**Коррекционно-развивающая программа по профориентации воспитанников СУВУ.**

**Пояснительная записка.**

Профессионально самоопределение комплексный и многоплановый процесс, он может длиться всю жизнь. Главной задачей является выбор будущей профессии и на этом пути у них может возникнуть ряд трудностей. Воспитанники могут испытывать затруднения в последующем трудоустройстве, которые обуславливаются рядом факторов:

-- психологической неготовностью к моменту перехода от обучения к сфере профессионального труда;

-- отсутствием ясной жизненной перспективы, одной из причин которого является чувство социальной незащищенности;

-- неадекватной самооценкой и недостаточно сформированной способностью оценки своих возможностей и способностей при определении профиля и содержания профессии;

-- неспособностью адекватно учитывать влияние производственного микроклимата на человека и неготовность к преодолению определенных профессиональных трудностей и др.

Таким образом, существует ряд серьезных проблем, нерешенность которых препятствует профессиональной интеграции в общество выпускников СУВУ. Очевидно, что в решении этой проблемы существенную роль может сыграть система организационно-методических и практических мероприятий по профессиональной ориентации, профотбору, профессиональному самоопределению воспитанников СУВУ. Цель данных мероприятий - не только предоставление информации о мире профессий и дающая основу профессиональной ориентации, но и способствующая личностному развитию, формированию у них способности соотносить свои индивидуально-психологические особенности и возможности с требованиями профессии.

Поэтому профориентационная работа в СУВУ должна быть нацелена на актуализацию профессионального самоопределения обучающихся.

***Цель***данной программы**:**

1. Выработка у воспитанников сознательного отношения к труду.
2. Профессиональное самоопределение воспитанников в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда.
3. Оказание профориентационной поддержки воспитанникам в процессе выбора сферы будущей профессиональной деятельности.
4. Помощь в самореализации после выпуска из училища, во взрослой жизни.

***Задачи:***

1. Получение данных о предпочтениях, склонностях и возможностях учащихся для оказания помощи в выборе сферы будущей профессиональной деятельности.
2. Обеспечение широкого диапазона вариативности обучения за счет комплексных и нетрадиционных форм и методов, применяемых в воспитательной работе.
3. Выработка гибкой системы сотрудничества училища с учреждениями дополнительного и профессионального образования, а также с предприятиями.
4. Способствовать накоплению у детей определенной суммы знаний, трудовых и профессиональных умений и навыков.
5. Сформировать познавательную активность, любознательность, интерес.
6. Воспитывать ответственное отношение к окружающим в группе, трудовом коллективе.
7. Развивать самостоятельность, самосознание.
8. Научить правильному профессиональному самоопределению.
9. Развитие нравственного самовоспитания личности, формирование и раскрытие творческой индивидуальности.
10. Развитие познавательной потребности в знаниях, готовности к профессиональному самоопределению.

***Прогнозируемые результаты*:**

* воспитанники должны стать более уверенными в профессиональном самоопределении;
* воспитанники овладеют информацией об окружающей действительности и смогут хорошо ориентироваться в выборе профессии, основываясь на своих знаниях умениях и способностях;
* создание благоприятных психологических условий для самореализации воспитанников в дальнейшей жизни.

**Количество детей**: 102 (9 групп). Количество детей меняется в зависимости от окончания сроков пребывания или вновь прибывающих воспитанников.

**Целевая группа**: воспитанники Раифского СУВУ

**Длительность программы**: 6 месяцев

**Количество занятий**: 16

**Длительность занятий**: 40 мин

**Занятие №1 Знакомство**

**Данное занятие проводится в комнате психологической разгрузки психологами СУВУ.**

**Цели занятия:**

**Развивающая –** расслабление, настрой учащихся на позитивную работу, создание условий для работы в группе.

**Воспитательная –** сформировать толерантное отношение к окружающим, формирование осознанного отношения к выбору профессии.

**Образовательная –** расширить знанияо профессиональном самоопределении.

**План занятия**

Упражнение №1 **«Учимся расслабляться»**

Цель: релаксация

Сесть в креслах поудобнее, спина расслаблена, руки свободно лежат на коленях, глаза закрыты. Нужно сделать десять глубоких вдохов и выдохов. По окончанию, рассказать про ощущения.

Упражнение №2 **«Снежный ком»**

**Цель**: знакомство, налаживание контакта.

Обучающиеся по очереди называют свое имя и описывают себя одним словом. Первый человек называет свое имя. Второй человек называет имя первого, затем свое. Третий – имя первого, второго, свое. И так до последнего человека.

