

Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа
сельского поселения «Поселок Тумнин»
Ванинского муниципального района
Хабаровского края

Моя будущая профессия - психолог

**Исследовательская работа
по психологии**

Выполнила: Дзюба Таиссия

Ученица 10 класса

Руководитель: Вракова Н.А.

2023 год

Содержание

Введение	3
1. Теоретическая часть	5
1.1. Наука психология	5
1.2. Социальная значимость профессии в обществе	7
1.3. Массовость и уникальность профессии	8
1.4. Риски профессии	9
1.5. Профессиограмма профессии «психолог»	10
1.6. Знаменитости - профессионалы	13
2. Исследовательская часть	15
2.1. Рейтинг популярных профессий для женщин 2022	15
2.2. Интервьюирование	16
2.3. Результаты диагностики	18
2.4. Схема личного профессионального плана	21
2.5. Практические умения и навыки, связанные с профессией	22
Заключение	23
Список литературы	24
Приложение	25

Введение

Выбор профессии - это важный шаг во взрослую жизнь. Самое главное в выборе это понять, чего ты действительно хочешь в жизни. В наше время выбор профессии играет очень важную роль в жизни человека. Сейчас он должен определяться не только душевными порывами, но и здравым разумом, мы должны быть уверены, что она обеспечит нам стабильное будущее. Получить работу в сегодняшнем мире, где все соревнуются, не просто. Профессия требует универсального образования и практических навыков.

В России профессия психолога с каждым годом набирает популярность: вслед за Западом становится модным решать свои проблемы с помощью квалифицированных специалистов. И вот уже многочисленные психологические центры и частнопрактикующие психологи предлагают своим клиентам широкий спектр услуг: от развития коммуникативных навыков до коррекции детско-родительских отношений...

С самого детства я начала задумываться над тем, кем я стану во взрослой жизни. Я хотела бы связать её с общением и людьми, стать психологом. Но один вопрос меня волнует уже несколько лет – «смогу ли я стать хорошим психологом?» Поэтому целью моего проекта является: определиться с выбором профессии и выстроить траекторию ее получения.

Гипотеза: На сколько профессия психолога мне подходит и на сколько подхожу я ей?

Цель: проанализировать правильность личностного выбора будущей профессии психолог, опираясь на результаты диагностики, жизненный опыт, учитывая общепринятое мнение и мнение своих родных.

Задачи проекта:

- познакомиться с историей профессии и известными психологами-профессионалами;
- выявить соответствие моих способностей и личных качеств характера данной профессии, исходя из результатов анкетирования и различных диагностик;

- определить пути достижения поставленной цели.

Вид проекта: информационный, практико-ориентированный.

Способы и методы:

- изучение специальной литературы (сборники для поступающих, сайты ВУЗов);
- беседы с представителями профессии психолог.

Развитие коммуникативных способностей: умение брать интервью, защищать проект, оформление рекламных проспектов, способность к общению, диалогу, конструктивной критике и поиску решения.

1. Теоретическая часть

1.1. Наука психология

Психология — наука, изучающая объективные закономерности, проявления и механизмы психики. Психология прошла длинный путь развития, менялось понимание объекта, предмета и целей психологии. Отметим основные этапы развития психологии как науки.

I этап — психология как наука о душе. Такое определение психологии было дано более двух тысяч лет назад. Наличием души пытались объяснить все непонятные явления в жизни человека.

II этап — психология как наука о сознании. Возникает в XVII веке в связи с развитием естественных наук. Способность думать, чувствовать, желать называли сознанием. Основным методом изучения считалось наблюдение человека за самим собой и описание фактов.

III этап — психология как наука о поведении. Возникает в XX веке. Задача психологии — ставить эксперименты и наблюдать за тем, что можно непосредственно увидеть, а именно, поведением, поступками, реакциями человека (мотивы, вызывающие поступки, не учитывались).

С древнейших времен людей интересовал внутренний мир человека. Сам термин «психология» произошел от греческих слов «psyche» - душа и «logos» - наука. Проблемой души интересовались философы древности – Платон и Аристотель. В дальнейшем в связи с развитием науки и техники психология стала приобретать все большее значение в обществе. Датой возникновения психологии как науки принято считать открытие первой экспериментальной лаборатории в Лейпциге в 1879 году. Появляются психологические лаборатории в Европе, России. С течением времени появлялись и развивались различные направления психологического знания: психоанализ Зигмунда Фрейда, гуманистическая психология Абрахама Маслоу и Карла Роджерса, аналитическая психология Карла-Густава Юнга, бихевиоризм Дж. Уотсона, гештальт психология и многие другие. В России существенный вклад в развитии психологии как науки внесли отечественные физиологи И.В. Павлов, И.М. Сеченов, психологи А.Ф. Лазурский, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн и многие другие. В настоящее время психология охватывает почти все сферы жизни и деятельности людей, психологические знания используются в политике, экономике,

