

# Тестирование и диагностика.

## Дорогой выпускник!

### Тест на выявление коммуникативных способностей

**Инструкция.** Вам предлагается ряд вопросов, на которые нужно выбрать один из предлагаемых вариантов ответа: «да»; «нет»; «иногда». Отвечайте на вопросы быстро, не раздумывая, так как важна первая реакция.

1. Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли вас из колеи ее ожидание?
2. Не откладываете ли вы визит к врачу до последнего момента?
3. Вызывает ли у вас смятение и неудовольствие поручение выступать с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?
4. Вам предлагают выехать в командировку в город, где вы ни когда не бывали. Приложите ли вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?
5. Любите ли вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?
6. Раздражаетесь ли вы, если незнакомый человек на улице обратится к вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-нибудь вопрос)?
7. Верите ли вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?
8. Постесняетесь ли вы напомнить знакомому, что он забыл вам вернуть 10 рублей, которые занял несколько месяцев назад?
9. В ресторане либо в столовой вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?
10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?
11. Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (в магазине, библиотеке, кассе кинотеатра). Предпочтете ли вы отказаться от своего намерения...?

12. Бойтесь ли вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?

13. У вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры, и никаких чужих мнений на этот счет вы не приемлете. Это так?

14. Услышав где-нибудь в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному вам вопросу, предпочтете ли вы промолчать и не вступать в спор?

15. Вызывает ли у вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?

16. Охотнее ли вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?

Теперь рекомендуется самому оценить ответы: за каждое «да» — 2 очка, «иногда» — 1 очко, «нет» — 0. Затем общее число очков суммируется и по классификатору определяется, к какой категории людей вы относитесь.

30-32 очка. Вы явно некоммуникабельны, и это ваша беда, так как страдаете от этого больше всего вы сами. Но и близким вам людям то же нелегко. На вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь стать общительнее, контролируйте себя.

25—29 очков. Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, и поэтому у вас, наверное, мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если и не ввергает вас в панику, то надолго выводит из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете недовольны собой. Но не ограничивайтесь только недовольством — в вашей власти переломить эти особенности характера. Разве не бывает, что при какой-либо сильной увлеченности вы обретаете вдруг полную коммуникабельность? Стоит только встряхнуться.

19—24 очка. Вы в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. Новые проблемы вас не пугают. И все же с новыми людьми сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвуете неохотно. В ваших высказываниях порой слишком много сарказма без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.

14-18 очков. У вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении с другими, отстаиваете свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идете на встречу с новыми людьми. В то же время вы не любите шумных компаний; экстравагантные выходки и многословие вызывают у вас раздражение.

9-13 очков. Вы весьма общительны (порой, быть может, даже сверх меры). Любопытны, разговорчивы, любите высказываться по разным вопросам, что, бывает, вызывает раздражение окружающих. Охотно знакомитесь с новыми людьми. Любите бывать в центре внимания, никому не отказываете в просьбах, хотя не всегда можете их выполнить. Бывает, вспылите, но быстро отходите. Чего вам недостает, так это усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, вы можете себя заставить не отступать.

4-8 очков. Вы, должно быть, «рубаха-парень». Общительность бьет из вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать у вас мигрень и даже хандру. Охотно берете слово по любому вопросу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке. Беретесь за любое дело, хотя далеко не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся к вам с некоторой опаской. Задумайтесь над этим!

3 очка и менее. Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к вам никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых совершенно некомпетентны. Вольно или невольно вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Серьезная работа не для вас. Людям — и на работе, и дома, и вообще повсюду — трудно с вами. Да, вам надо поработать над собой и своим характером! Прежде всего воспитывайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительнее относитесь к людям; наконец, подумайте и о своем здоровье — такой стиль жизни не проходит бесследно.

Опросник профессиональных выборов Инструкция:

В бланке опросника при ответе «Да» на вопрос ставьте «+», при ответе «Нет» ставьте «-». Текст опросника:

1. Нравятся ли Вам любовные романы, лирика, романтика?
2. Нравится ли Вам бороться, сражаться, соревноваться?