Упражнение №3 Групповая дискуссия **«Кем быть?»**

Раскрываются изначально цели нашего занятия, раскрывается понятия профессия и профессиональный выбор. Проводится дискуссия. Участники обмениваются мнениями.

Упражнение№4 **«Волшебные слова»**

Необходимо назвать слово, которое во время волнения может помочь почувствовать себя увереннее и спокойнее.

Упражнение №5 **«Сюжетно ролевые игры профессионального содержания»**

Участникам предлагаются ситуации профессионального характера, которые нужно разыграть без слов.

**Рефлексия:** участники делятся впечатлениями.

Упражнение №6 **«Трудности на моем пути»**

Участникам предлагается назвать трудности, с которыми они могут столкнуться на пути к своей профессии. Затем коллективно предлагаются пути их разрешения.

Рефлексия.

Тематический рисунок «Картина мира»

С целью выявить защитные механизмы участников, их страхи, эмоции и особенности.

**Рефлексия.** Каждый участник высказывает свои впечатления от занятия, группа делает выводы и анализ упражнений и своих действий.

**Подведение итогов.** Психолог выясняет что понравилось участникам, а что нет, какое упражнение наиболее произвело впечатление.

**Занятие №2 Мир профессий**

**Занятие проводится в профориентационном кабинете.**

**Цели:**

**Развивающая –** развивать профессиональные качества.

**Воспитательная –** формирование чувства ответственности за свой профессиональный выбор.

**Образовательная –** расширение и закрепление знаний учащихся об особенностях профессий в соответствии с их способностями, интересами и склонностями.

Упражнение №1 **«Глаза в глаза»**

Участникам необходимо на протяжении 3-5 минут смотреть в глаза другим, пытаясь установить контакт с каждым членом группы. По окончанию психолог спрашивает об ощущениях во время упражнения, кому было тяжело установить зрительный контакт.

Упражнение №2 Деловая игра **«Путь профессионального самоопределения»**

Участники обсуждают феномен профессионального самоопределения и записывают на карточках основные суждения группы.

Упражнение №3 **«Моя будущая профессия»**

Участникам предлагается изобразить свою будущую профессию на бумаге. В конце идет обсуждение рисунков, воспитанники делятся впечатлениями.

Упражнение №4 **«Мои способности»**

Подросткам предлагается нарисовать свои способности или описать те, которые помогут в будущей профессии. После выполнения задания – рассказать о том, что получилось. Попытаться выяснить чего не хватает, что нужно развивать.

Упражнение №5 **«Мои эмоции»**

**Цель**: активизация артистических способностей, достижение состояния раскованности и свободы, выработка умений выражать эмоции адекватно ситуации.  
**Материал**: карточки с различными эмоциями, на которых отмечены эмоции и части тела человека. На карточках могут быть следующие эмоции: «Горе. Лицо», «Радость. Губы», «Чванство. Правая рука», «Гордость. Спина», «Страх. Ноги», «Удивление. Брови».

**Инструкция**: Я сейчас вам раздам карточки, на которых изображены эмоциональные состояния и части тела человека. Вам нужно будет внимательно посмотреть на них и изобразить эмоцию. Например, карточка «Грусть. Руки» означает, что эмоцию грусти следует выразить при помощи рук. Задача группы — отгадать, какую эмоцию хотел изобразить обучающийся.  
**Рефлексия.**

Тематический рисунок **«Мое настроение»**

**Рефлексия.** Обсуждение ощущений воспитанников, их эмоций во время занятия.

**Подведение итогов.** Определение того, что мы выяснили о профессиональном выборе. Обсуждение понравившихся и непонравившихся упражнений.

**Занятие № 3 «Я властелин своего тела»**

**Цели:**

**Развивающая –** обучение навыкам саморегуляции, развитие умения нести ответственности за свои поступки.

**Воспитательная –** формирование понимания важности управлять своей жизнью.

**Образовательная –** знакомство с методами саморегуляции: дыхательная гимнастика, нервно-мышечная релаксация, аутотренинг.

Упражнение №1 Аутотренинг **«Расслабление»**

Сядьте удобнее на стульях, расслабьте мышцы, положите удобно руки, закройте глаза. Старайтесь ни о чем не думать. Отдохните на стуле… Вам удобно… Глаза закрыты… Расслабьтесь.

Беседа **«Как эффективно распоряжаться своим будущим».**

Упражнение №2 **«Медитация»**

Цель: выбор наиболее приемлемого способа разрядки.