1.2. Социальная значимость профессии в обществе

В нашей стране психолог — относительно новая специальность и многие люди, вследствие нехватки сведений о ней, не имеют потребности обращаться за психологической помощью. Однако, уже появились школьные психологи, которые помогают детям как в школах, так и в детских садах быстрее адаптироваться к новым и изменяющимся условиям. Школьные психологи проводят тестирование школьников, определяют готовность малыша к школе, проводят индивидуальные работы с трудными и проблемными детьми. Психологи работают и на некоторых предприятиях, где так же, помогают молодым специалистам влиться в коллектив, наладить отношения, проводят консультации и исследования на предмет влияния факторов труда на психику человека. Так же, могут работать при кадровых агентствах, проводить тренинги. Семейный психолог проводит консультации людей, которые никак не могут наладить отношения в браке.

Клинический психолог работает при службах доверия, в реабилитационных центрах, где проводит консультации растерявшихся, запутавшихся в обстоятельствах, людей, тяжелобольных, перенёсших психологические травмы, наркоманов, ВИЧ-инфицированных.

Как видно из вышесказанного, распространённость этой профессии весьма велика. Однако, индивидуальные психологические консультации у нас распространены крайне мало. Объясняется это тем, что мы привыкли свои проблемы решать, самостоятельно, выбрав в качестве консультанта собственную подругу, а вид психологической помощи — душевный разговор на кухне.

1.3. Массовость и уникальность профессии.

Образ психолога в умах многих людей сложился благодаря западным фильмам — внушающий безграничное доверие, благожелательный специалист, который участливо расспрашивает, лежащего на кушетке, клиента. Многие люди верят во всесильность психолога, думают, что он поможет решить все их проблемы. По этой же причине, случается, выбирают себе будущую профессию, надеясь наладить, прежде всего, собственную жизнь, забывая, что психология — не мистическая наука. Психолог не может дать стопроцентный универсальный рецепт для избавления от всех бед. Вместе с самим человеком, которому нужна помощь, он ищет пути решения проблемы, помогает найти внутренние ресурсы организма. Ведь большинство неудач, как в личной, так и в профессиональной жизни человека происходят не от того, что все вокруг такие плохие. Проблема сидит в самом человеке, в его взглядах на многие вещи, в его мировоззрении, может, в его детстве. Психолог даёт возможность человеку взглянуть на жизнь в целом и на саму проблему, в частности, немного под другим углом, подталкивает к мысли, что все, что с нами происходит — дело рук нас самих, что, чтобы изменить мир, надо измениться самому.

Конечно, такая сложная и тонкая задача — психологическая помощь — требует определённых как душевных, так и профессиональных качеств такого специалиста, психолог. Прежде всего, он должен быть добрым и равнодушным к другим людям. Важно умение внимательно слушать и слышать собеседника. Психологу понадобятся такие качества как логика, сообразительность, умение анализировать и делать выводы. Однако он должен уметь отгораживаться от чужих проблем, не пропускать их сквозь себя, не принимать близко к сердцу и не путать профессиональное сочувствие с сочувствием человеческим. То есть, он должен обладать стрессоустойчивостью.

1.4. Риски профессии

Психология — очень интересная наука, изучать которую не надоест никогда. Но это утверждение справедливо только для неслучайных людей в этой профессии, для тех, кто выбрал её по велению сердца, а не потому, что психологом быть модно. Только человек, влюблённый в свою профессию, сможет оценить всю прелесть психологии, а также юмор матушки — природы, сделавшей всех нас такими похожими и, одновременно, абсолютно разными. Так что, предмет изучения психологии — человеческая душа — поистине, неисчерпаем.

Чтобы стать успешным психологом, одного образования недостаточно. Важен опыт, постоянная практика, наблюдательность. Можно сказать, хороший психолог — это фанат своего дела, которому важны результаты работы, а не просто отработка рабочих часов.

