

The background features a light blue world map. In the foreground, there are dark grey silhouettes of three people (two men and one woman) sitting around a table, engaged in a meeting or discussion. The text is overlaid on this scene.

Инсайт-пространство целеполагания

И. А. Килина, к.пс.н., начальник ЦПиПС, доцент КПиППО

LOGO



Подростковый возраст- период онтогенеза, занимающий промежуточное положение между детством и юностью (приблизительно от 11-12 до 15-16 лет). Промежуточный переход между детством и взрослостью, возраст совмещает характеристики того и другого возраста.

Подростковый возраст

Подросток

Основная задача развития подросткового возраста -
определение в системе ценностей общения и отношений
оценки людьми, что определяет следующие направления развития:
формирование «новой телесности», связанной с процессами полового
развития, формирование поло- ролевой идентичности и телесного
«Я»;
развитие абстрактного мышления;
приобретение навыков межличностного общения с
представителями своего и противоположного полов, вхождение в
группу сверстников;
установление новых отношений в семье на основе освобождения от
родительской опеки, автономии, независимости при сохранении
требовательности в психической и материальной поддержке;
подготовка к задачам будущего в области карьеры и образования;

ВЕДУЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

По мнению Д.Б. Эльконина, ведущим типом деятельности в подростковом возрасте становится **общение со сверстниками**. Динамика мотивов общения со сверстниками на протяжении подросткового возраста: желание быть в среде сверстников, что-то делать вместе (10-11 лет); мотив занять определённое место в коллективе сверстников (12-13 лет); стремление к автономии и поиск признания ценности собственной личности (14-15 лет)

Д.И. Фельдштейн считал, что ведущим типом деятельности детей подросткового возраста является общественно-полезная, социально признаваемая неоплачиваемая деятельность. Просоциальная деятельность может быть представлена как учебно-познавательная, производственно-трудовая, организационно-общественная, художественная или спортивная, но главное – это ощущение подростком реальной значимости этой деятельности. Содержание деятельности – дело, полезное для людей, для общества, структура задаётся целями взаимоотношений подростков. Мотив общественно-полезной деятельности подростка – быть лично ответственным самостоятельным. В 9-10 лет у детей является стремление к самоутверждению и признанию себя в мире взрослых, в 10—11 лет – стремление получить оценку своих возможностей у других людей, в 12-13 лет – признание прав, в 14-15 лет – **стремление занять определённую социальную позицию, потребность в самоопределении.**

Самое основное в развитии личности подростка- особенность переходить из одного вида деятельности к другому. Эта способность предполагает, что подросток владеет общими способностями

Развитие в подростковом возрасте определяется общением ребенка с людьми во всех формах общественно полезной деятельности:

В отечественной психологии возникновение и развитие самосознания рассматривают как центральное психологическое новообразование подросткового возраста.

Перед подростками встают вопросы: «Что я за человек? Что во мне хорошего, что плохого?»
Так начинается **самоопределение человека**.

На основе суждений взрослых, т.е. смотрит на себя как бы глазами

На основе сравнения с идеалом, т.е. оценивает себя

Материальное развитие подростка

Умение оперировать гипотезами в решении интеллектуальных задач - важнейшее приобретение подростка в анализе действительности

В подростковом возрасте происходит интеллектуализация процессов восприятия и памяти

Развивается логическая память, умения логической обработки материала

Всё чаще подростки обращаются к творчеству



Юность –
относительно
самостоятельный
период жизни,
имеющий
собственную
ценность

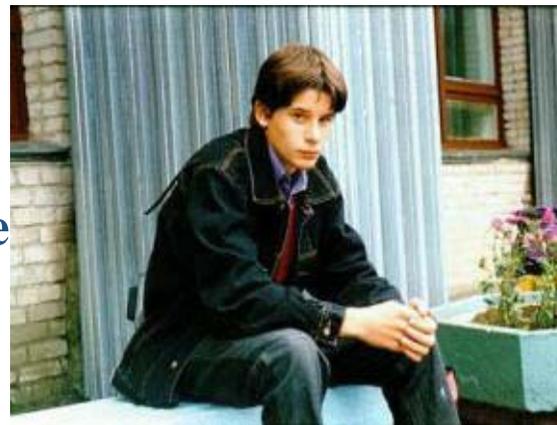
Ранняя юность

Социальная ситуация развития

Переход к юности (15 -18 лет) связан с новой стадией становления человека как субъекта социального развития. В юношеском возрасте происходят существенные морфофункциональные изменения, завершаются процессы физического созревания человека. Жизнедеятельность в этот период усложняется: расширяется диапазон социальных ролей и интересов, появляется все большее количество взрослых ролей с соответствующей им самостоятельностью и ответственностью.

Ведущая деятельность

Для старшекласника ведущей является учебно-профессиональная деятельность.



Оность

дварительное самоопределение, построение ценных планов, целей на будущее - центральное психологическое новообразование юношеского возраста.

Юношеская рефлексия - осознание собственного "я" ("Кто я?", "Какой я?", "Каковы мои способности?", "За что я могу гордиться и уважать?"), с другой стороны - осознание своего места в мире ("Каков мой жизненный идеал и каковы мои цели?", "Кто мои друзья и враги?", "Кем я хочу стать?", "Что я должен сделать, чтобы и я сам, и окружающий мир стали лучше?"). Первые, обращенные к себе вопросы возникают, не всегда сознавая это, уже подросток. Вторые, более общие, мировоззренческие вопросы ставит юноша.