Нужно сесть удобнее и расслабиться. Потом представить себе, что вы идете по лесу. С двух сторон дороги тихо шелестят деревья. Вы заходите на поляну, посередине которой растет старое дерево, под которым сидит мудрец. Ему можно задать вопрос и терпеливо подождать ответ. Участникам рекомендуется спросить его о какой-нибудь волнующей проблеме. После этого необходимо мысленно обойти вокруг дерева. На обратной стороне висит календарь. Какое на нем число? Как оно связано с тобой?

Участники делятся друг с другом увиденным.

Упражнение №3**«Аутогенная тренировка — тяжесть»**

Расслабьтесь, сядьте удобнее. Положите руку на воздушный шар, убедитесь в том, что под влиянием тяжести руки он сдавливается.

Упражнение № 4 **«Прогулка по лесу»**

Упражнение символдрамы. Выяснение особенностей личности, его целей, ценностей и защитных механизмов.

Рефлексия.

Тематический рисунок **«Мой идеальный день»**

**Рефлексия.** Участники делятся впечатлениями, рассказывают о своих эмоциях и то что им понравилось или нет

**Занятие № 4. Самоопределение**

**Цель –** формирование знаний о себе, наличии или отсутствии коммуникативных способностей и социальных навыков.

Упражнение № 1 **«Кто Я»**

На листе бумаги предлагается в столбик написать десять слов «Я». А потом напротив каждого «Я» дать себе характеристику, используя только существительные (я-ученик, я- человек, я- друг). По окончании работы участники зачитывают свои ответы и обсуждают в кругу.

**Беседа. «Чувства, привычки и черты характера, которые мешают нам жить в обществе»**

Упражнение № 2 **"Гусеница"**

**Цель*:*** повысить сплоченность коллектива.

Все участники становятся одной большой гусеницей, и все вместе передвигаются по комнате. Для этого выстраиваются в одну цепочку, руки кладут на плечи впереди стоящего. Между животом и спиной зажимают воздушный шар (дотрагиваться до шара руками нельзя). Первый участник держит шар на вытянутых руках. Таким образом, в единой цепи, без помощи рук надо пройти по определенному маршруту.

Упражнение № 3 **Зеркало**

**Цель***:* повышение коммуникативных навыков.

Воспитанники работают в парах. Один совершает разнообразные действия, другой, как в зеркале, - повторяет их. По первому сигналу подростки меняются ролями, по второму - партнерами. После завершения, проводится обсуждение игры. (С кем было лучше работать? В какой роли было легче? Что не очень понравилось? Почему?).

Упражнение № 4 **«Мои эмоции»**

**Цель:** ролевое проигрывание жизненных ситуаций, вживание в роль. Возникающие чувства и переживания учат воспитанников искать альтернативные варианты поведения.

**Материалы:** картон, конструктор, игрушки (мишки, солдатики, куклы, машинки и т.д.)

Процедура: Проводится на примере сказок, либо вместе с воспитанниками придумываются различные истории, где каждый придумывает персонажей и наделяет их определёнными качествами и поведением. Обсуждение: насколько задуманный образ получилось передать, какие качества этот образ подчёркивал, каким героем больше нравилось бать и почему. Если отрицательным, то побеседовать о том, что же не хватает положительному герою, чтобы быть лучшим и как ему этого достичь. Придумать сказку, где положительный персонаж постепенно наделяется теми качествами, что нравится подросткам в отрицательном герое и что из этого в итоге получается.

**Упражнение № 5** **Слепой и поводырь**

Обучающиеся разбиваются на пары. Одному завязывают глаза. Его задача пройти определённый путь, на котором встречаются преграды. Остальные участники делятся на “плохих” и “хороших”, которые подсказывают “слепому” путь. “Хорошие” говорят верно, “плохие” пытаются навести “слепого” на преграды. “Слепой” должен сам определить кто “хороший”, а кто “плохой”.

Затем меняется участник “слепой”.

Упражнение № 6 **«Рисование истории»**

**Цель:** осознание альтернативных чувств и способов поведения в разных жизненных ситуациях.

Материал: карандаши и листы бумаги.

Процедура: психолог на бумаге рисует одну линию и просит участников дополнить это таким образом, чтобы возникла картинка. И только тогда, когда рисунок закончен, психолог задает вопросы вроде: «что это?» или «Что здесь происходит, и кого ты изображал?» На следующем этапе уже воспитанник должен нарисовать первый знак, психолог развивает этот знак в рисунок, который является продолжением картинки нарисованной участником. Таким образом, возникает серия рисунков, которые должны уложиться в более полную историю. Когда серия картинок будет закончена и каждый воспитанник расскажет историю о них, стоит рассмотреть их заново и проанализировать. Одновременно стоит намекнуть воспитанникам , чтобы они придумали другое завершение истории, которое могло бы быть более красочным. Таким образом, воспитанники смогут осознать существование альтернативных чувств и способов поведения.