1.5. Профессиограмма профессии «Психолог»

Доминирующие виды деятельности:

- ☐ Исследование развития психики и закономерностей психических процессов;
- ☐ Изучение общих закономерностей развития детей разного возраста и построение программ обучения;
- ☐ Изучение внутреннего мира и поведенческих особенностей человека;
- ☐ Изучение поведения людей в малых и больших группах;
- ☐ Изучение вопросов, связанных с творческой деятельностью людей, особенностями восприятия;
- ☐ Изучение деятельности человека, особенностей его труда;
- ☐ Изучение особенностей поведения в стрессовых ситуациях;
- ☐ Исследовательско-аналитическая работа (работа с получаемой информацией, адаптация психодиагностических методик к условиям реальной практики);
- ☐ Информирование клиента о том, что с ним происходит;
- ☐ Психологическое консультирование, направленное на оказание помощи человеку в разрешении различных затруднительных ситуаций;
- ☐ Организация групповых мероприятий, ведение тренингов, семинаров, чтение лекций;
- ☐ Профилактика и коррекция нежелательных проявлений психики человека, а также укрепление и формирование необходимых психологических качеств личности;
- ☐ Профессиональный отбор и подбор кадров;
- ☐ Осуществление психологического сопровождения карьеры;
- ☐ Изучение особенностей судебного процесса, мотивов поведения преступника, разработка мер профилактики преступности.

Качества, обеспечивающие успешность выполнения профессиональной деятельности:

Способности:

- ☐ Высокий уровень развития концентрации и устойчивости внимания (способность длительное время сосредотачиваться на одном предмете, не отвлекаясь на другие объекты и не ослабляя внимания);
- ☐ Высокий уровень развития переключения и распределения внимания (способность быстро переводить внимание с одного предмета на другой или одного вида деятельности на другой, а также удерживать в центре внимания одновременно несколько предметов или совершать одновременно несколько действий);
- ☐ Хорошее развитие образной и словесно-логической памяти;
- ☐ Высокий уровень развития образного мышления;
- ☐ Высокий уровень логического мышления;
- ☐ Коммуникативные способности (общение и взаимодействие с людьми, умение устанавливать контакты);
- ☐ Умение слушать;
- ☐ Вербальные способности (умение говорить четко, ясно, выразительно);
- ☐ Ораторские способности (грамотное выражение мысли);
- ☐ Способность к самоконтролю.

Личностные качества, интересы, склонности:

- ☐ Высокая степень личностной ответственности;
- ☐ Терпимость, безоценочное отношение к людям;
- ☐ Интерес и уважение к другому человеку;
- ☐ Стремление к самопознанию, саморазвитию;
- ☐ Оригинальность, находчивость, разносторонность;
- ☐ Любознательность и обучаемость;
- ☐ Тактичность, воспитанность;
- ☐ Склонность к сопереживанию;
- ☐ Инициативность;
- ☐ Целеустремленность, настойчивость;
- ☐ Интуиция, умение прогнозировать события;
- ☐ Находчивость;

- ☐ Умение хранить тайну;
- ☐ Творческое начало;
- ☐ Эрудированность.

Качества, препятствующие эффективности профессиональной деятельности:

- ☐ Психическая и эмоциональная неуравновешенность;
- ☐ Агрессивность;
- ☐ Замкнутость;
- ☐ Нерешительность;
- ☐ Отсутствие склонности к работе с людьми;
- ☐ Неумение понять позицию другого человека;
- ☐ Ригидность мышления (неспособность изменять способы решения задач в соответствии с изменяющимися условиями среды);
- ☐ Низкий интеллектуальный уровень развития.

Области применения профессиональных знаний:

- ☐ Социальные организации (детские дома, приюты, дома престарелых, инвалидов, детские центры);
- ☐ Образовательные учреждения (школы, детские сады, учреждения профобразования);
- ☐ Учреждения по подбору и отбору персонала (кадровые агентства, центры занятости, центры профориентации);
- ☐ Медицинские учреждения (больницы, поликлиники, наркологические и реабилитационные центры);
- ☐ Психотерапевтические, психологические, консультативные службы;
- ☐ Правоохранительные органы (суды, детские приемники-распределители, колонии, прокуратура, районные управления внутренних дел);
- ☐ Работа на телефоне доверия;
- ☐ Работа в МЧС, службах спасения;
- ☐ Военные организации.

1.6. Знаменитости - профессионалы

Зигмунд Фрейд австрийский психолог, психиатр и невролог.

Зигмунд Фрейд наиболее известен как основатель психоанализа, который оказал значительное влияние на психологию, медицину, социологию, антропологию, литературу и искусство XX века. Воззрения Фрейда на природу человека были новаторскими для его времени и на протяжении всей жизни исследователя не прекращали вызывать резонанс и критику в научном сообществе. Интерес к теориям учёного не угасает и в наши дни.

Среди достижений Фрейда наиболее важными являются разработка трёхкомпонентной структурной модели психики (состоящая из «Оно», «Я» и «Сверх-Я»), выделение специфических фаз психосексуального развития личности, создание теории эдипова комплекса, обнаружение функционирующих в психике защитных механизмов, психологизация понятия «бессознательное», открытие переноса и контр-переноса, а также разработка таких терапевтических методик, как метод свободных ассоциаций и толкование сновидений.

