

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Гимназия №74»

РАССМОТРЕНО

ПРИНЯТО

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель МО

педагогическим

Директор МБОУ

_____ Анохина М.В.

советом

Гимназия № 74

Протокол № 1

Протокол №

Т.В. Евдокимова

от 25.08.2022 г.

от ____ .08.2022 г.

Приказ № _____

от ____ .08.2022 г.

Рабочая программа

курса «Психология личности и профессиональное самоопределение»

на 2022 – 2023 учебный год

Составитель: Анохина М.В.

Барнаул – 2022 г.

Пояснительная записка.

В современных условиях образование рассматривается как социокультурный процесс, в котором происходят формирование мировоззрения и выработка жизненной позиции личности, ценностные трансформации, развиваются способы деятельности, способствующие становлению системы жизненных ориентаций школьников, определяются профессиональные и социальные перспективы личностного развития.

Усиление интереса к проблеме профессионального самоопределения личности как процесса выбора профессии и самореализации в ней обусловлено практическим запросом, сформированным в условиях экономических преобразований, происходящих в нашей стране. Поворот российского образования к личностному и профессиональному развитию в условиях школьного обучения поставил принципиальный вопрос о разностороннем развитии личности школьника. При этом определился очень важный аспект – за школьником закрепился статус субъекта образования и собственной жизни, обладающего индивидуальностью, правом выбора, рефлексией, самоактуализацией.

В условиях модернизации системы отечественного образования в качестве одной из важнейших задач образовательного учреждения стоит создание оптимальных условий профессионального самоопределения личности, способной плодотворно жить в современном обществе и преобразовывать его, самостоятельно принимать верные, жизненно важные решения, позитивно самореализовываться в основных сферах жизнедеятельности, в том числе профессиональной. Системообразующим фактором личностного самоопределения является профессиональное самоопределение, понимаемое в педагогической науке как процесс формирования личностью своего отношения к профессионально-трудовой среде (Е.А. Климов).

Этот длительный процесс согласования внутриличностных и социально-профессиональных потребностей происходит на протяжении всего жизненного и профессионального пути. Эффективность профессионального самоопределения личности зависит от характера педагогического сопровождения данного процесса, управления данным процессом, то есть создания оптимальных условий для самостоятельного, осознанного выбора школьниками будущей профессиональной деятельности.

Старший возраст – возраст ранней юности, один из самых сложных и наиболее важных и ответственных в плане формирования личности периодов, выступает как своеобразная черта между детством и взрослостью, переход к истокам взрослой самостоятельной жизни. Для старшего школьника приобретают особую актуальность задачи личностного и профессионального самоопределения, как определения себя и своего места в мире.

Таким образом, речь идёт о необходимости формирования личности, способной к самоопределению – осознанному выбору, сделанному на основе собственных ценностей.

Цель программы: Создание условий, способствующих личностному и профессиональному самоопределению обучающихся.

Основные задачи программы:

- Активизация и развитие процесса самопознания личности учащихся.
- Изучение интересов, потребностей, склонностей старшеклассников, выявление их индивидуальных особенностей;

- Формирование мотивации осознанного и целенаправленного выбора будущей профессии, осознание важных жизненных ценностей;
- Создание индивидуального образовательного маршрута, способствующего личностному и профессиональному самоопределению школьника.

Требования к результатам освоения учебной дисциплины.

В результате освоения факультативного **курса** «Психология личности и профессиональное самоопределение» обучающийся должен:

знать:

- необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения;
- простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека;
- современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью;
- основные принципы и технологии выбора профессии;
- методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.

уметь:

- применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими;
- использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения;
- на основе анализа современного рынка труда и требований профессий осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения;
- планировать и составлять временную перспективу своего будущего;
- успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде.

Научно-методические обоснования программы.

Актуальность данной проблемы имеет своё отражение в психологических исследованиях.

В педагогике и психологии проблема самоопределения глубоко рассмотрена Л.И.Божович, которая понимала его как выбор будущего пути, потребность нахождения своего места в труде, в обществе, жизни, поиск цели и смысла своего существования, потребности найти своё место в общем потоке жизни.

И.В.Дубровина считает, что основным психологическим новообразованием юношеского возраста следует считать психологическую готовность к самоопределению, которая предполагает:

- а) сформированность на высоком уровне психологических структур, прежде всего самосознания;
- б) развитость потребностей, обеспечивающих содержательную наполненность личности, среди которых центральное место занимают нравственные установки, ценностные ориентации и временные перспективы;
- в) становление предпосылок индивидуальности как результат развития и осознания своих способностей и интересов каждым старшеклассником.

Данная программа основана на концепции профессионального становления личности, в основу которой положена работа М.Ю.Савченко, основы формирования профессионального самоопределения личности Е.А Климova, программы профессионального самоопределения «Я и моя профессия» Г.В.Резапкиной.

Содержание учебного материала

Тема 1. Психология профессиональной деятельности.

