**Кәсіби бағдар беру. Психологиялық тренинг**

**(9-11 сыныптарға арналған)**

 **Психолог: Аяпбергенова Н.Ж.**

**Мақсаты:** оқушыларға мамандықтың түрлері, олардың адам өміріндегі маңызы туралы түсінік бере отырып, өз бейіміне сәйкес мамандық таңдай білуіне ықпал жасау; кәсіби бағдар беру; түрлі жаттығулар арқылы таным процестерін дамыту, өз пікірін еркін айтып, өзгенің пікірін сыйлай білуге, жүйелі ойлауға баулу.
**Көрнекілігі:** интерактивті тақта, слайдтар
**Әдісі:** тренингтер, әңгімелесу, сұрақ-жауап, топтық жұмыс, жұптық жұмыс.

.

**«Дыбыстық гимнастика»**

Нұсқау: Психологтың нұсқауы бойынша берілген әріптерді хормен қайталау. Психолог айтылған әріптердің адам ағзасы үшін маңыздылығын түсіндіреді.

А – дыбысы, барлық ағзаның жұмысын жақсартады

Е – дыбысы, қалқанша безінің жұмысын күшейтеді

И –ми, көз, құлақ, мұрынның жұмысын жақсартады

О –жүрек және өкпенің жұмысын белсендіреді

Х- барлық ағзамыздың тазаруына көмектеседі

Ха – ха – көңіл күйді көтереді.

**Топтама үлгілері:**
1) Шынымды айтсам, тест, емтихан туралы ойлансам... (қатты уайымдаймын)
2) Шынымды айтсам, мен тест, емтиханға дайындалып жатқанда... (көңілім басқа жаққа ауып
кетеді)
3) Шынымды айтсам, мен тест туралы ойлағанда... (қатты қобалжимын)
4) Шынымды айтсам, мен осы алдағы тестке байланысты ата-аналарымның қобалжуын ойлағанда... (көңілім түсіңкі болып кетеді)
5) Шынымды айтсам, мен қобалжығанда... (ешкіммен сөйлеспей қоямын)
6) Шынымды айтсам, мен тренингке қатысқанда... (көңілім көтерілді)
7) Шынымды айтсам, мен үйге келгенде... (тест, емтихан жайлы көп ойлай бермеймін)

• Мен табысқа жететініме толық сенімдімін, менің үнемі жолым болады.
• Әр бір күн, әр бір сағат сайын менің өмірім жақсарып барады.
• Жақсылық, дұрыс таңдау және амандық үнемі менің қасымда.
• Болып жатқан істің барлығы – менің игілігім үшін жасалуда.
• Қазірдің өзінде мен үшін өте сәтті мүмкіндіктер қалыптасып келеді.
• Мен қандай болсам, өзімді сол қалпымда жақсы көремін.
• Менің қабілетім әр күн сайын жақсаруда.
• Менің өміріме сәттіліктің, атақ-даңқтың келуін қуана қабылдаймын.
• Маған өз ісім ұнайды, қуана, рахаттана, шабытпен айналысудамын.
• Өзіме деген сенімділік үнемі менің жадымда.

"**Мен қазір", "Мен 6 айдан кейін", "Мен 5 жылдан кейін", "Мен 10 жылдан кейін".**

**«Ең жақсы мамандық» ойыны**

Қатысушыларға мынадай сұрақ беріледі. Қатысушыларға келесі мінездемелері ұсынылады:

Ең ақшасы көп мамандық

Ең жасыл мамандық

Ең тәтті мамандық

Ең жауапты мамандық

Ең салмақты мамандық

Ең қарым-қатынасы күшті мамандық

Педагог-психолог: Мамандық таңдауда адамның шоқжұлдыз сипаттамасын да ескерген абзал.
**1. Тоқты** белгісінде туылғандардың көбісі мектеп қабырғасында жүргеннен болашақта қандай мамандықты таңдайтынын бағамдай жүреді. Өздері еңбекқор, шаршағанды білмейтін жандар. Олар өздерінің қандай саланы тез игеріп алып кететінін де біледі. Бұл белгіде туылғандардан сатушы, білікті тіс дәрігері, хирургтер шығады. Осы мамандықты таңдаған тоқтылардың көбісі үлкен жетістікке шыққандықтары дәлелденген. Кәсіби спортшылар да жетерлік. Тоқтылар билікке жақындау, мейлі тіпті бастық болмасын әйтеуір жеке кабинеті болғанын қалайды. Бірақ олармен қандай бір келіспеушілік жағдайында жеңемін деп ойламаңыз. Нәтижесінде жұмыстан шығып кетуіңіз ғажап емес.
**2. Торпақтар** нақты бір мамандықты таңдамайды. Біраз уақытқа дейін кім болатынын ойланып жүреді. Бастысы өзінің материалдық жағдайын жақсартуға септігін тигізетін кәсіп болса жетіп жатыр. Табиғатынан салмақты болып келетін торпақтар өнерге бір табан жақын. Бірақ көбінесе оны өзгелерге жария етпей, ішінде сақтап жүреді. Олардан жақсы әнші, суретші, ақын, театр өнерінің маманы, костюм шебері шығады. Егерде қолға алса аспаз, мейрамхалардың қызметін басқарушы бойынша айтарлықтай жетістіктерге қол жеткізе алады. Тоқты белгісінде туылғандар мұғалімдікті да жақсы меңгереді. Сәулетші, дизайнер болса да биік мақсаттарды бағындыра алады. Бастысы алған жұмысын соңына дейін аяқтауға шыдамы жетеді.Сондықтан олар ұжымда сенімге ие.
***3. Егіздер*** белгісінде туылғандар ақшаға бір табан жақындау келеді. Сондықтан олардан жарнама бөлімінің, менеджмент бойынша мамандық иелері шығады. Кәсіпкерлік саласында егіздер жақсы жетістіктерге қол жеткізе алады. Бұл белгіде туылғандар құжаттармен жақсы жұмыс жасайды алады және баяндама жазудың, аударманың шебері. Шоу-бизнес пен кино өндірісі де Егіздер үшін қолайлы. Ол продюсер, кеңесші бола алады. Жұмыстан кешікпеуге тырысады. Егіздер бастық болуға ұмтылады. Алайда көбінесе орындаушы ретінде қалады.
**4. Шаян** белгісіндегі адамдардың көбісінің мамандығын ата-анасы таңдайды. Олар нәзік, әрі жанашыр болғандықтан ана мен балаға қатысты мамандықтардың иелері болады. Психолог, тәрбиеші, акушер-дәрігер шаяндар өз мамандығының шебері. Бұл белгіде туылғандардың бойында аздап әртістік қабілет болады. Сондықтан олар ұжымдағы әріптестерімен тез тіл табыса алады. Тіпті өзінің жанына жақын емес мамандықты таңдаса да, оны осы қабілетімен игеріп кетуі де ғажап емес. Шаяндардан білікті азпаз, кафе, мейрамхана, барлардың үйлестірушілері де шығады. Қысқасы бұл белгідегі жандар көп саланы меңгере алады, тек жұмыс беруші лайықты ақшасын төлесе.
***5. Арыстандар*** үшін мамандық таңдаудың аса маңыздылығы жоқ. Олар болмашы нәтиже беретін жоспар, жобаларға уақыт кетірмейді. Үлкен істерге қол созады. Сондықтан арыстан белгісінде туылғандардың басым көбінен басшы, ірі компаниялардың жетекшілері шығады. Саясат, кәсіпкерлік, мәдениетке араласса жақсы нәтижеге қол жеткізеді. Арыстандарда ұйымдастырушылық қабілет өте жоғары болады. Таңдау жасауда бұл белгіде туылғандар көп қателеспейді. Жұмысбастылығы сонша кейде демалыс жайлы ұмытып та кетеді. Басшыларға бағынғысы келмейді. Сондықтан көп қысым жасала берсе, жұмыстан кетіп қалу олар үшін қиын емес. Арыстандар мемлекеттік қызметті жөн санайды. Аздап жалқаулығы болмаса, еңбекқор.
**6. Бикештер** мамандыққа мектеп қабырғасында жүргеннен аса мән береді. Олар үшін әрбір жұмыстың мәні жоғары. Аса жауаптылығы оның көптеген мүмкіндіктерге жолын ашады. Байсалды мінезі адамдарға қамқор болуға септігін тигізеді. Бикештерден мықты медицина мамандары шығады. Олар дәрігерлікті таңдаса үлкен жетістіктерге қол жетізе алады. Көптеген белгілі медбикелер осы белгіде туылған. Бикештер аса еңбекқор. Өзіне берілген жұмысты аса ұқыптылықпен және мерзімінде орындайды. Оларға ұжымда сеніммен қарайды. Сондай-ақ бизнесте, басшылық қызметте да бикештердің жолы болады. Олар тыныштықты қалайтындықтан, шағын ұжымда және нақты кестесі бар орында жұмыс істегені дұрыс. Оны сынай көрмеңіз, бәрібір өзінікін дәлделдеуге тырысады. Ал өздері біреуді қатты сынайды.