1. Отто Ранк

Отто Ранк (Розенфельд) - крупный представитель психоаналитического направления психологической науки, один из ближайших учеников З. Фрейда, неутомимый исследователь, автор психоаналитической теории о травме рождения, преподаватель, доктор наук.

2. Лидия Ильинична Божович

Имя Лидии Ильиничны Божович – выдающегося русского ученого времени СССР, психолога, крупного исследователя в области психологии (возрастной и развития), а также педологии, одной из учениц Льва Семеновича Выготского, профессора, доктора наук – известно сегодня во всем мире.

3. Петр Борисович Ганнушкин

Петр Борисович Ганнушкин – крупный русский исследователь в области психиатрии и психологии, создатель отдельного подхода к пониманию и классификации психических расстройств, результаты его работ стали основой для современных классификаций акцентуаций характера.

4. Дейл Карнеги

Дейл Карнеги – всемирно известный американский психолог, крупный исследователь в области психологии коммуникации и взаимодействия между

людьми, успешный оратор, талантливый и очень популярный писатель, выдающийся преподаватель, автор ряда бестселлеров, побивших рекорды популярности по всему миру.

5. Станислав Гроф

Станислав Гроф – известнейший современный психолог, психиатр, ученый – исследователь, создатель отдельного направления психологической науки – пренатальной и перинатальной психологии, а также оригинальной психотерапевтической методики холотропного дыхания, автор многочисленных публикаций, обладатель ряда премий и наград за вклад в науку, профессор.

6. Фриц Перлз

Яркий, харизматичный, неординарный человек, бунтарь, неутомимый исследователь, психоаналитик, выдающийся психолог, родоначальник популярного в современном мире психотерапевтического направления – гештальт-терапии – все это по праву относится к Фредерику (Фрицу) Перлзу.

7. Мелани Кляйн

Мелани Кляйн - известнейший психолог, крупный специалист в области детского психоанализа, основательница отдельной психоаналитической школы, исследователь, автор игрового метода в психоанализе, ей также принадлежит создание и развитие теории объектных отношений.

8. Алексей Николаевич Леонтьев

Алексей Николаевич Леонтьев – известный во всем мире психолог, один из крупнейших советских психологов, неутомимый искатель истины, талантливый ученый, профессор и один из основателей психологического факультета МГУ, человек, обладавший выдающимися личностными качествами.

2. Исследовательская часть

2.1. Рейтинг популярных профессий для женщин

Профессии для женщин всегда отличались от мужских. Нельзя сказать, что сегодня есть четкое разделение на мужские и женские профессии. Многие руководители заявляют, что при подборе кадров они в первую очередь обращают внимание на квалификацию и опыт. Тем не менее, посматривая объявления, можно заметить гендерные предпочтения.

Прежде всего, стоит отметить, что женщины редко трудоустроены в тех сферах, где требуется тяжелый физический труд. Конечно, есть дамы, которые зарабатывают на жизнь строительством, добычей сырья, созданием автомобилей и т.д., но их немного. Действительно женскими профессиями считаются секретарь, продавец, парикмахер. Стоит отметить, что сами работодатели выбирают на такие должности представительниц прекрасного пола. Это объясняется женским умением поддерживать чистоту и порядок, а также стрессоустойчивостью и коммуникабельностью.

1. Медики

2. Специалисты PR

3. Психологи и личные консультанты

4. Маркетологи

5. Экологи

6. Химики

7. Специалисты в области сервиса

8. Специалисты по нанотехнологиям

9. IT-специалисты

10. Инженеры

2.2. Интервьюирование

Чтобы подробнее узнать о профессии я взяла интервью у школьного психолога С.Ж. Дондовой

- Сэржен Жигмитовна, когда вы начали задумываться о профессии психолог?
- О профессии психолог я начала задумываться, учась в 11 классе, мне хотелось работать с людьми, используя при этом нестандартные виды помощи.
- Где вы получили необходимую профессиональную подготовку?
- Необходимую подготовку я получила в педагогическом институте.
- Почему, по вашему мнению, профессия психолог стала широко востребована на рынке труда?
- Уровень современной жизни, её ритм, требования к личности человека стали очень высоки, это касается как профессиональной так и семейной жизни. Быстрый темп развития различных сфер общества предъявляет большие требования к личности в целом. Исходя из этих аспектов у людей появляется необходимость в психологической помощи, следовательно возрастает и востребованность профессии.
- Какими качествами должен обладать психолог?
- Психолог, прежде всего, должен любить свою профессию, без любви к психологии она не постижима. Психолог должен любить людей, любить их плюсы и минусы, акцентировать внимание на положительных качествах.
- Плюсы и минусы профессии?
- Плюсы:
 1. Общение с различными категориями людей.
 2. Психолог всегда находится в курсе современности, так как в силу профессии не имеет права отставать от интенсивного ритма жизни.
 3. Большим плюсом профессии является непрерывное внутриличностное развитие.
- Минусы:
 1. Психолог ограничен во времени. Именно поставленные временные рамки заставляют сжимать материал необходимый для помощи до минимума.
- Вы не пожалели о том, что выбрали профессию психолог?
- Нет. У меня никогда не появлялось сомнений в правильности выбора данной

