

Смородина Ольга Анатольевна,

педагог-психолог высшей категории,

МБОУ «Средняя школа № 23 с углубленным изучением иностранных языков»,

г. Нижневартовск, ХМАО-Югра, Тюменская область, Россия

«СВЯТОЕ ДЕЛО – РОДИНЕ СЛУЖИТЬ!».

**ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ
ДОПРИЗЫВНОЙ МОЛОДЁЖИ**

Самое лучшее предназначение есть:

защищать своё отечество.

Державин Г.Р.

В условиях утраты нашим обществом традиционного российского патриотического сознания, широкого распространения равнодушия, цинизма, агрессивности и падения престижа военной службы – проблема военно-патриотического воспитания молодёжи становится особенно актуальной.

У значительной части призывников отсутствует позитивная мотивация к добросовестной военной службе, психологическая тревожность преодоления трудностей в армии. Многие из них воспринимают её как неприятную неизбежность и неблагодарную повинность, которую следует выполнять лишь во избежание уголовной ответственности. Причастность к защите Родины, гордость за принадлежность к Вооружённым силам, воинская честь и достоинство – эти понятия утрачивают в глазах призывной молодёжи свою значимость. Благополучие и мощь Государства зависят от отношения общества к своему Отечеству, от его гражданского и духовного сознания. Такое сознание предполагает потребность человека жить в социальном пространстве, где приоритетными являются понятия: Родина, патриотизм, защита рубежей Отечества. Воспитание на воинских традициях играет важную роль в становлении гражданина и патриота своего Отечества и в наше время.

Изменение духовных ценностей среди молодёжи повлекли за собой нежелание служить Отечеству. В нашей школе большое внимание уделяется военно-патриотическому воспитанию.

Проводятся следующие мероприятия:

- смотр допризывной подготовки среди образовательных учреждений;
- месячник оборонно-массовой и спортивной работы;
- Декада Памяти;
- встреча с ветеранами Великой Отечественной войны и локальных войн;
- смотр уголков и музеев Боевой и Трудовой Славы (апрель);
- соревнования по военно-прикладным видам спорта;
- соревнование по стрельбе;
- военно-спортивная игра «Орленок»;
- военно-спортивная игра «Зарница»;
- смотр строя и песни;
- торжественное вручение приписных свидетельств;
- фестиваль патриотической песни.

Данная программа ориентирована на:

- формирование морально-психологических качеств гражданина, необходимых для прохождения военной службы;
- психологические знания о внутреннем мире человека;
- формирование волевых качеств личности.

Цели:

- способность конструктивно строить свои взаимоотношения с окружающими;
- умение анализировать ситуацию, мотивы, интересы, чувства, поступки других людей;
- умение понимать самого себя и относиться к себе с должным уважением;
- повышение общего уровня психологической культуры;

Задачи:

- содействовать формированию готовности к достойному служению Отечеству, честному выполнению воинского долга и служебных обязанностей.

- воспитывать у подростков волевые качества, гражданственность, патриотизм, как важнейшие духовно – нравственные ценности.
- формировать способность адекватного и наиболее полного познания себя и других;
- диагностика и коррекция личностных качеств, снятие коммуникативных барьеров;
- овладение индивидуализированными приёмами межличностного взаимодействия;
- способствовать к формированию основных умений и навыков самопознания, самоанализа и самооценки для разрешения возникающих конфликтных ситуаций и предупреждения конфликтов.

Программа реализуется в группах от 10 до 15 человек. Занятия – 1 час в неделю, общее количество – 35 часов.

Программа рассчитана на один год обучения. По возрастному уровню предназначена для детей 15-16 лет (старшеклассников).

Данный возрастной период отличается повышенной интеллектуальной активностью, желанием развивать, демонстрировать свои способности, стремлением получать высокую оценку со стороны. Дети подросткового возраста, а именно 15-16 лет, включаются в качественно новую систему отношений с товарищами и взрослыми в школе. Изменяется их фактическое место в семье, среди сверстников в повседневной жизни, а также в обществе. У подростков появляется жажда социально-признаваемой деятельности. Программа «Святое дело – Родине служить!» привлекательна разнообразием деятельности; качественно новым подходом к подбору тем и разделов, раскрывающих психологические знания о внутреннем мире человека и основной задачей развития подростков – профессиональное самоопределение.