Профессиональное самоопределение. Деятельность: понятие, виды, структура, элементы и компоненты деятельности. Сущность профессионального самоопределения. Терминология, основы и сущность профессионального самоопределения. Стадии становления личности. Конфликты профессионального самоопределения. Простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека.

Тема 2. Профотбор и профессиональная пригодность.

Профессиональные типы личности. Факторы, влияющие на выбор профессии. Ошибки выбора профессии. Понятие и свойства профессиональной непригодности. Современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессий требований к психологическим особенностям человека, его здоровью.

Тема 3. Технология выбора профессии.

Технология выбора профессии. Основные составляющие правильного выбора профессии. Основные принципы и технологии выбора профессии. Правила выбора профессии. Современный рынок труда Понятие конкурентоспособности.

Тема 4. Психология профессионального самоопределения на разных стадиях возрастного развития человека. Особенности юношеского периода.

Основные подходы к определению понятия «профессиональное самоопределение». Стадии профессионального становления личности. Профессиональное и личностное самоопределение в юношеском возрасте. Особенности юношеского возраста. Образ "Я" и характер профессиональной деятельности. Методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.

Тема 5. Психология личности.

Понятия личность, человек, индивид, индивидуальность и их соотношение. Определение понятия личность. Структура личности. Свойства и индивидуально-типологические особенности личности.

Тема 6. Психические процессы и волевая регуляция человека.

Общие понятия о психике. Сознание как высшая форма психики. Психические процессы. Психические состояния. Свойства психики. Определение понятия воля. Волевая регуляция деятельности человека.

Тема 7. Познавательные процессы

Определение уровня развития познавательных процессов (внимание, память, мышление). Использование простейших приемов развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения.

Тема 8. Характер в структуре личности.

Определение понятия «личность» Направленность личности. Понятие характера. Физиологические основы характера. Структура характера. Черты характера. Акцентуации характера.

Тема 9. Темперамент.

Понятие о темпераменте. Физиологические основы темперамента. История учений о темпераменте. Типы темпераментов и их психологическая характеристика. Свойства темперамента: экстраверсия, интроверсия, нейротизм, стабильность, реактивность, активность, пластичность, ригидность. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности. Определение типа темперамента.

Тема 10. Способности и задатки.

Способности и задатки. Профессиональные способности и их формирование. Способности как свойство личности. Виды способностей. Развитие способностей.

Тема 11. Психология самопознания и самовоспитания личности.

Понятия самопознание и самовоспитание. Движущие силы и механизм самовоспитания личности. Методы самовоспитания. Самоактуализация.

Тема 12. Психология конфликта.

Структура конфликта. Способы выхода из конфликтной ситуации. Определение особенностей поведения личности в конфликтной ситуации.

Тема 13. Стресс и его последствия.

Понятие стресса и его воздействия на организм человека. Виды стрессов и способы выхода из стрессового состояния. Стрессоустойчивость организма.

Тема 14. Вербальное и невербальное общение.

Виды вербального и невербального общения. Использование знаний о невербальных средствах общения в профессиональной деятельности и личной жизни.

Тема 15. Имидж

Важность имиджа человека и правила его формирования.

Тема 16. Итоговое занятие

Подведение итогов. Составление характерологического портрета личности. Составление личностного профессионального плана.

Тематическое планирование

№п/п	Тема	Всего часов	Из них		
			Контрольные работы	Практические работы	Др.
1	Психология профессиональной деятельности.	1			

2	Профотбор и профессиональная пригодность.	1			
3	Технология выбора профессии.	1			
4	Психология профессионального самоопределения на разных стадиях возрастного развития человека. Особенности юношеского периода.	1			
5	Психология личности.	1			
6	Психические процессы и волевая регуляция человека.	1			
7	Познавательные процессы	1			
8	Характер в структуре личности.	1			
9	Темперамент.	1			
10	Способности и задатки.	1			
11	Психология самопознания и самовоспитания личности.	1			
12	Психология конфликта	1			
13	Стресс и его последствия.	1			
14	Вербальное и невербальное общение.	2			
15	Имидж	1			
16	Итоговое занятие	1			
	ИТОГО	17			

Тематический поурочный план (17 часов)

№ урока	Тема урока	Дата проведения	Корректировка даты
1	Психология профессиональной деятельности.		
2	Профотбор и профессиональная пригодность.		
3	Технология выбора профессии.		
4	Психология профессионального самоопределения на разных стадиях возрастного развития человека. Особенности юношеского периода.		
5	Психология личности.		
6	Психические процессы и волевая регуляция человека.		
7	Познавательные процессы		
8	Характер в структуре личности.		
9	Темперамент.		

10	Способности и задатки.		
11	Психология самопознания и самовоспитания личности.		
12	Психология конфликта		
13	Стресс и его последствия.		
14	Вербальное и невербальное общение.		
15	Вербальное и невербальное общение.		
16	Имидж		
17	Итоговое занятие		