профессии, в силу того, что эта профессия дает безграничный простор для
личного развития

2.3. Результаты диагностики

В результате диагностики у меня выявлен высокий уровень развития организаторских способностей. Я часто выступаю в качестве организатора, не теряюсь в новой обстановке, быстро нахожу друзей, постоянно стремлюсь расширить круг своих знакомых. Занимаюсь общественной деятельностью, помогаю близким, друзьям, проявляю инициативу в общении. С удовольствием принимаю участие в организации общественных мероприятий, способна принять самостоятельное решение в трудной ситуации. Всё это я делаю не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям.

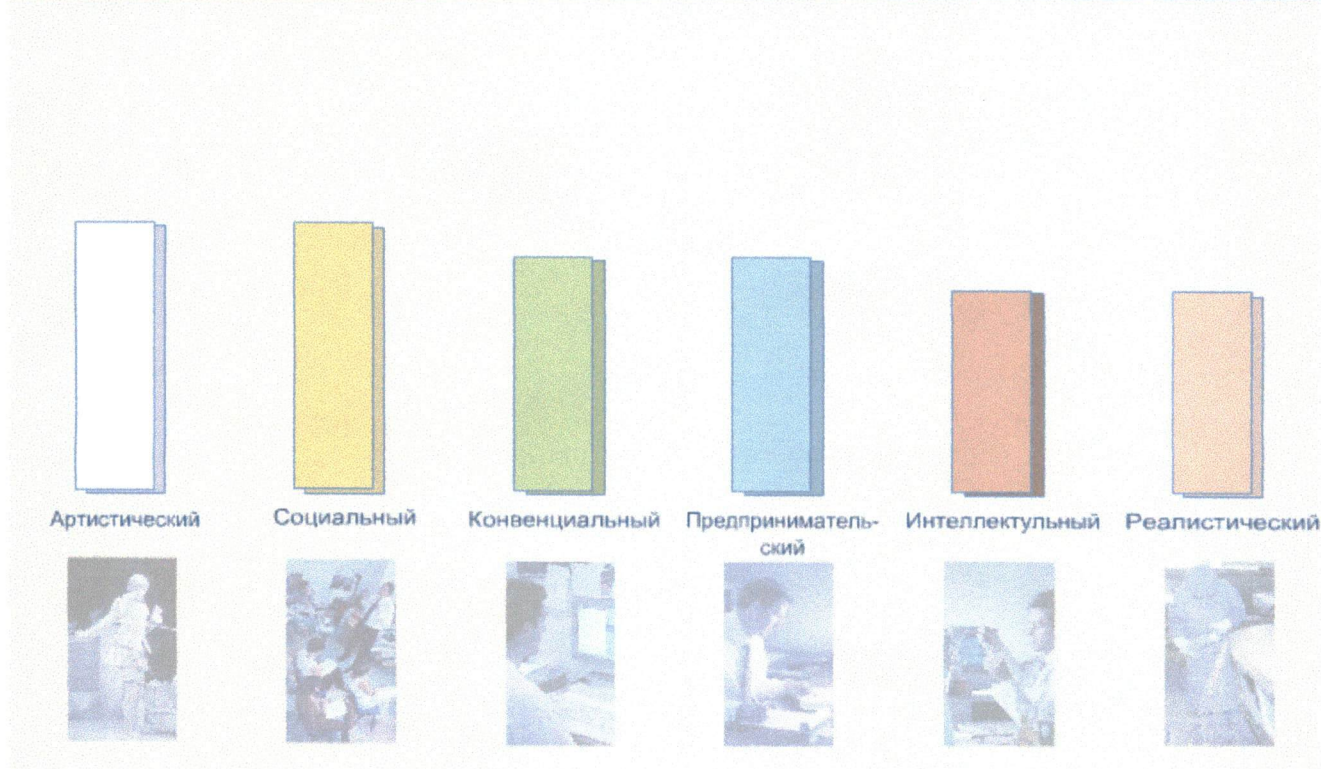
У меня хорошо развита наблюдательность, я способна концентрировать внимание на нужном объекте. Я всегда могу выделить существенные, характерные признаки предметов. Однако малозаметные, незначительные свойства явлений и предметов часто ускользают от моего внимания, если только они напрямую не входят в сферу моих интересов. Из-за невнимания к деталям, я могу делать неверные выводы из своих наблюдений.