Формы и методы обучения

В процессе психологического сопровождения обучающихся используются следующие формы работы: лекции, экскурсии, просмотр видеофильмов, тренинги личностного роста, круглые столы.

Основные методы работы: эмоциональная поддержка подростков; анализ и самоанализ действий, принятых решений, познание внутреннего мира человека.

Тематический план

№ п/п	Тема	Количество часов (общее – 35)
1.	Введение. Внутренний мир человека и система представлений о себе	2
2.	Психологические типы профессий. Спрос военных профессий на рынке труда в г. Нижневартовске	2
3.	Профессии, специальности, должности	2
4.	Проблема выбора профессии	2
5.	Профессиональные интересы и склонности. «Секреты» выбора профессии («хочу» – «могу» – «надо»)	2
6.	Способности, условия их проявления и развития	2
7.	Природные свойства нервной системы в профессиональной деятельности	2
8.	Психические процессы личности. Видеофильм «Эхо несостоявшегося детства»	2
9.	Проблема ценностей и вопрос: «Каким быть?»	2
10.	Индивидуальные психологические особенности личности	2
11.	Здоровье и выбор профессии. Профессиональная пригодность	2
12.	Человек среди людей. Психология конфликта	2
13.	Волевые качества личности	2
14.	Роль воли в процессе принятия профессиональных решений. Воля и волевые действия	2
15.	Пути получения военной профессии	2
16.	Психология делового общения	2
17.	Мотивы, ценностные ориентации. Профессиональная карьера	2
18.	Подведение итогов курса	1

1. Введение. Внутренний мир человека и система представлений о себе (2 часа)

Внутренний мир человека и возможности его познания. Понятие личности. Уникальность личности каждого человека. Многообразие личностных особенностей.

Общее представление о психологии как науке, изучающей внутренний мир человека.

Диагностические процедуры: популярный тест: «Умеете ли вы решать свои проблемы».

Практическая работа: составление «дерева» психологических качеств личности.

2. Психологические типы профессий (2 часа)

Что значит выбрать себе профессию? Многообразие мира профессий.

Труд в жизни человека и общества. Развитие личности и профессиональное самоопределение.

Профессиональная деятельность как способ самореализации и самоутверждения личности.

Диагностические процедуры: «Дифференциально-диагностический опросник» (ДДО).

Практическая работа: составление словаря профессий.

3. Профессии, специальности, должности (2 часа)

Классификация профессий по отраслям, предметам, целям, орудиям и условиям труда. Профессии типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – природа», «человек – знаковая система», «человек – художественный образ». Формула профессии. Здоровье как условие высокоэффективной профессиональной деятельности. Взаимосвязь и взаимообусловленность здоровья и выбора профессии, карьеры. Важнейшие характеристики здоровья человека. Реакция на различные раздражители (звуковой, тепловой, световой).

Практическая работа: деловая игра «Бизнес – риск – мен». Активизирующая методика «За и против – 3» («Зачем?»).

4. Представление о себе и проблема выбора профессии (2 часа)

Образ «Я» как система представлений о себе. Структура образа «Я» (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой). Самооценка, ее роль в профессиональном самоопределении.

Диагностические процедуры. Методика «Кто я?». Самооценка.

Практическая работа: активизирующая методика «За и против – 1» («Кем?»).

5. Профессиональные интересы и склонности (2 часа)

«Секреты» выбора профессии («хочу» – «могу» – «надо». «Хочу» – склонности, желания, интересы личности; «могу» – человеческие возможности (физиологические и психологические ресурсы личности); «надо» – потребности рынка труда в кадрах.

Диагностические процедуры: выявление и оценка профессиональных интересов с помощью методики «Карта интересов».

Практическая работа. Ответы на вопросы: какие три специальности относятся к одной профессии? К какой профессии относятся следующие специальности: хирург, стоматолог, терапевт, невропатолог? Распределение профессий, специальностей, должностей по соответствующим группам (предлагается перечень профессий).

6. Способности, условия их проявления и развития (2 часа)

Понятие о задатках и способностях личности. Деятельность как важнейшее условие проявления и развития способностей.