3. Верно ли, что для Вас главное законность, порядок, справедливость?
4. Любите ли Вы находиться в центре внимания?
5. Любите ли Вы точность, аккуратность, порядок во всём?
6. Можете ли вы сочинять стихи, писать прозу?
7. Нравятся ли Вам резкие, острые запахи?
8. Любите ли Вы готовить?
9. Важны ли для вас тёплые отношения между людьми и спокойный ритм работы?
10. Любите ли Вы работу, связанную с большими физическими усилиями?
11. Любите ли вы учить, лечить, объяснять, помогать? 12. Трудно ли Вам переносить невнимание окружающих?
12. Умеете ли Вы планировать, структурировать, классифицировать? 14. Развиты ли у Вас воображение и фантазия?
13. Считаете ли Вы себя «коллекционером» по призванию?
14. Считаете ли Вы себя разговорчивым и общительным человеком?
15. Нравятся ли Вам сладости, шоколад, пирожные и т.д.?
16. Нравилась ли Вам в школе физкультура и/или уроки труда?
17. Нравится ли Вам командовать (руководить) другими людьми?
18. Обладаете ли Вы актёрским талантом?
19. Можно ли про Вас сказать, что Вы не переносите беспорядок?
20. Считаете ли Вы себя наблюдательным и осторожным человеком?
21. Любите ли Вы наводить чистоту?
22. Нравится ли Вам игра духовых инструментов?
23. Нравится ли Вам обслуживать людей?
24. Считают ли Вас жёстким и сильным человеком?

25. Хотелось бы Вам заниматься рискованными занятиями, борьбой со стихиями или экстремальными видами спорта?
26. Можете ли Вы назвать себя эмоциональным и увлекающимся?
27. Можете ли Вы назвать себя индивидуалистом?
28. Любите ли вы что-нибудь изобретать, придумывать, рационализировать?
29. Вы не боитесь «грязной работы»?
30. У Вас много друзей и приятелей?
31. Считают ли вас гуманистом, человеком любящим всех людей?
32. Любите ли Вы стрелять из различных видов оружия?
35. Любите ли Вы соревнования, споры, соперничество?
36. Считаете ли Вы себя человеком, заслуживающим особого внимания?
37. Любите ли Вы решать задачи, кроссворды?
38. Нравятся ли Вам романы с детективным или психологическим сюжетом?
39. Любите ли Вы ходить в туристические походы?
40. Считаете ли Вы себя разносторонним человеком?

Бланк опросника: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22  
23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 I II III IV V VI VII VIII

Обработка результатов: Подсчитайте количество положительных выборов по каждому фактору. Выбор предпочитаемых профессий является значимым, если фактор набрал 4 или 5 баллов. В случае равенства баллов выбор профессии или профессиональной области определяется как интеграция свойств и качеств разных факторов.

Интерпретация результатов: Выбор профессии - это личностно-значимая проблема: это выбор образа жизни, пути развития, выбор судьбы, это длительный, часто многолетний процесс активного личностного самоопределения. Выбор профессии является одним из моментов,

определяющих жизненный путь человека. Данная методика позволяет определить качественную и количественную направленность профессиональных выборов.

**ПРОФЕССИИ ПЕРВОГО ФАКТОРА.** К данной группе относятся профессии, основным содержанием которых является работа с мягкими, сладкими и неопасными предметами. Основные и дополнительные профессии (парикмахер, воспитатель детского сада, массажист, портной, косметолог, хореограф (танцор), педиатр, учитель младших классов, кондитер, сексопатолог, дерматолог). Психологический тип личности: готовность услужить; желание доставить удовольствие клиенту; чувствительность и сензитивность; мягкость в речи, манерах, поведении; нежность; теплота в отношениях; тактильные потребности. В основном профессии этой группы выбирают женщины или мужчины с мягким, женственным характером, с наличием тактильных потребностей, удовлетворяемых через ощупывание, поглаживание, прикосновения и т.д.

**ПРОФЕССИИ ВТОРОГО ФАКТОРА.** К этой группе относятся профессии, требующие большой физической силы, которая направляется на преодоление сопротивления прочного материала. В связи с этим можно говорить о «железных» и «силовых» профессиях, предметом труда в которых являются железо, камень, животные, режущие - люди. Основные и дополнительные профессии (токарь, скульптор, лесоруб, фрезеровщик, мясник, слесарь, охотник, спортсмен, оперативник дорожный рабочий, хирург, охранник). Психологический тип личности: витальность (хорошее здоровье); упорство; эмоциональная холодность; высокий болевой порог; развитая мускулатура; энергия; смелость. Это группа маскулинных профессий, требующих от исполнителей большой физической силы и мужского характера (смелости, силы воли, упорства в достижении цели, ответственности, решительности, инициативности).

**ПРОФЕССИИ ТРЕТЬЕГО ФАКТОРА.** Довольно разноплановая группа, в которую входят, с одной стороны, «помогающие»,

«лечащие», «обучающие» профессии класса «Человек – человек», а с другой стороны, «спасающие» и «экстремальные» профессии, предметом труда в которых являются вода, земля, огонь, воздух. Основные и дополнительные профессии (врач, педагог, сварщик, военнослужащий, летчик, спасатель МЧС, пожарный, моряк, судья, электрик, дефектолог, железнодорожник). Психологический тип личности: справедливость; ответственность; чувство долга; выносливость; экономность; педантичность; аккуратность. Профессии этой группы отличаются характерной социальной направленностью, этичностью поведения и готовностью исполнителя к самопожертвованию. Эту группу можно назвать одной из самых популярных и распространенных среди мужчин.