**Рефлексия.** Воспитанники делятся впечатлениями, определяют какие упражнения им больше всего понравились, а какие нет.

**Занятие № 5 «Сказочная страна»**

**Цели.**

**Образовательная –** восстановить или пополнить знания об известных сказках.

**Развивающая –** развивать адекватное поведение и сформировать позитивные эмоции.

Групповая дискуссия **«Сила слова».**

Вводное вступление о данном занятии. Информация о сказкотерапии.

Упражнение №1 **«Сказочный герой»**

**Цель:** настроить на позитивный лад, провести линию рефлексии, чтобы понять себя.

**Материал:** карточки с наименованием сказочных героев.

Участники вытягивают карточку с именем сказочного героя и описывают этого героя, не называя его имя. Остальные пытаются угадать кто это.

Упражнение № 2 **«Я рассказчик»**

Участники выбирают на выбор сказку, где присутствует герой, который запутался в жизненном выборе и пытаются переделать ее. Задание звучит так: Что если бы этот герой знал, чего хочет и знал свои возможности, как бы сложилась сказка?

Упражнение№ 3 **«Каракули»**

Материалы: простой карандаш, лист ватмана и цветные карандаши.

Процедура: воспитаннику предлагается, вовлекая всё тело, размашистыми движениями нарисовать какую ни будь каракулю в воздухе. После того, как он испытывает свободу движений, то может с закрытыми глазами перенести это на бумагу. Когда каракули уже готовы, воспитанник должен рассмотреть их со всех сторон, пока какая – либо форма не ассоциируется с некой темой. Все эти действия ведут обычно к беседе о различных замеченных формах, фигурок и образов, некоторые обнаруживают и не одну, выделяя их более яркими цветами, затем из этого рождается спонтанно придуманная история.

Упражнение № 4 **«Моя профессия похожа на…»**

Упражнение №5 **«Фотоэмоции»**

Для работы необходим набор фотографий (карточек) с изображением людей (взрослых или детей), находящихся в разных эмоциональных состояниях.

Воспитанникам предлагается рассмотреть внимательно фотографию (карточку-рисунок) и определить, в каком эмоциональном состоянии находится человек, изображенный на данной фотографии. Следует обсудить с воспитанниками возникшие варианты. Затем попросите придумать историю, которая произошла с этим человеком, позволяющую понять причины данного эмоционального состояния, отображенного на фотографии (карточке-рисунке). Лучше, если таких причин будет несколько. Далее можно обсудить , испытывали ли воспитанники сами подобные чувства, и если да, то при каких обстоятельствах.

Важно, чтобы каждый воспитанник высказался и был услышан. Закончить занятие можно рисунком на обсуждаемую тему.

Нарисовать то, что вам больше всего запомнилось и понравилось в занятии. Затем каждый объясняет почему нарисовал именно это.

**Рефлексия.** Обсуждение, воспитанники делятся впечатлениями, объясняют что впечатлило, а что нет.

**Занятие №6 Повышение самооценки**

**Цель:**формирование чувства уверенности, повышение самооценки; поддержание позитивной самооценки.

Упражнение № 1 **«Расскажи о себе»**

Каждый участник характеризует себя одним словом (прилагательным) или проводит ассоциацию с каким-либо животным.

**Беседа. «Как мы поддерживаем и улучша­ем свою самооценку»**

Упражнение № 2 **«Два стула»**

Поставить два стула друг напротив друга. Предложить одному из участников занять один из стульев, все ос­тальные члены группы по очереди садятся на свобод­ный стул и называют ему только его положительные качества. Слушатель может попросить уточнить то или иное высказывание, задать дополнительные вопросы, но не имеет права на отрицание или оправдание. Каждый член группы, по возможности, должен за­нять место слушателя.  
Обсуждение: что вы чувствовали и думали в процессе выполнения задания.

Упражнение №3**«Ресурсы»**

Предлагается подумать над следующими вопросами: что тебе может помочь достичь целей? Чем ты уже обладаешь, чтобы достичь этих целей (черты характера, увлечения, друзья, близкие и т.п.). Инструкция: «напиши свои четыре (можно больше) сильных качества (стороны), изобрази их в виде каких-то символов (можно в виде еды). Это твои ресурсы, которые тебе помогут».