Диагностические процедуры. Выявление и оценка математических способностей, уровня интеллектуального развития. Психологические тесты для оценки ваших умственных способностей (типа интеллекта).

7. Природные свойства нервной системы (2 часа)

Темперамент, черты характера и их проявление в профессиональной деятельности. Выявление типа характера и темперамента.

Диагностические процедуры: Опросник Айзенка.

8. Психические процессы личности (2 часа)

Восприятие, внимание, память, мышление. Общее понятие. Видеофильм «Эхо несостоявшегося детства».

Диагностические процедуры. Выявление и оценка уровня кратковременной наглядно-образной, слуховой, зрительной памяти, мышления (тесты Амтхауэра).

9. Проблема ценностей и вопрос «Каким быть?» (2 часа)

Карьера как средство достижения внепрофессиональных целей и стремление к внепрофессиональным ценностям. Позитивные и негативные стороны карьеризма. Карьерный рост как социально одобряемая и социально неодобряемая ценность. Искусство быть лидером.

Диагностические процедуры. Ценностные ориентации Рокича.

Практическая работа. «Карта города» (для реализации в городских школах). Есть ли на нарисованной мной «Карте города» мое будущее место работы? Куда и зачем люди в нашем регионе (городе) ходят на работу? Презентация образовательной и (или) профессионально-производственной карты региона. Маршруты профессионального успеха в нашем регионе. Виды учебных заведений профессионального образования. Перспективы профессионального становления в условиях региона (территории). Рынок образовательных услуг. Востребованность различных видов профессионального труда в городе. Риски предстоящего выбора. Самостоятельная работа с литературой, газетами и журналами (работа по подгруппам).

10. Индивидуальные психологические особенности личности (2 часа)

Образ «Я» как система представлений о себе. Структура образа «Я» (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой).

Диагностические процедуры: тест «Сова или жаворонок».

11. Здоровье и выбор профессии. Профессиональная пригодность (2 часа)

Учет состояния здоровья при выборе профессии. Понятие «неблагоприятные производственные факторы». Типы профессий по

медицинским противопоказаниям. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии. Работоспособность. Роль активного отдыха в зависимости от условий и режима работы.

Диагностические процедуры: тест Стреляу.

Практическая работа: Работа с «Анкетой здоровья» и нормативными документами по охране труда (на примере работы с компьютером).

12. Человек среди людей. Психология конфликта (2 часа)

Учимся разрешать конфликты. Самоконтроль в общении. Ролевые и внутриличностные конфликты. Межличностные конфликты.

Диагностические процедуры. Уровень конфликтности личности.

Практическая работа: упражнение с элементами тренинга «Разрешить конфликтную ситуацию».

13. Волевые качества личности (2 часа)

Общее понятие о когнитивных процессах. Волевые качества личности.

Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого.

Диагностические процедуры. Опросник «Какая у меня воля?».

Практическая работа: рекомендации по самовоспитанию воли.

14. Роль воли в процессе принятия профессиональных решений (2 часа)

Воля и волевые действия. Условия развития воли.

Диагностические процедуры. Определи свой уровень силы воли.

Р.С. Немов «Методика определения силы воли».

Практическая работа: выполнение упражнений по воспитанию воли (с учетом рекомендаций).

15. Пути получения профессии (2 часа)

Средние специальные учебные заведения, их типы, условия приема и обучения.

Типы высших учебных заведений, условия приема и обучения студентов на военные профессии.

Возможности квалификационного роста.

Практическая работа: работа с брошюрами, буклетами. Письменная работа «Мой путь в военную профессию».

16. Психология делового общения (2 часа)

Общие принципы построения межличностного общения. Понимаете ли вы других людей? Кто вы? Самопрезентация. Общение: слышать и слушать. Деловая игра «Умеем ли мы общаться?».

Диагностические процедуры: «Психометрический тест» Сьюзен Делингер.

Практическая работа. Как составить общее впечатление о человеке. Умение слушать.

Диагностико-развивающие процедуры и самостоятельная работа: Активизирующая методика «За и против – 2» («Каким?»).