У меня очень развита способность к эмпатии. Я чувствительна к нуждам и проблемам окружающих, великодушна, склонна многое прощать. С неподдельным интересом отношусь к людям. Мне нравится «читать их лица» и «заглядывать в их будущее». Я эмоционально отзывчива, общительна, быстро устанавливаю контакты с людьми, нахожу общий язык. Окружающие ценят мою душевность. Я стараюсь не допускать конфликты и находить компромиссные решения. Хорошо переношу критику в свой адрес. В оценке событий больше доверяю своим чувствам и интуиции, чем аналитическим выводам. Предпочитаю работать с людьми, нежели в одиночку, нуждаюсь в одобрении своих действий. При всех перечисленных качествах я не всегда аккуратна в точной и кропотливой работе.

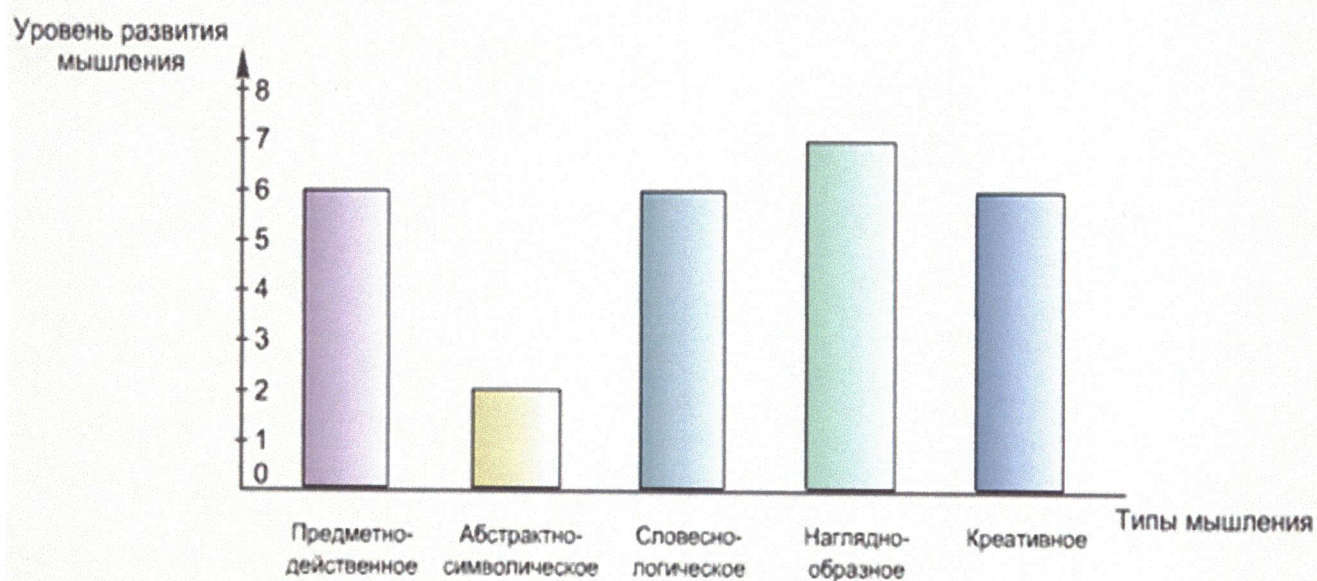
По типу личности у меня высокие социальные и артистические показатели.

Я обладаю наглядно-образным типом мышления. Высоко выражены профессиональные склонности к профессиям типа человек-человек и человек-художественный образ.

