

Варианты мероприятий по профориентации с подростками

- видеолекторий «Как найти призвание»
- профориентационное тестирование
 - Дифференциально-диагностический опросник Е. А. Климова (ДДО)
 - Тест Джона Холланда на определение профессионально-ориентированных типов личности на основе ценностных ориентаций и интересов человека
 - «Профиль» (методика карты интересов А. Голомштока в модификации Г. Резапкиной) выявление интересов и склонностей обучающихся к определённым видам и сферам деятельности.
- проведение тренинговых занятий, целью которых является формирование интереса к самопознанию, рефлексии, саморазвитию «Узнай себя», «Уверенное поведение», «Развитие жизненных целей» и др
- проведение профориентационной игры «Лабиринт выбора»

Собрали для вас несколько наиболее известных профориентационных тестов:

- **Дифференциально-диагностический опросник Е. А. Климова (ДДО).** Определяет предрасположенность к типам профессий: «человек — природа», «человек — техника», «человек — человек», «человек — знак», «человек — художественный образ». Это одна из самых популярных методик. Её используют в большинстве школ в рамках плановой профориентации в 9-м и 11-м классах.
- **Тест Холланда.** На основе ценностных ориентаций и интересов человека Джон Холланд выделяет шесть профессионально-ориентированных типов личности. Тест покажет вашу предрасположенность к одному из них.

Используя методики ДДО или тест Холланда, можно определить ключевую информацию для выбора профессии: подходящую

профессиональную сферу и склонности личности. Вместо теста Холланда допустимо пройти методику «Якоря карьеры».

- **«Якоря карьеры» Э. Шейна.** Это методика диагностики ценностных ориентаций: что именно важно подростку в карьере — профессиональная компетентность, менеджмент, автономия, стабильность, служение, вызов, интеграция стилей жизни, предпринимательство.
- **«Профиль» — методика «Карты интересов» А. Голомштока в модификации Г. Резапкиной.** Вопросы теста касаются отношения подростка к различным конкретным видам деятельности.
- **Диагностика структуры сигнальных систем (Э. Ф. Зеер, А. М. Павлова, Н. О. Садовникова).** На основе преобладания у человека первой или второй сигнальной системы определяются специфические типы высшей нервной деятельности:

— художественный: преобладание первой сигнальной системы;
— мыслительный: преобладание второй сигнальной системы;
— средний: относительно одинаковая роль обеих систем.

Некоторые тесты помогут развеять сомнения по поводу ваших способностей и склонностей. Их нельзя назвать в полной степени профориентационными, поскольку они не определяют сферу интересов из множества возможных, но они очень полезны для более детального исследования ваших качеств в рамках уже выбранной сферы.

Вот примеры таких тестов:

- **Тест механической понятливости Беннета** поможет определить уровень развития инженерно-технического мышления.
- **Тест Вандерлика на обучаемость** позволяет оценить параметры, схожие с уровнем интеллекта.
- **Тест на творческие способности Гилфорда** будет полезен не только для будущих художников и дизайнеров, но и для многих других профессий, поскольку позволяет оценить креативность принимаемых решений и их разнообразие.