17. Мотивы, ценностные ориентации. Профессиональная карьера (2 часа)

Понятие о профессиональной карьере. Критерии профессиональной компетентности.

Профессиональное прогнозирование и профессиональное самоопределение.

Практическая работа. Письменная работа «Мои жизненные планы и профессиональная карьера». Подведение итогов.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Содержание занятия. Основные понятия по теме	Методическое обеспечение. Перечень используемых упражнений
1.	Введение. Общее представление о психологии как науке, изучающей внутренний психологический мир человека	1	Индивид. Личность. Уникальность личности. Неординарность. Индивидуальность	Конспект в тетради. Составление «древа» психологических качеств. Ватман, карандаши. Список

				качеств личности
2.	Уникальность личности каждого человека. Понятие личности	1	Интерпретация результатов. Деловая игра «Бизнес – риск – мен»	Бланки для ответов. Тест «Умеете ли вы решать свои проблемы». Карточки с различными психологическими качествами личности
3.	Природные свойства нервной системы. <i>Цель:</i> познакомить учащихся с особенностями свойств нервной системы (сила, подвижность, уравновешенность)	1	Экстраверсия. Интроверсия. Нейротизм. Психологическая карта характера	Опросник на каждого учащегося, бланк для ответа
4.	Характерологические особенности личности. <i>Цель:</i> изучить особенности личности учащихся, их приоритетные качества, важные для взаимоотношения с обществом»	1	Опросник Айзенка. Характерологические особенности. Пути коррекции. Зарисовать составляющие общих способностей. Фиксация результатов в тетради	Ватман. Краски. Карандаши. Кисти. Элементы арттерапии «Нарисуй свой характер». Опросник на каждого учащегося, бланк для ответа
5.	Профессии, специальности, должности. <i>Цель:</i> ознакомление учащихся с различными профессиями, специальностями, должностями. Показать их принципиальное различие	1	Сфера искусства. Сфера технических интересов. Сфера работы с людьми. Сфера умственного труда. Сфера физического труда. Сфера материальных интересов	Раздаточный материал. Карточки для игры «Или-или». Усложненный вариант проф. игры «ИЛИ-ИЛИ»
6.	Сфера профессиональных предпочтений	1	Интерпретация каждого столбика. Что значит «Моё профессиональное	<u>Диагностические процедуры.</u> Опросник на каждого учащегося, бланк для

			предпочтение?»	ответа.
7.	Представление о себе и проблема выбора профессии. <i>Цель:</i> познакомить учащихся со структурой «образа «Я», оценка себя, умение управлять собой	1	Сущность концепции «Я». <i>3 компонента:</i> познавательный; эмоциональный; поведенческий	Материалы для самодиагностики: 20 предложений «Что я знаю о себе»
8.	Сущность концепции «Я»	1	Методика «Кто я?». Самооценка. Представление о своём внутреннем мире	<i>Диагностические процедуры.</i> Методика (Дембо-Я. Рубинштейн). Опросник на каждого учащегося, бланк для ответа
9.	Профессиональные интересы и склонности. <i>Цель:</i> помочь учащимся в определении ведущих интересов, профессиональных намерений	1	Склонности. Интересы. Выбор. Профессиональный путь	Ватман. Краски. Карандаши. Кисти. Элементы арттерапии
10.	Выявление и оценка профессиональных склонностей	1	Понятие 24-х разновидностей направлений в выборе профессии.	<i>Диагностические процедуры</i> (методика «Карта интересов»). Опросник на каждого учащегося, бланк для ответа
11.	Способности, условия их проявления и развития. <i>Цель:</i> показать основы к выбору профессии, способность к самоанализу, анализу профессии, самореализации в различных видах проф. деятельности	1	<ul style="list-style-type: none"> • Физические • Организаторские • Математические • Конструкторско-технические • Эмоционально-образительные • Коммуникативные • Музыкальные 	Ватман. Краски. Карандаши. Кисти. Элементы арттерапии «Мои способности». Опросник на каждого учащегося, бланк для ответа

