в различных сферах трудовой деятельности происходит на этапе

+профессионального самоопределения
профессионального становления
профессиональной адаптации

Сигномические профессии – это профессии типа:

Человек-человек
+Человек-знаковая система
Человек-природа
Человек-техника

Артономические профессии – это профессии типа:

Человек-человек
+Человек-художественный образ
Человек-природа
Человек-техника

По условиям труда дизайнер жилых помещений относится к группе профессий:

Человек-человек
+Человек-художественный образ
Человек-природа
Человек-техника

По условиям труда космонавт относится к группе профессий:

Человек-человек
Человек-художественный образ

Человек-природа
+Человек-техника

Помощь в конкретном выборе профессии является приоритетной задачей профконсультанта при работе с:

+безработными
молодежью
пенсионерами
желающими карьерного роста

Понятие «оперативное мышление» для обозначения мышления, непосредственно включенного в трудовую деятельность человека, введено:

+В.Н. Пушкиным
Д.А. Поспеловым
А.П. Дубровым

Понятие карьеры как последовательности профессий, рабочих занятий, мест и позиций в течение жизни человека введено:

+Д. Сьюпером
Дж. Голландом
Э. Гинзбергом
Ф. Парсонсом

Предоставление информации о каналах трудоустройства, требованиях к приему на работу и учебу, возможностях освоения различных профессий, перспективах профессионального роста — это цель профконсультирования ...

+справочно-информационная
наглядно-действенная
наглядно-образная
продуктивная

При оценке профессиональной пригодности в рамках профессионального отбора поиск лиц с высоким уровнем развития психологических качеств представляет собой подход

+по максимуму
по средневзвешенному
по среднестатистическому превосходству

Примером осуществления узкой формы профориентации является:

+изучение на первом курсе вуза, колледжа дисциплины «Введение в профессию»

чтение вводной лекции по дисциплине

факультетское собрание

выступление хозяйственников

Проблема выбора профессии связана с возникновением

+разделения труда

освоением новых трудовых навыков

расширением сферы социальных интересов

Профессиональное самоопределение начинается с:

+возникновения профессиональных намерений

рассказов о профессии

чтения художественной литературы

Профессиональное самоопределение и самоактуализация осуществляются на протяжении

+всей профессиональной деятельности

в течение первых 3-х лет

в течение первых 5 лет

в первые 2 года

Этап становления профессионала (по Р. Хейвигхерсту) связан с возрастом

+25-45 лет

45-50 лет

после 50-ти лет

Литература

- Абрамова, Г.С.** Общая психология: Учебное пособие для вузов / Г.С. Абрамова. - М: Академический Проект, 2002. - 496 с.
- Блинов, В. И.** Образовательная профориентация : учебное пособие для вузов / В. И. Блинов, Н. Ф. Родичев, И. С. Сергеев. - Санкт-Петербург : Лань, 2023. - 336 с. : ил. - ISBN 978-5-507-46790-7. — Текст : электронный. — URL: <https://e.lanbook.com/book/351884>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
- Гальперин, П.Я.** Лекции по психологии: Учебное пособие для вузов / П. Я. Гальперин. - М: Университет; Высш. шк., 2002. - 400 с.
- Кравченко, А.И** Психология и педагогика. [Текст]: Учебник для вузов /А.И. Кравченко.- М: ИНФРА-М, 2010.- 400с
- Моторная, С. Е.** Основы психологии: чувственные формы освоения действительности : учебное пособие для вузов / С. Е. Моторная. - Санкт-Петербург : Лань, 2023. - 136 с. : ил. - ISBN 978-5-507-45641-3. — Текст : электронный. — URL: <https://e.lanbook.com/book/311858>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
- Островский, Э.В.** Психология и педагогика: Учебное пособие для вузов / Э.В. Островский, Л.И. Чернышова. – М: ИНФРА-М, 2010.- 384с.
- Петровский, А.В.** Психология: Учебник для вузов / А. В. Петровский, М.Г. Ярошевский. - 2-е изд., стереотип. - М: Академия; Высшая школа, 2001.-512с.
- Психология:** Учебник для экономических вузов / Под ред. Дружинина В.Н. - СПб: Питер, 2000. - 672с
- Савин Ю.В.** Психология [Электронный ресурс]: Курс лекций для самостоятельного изучения дисциплины студентами всех специальностей очной и заочной форм обучения / Ю.В. Савин; Костромская ГСХА. Кафедра ЭУТС. – Кострома: КГСХА, 2010. – 1 электронный оптический диск.
- Столяренко, А.М.** Психология и педагогика: Учеб. пособие для вузов / А. М. Столяренко. - М: ЮНИТИ-ДАНА, 2004. - 423 с.
- Столярова, В. А.** Психология функциональных состояний : учебное пособие / В. А. Столярова. - 3-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 108 с. : ил. - ISBN 978-5-8114-9704-1. — Текст : электронный. — URL: <https://reader.lanbook.com/book/197729>. — Режим доступа: для авториз. пользователей
- Семенов, А.К.** Психология и этика менеджмента и бизнеса [Электронный ресурс] : учеб. пособие для бакалавров / А. К. Семенов, Е. Л. Маслова. - 7-е изд. - Электрон. дан. - М. : Дашков и К, 2016. - 276 с. - (Учебные издания для бакалавров). - Режим доступа:

<http://e.lanbook.com/reader/book/72397/>, требуется регистрация. - Загл. с экрана. - Яз. рус. - ISBN 978-5-394-02644-7.

Королев, Л.М. Психология управления [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л. М. Королев. - 5-е изд. - Электрон. дан. - М. : Дашков и К°, 2016. - 188 с. - (Издательско-торговая корпорация "Дашков и К°"). - Режим доступа: <http://e.lanbook.com/reader/book/70563/>, требуется регистрация. - Яз. рус. - Загл. с экрана. - ISBN 978-5-394-02632-4.

Технология поиска работы и трудоустройства. Собеседование [Электронный ресурс] : раб. тетрадь для аудиторной и самостоятельной работы студентов специальности 23.05.01 «Наземные транспортно-технологические средства» и направления подготовки 35.03.06 «Агроинженерия», профиль «Технические системы в агробизнесе» очной и заочной форм обучения / Костромская ГСХА. Каф. экономики ; Крапивина И.Ю. - Электрон. дан. (1 файл). - Караваево : Костромская ГСХА, 2015. - Режим доступа: <http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb>, требуется регистрация. - Загл. с экрана. - Яз. рус. - М216.

Лидерство [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. И. Новичков [и др.]. - Электрон. дан. - М. : Дашков и К°, 2017. - 102 с. : ил. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/reader/book/103768/#2>, требуется регистрация. - Яз. рус. - Загл. с экрана. - ISBN 978-5-394-02979-0.

Кузнецов, И.Н. Эффективный руководитель [Электронный ресурс] : учеб.-практ. пособие / И. Н. Кузнецов. - 5-е изд. пересм. - Электрон. дан. - М. : Дашков и К, 2018. - 596 с. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/reader/book/110747/#4>, требуется регистрация. - Яз. рус. - Загл. с экрана. - ISBN 978-5-394-02912-7.

Королев, Л. М. Психология управления : учебное пособие / Л. М. Королев. - 10-е изд. - Москва : Дашков и К°, 2022. - 184 с. - ISBN 978-5-394-04732-9. — Текст : электронный. — URL: <https://e.lanbook.com/book/229691>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Яковлев, Б. П. Основы общей психологии : учебник для вузов / Б. П. Яковлев. - Санкт-Петербург : Лань, 2023. - 376 с. : ил. - ISBN 978-5-507-45914-8. — Текст : электронный. — URL: <https://e.lanbook.com/book/319385>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Учебно-методическое издание

Савин Ю.В. Психология личности и профессиональное самоопределение : методические указания / Ю.В. Савин. — 2-е изд., исправл. — Караваево : Костромская ГСХА, 2024. — 60 с. ; 20 см. — 5 экз. — Текст непосредственный.

Методические указания издаются в авторской редакции

© Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Костромская государственная сельскохозяйственная академия" 156530, Костромская обл., Костромской район, пос. Караваево, уч. городок, д. 34

Компьютерный набор. Подписано в печать _____. Заказ № 1514.
Формат 60х84/16. Тираж 5 экз. Усл. печ. л. 3,49. Бумага офсетная.
Отпечатано _____.

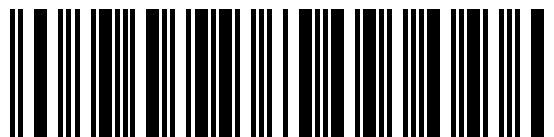
вид издания: 2-е изд., испр. (электронная версия)
(редакция от 24.12.2024 № 1514)

Отпечатано с готовых оригинал-макетов в академической типографии на цифровом дубликаторе. Качество соответствует предоставленным оригиналам.

(Электронная версия издания - I:\подразделения \рио\издания 2024\1514.pdf)



ФГБОУ ВО КОСТРОМСКАЯ ГСХА



2024*1514

(Электронная версия издания - I:\подразделения \рио\издания 2024\1514.pdf)