Технология выбора

Каждому типу личности соответствует тип профессии.
Оптимальный профвыбор – когда есть совпадение между
человеком и окружающей средой (конгруэнтность),
конгруэнтный выбор приведет к хорошим результатам;
проф.удовлетворение, стабильность и достижения
зависят от соответствия личности и рабочей среды» (Дж.
Холланд, 1997) В.И. Моросанова и др. Современные теории
проф.выбора и развития в зарубежной психологии, С.3-16.

Целеустремленность – общее качество
конкурентоспособной личности, такие люди способны
формулировать цели, четко следовать им, уметь
преодолевать возникшие препятствия и трудности
(преподаватели, студенты, работодатели, научное сообщество).

Басаровская. Конкурентоспособность в системе ценностей личности // ценности

Технология выбора

МУ – мотивационно-потребностный компонент, оказывает влияние на развитие **целеполагания**, на освоение учебных и трудовых умений, овладение рефлексивными и оценочными суждениями, проявление творческой активности и самостоятельности

У – знание способов целеполагания, планирования; умения, обеспечивающие успешность овладения практической деятельностью; волевые качества личности (самоконтроль, управление собой, настойчивость, ответственность и др.)

О – активность, самостоятельность, способность принимать и сохранять цель (учебную, трудовую),

Технология выбора

Цель (Хочу)

Я и Время (Могу)

Выбор (Надо)

**Прорывные
компетенции**

Планирование развития событий

Цели

Намерения

Мечты

Селеполагание

Основные понятия

Влечение - что-то сиюминутное, влечение, стремление к осуществлению чего-нибудь. **Мечта** - более обособленное, обальное, но мы необязательно предпринимаем шаги для ее осуществления. **Намерение** - сознательное стремление завершить действие в соответствии с намеченной программой, целью, направленной на достижение предполагаемого результата. **Цель** – предвосхищение конкретного результата, который обособлен во времени, для её достижения предпринимаем конкретные действия.

ЗМинка

Положите на стикере свое имя и приклейте на пол в любое место. Встаньте и возьмитесь за руки. Свободно передвигайтесь по комнате, не расцепляя рук. Ваша задача в течение 2х минут наступить на свой листочек.

Попытайтесь, кто ни разу не смог наступить на свой стикер? Почему это произошло?

Попытайтесь, которым удалось наступить на свой листочек больше 2х раз? Какими способами вы добились результатов?

Целеполагание

Мои цели

Инструкция: На листке завершить следующие высказывания

Я хочу лучше ...

Я хочу узнать...

Чтобы лучше о себе заботиться, я могу ...

Чтобы лучше ладить с другими, я могу ...

В школе я хочу...

В школе я могу...

В школе я хочу... - Дома я могу...

Мои цели (Декартова схема)

Что не случится, если ты сделаешь это?

Что случится, если ты сделаешь это?

Что не случится, если ты не сделаешь это?

Что случится, если ты не сделаешь это?

Целеполагание

Карта будущего

Нарисуйте карту своего будущего. Ваши глобальные цели обозначьте как пункты местности, в которых вы хотели бы оказаться.

Обозначьте также промежуточные большие и маленькие цели на пути к ним. Придумайте и напишите названия для «пунктов-стейков», к которым вы стремитесь в своей личной и профессиональной жизни. Нарисуйте также улицы и дороги, по которым вы будете идти. (Коллаж)

Как вы будете добираться до своих целей? Самым коротким или обходным путем?

Какие препятствия вам предстоит преодолеть?

На какую помощь вы можете рассчитывать?



Какие местности вам придется пересечь на своем пути: цветущие долины, плодородные края, пустыни, глухие и заброшенные места?

Селеполагание

Мой герб

На больших листах бумаги с помощью фломастеров вам нужно изобразить свой личный герб и девиз («Кто я?»). Герб разделён по горизонтали на две части, верхняя разделена по вертикали на три.

Левая часть – мои главные достижения в жизни.

Правая часть – то, как я себя воспринимаю.

Верхняя часть – моя главная цель в жизни.

Нижняя часть – мой главный девиз в жизни.

Выражение «Цвет успеха»

Цель: формирование эмоций, установки на успех.

Материалы: краски, листы бумаги.

Инструкция: участникам предлагается подумать и нарисовать, какого цвета успех.

Рефлексия:

Инсайт-пространство

Инсайт - внезапный прорыв, частично интуитивный, к пониманию поставленной задачи и «неожиданное» нахождение ее решения.

Инсайтпсихологии - тип мыслительной деятельности человека, при котором решение является не следствием восприятия отдельных частей (анализа), а посредством мысленного познания целого.

Фазы инсайта: подготовка (сознание), инкубация (подсознательное, Анри Пуанкаре), инсайт или озарение, проверка полученного решения.

Инсайт-пространство используется, когда задается общая задача, ответ на которую необходимо найти коллективу.

Цель - формирование навыков постановки целей в

Интерсайт-пространство целеполагания

Банк идей «Сознание»

**Визуализация
«Кубики»**

**Банк идей
«Бессознательное»**

Форматы

**Визуализация
«Герб»**

**Визуализация
«Карта будущего»**

Приглашаем к сотрудничеству!

альная страница Вконтакте

vk.com/krirpo

альная страница Фейсбук

www.facebook.com/krirpo/

альная страница в Инстаграм

www.instagram.com/krirpo/?utm_source=ig_profile

[igshid=1uqz95lrbmgzu](https://www.instagram.com/krirpo/?utm_source=ig_profile)



ГБУ ДПО «КРИРПО»

центр профориентации и постинтернатного сопровождения

<http://krirpo.ru/>

e-mail: cpips@krirpo.ru

р.т. 8(3842)56-70-36