**ПРОФЕССИИ ЧЕТВЁРТОГО ФАКТОРА.** Это группа «артистических» профессий, где конечной целью является получение удовольствия от 21 демонстрирования зрителям себя или продуктов своего творчества в самой разнообразной «упаковке». Основные и дополнительные профессии (модельер, актер, художник-формист, продавец-демонстратор, фитодизайнер, фотограф, рекламный агент, имиджмейкер, секретарь-референт, балерина, фотомодель, фокусник). Психологический тип личности: художественный и эстетический вкус; презентабельность; чувственно-эмоциональная выразительность; яркость; оригинальность; активность; увлеченность. Профессии этого фактора чаще всего выбирают женщины (или мужчины с фемининными наклонностями), имеющие развитые художественные способности и чувство прекрасного. Особенностью профессий этой группы является необходимость все время находиться в центре внимания, получать высокую оценку и восхищение окружающих.

**ПРОФЕССИИ ПЯТОГО ФАКТОРА.** Эта группа связана с «точными» и «знаковыми» профессиями, требующими от исполнителя консервативности, педантизма, устойчивости в работе и способности к «отключению эмоций», т.е. «холодной головы», которая очень часто остается на плечах именно благодаря этим качествам. Основные и дополнительные профессии (экономист, бухгалтер, аудитор, печатник, социолог, директор, программист,

офис-менеджер, инженер-системотехник, служащий почты, строитель, математик). Психологический тип личности: аккуратность; точность; педантизм; эмоциональная сухость; интровертированность; абстрактно-логическое мышление; устойчивость к монотонной работе. Представители этой группы профессий наиболее эффективно работают индивидуально, а не в группе. В работе ценят плановость, упорядоченность, целесообразность, во всем являются сторонниками планомерного и пропорционального развития, защитниками старого, привычного.

**ПРОФЕССИИ ШЕСТОГО ФАКТОРА.** Это группа «творческих», «поисковых» и «наблюдательных» профессий, основным содержанием которых является изменение старой формы и поиск нового, т.е. «революционные» преобразования. Основные и дополнительные профессии (журналист, переводчик, изобретатель, дизайнер, писатель, предприниматель, психолог, политик революционер, юрист, режиссер, композитор, физик). Психологический тип личности: наблюдательность; нестандартное и творческое мышление; «свободолюбие» (предпочитают работу по контракту); развитая интуиция; склонность к расширению функции «Я»; поисковая активность; революционность. Представители этих профессий относятся к разряду «творческой интеллигенции», не любят работать по плану, по шаблону, а также в условиях монотонии и жесткого нормирования. Отличаются высокой 22 продуктивностью при индивидуальной работе или самостоятельных действиях.

**ПРОФЕССИИ СЕДЬМОГО ФАКТОРА.** В эту группу входят «собираательные», «накопительные», «денежные» и «грязные» профессии. К «грязным» профессиям в данном случае относятся, те, где человек занимается «наведением чистоты» и порядка. «Накопительные» и «денежные» профессии связаны с накоплением и содержанием денег и материальных ценностей. Основные и дополнительные профессии (аптекарь (провизор), работник прачечной, банкир, логист, мусорщик, ассенизатор, работник



химчистки, антиквар, гастроэнтеролог, директор ломбарда, фермер, маляр). Психологический тип личности: надежность; упорство; экономность; устойчивость к монотонии; рациональность; материалистичность; «накопительный» тип. Вышеназванная группа профессий предпочитается консерваторами, традиционалистами, разного рода коллекционерами. Эти люди терпеливы, надежны и, видимо, поэтому верны своей работе.

**ПРОФЕССИИ ВОСЬМОГО ФАКТОРА.** Это группа «разговорных» и «пищевых» профессий, связанных с удовлетворением оральных потребностей, как самого индивида, так и общества. Основные и дополнительные профессии (маркетолог, диктор, конференсье, бармен, экскурсовод (гид), музыкант (духовик), лектор, повар, певец, дегустатор, диджей, рекламный агент). Психологический тип личности: общительность и контактность; разносторонность; жизнерадостность; эмпатия; организаторские способности; витальность; «оральный» тип. Представители этих профессий обладают вербальными способностями, которые необходимы практически для всех профессий класса «Человек – человек».

## **Построение индивидуальной траектории профессионального развития**

Построение индивидуальной траектории профессионального развития – это выбор наиболее оптимального маршрута для того или иного выпускника.

Карьера — это успешное продвижение в области служебной, социальной, научной и другой деятельности; продвижение вверх по служебной лестнице Карьера – это цепь событий, которая составляет жизнь, последовательность профессиональных занятий и других жизненных ролей, которые вместе выражают приверженность человека действовать в соответствии с его обобщенной моделью саморазвития.