			<ul style="list-style-type: none"> • Художественные • Филологические 	
12.	Способности при выборе профессии	1	Расшифровка способностей	<i>Диагностические процедуры.</i> Определение способностей.
13.	Многообразие мира профессий. <i>Цель:</i> познакомить учащихся с психологическими типами профессий	1	ПРОФЕССИЯ, СПРОС НА РЫНКЕ ТРУДА. Учебные заведения ХМАО	Карточки с описанием типов профессий
14.	Что значит выбрать себе профессию? <i>Цель:</i> определение психологического типа профессии	1	Человек – природа Человек – техника Человек – человек Человек – знаковая система Человек – худ. образ	<i>Диагностические процедуры.</i> «Дифференциально-диагностический опросник» (ДДО)
15.	Психические процессы и их роль в профессиональном самоопределении. <i>Цель:</i> познакомить учащихся с индивидуальными различиями в способности воспринимать окружающий мир	1	Память. Виды. Внимание. Виды. Мышление. Типы. Диагностика развития различных видов памяти	Материалы для диагностики зрительной памяти (10 картинок), слуховой (10 слов), образной. Видеофильм «Эхо несостоявшегося детства»
16.	Выявление и оценка уровня мышления (тесты Амтхауэра)	1	Вербальный. Математический. Пространственный	Опросник на каждого учащегося, бланк для ответа
17.	Проблема ценностей и вопрос «В чём смысл жизни?». <i>Цель:</i> подвести к пониманию и выйти на обсуждение экзистенциальных вопросов смысла и ценностей жизни, проектировать будущее	1	<i>Ценности:</i> «Семья», «любовь», «профессия», «дружба», «служение обществу», «здоровье», «благополучие», «карьера» и др.	Бумага, маркеры, стимульный материал: таблички с названием ценностей, высказывания, афоризмы о смысле жизни

	отношения с другими людьми, составить представление о более совершенной модели устройства общества			
18.	Ценностные ориентации при выборе военной профессии	1	ЧТО ЭТО – ценности??? Какие они?!	<i>Диагностические процедуры.</i> Опросник на каждого учащегося, бланк для ответа.
19.	Система представлений о себе. <i>Цель:</i> рассмотреть влияние формирования и развитие личности на взаимодействие с другими людьми.	1	Образ «Я» как система представлений о себе. 3 блока: познавательный, эмоциональный, поведенческий. «Концепция-Я».	Профессиональный маршрут: «Карта города». Описание профессий. Профессиограммы. «Твой компас на рынке труда»
20.	Структура образа «Я» (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой) <i>Цель:</i> помочь учащимся глубже узнать себя, заглянуть в свой внутренний мир.	1	Психика, знание себя, концепция–Я. Работа с памяткой по самовоспитанию воли. Фиксация результатов в дневнике. <u>Практическая работа:</u> Упражнения с элементами арттерапии.	Феноменология способностей. Варианты в обеспечении успеха в какой–либо деятельности не одной, а несколькими способностями.
21.	Типы профессий по медицинским показаниям. <i>Цель:</i> показать учащимся значимость состояния группы здоровья для отдельно взятой профессии	1	Выявление ведущего типа профессий. Профориентационная игра «ЧТО? ГДЕ? КОГДА?». Фиксация результатов в тетради. Типы профессий	Буклеты, брошюры. Бланки для ответов. Анкета.
22.	Работоспособность нервной системы.	1	Сила, подвижность, уравновешенность,	Теппинг-тест. Опросник Стреляу. Бланки для

	Цель: показать значимость работы нервной системы		слабость. <i>Диагностические процедуры:</i> тест Стреляу, теппинг-тест	ответов
23.	Учимся разрешать конфликты. Цель: Знакомство с понятиями и усвоение сущности понятий «спор», «конфликт», «конфликтная ситуация», «инцидент»	1	«Межличностные конфликты». «Спор», «конфликт», «конфликтная ситуация», «инцидент». Кодекс поведения в конфликте. <i>Деловая игра «Умеем ли мы общаться»</i>	Тест «Уровень конфликтности личности». <i>Диагностические процедуры:</i> Тест К. Томаса «Стили разрешения конфликтов»
24.	Самоконтроль в общении. Цель: развитие умений самоанализа и самооценки на примере результатов самотестирования. Знакомство с правилами поведения для конфликтных людей	1	Проводится анкета «Конфликтная ли вы личность?», выработка «Правил общения и поведения при разрешении конфликтов»	<i>Диагностические процедуры:</i> Уровень конфликтности личности. Усвоение правил разрешения конфликтов, развитие умений анализировать конфликтные ситуации и разрешать конфликты
25.	Воля и волевые действия. Цель: адекватно понимать и воспринимать уровень своей силы воли	1	Волевой человек. Безвольный человек. Что значит уровень силы воли? Импульсивное поведение, волевое действие	<i>Диагностические процедуры:</i> Опросник «Уровень силы воли». Опросник «Какая у меня сила воли?». Бланки для ответов, опросники
26.	Условия развития воли. Роль воли в процессе принятия профессиональных решений	1	Профессиональное решение, выбор. Возможность компенсации за счёт выработки индивидуального стиля	Беседа, решение конкретных заданных ситуаций в процессе выбора определённой профессии