Упражнение №4 **«Упаковка чемодана»**

Каждый участник словесно собирает чемодан в дорогу (знания, опыт, переживания, интересы), но только то, что, по его мнению, ему не хватает. Потом объясняет, почему взял эти вещи и зачем они ему нужны.

Упражнение №5 **«В чем мне повезло в этой жизни»**

Участники группы разбиваются по парам. Ведущий предлагает задание: «В течение 3-5 минут расскажите своему партнеру о том, в чем вам повезло в этой жизни. Затем поменяйтесь роля­ми». После упражнения проводится короткий обмен впечатлениями.

Рисунок **«Я идеален»**

**Рефлексия.** Воспитанники делятся впечатлениями, определяют какие упражнения им больше всего понравились, а какие нет.

**Занятие № 7 «Мое будущее»**

**Цели:**создание условий для саморазви­тия; формирование навыков построения жизненной перспективы, прогнозирование на будущее.

Упражнение №1 **«Я в будущем»**

Каждый, в двух словах говорит, каким он будет через пять лет.

**Беседа.** Просветительская лекция **«Временная перспектива»**

Упражнение №2 **«Хочу в будущем – делаю сейчас»**

Предлагается разговор о том, что будущее начинается в настоящем. Ведущий: «Как вы это понимаете? Что бы получить какой-то результат в будущем, что надо делать для этого уже сейчас». Ведущий называет какие-либо факты будущего, участники группы должны придумать, что для этого нужно делать в настоящем.

Упражнение №3 Проективный рисунок **«Я в настоящем – я в будущем»**

Каждый участник изображает себя в настоящем и в будущем. Рисунок может быть выполнен в символическом виде. Обсуждение.

Упражнение №4 **«Сон героя»**

Цель: создать позитивный образ будущего.

Сядьте удобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха. Пред­ставьте себе, что каждый из вас уснул, устроившись на отдых под большим раскидистым деревом. Вам снится прекрасный сон. Каждый видит самого себя через пять лет. Обратите внимание, как вы выглядите через пять лет... Где вы живете... Что вы делаете. Представьте, что вы очень довольны своей жизнью. Чем вы занимаетесь? За что отвечаете? Кем работаете? Кто нахо­дится рядом с вами?

Теперь сделайте три глубоких вдоха. Потянитесь, напря­гите и затем расслабьте все свои мускулы, откройте глаза. Постарайтесь запомнить все, что вы увидели о самом себе. Теперь поделитесь с остальными участниками. Довольны ли вы увиденным образом будущего? Что понравилось больше всего? Было ли что-то, что не понравилось? Что хотели бы изменить в своем образе будущего? Какие шаги для этого нужно предпринять?

Упражнение № 5 Коллаж **«Грани моего будущего „Я"»**

Необходимо вырезать из газет и журналов картинки, лозунги, слова, части текста и из них на листе бума­ги составить композицию на заданную тему, т. е. то чего вы ждете от себя и хотите для себя в будущем. Основное правило: не обсуждать процесс и выполнять молча. Если в компози­ции чего-либо не хватает и этого не нашлось в предлагаемых журналах, то вы можете дорисовать или дописать все необхо­димое самостоятельно. **Обсуждение.** Все участники возвращаются в круг и пред­ставляют свои коллажи. Хорошо, если подростки раскроют значение каждого символа в их коллаже. Это позволит глубже осознать составляющие Я-концепции каждого, его мотивы и цели.

**Рефлексия.**

**Занятие № 8 «Я в мире людей»**

**Цели:**

**Образовательная –** сформировать знания о нормах поведения в обществе.

**Развивающая –** развивать адекватное поведение и сформировать позитивные эмоции.

Групповая дискуссия **«Сила слова».**

**Беседа.** Вводное вступление о данном занятии. Беседа **«Что мы знаем о других»**

Упражнение №1 **«Сказочный герой»**

**Цель:** настроить на позитивный лад, провести линию рефлексии, чтобы понять себя.

**Материал:** карточки с наименованием сказочных героев.

Участники вытягивают карточку с именем сказочного героя и описывают этого героя, не называя его имя. Остальные пытаются угадать кто это.

Упражнение № 2. **Только вместе**

Воспитанники разбиваются на пары и встают спиной к спине. Пробуют сесть на пол, а затем встать, не отрывая своей спины от спины партнёра.

Обсуждение. С кем работать было легче и веселее? Что было самым трудным в этом упражнении?

Упражнение№ 3 **Подарок**

Участникам предлагается подарить любой воображаемый предмет. О подарке нельзя говорить, нужно изобразить его с помощью рук. Тот, кому подарили подарок, должен отгадать, что ему подарили, поблагодарить и подарить свой подарок следующему.

