

# ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Краткая характеристика программы по профессиональной ориентации</b> .....	6
<b>Часть 1. Описание программы развития профессиональной зрелости: теоретическое обоснование и рекомендации по проведению</b> .....	7
<b>Глава 1. Профессиональная зрелость</b> .....	7
Определение профессиональной зрелости .....	7
Автономность .....	12
Информированность о мире профессий и умение соотнести информацию со своими особенностями .....	14
Умение принимать решения .....	16
Умение планировать свою профессиональную жизнь .....	18
Эмоциональное отношение к ситуации выбора профессии .....	20
Развитие факторов профессиональной зрелости в программе по профессиональной ориентации ....	20
<b>Глава 2. Рекомендации по групповому консультированию</b> .....	23
Групповое консультирование .....	23
Цели и задачи программы .....	25
Общие требования к проведению программы .....	27
Принципы ведения группы .....	29
Развитие факторов профессиональной зрелости и критерии оценки эффективности ведения группы .....	31
Практические замечания по проведению программы .....	35
<b>Часть 2. Программа занятий по профессиональной ориентации</b> .....	37
Первое занятие. Психологическая суть жизненного и профессионального самоопределения .....	37
Второе занятие. Межличностное взаимодействие .....	45
Третье занятие. Развитие умений по принятию решения .....	48

Четвертое занятие. Эмоциональное отношение к выбору профессии .....	53
Пятое занятие. Умение учитывать сильные и слабые стороны своих способностей при выборе профессии .....	59
Шестое занятие. Роль жизненных ценностей при выборе профессии .....	66
Седьмое занятие: Умение учитывать сильные и слабые стороны своей личности при выборе профессии .....	72
Восьмое занятие. Планирование профессионального пути .....	80
Девятое занятие. Применение полученных знаний в решении ситуации выбора профессии .....	82
Десятое занятие. Профессиональная зрелость .....	85
<b>Литература</b> .....	87

### **Приложения:**

Приложение 1. Диагностическая методика «Профессиональная готовность» .....	88
Приложение 2. Дополнительные упражнения к программе консультирования .....	94