27.	Типы профессиональных училищ, колледжей, ВУЗов	1	Средние специальные учебные заведения, высшие учебные заведения	Справочники, брошюры, буклеты
28.	Возможности квалификационного роста военной карьеры	1	Квалификация, профессиональный рост, карьера	Бланки для игры «Бизнес-риск-мен»
29.	Понимаете ли вы других людей? <i>Цель:</i> разобраться в ситуациях изображения мимики и жестов	1	Жесты, мимика	Бланки для ответов, вопросы
30.	ТЕМА: Кто вы? Самопрезентация. Общение: слышать и слушать. <i>Цель:</i> изучить приёмы эффективного слушания.	1	Презентация, эффективное слушание. Рекомендации по воспитанию силы воли. Памятка «15 шагов уверенности в себе».	<u>Диагностические процедуры:</u> Самодиагностика. Работа с правилами эффективного слушания. Рекомендации.
31.	Психические процессы личности. <i>Цель:</i> познакомить учащихся с общими понятиями памяти, внимания, мышления	1	Зрительная, слуховая, образная, мышление. Интерпретация результатов. Ограничения при выборе военных профессий, обусловленных свойствами нервной системы	Материалы для диагностики зрительной памяти (10 картинок), слуховой (10 слов), образной (описание картин заданного предмета)
32.	Значение психических процессов в профессиональной деятельности	1	Значение типов мышления: вербальный, математический, пространственный	Рефлексия результатов теста. Активизирующая методика «За и против – 1» («Кем?»). Дискуссия
33.	Профессиональная карьера. Общее понятие	1	Карьера, квалификация, профессиональный	Упражнения «Трудное восхождение к себе».

			рост. Факторы, влияющие на профессиональную карьеру	А.С. Прутченков.
34.	Профессиональное прогнозирование	1	<i>Практическая работа:</i> Знакомство с техникой амортизации («психологическое айкидо»).	Работа «Мои жизненные планы и военная профессиональная карьера»
35.	Обобщение курса	1	Какие трудности испытывали? Какие сомнения остались?	Диалог. Подведение итогов

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Биркенбиль В.Ф. *Как добиться успеха в жизни.* – М.: Интерспект, 1992.
2. Васютин Ю.С. *Военно-патриотическое воспитание молодежи.* – М., 1984
3. Климов Е.А. *Психология профессионального самоопределения.* – Ростов н/Д: Феникс, 1996.
4. Микрюков В.Ю. *Военно-патриотическое воспитание в школе.* – М.: ВАКО, 2009
5. Поляков В.А. *Технология карьеры.* – М.: Дело ЛТД, 1995.
6. Пряжников Н.С. *Методы активизации профессионального самоопределения. Комплект из 4-х книг под общим названием. «Методы активизации профессионального и личностного самоопределения».* – М.: Институт практической психологии: Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997.
7. *Психологическое сопровождение выбора профессии / Под редакцией Л.М. Митиной.* – М.: Флинта, 1998.
8. Родичев Н.Ф. *Профессии, которые мы выбираем // Абитуриент.* – 2002. – №7.
9. Смирнов А.Т., Фролов М.П. *Основы безопасности жизнедеятельности.* – М.: АСТ, 2000.
10. Каменская В.Г. *Психологическая защита и мотивация в структуре конфликта.* – СПб.: Детство-пресс, 1999. – 143 с.