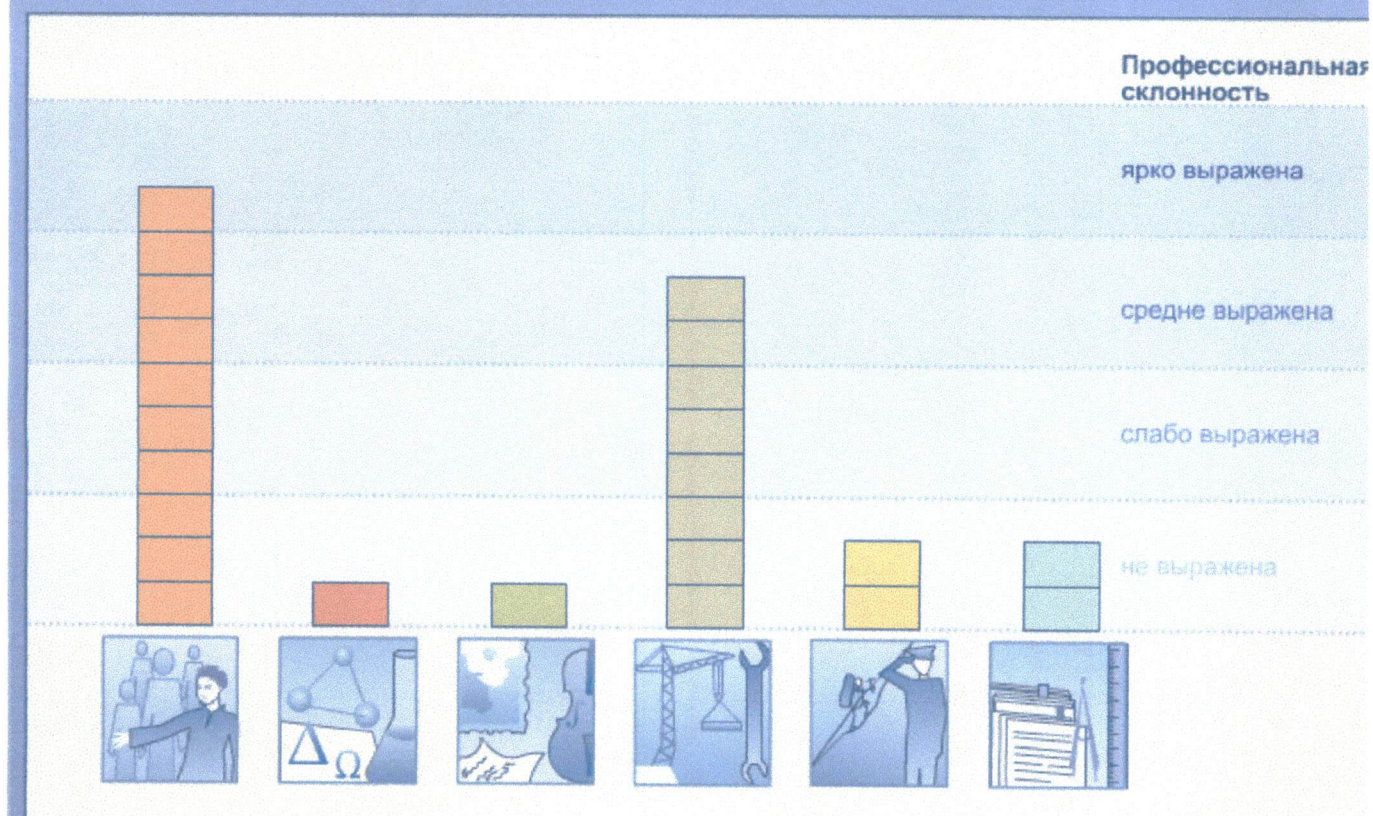
Определение типа личности



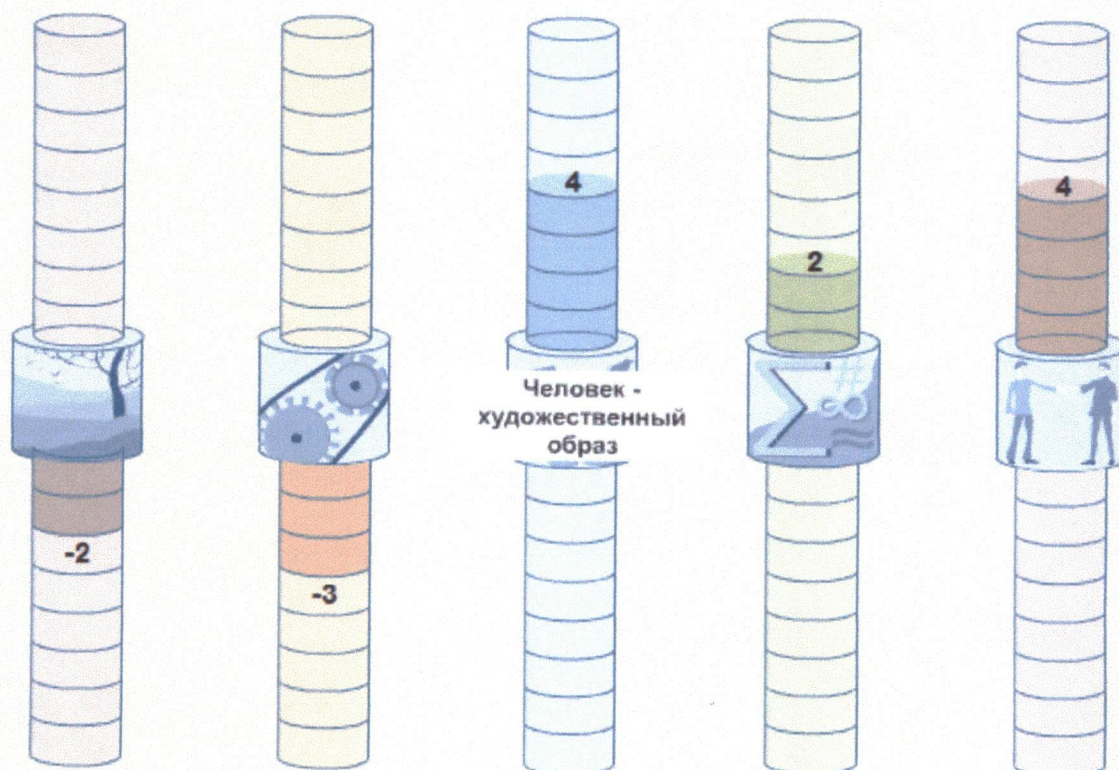
Определение типа мышления



Определение профессиональных склонностей



Определение типа профессии



2.4. Схема личного профессионального плана

В О П Р О С Ы	Раскрытие главных вопросов
Главная цель	Хочу внести свой трудовой вклад в развитие психологии в нашем городе: для начала буду работать психологом в образовательном учреждении. В будущем планирую открыть центр психологической помощи.
Ближайшие задачи и отдаленные перспективы	Сейчас я учусь в 10 классе, по окончании школы я планирую поступать в медицинский университет по специальности «Клинический психолог». Вступительные испытания: Русский язык, математика, биология, обществознание.
Пути и средства достижения цели	Для достижения своей цели я буду изучать справочную литературу; буду больше времени проводить в общении с людьми, чтобы как можно узнать о них.
Внешние сопротивления на пути достижения цели	Я не думаю, что у меня будут какие - либо трудности, мои родители одобряют мой выбор, они так же будут помогать мне в осуществлении моей цели.
Внутренние условия достижения цели	Я способна к обучению: склонна к сопереживанию, любознательна, терпима, тактична.
Запасные варианты и пути их достижения	Если у меня возникнут какие – либо проблемы, попробую поступить в ту же академию на специальность «Ландшафтный дизайн»

2.5. Практические умения и навыки, связанные с профессией

Ежегодно, начиная с 8-го класса я участвую в дне самоуправления. где нам, старшеклассникам, предоставляется возможность проявить свои педагогические навыки, умения коммуникативного общения с ребятами младших классов, разрешить проблемные ситуации.

В рамках классно-обобщающего контроля классным руководителем Дворкиной О.В. проводится анкетирование в нашем классе. Мне представилась возможность провести анкетирование у моих одноклассников на выявление рейтинга предметов, личностных качеств учителя, мотивация к учению. Я провела анкетирование с ребятами, а затем мне представилась возможность совместно с Оксаной Владимировной сделать анализ анкет.

