

Инструкция: Выберите наиболее подходящий вам вариант и отметьте его.

I. Правится ли вам учиться?

- 1 Нравится
- ☒ 2 Скорее нравится, чем не нравится
- 3 Затрудняюсь ответить
- 4 Скорее не нравится, чем нравится
- 5 Не нравится

II. Ниже представлен ряд суждений. Выберите из них те, которые наиболее соответствуют вашему мнению (отметьте только 2 суждения):

- ☒ 1. Учиться необходимо, чтобы не осложнять отношения с родителями
- ☒ 2 Хорошее образование позволяет получить престижную работу
- ☒ 3 В процессе обучения развиваются интеллектуальные способности человека
- ☐ 4 Продолжают образование те, у кого нет желания работать
- ☒ 5 Хорошее образование позволяет достичь высокого социального положения
- 6. Образование дает человеку возможность реализовать свой творческий потенциал
- 7. Затрудняюсь ответить

III. Ниже представлен ряд суждений. Выберите из них те, которые наиболее соответствуют вашему мнению (отметьте только 2 суждения). Для меня наиболее предпочтительна профессия, которая позволяла бы:

- ☒ 1. Работать в хороших условиях; чтобы работа не была утомительной, не вызывала отрицательных эмоций
- 2. Достичь высокого общественного положения, получить признание окружающих
- 3. В наибольшей степени проявить творческую инициативу, самостоятельность
- ☒ 4. Сохранять достаточно энергии и времени для разнообразного досуга, увлечений, общения с друзьями
- ☒ 5. Получать заработную плату, обеспечивающую высокий уровень благосостояния
- ☒ 6. Максимально раскрыть свои способности и склонности
- 7. Затрудняюсь ответить

IV. Определились ли вы с выбором своего дальнейшего жизненного пути (выбор профессии, продолжение образования, создание семьи и т.п.)?


- 1. Да
- 2 Скорее да, чем нет
- 3. Затрудняюсь ответить
- 4. Скорее нет, чем да
- ☒ 5. Нет

V. Самостоятельно ли вы приняли решение о выборе своего дальнейшего жизненного пути (выбор профессии, продолжение поучения и т.п.)?


- 1. Да
- 2. Скорее да, чем нет
- ☒ 3. Затрудняюсь ответить
- 4. Скорее нет, чем да

5. Нет

VI. Как вы считаете, сможете ли вы реализовать свои ближайшие жизненные планы, учитывая ваши способности и возможности?

-  1. Да
2. Скорее да, чем нет
3. Затрудняюсь ответить
4. Скорее нет, чем да
5. Нет






VII. Определились ли вы с выбором профессии?

1. Да
2. Скорее да, чем нет
3. Затрудняюсь ответить
4. Скорее нет, чем да
 5. Нет

VIII. Если «Да», то почему вы выбрали именно эту профессию? (Отметьте только 2 варианта ответа.)

1. Выбрал данную профессию по настоянию родителей
2. Эта профессия престижна и уважаема в обществе
3. Выбранная профессия - мое призвание
4. Выбрал профессию за компанию с друзьями
5. С этой профессией у меня не будет проблем при трудоустройстве
6. Выбранная профессия отвечает моим способностям и склонностям
7. Эта профессия не требует длительного и сложного обучения
8. Эта профессия обеспечит мне высокий заработок
9. Мне нравится эта профессия
10. Затрудняюсь ответить

IX. Что, по вашему мнению, побуждает вас учиться? (Отметьте только 3 варианта ответа.)

1. Учусь, так как это мой долг перед обществом
2. Хочу иметь авторитет у учителей
 3. Люблю думать, рассуждать, находить новые способы выполнения заданий
4. Не хочу, чтобы меня ругали учителя, родители
5. Хочу быть лучшим учеником в классе
6. Хочу быть образованным, культурным человеком
 7. Стремлюсь выполнять все требования учителей
8. Хочу получать одобрение со стороны родителей
 9. Понимаю, что знания мне нужны для дальнейшей учебы и работы
 10. Не хочу иметь низкий авторитет в классе из-за плохой учебы
11. Хочу получать хорошие оценки
 12. Люблю узнавать новое
13.. Затрудняюсь ответить

X. Как вы считаете, от чего, главным образом, будет зависеть ваш успех в жизни? (Выберите только 2 варианта, ответа.)

- 1. От помощи родственников, друзей, знакомых
- ✓ 2. От моих физических данных, состояния здоровья, внешности
- ✓ 3. От моей личной инициативы, энергии, предприимчивости
- ✓ 4. От удачного стечения обстоятельств
- ✓ 5. От умения показать себя с лучшей стороны, подать себя
- ✓ 6. От моих интеллектуальных способностей, качества знаний
- 7. Затрудняюсь ответить

XI. Как вы считаете, готовы ли вы к самостоятельной «взрослой» жизни?

- ✓ 1. Да
- 2. Скорее да, чем нет
- 3. Затрудняюсь ответить
- 4. Скорее нет, чем да
- 5. Нет

























XII. Интересуют ли вас события, происходящие в следующих сферах общественной жизни нашей страны :

Варианты ответа					
Политическая жизнь страны	_____				
Внешняя политика	_____				
Состояние экономики	_____				
Проблемы образования	_____				
Наука и культурная жизнь	_____				
Проблемы экологии	_____				
Правопорядок и преступность	_____				

ОПРОСНИК ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ ГОТОВНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ К ВЫБОРУ ПРОФЕССИИ

Цель: определение готовности учащихся к выбору профессии.