***7. Таразы*** белгісінде туылғандар үшін мамандық таңдау аса қиын. Көп ойланады. Оларды асықтырмаған жөн, әйтпесе үлкен қателік жасауы мүмкін. Сондықтан шешімді өзіне қалдырған дұрыс. Іскерліке қарым-қатынаста таразылар өте әділ, аса маңызды мәселелердің түйінін тарқату олардың қолынан келеді. Олар саясатқа араласады. Бірақ көп жағдайда қателік жіберіп алады. Білімін жақсы жетілдіргенде ғана бұл бағытта үлкен жетістіктерге жетеді. Таразылар құжаттарға мұқият емес. Сондықтан кәсіпкерлік ісімен, ақшаға қатысты жұмыспен айнылыспағаны жөн. Олар үлкен ұжымда да өздерін еркін сезінеді әрі өзгелер үшін ашық. Жұмыстағы талқылау, бағалау келгенде таразылар белсенділік танытады. Олар жұмыста қатал, өмірде жұмсақ адамдар.
**8. Сарышаяндар** белгісінде туылған жандар эмоцияға берілгіш, сонымен қатар өзінің мүмкіндігін көрсете алатын адамдар. Қысылтаяңда өз жолын тез табады. Олардан шахтер, репортер, хирург мамандықтары жақсы шығады. Іскерлік қарым-қатынаста өзін еркін сезінетін жандар. Адамдармен үнемі байланыста болатын мамандық иелері осы белгіде туылғандардан көп шығады. Сарышаяндар үнемі алға ұмтылып жүреді. Өзгелерге өзінің мүмкіндігін көрсетуге талпынады. Өзінің күшіне, білім мен біліктілігіне арқа сүйейді. Олар аса қиын келіссөздерді шешуге келгенде таптырмас адамдар. Кейде жұмыста жалқаулыққа бой алдырады.
**9. Мергендер** бала күніне карьерада биік белестерді бағындыруды армандайтындар. Көбінесе өз күшіне сенеді. Аса қиын мамандықтарға жаны құмар. Тіпті спортта да қауіпті түрін таңдайды. Мерген жұмысты беріліп атқарады және оны өзгелерден де талап етеді. Ол сөзсіз көшбасшылыққа ұмтылады. Басшылық тарапынан сыйластықпен қарауын немесе керісінше ашық қарсыласуға тәуекел етеді. Бұл белгіде туылғандар саяхат жасағанды жақсы көреді. Олардан жақсы спортшылар, аң аулаушылар, репортерлер шығады. Ойынхана, мейрамхана, қонақ үйлердің жұмысын басқару, үйлестірудің шебері. Қоғамдық, саяси қайраткерлікке қызығады. Бастық болған жағдайда әділ болады. Жалғандықты жаны сүймейді. Мұнысы ұзақ уақыт қалыптылықты ұстап тұруға көмектеседі. Сондай-ақ артық әңгімені тыңдамайды және тез ұмытады.
***10. Тауешкілер*** бірі бала кезінен мамандықты таңдайды, енді бірі ата-анасының таңдауына құлақ асады. Кеш шешімге келуі де мүмкін. Бұған қарап тауешкілер үшін мамандық таңдаудың аса маңыздылығы жоқ екендігін аңғаруға болады. Олар кез-келген кәсіпті игеріп кетеді. Еңбекқорлығының арқасында. Тіпті шаршағанын да аңғармай қалады. Іскерлік қарым-қатынаста және шағын ұжымда өзін еркін сезінеді. Тауешкілерден білікті тіс дәрігері, сәулетші, мұғалім, фармацевт, кітапхана қызметкерлері шығады. Көпшілік қашатын қағазбастылық оған ұнайды. Кез-келген мамандықта ол басшылыққа қол жеткізуді қалайды. Байсалды мінезіне орай, өзін ұжымда сыйлағанын жөн санайды.
**11. Суқұйғыштар** үшін кәсібилік аса маңызды. Сондықтан тек қана жетістікке жетуді көздейді. Жұмысты аса ұқыптылық, жауапкершілікпен орындайды. Жаңа ұжымда өзін еркін сезінбейтін секілді көрінеді.Оның орны әріптестері үшін тек өзге қызметке ауысқанда ғана білінеді. Суқұйығыштар өзін ойын өзгерте бермейді және өзін талқылауға жол бермейді. Педагогика, білім беру, әлеуметтану, психология саласында биік жетістіктерді бағындыра алады. Олардан мықты сәулетші, заңгер шығады. Бұл белгіде туылғандар аса іскер сондықтан сырт сөздерге аса мән бермейді. Өзіне бағаны аса жоғары қояды суқұйғыштар. Өйткені өзінің мүмкіндігін жақсы біледі. Ақшаны үнемдей алады.
***12. Балықтар*** жылдамдықты қажет ететін мамандыққа аса құмар. Олар жетекшілік жұмыстарды жаны сүйеді. Мемлекеттік қызметтен гөрі, шығармашылық ортада жұмысты жасағанды қалайды. Олардан жақсы мұғалім, журналист, кино өнідірісіндегі мамандар шығады. Қайырымдылық шараларын ұйымдастырудың да шебері. Көбінесе пайданы ойлай бермейді. Балықтар жазушы, суретші, әртіс бола алады. Әрине таланты болса. Ұжымда өзіне бағытталған теріс пікірлерді тез арада жоюға тырысады.

**Жұппен жұмыс:** ақ парақтың екі жағына өз мамандықтарын жазып, қолтықтасып тұрып ұшақ жасап, сол ұшақты ұшыру

**Қорытынды:** Әлемде өзі қаламайтын мамандық иесі болып жүрген қаншама адам бар, өз жұмысын жанымен сүйіп істейтін адамдардың да саны аз емес. Мамандық таңдаудан жаңылмай, өз өміріңіздің бір кірпішін дұрыс қалауыңызға тілектеспіз.