Заключение

Сколько не прошло бы времени психологи всегда будут нужны. Они решают наши проблемы, которые никто не может решить. Психология – это наука о душе, о том какие мы все одновременно разные и одинаковые.

Я не с детства мечтала стать психологом, я мечтала стать медиком, потому что медицина лечит людей, лечит их физическое здоровье. Но меня тянуло все глубже к душе человека. Хотела стать писательницей, писатели пишут о жизни, мечтах, книги приближены к душе. Потом до меня дошло, что психолог – это и есть душевные боли и радости. И с тех пор я мечтаю стать психологом, помогать людям. Хотя эта профессия сейчас не так востребована, но эта профессия моя. Психология – интересная наука, ее никогда не устанешь изучать.

Изучив различные материалы, проанализировав тесты, я сделала вывод, что у меня есть склонность, желание и возможность стать психологом.

Список литературы

1. Е. А. Климов; С.Н. Чистякова «Основа производства. Выбор профессии». Москва, «Просвещение» 1988 г.
2. Е. А. Климов «Как выбрать профессию?». Москва, «Просвещение» 1990г.
3. Е.Н. Арешитцкая «Выбирайте профессию». Москва «Просвещение» 1991г.
4. Николай Козлов «Учебник для психолога по жизни». Москва, «АСТ-ПРЕСС» 1997г.
5. Газета: «То, что надо», 19.12.2003 г.
6. Журнал: «Штучка». /сентябрь 2002 г.
7. «Справочник для поступающих в учебные заведения г. Тольятти» Информационно - издательский центр «Грифон» 2003г.

Информационные источники из сети интернет

http://moeobrazovanie.ru/professija_psiholog.html

<http://edunews.ru/professii/rating/>

<http://career.passion.ru/retsept-uspekha/vasha-karera/top-10-samykh-vostrebovannykh-professii.htm>

<http://www.psynavigator.ru/articles.php?code=241>

<http://www.ucheba.ru/prof/548>

<http://www.edu.ru/abitur/act.4/index.php>