Инструкция: Вам предлагается прочитать ниже перечисленные утверждения и выразить свое согласие или несогласие с ними ответами «+» или «-».

1. Вы уже твердо выбрали профессию. 
2. Основной мотив выбора материальные интересы. 
3. В избранной профессии вас привлекает сам процесс труда. 
4. Вы выбираете учебное заведение, потому что туда пошли учиться Ваши друзья. 
5. Вы выбираете место учебы, потому что оно недалеко от дома. 
6. Если Вы не сможете поступить в избранное Вами учебное заведение, то у Вас есть запасные варианты. 
7. Вы читаете периодические издания, связанные с будущей профессией. 
8. Вам известны медицинские и другие противопоказания, которые существуют для избранной профессии. 
9. Не важно кем работать, важно, как работать. 
10. Вы думаете, что с выбором профессии не надо спешить, сначала нужно получить аттестат. 
11. Вам известно, каких качеств, важных для будущей профессии, Вам недостает. 
12. Вы занимаетесь развитием профессионально значимых качеств. 13. Согласны ли Вы с тем, что здоровье не влияет на выбор профессии. 14. Как вы думаете, учителя одобрили бы Ваш выбор?   
15. Вы знаете о неприятных сторонах будущей профессии. 
16. Вам удалось осуществить пробу сил в деятельности, близкой к будущей профессии. 
17. Вы консультировались о выборе профессии. 
18. Главное в выборе профессии возможность поступить в учебное заведение. 19. Вы знаете об условиях поступления в выбранное учебное заведение.  
20. Вам известно о возможностях трудоустройства по избираемой профессии. 21. Вы уверены, что родственники помогут Вам устроиться на учебу.  
22. Вы знаете о возможных заработках у представителей избираемой профессии. 
23. Если не удастся поступить в избранное учебное заведение, то Вы будете пытаться вновь. 
24. Для правильного выбора профессии достаточно Вашего слова «хочу». 

«Определение типа будущей профессии»

ОПИСАНИЕ

Методика основана на классификации профессиональных интересов. Позволяет установить в какой области старшекласснику лучше всего выбрать специальность, по которой он будет проходить профессиональное обучение после школы.

ИНСТРУКЦИЯ: "Прочитай данные утверждения. Если ты согласен с ними, то перед цифрой в таблице поставь "+", если нет, поставь перед цифрой "—". Если ты сомневаешься, зачеркни цифру".

ТЕКСТ ОПРОСНИКА

1. Легко знакомлюсь с людьми.				+	1
2. Охотно и подолгу могу что-нибудь мастерить.	+	1			
3. Люблю ходить в музеи, театры, на выставки.	+		—	1	
4. Охотно и постоянно ухаживаю за растениями, животными.	1				
5. Охотно и подолгу могу что-нибудь вычислять, чертить.		—	1		
6. С удовольствием общаюсь со сверстниками или малышами.			+		1
7. С удовольствием ухаживаю за растениями и животными.	1				
8. Обычно делаю мало ошибок в письменных работах.		—	1		
9. Мои изделия обычно вызывают интерес у товарищей, старших.	+	2			
10. Люди считают, что у меня есть художественные способности.	+		+	2	
11. Охотно читаю о растениях, животных.	1				
12. Принимаю участие в спектаклях, концертах.			—	1	
13. Люблю читать об устройстве механизмов, приборов, машин	—	1			
14. Подолгу могу разгадывать головоломки, задачи, ребусы.		—	2		
15. Легко улаживаю разногласия между людьми				+	2
16. Считаю, что у меня есть способности к работе с техникой.	—	2			
17. Людям нравится мое художественное творчество/			+	2	
18. У меня есть способности к работе с растениями и животными.	2				
19. Я могу ясно излагать свои мысли в письменной форме.	—		2		
20. Я почти никогда ни с кем не ссорюсь.					1
21. Результаты моего технического творчества одобряют даже незнакомые люди.	—	1			
22. Без особого труда усваиваю иностранные языки.		—	1		
23. Мне часто случается помогать даже незнакомым людям			+		2
24. Подолгу могу заниматься музыкой, рисованием, читать книги и т. д.			+	1	
25. Могу влиять на ход развития растений и животных.	1				
26. Люблю разбираться в устройстве механизмов, приборов.	—	1			
27. Мне обычно удается убедить людей в своей правоте.			+		1
28. Охотно наблюдаю за растениями или животными.	1				
29. Охотно читаю научно-популярную, критическую литературу, публицистику.		—	1		
30. Стараюсь понять секреты мастерства и пробую свои силы в живописи, музыке и т. п.			+	1	
РЕЗУЛЬТАТЫ					
	П	Т	З	Х	Ч