Упражнение № 4 **“Ситуация”**

Воспитанники делятся на три группы, две группы по три человека – исполнители, и одна – четыре человека – наблюдатели.

Группам - исполнителям предлагается разыграть сцену. Наблюдатели оценивают правильность поведения в ситуации.

Ситуация. Вы сидите в классе. Заходит воспитанник – “новенький”.

1 группа. Сидящие за партой. Продолжают разговаривать между собой и не обращают внимания на вошедшего в класс воспитанника. Вошедший ученик тихо садится подальше от них.

2 группа. Сидящие за партой с интересом смотрят на вошедшего. Спрашивают у него “Как тебя зовут? Откуда ты?” Называют свои имена. Приглашают войти и предлагают сесть, указывая какое место свободно. Вошедший активно отвечает на вопросы. Слушает внимательно учеников.

Группа наблюдателей разбирает поведение в ситуации. Даёт свою оценку.

Обсуждение.

- В какой ситуации правильное поведение? Почему?

- В какой ситуации “новенькому” сложнее?

- Что ты чувствовал в роли “новенького”?

Упражнение №5 **Я – высказывание**

- Как высказывать свою точку зрения, не обижая партнёра?

Ситуация: Ваш одноклассник взял у вас ручку и не отдаёт. Вам ручка нужна.

- Как вернуть ручку?

Воспитанники предлагают свои ситуации и пути выхода из конфликта. (и т.п.)

**Рефлексия**

Нарисовать то, что вам больше всего запомнилось и понравилось в занятии. Затем каждый объясняет почему нарисовал именно это.

**Занятие №9 «Профессиональные качества»**

**Цель:**формировать профессиональные качества, повысить знания о требованиях к каждой профессии.

Упражнение №1 **«Скульптура профессий»**

Участники показывают в группах профессию. Остальные пытаются угадать.

**Беседа.** Дискуссия на тему «**Что важно для успешной профессиональной деятельности»**

Упражнение №2 **«Через 10 лет»**

Каждый по очереди садится на стул, а остальные говорят, каким они видят участника через 10 лет. Затем участник делится впечатлениями. С чем согласен, а с чем нет.

Рефлексия.

Упражнение№3 «**Конкурс талантов»**

Предлагается организовать минуту славы. Каждый в течение минуты показывает свои таланты.

**Рефлексия** Рисунок «**Человек под дождем»**

**Занятие №10 «Темперамент и профессия»**

**Цель:**повысить знания о типах темперамента, выяснить тип темперамента каждого участника, Сформировать осознание влияния типа темперамента на профессиональную деятельность.

Упражнение №1 **«Презентация друг друга»**

Участники представляют друг друга в парах.

**Беседа.** «**Что такое темперамент?»**

Упражнение №2 Тест на определение типа темперамента.

Участники определяют свой тип темперамента.

Упражнение№3 **«Ситуации на работе»**

Предлагаются различные ситуации на работе, их нужно разыграть с учетом определенного типа темперамента.

Рефлексия.

Упражнение №4 «**Собеседование»**

Разыграть ситуацию собеседования в разных эмоциональных состояниях.

**Рефлексия.**Рисунок «**Я холерик/сангвиник/флегматик/меланхолик»**

**Занятие №11 «Конфликты»**

**Цель:**сформировать эффективные способы разрешения конфликтов, развивать эмпатию и понимание, расширить знания о конфликтных ситуациях.

Упражнение №1 **«Комплименты»**

Участники говорят друг другу комплименты по кругу.

**Беседа.** **«Конфликты и пути их разрешения»**

Упражнение №2 «**Конфликтные ситуации»**

Предлагается разыграть конфликтные ситуации, предложенные психологом, в парах.

Затем в обсуждении воспитанники пытаются решить, как можно было выйти из этой ситуации без конфликта.

Рефлексия.

Упражнение№3 **Деловая игра «Конфликты на работе»**

Участники записывают на карточках, какие конфликты могут быть на работе в разных сферах профессий, по группам. Зачитывают варианты и обсуждают.

Упражнение №4 **«Нарисовать стену конфликта и способ ее разрушения»**

Обсуждение.

**Тест Томаса.**

**Рефлексия. Подведение итогов.**

**Занятие №12 «Креативность»**

**Цель:**развитие креативности, интеллектуальных способностей, познавательных интересов и т.д.

Упражнение №1 **«Никто из вас не знает, что я умею…»**

**Беседа. «Креативность, что это? Чем может помочь?»**

Упражнение №2

Называя имя, сказать три характеристики на ту же букву. Чем вызвано перечисление именно таких качеств? Что помешало назвать другие?