Инструкция. Ниже приводятся возможные реакции человека на различные трудные, огорчающие или стрессовые ситуации. Обведите, пожалуйста, кружком одну из цифр от 1 до 5, отвечая на каждый из следующих пунктов. Укажите, как часто вы ведете себя подобным образом в трудной стрессовой ситуации.

Типы поведения и реакций в стрессовых ситуациях	Частота использования заданных типов поведения				
	Никогда	Редко	Иногда	Часто всего	Очень часто
1. Стараюсь тщательно распределить свое время.	1	2	3	4	5
2. Сосредоточиваюсь на проблеме и думаю, как ее можно решить.	1	2	3	4	5
3. Думаю о чем-то хорошем, что было в моей жизни.	1	2	3	4	5
4. Стараюсь быть на людях.	1	2	3	4	5
5. Виню себя за нерешительность.	1	2	3	4	5
6. Делаю то, что считаю самым подходящим в данной ситуации.	1	2	3	4	5
7. Погружаюсь в свою боль и страдания.	1	2	3	4	5
8. Виню себя за то, что оказался в данной ситуации.	1	2	3	4	5
9. Думаю о том, что для меня самое главное.	1	2	3	4	5
10. Хожу по магазинам, ничего не покупая.	1	2	3	4	5
11. Стараюсь больше спать.	1	2	3	4	5
12. Балую себя любимой едой.	1	2	3	4	5
13. Переживаю, что не могу справиться с ситуацией.	1	2	3	4	5
14. Испытываю нервное напряжение.	1	2	3	4	5
15. Вспоминаю, как я решал аналогичные проблемы раньше.	1	2	3	4	5
16. Говорю себе, что это происходит не со мной.	1	2	3	4	5
17. Виню себя за слишком эмоциональное отношение к ситуации.	1	2	3	4	5
18. Иду куда-нибудь перекусить или пообедать.	1	2	3	4	5
19. Испытываю эмоциональный шок.	1	2	3	4	5
20. Покупаю себе какую-нибудь вещь.	1	2	3	4	5
21. Определяю курс действий и придерживаюсь его.	1	2	3	4	5
22. Обвиняю себя за то, что не знаю, как поступить.	1	2	3	4	5
23. Иду на вечеринку.	1	2	3	4	5
24. Стараюсь вникнуть в ситуацию.	1	2	3	4	5

Типы поведения и реакций в стрессовых ситуациях	Частота использования заданных типов поведения				
	Никогда	Редко	Иногда	Чаще всего	Очень часто
25. Застываю, «замораживаюсь» и не знаю, что делать.	1	2	3	4	5
26. Немедленно предпринимаю меры, чтобы исправить ситуацию.	1	2	3	4	5
27. Обдумываю случившееся или свое отношение к случившемуся.	1	2	3	4	5
28. Жалею, что не могу изменить случившегося или свое отношение к случившемуся.	1	2	3	4	5
29. Иду в гости к другу.	1	2	3	4	5
30. Беспокоюсь о том, что я буду делать.	1	2	3	4	5
31. Провожу время с дорогим человеком.	1	2	3	4	5
32. Иду на прогулку.	1	2	3	4	5
33. Говорю себе, что это никогда не случится вновь.	1	2	3	4	5
34. Сосредоточиваюсь на своих общих недостатках.	1	2	3	4	5
35. Разговариваю с тем, чей совет я особенно ценю.	1	2	3	4	5
36. Анализирую проблему, прежде чем реагировать на нее.	1	2	3	4	5
37. Звоню другу.	1	2	3	4	5
38. Испытываю раздражение.	1	2	3	4	5
39. Решаю, что теперь важнее всего делать.	1	2	3	4	5
40. Смотрю кинофильм.	1	2	3	4	5
41. Контролирую ситуацию.	1	2	3	4	5
42. Прилагаю дополнительные усилия, чтобы все сделать.	1	2	3	4	5
43. Разрабатываю несколько различных решений проблемы.	1	2	3	4	5
44. Беру отпуск или отгул, отдаляюсь от ситуации.	1	2	3	4	5
45. Отыгрываюсь на других.	1	2	3	4	5
46. Использую ситуацию, чтобы доказать, что я могу сделать это.	1	2	3	4	5
47. Стараюсь собраться, чтобы выйти победителем из ситуации.	1	2	3	4	5
48. Смотрю телевизор.	1	2	3	4	5