Упражнение№3

Кто-нибудь из круга представит себя в роли того или иного литературного героя, обязательно хорошо известного всем присутствующим… Теперь мы будем задавать вопросы этому герою и попытаемся угадать, кто же это…Как появлялась догадка? Какие этапы креативного процесса вы отслеживали?

Упражнение №4

Все знают примету: "Упал нож - придёт мужчина". Сейчас мы будем развивать эту область примет. Бросая мяч, говорите, что упало. Кто ловит, говорит, кто придёт и почему. 10 минут

**Рефлексия «Нарисовать совместную историю»** Участники по очереди рисуют по одной детали.

**Занятие №13 «Развитие творческих способностей»**

Упражнение №1

Все предметы разговаривают на своём языке. От того, насколько мы можем найти с ними общий язык, зависят наши с ними отношения. А о чём они разговаривают друг с другом? Задание на карточках. 5 минут на подготовку в парах. Затем на круг. Всего 15 минут.

**Беседа.** «Творчество-моя жизнь»

Упражнение №2

По кругу каждый будет говорить несколько предложений, и таким образом мы попытаемся сочинить рассказ о городе, где собрались и живут самые некреативные люди на свете.

Упражнение№3

«**Реклама»** Презентация рекламы своей профессии. Лозунг, рисунок, разыграть рекламу.

Упражнение №4

«**Антикварный магазин»** Участники представляют себя вещью в антикварном магазине. Какая эта вещь, где она стоит, почему. **Рефлексия.**

**Занятие №14 «Тревога - мой враг»**

**Цель:**снятие тревожности, повышение уверенности в себе, формирование адекватного отношения к трудностям.

Упражнение №1 «**Копилка достижений»**

**Беседа.** Дискуссия на тему «Тревога».

Упражнение №2 **"Рот на замок"**  
Это упражнение поможет воспитанникам научиться расслаблять губы и нижнюю челюсть, изображая, как выглядит в действительности образное выражение "Рот на замок!". Пусть воспитанник сильно сожмет губы. Теперь, не отпуская, подожмет их так, чтобы они совсем не были видны. Так нужно продержаться несколько секунд, радуя тишиной, а затем можно расслабить губы. Подчеркните, что теперь его губы стали снова мягкими и ненапряженными.

Упражнение№3 **"Волшебное путешествие"**  
По сути, это игра-медитация, помогающая расслабиться не только мышцами, но и душой, уносясь мыслями в заоблачные дали.  
Предложите воспитанникам сесть удобнее и закрыть глаза. Включить плавную, приятную мелодию (музыка обязательно должна быть без слов!). Объясните, что сейчас вы будете играть в волшебное путешествие. Попросите расслабиться, сделать глубокий вдох, выдох и постараться представить то, о чем вы будете говорить.

Упражнение №4 **«Зато»**

Участники по очереди говорят то, что их беспокоит, а потом говорят «зато» и продолжают фразу позитивным противовесом.

Рефлексия. **«Портрет смелого человека» Рефлексия.**

**Занятие №15 «Коллажи»**

**Цель:**сформировать цели на будущее и развивать мотивацию на успех.

Упражнение №1 **«Лозунг моей жизни»**

**Беседа.** «О чем мы мечтаем»

Упражнение №2 **«Мечты»**

Участники изображают свою мечту без слов.

Упражнение№3

Из вырезок журналов сделать совместный коллаж будущего. Представить его.

Рисунок **«План счастья»**

**Рефлексия.**

**Занятие №16 Заключительное**

**Цель:**подведение итогов своей собственной работы в группе и групповой работы.

Упражнение №1 **«Открытки»**

Каждый подросток складывает лист бумаги пополам, как поздравительную открытку, кладет на внешнюю сторону открытки свою ладонь, обводит ее карандашом и пишет внутри «руки» свое имя. (Рука является личным симво­лом открытости для других.) Затем подросток передает свою открытку соседу слева, который должен написать что-нибудь позитивное внутри. Карточки передаются до тех пор, пока каждый не напишет по предложению остальным.

**Беседа.** Ведущий напоминает, для чего группа собиралась, с какими темами работала, и помогает вспомнить, какие упражнения и задания выполнялись. Предлагает ответить на вопрос: какие занятия и почему оказались более интересными или более важными?

Упражнение №2 **«Подарки»**

Придумать символический подарок соседу слева и подарить (например, эмоцию, ресурс или качество). Предлагается поделиться чувствами после выполнения упражнения.

Упражнение№3 **«Я в лучах солнца»**

Ведущий: «На отдельном листе нарисуйте солнце так, как его рисуют дети: с кругом посредине и множеством лучиков. В круге напишите свое имя или нарисуйте свой портрет. Около каждого луча напишите что-нибудь хорошее о себе. Задача: написать о себе как можно лучше». Обсуждение.

Упражнение №4 **Рисунок дружбы**

Воспитанникам предлагается нарисовать образ дружбы.

Обсуждение.

- Легко ли было образно изобразить дружбу? - Какие цвета вы чаще использовали? Почему? - Какие чувства вы испытывали, выполняя задание?

Упражнение №5 **Аплодисменты по кругу**

**Цель***:* предоставление возможности выразить дружеские чувства нетрадиционным способом, осознание своей значимости в коллективе.

Ведущий: "Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихо, а затем становятся все сильнее и сильнее". Ведущий начинает хлопать в ладоши, глядя и постепенно подходя к одному из участников группы. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Ведущий: "Молодцы ребята! Наши занятия подошли к концу. Мне было очень приятно и интересно с вами играть и общаться. А теперь мы попрощаемся и пожелаем друг другу что-нибудь приятное.

Рисунок **«Я на работе». Рефлексия.**

**ВЫВОДЫ**

Исходя из вышеразработанной программы можно сделать вывод, что задачи ее были достигнуты, упражнения в каждом занятии соответствуют целям, возрасту и проблеме. Упражнения способствуют развитию профессиональных качеств, способностей, повышению самооценки и формированию позитивных тенденций в поведении и состоянии, формированию профессиональному самоопределению. Каждое занятие включает 5-6 упражнений плюс беседу и тематический рисунок. Занятие закрепляется заключительной рефлексией, и всегда следует заданным тематике и целям.

В программе есть наличие различных техник: сказкотерапия, арт-терапия, символдрамма, гештальт, аутогенные техники и т. д. Все в комплексе гармонично и целесообразно сочетается. Такое разнообразие поможет заинтересовать и мотивировать воспитанников на работу.

**Рекомендации.**

1. Развивать положительно ориентированные жизненные планы и профессиональные намерения.
2. Увеличить степень сознательности и дисциплинированности по отношению к учебной деятельности.
3. Повышать уровень развития полезных знаний, навыков, умений (спортивных, трудовых, технических, творческих и т.д.). Формировать разнообразие и глубину полезных интересов.
4. Формировать адекватное отношение к педагогическим воздействиям, оказываемым взрослыми.
5. Развивать коллективистские проявления, способность считаться с коллективными интересами, уважать нормы коллективной жизни.
6. Развивать способность критически, в соответствии с нормами морали и права оценивать поступки окружающих, друзей, сверстников, одноклассников.
7. Развивать самокритичность, наличие навыков самоанализа.
8. Формировать внимательное, чуткое отношение к окружающим, способность к сопереживанию, эмпатию.
9. Развивать волевые качества. Невосприимчивость к дурному влиянию. Способность самостоятельно принимать решения и преодолевать трудности при их выполнении.
10. Сформировать внешнюю культуру поведения (подтянутый внешний вид, аккуратность, культура речи, вежливость).

**Литература**

1. Аникеева Н. П. Игра в педагогическом процессе / Н. П. Аникеева - Новосибирск. - Знание, 1989. - 256 с.
2. Аутова П.Г. “Школа и труд” / под ред. П.Г. Атутова, В.А. Кальнес.- М.: Педагогика, 1987 г.
3. Ботякова Л.В. Учебно-методический кабинет профессиональной ориентации: Книга для учителя” / Л.В. Ботякова, А.Е. Голомшток, С.С. Гриншпун и др. М.: Просвещение, 1986 г.
4. Дубровина И. В. Психологическая служба школы: Учеб. пособие для студентов/Под ред. И. В. Дубровиной. – М., 1995.
5. Казарова Е. «Проблема выбора» // Е. Казаровой // «Школьный психолог» №2, 2007г.
6. Карабанова О.А. Игра в коррекции психологического развития ребенка/ И. В, Карабанова - М., 1997.
7. Лебедева О. А. Образовательно-коррекционная программа «Учимся управлять собой» / О. А. Лебедева – Н. Новгород, «Педагогические технологии», 2011.
8. Майерс Д. Социальная психология / Д. Майерс — СПб.: Питер, 1997 - 688 с. (Серия "Мастера психологии")
9. Поляков В.А. Школа и выбор профессии” / под ред. В.А. Полякова, С.Н. Чистяковой, Г.Г. Агановой.-М.: Педагогика, 1987 г. (Библиотека учителя и воспитателя).