Карьера-это и траектория движения, которую человек строит сам, сообразуясь с особенностями внутри- и вне - организационной реальности и, главное, — со своими собственными целями, желаниями и установками. Карьера тесно связана с социальной мобильностью человека; охватывает достижение успеха в широком диапазоне сфер деятельности: служебной, научной, общественной и других. Во всех определениях слова «Карьера» присутствует понятие успеха: «успешное продвижение», «путь к успеху».

Профессиональная карьера по линии специализации – углубление в одной, выбранной в начале профессионального пути, линии движения.

Вертикальная карьера — должностной рост.

Горизонтальная карьера — продвижение внутри организации, например, работы в разных подразделениях одного уровня иерархии.

Центростремительная карьера — продвижение к ядру организации, центру управления, всё более глубокое включение в процессы принятия решений.

Выделяют стадии профессионального развития по Е.Ю. Климову:

- стадия «оптации» - подготовка к труду, выбор профессии, профессионального самоопределения;

- стадия адепта - профессиональная подготовка, получение профессии, специальности;
- стадия адаптанта - первые шаги в профессии, вхождение в профессиональное сообщество;
- стадия интернала - вход в профессиональное сообщество в качестве полноправного ее члена, становление равным среди равных;
- стадия мастера - работник начинает выделяться на общем профессиональном фоне, становится лучшим среди равных;
- стадия авторитета - работник становится лучшим среди мастеров;
- стадия наставника - высший уровень развития любого специалиста.

*Существует несколько типов карьеры.*

Карьера «Трамплин» - подъем по служебной лестнице происходит, когда занимают более высокие и лучше оплачиваемые должности.

Карьера «Бабочка» - человек меняет работу в системе одной специальности не по карьерной лестнице конкретной компании, а занимает смежную должность в более крупной компании

«Карьера перемен» - человек меняет работу в системе одной специальности не по карьерной лестнице конкретной компании, а занимает смежную должность в более крупной компании.

Карьера «Фри-лансер» - человек вообще не привязан ни к какой организации и работает самостоятельно.

Карьера «Организатор» - человек сам организует свою компанию, сам решает, чем он будет заниматься.

Карьера «Змея» - человек последовательно занимает различные должности внутри компании на горизонтальном уровне.

Карьера «Перепутье» - работник в ходе своей деятельности проходит аттестацию, в ходе которой выявляется дальнейший путь работника. Это может быть повышение, понижение или горизонтальное перемещение.

«Комбинированная карьера» - комбинируются различные типы карьеры, когда есть много интересов, и хочется во многом себя попробовать.

Карьерные ориентации — это ценностные ориентации, социальные установки, интересы и социально обусловленные побуждения к деятельности, характерные для определённого человека. По мнению доктора Эдгара Шейна: «Мотивация к выполнению работы будет самой сильной, когда выполняемое нами задание и функции согласуются с нашими ценностями».

К карьерным ориентациям относятся:

1. Профессиональная компетентность. Быть профессионалом, мастером в своем деле. Быстро теряют интерес к работе, которая не позволяет развивать их способности.

2. Менеджмент. Управлять — людьми, проектами, бизнес-процессами и т.п.

3. Автономия (независимость). Главное в работе — это свобода и независимость. Они любят выполнять работу своим способом, темпом и по собственным стандартам.

4. Стабильность работы. Стабильная, надежная работа на длительное время. Часто данная ценностная ориентация сочетается с невысоким уровнем притязаний.

5. Стабильность места жительства. Главное — жить в своем городе (минимум переездов, командировок).

6. Служение. Воплощать в работе свои идеалы и ценности. Они часто ориентированы больше на ценности, чем на требующиеся в данном виде работы способности.

7. Вызов. Сделать невозможное – возможным, решать уникальные задачи. Эти люди считают успехом преодоление непреодолимых препятствий, решение неразрешимых проблем или просто выигрыш. Они ориентированы на то, чтобы “бросать вызов”.

8. Интеграция стилей жизни. Сохранение гармонии между сложившейся личной жизнью и карьерой. Для них важно, чтобы все было уравновешено – карьера, семья, личные интересы и т.п.

9. Предпринимательство. Создавать новые организации, товары, услуги. Работать на других – это не их, они – предприниматели по духу, и цель их карьеры – создать что-то новое, организовать свое дело, воплотить в жизнь идею, всецело принадлежащую только им.

У каждого человека должен быть личный карьерный план. Это персональный "навигатор" человека, строящего свою карьеру, описывающий цели (долго-, средне-, краткосрочные) и пути достижения, опирающиеся на личную миссию, ценности и желаемый образ жизни.

Что оценивать, каким образом вознаграждается та или иная работа,

### **Успешное трудоустройство зависит от ряда аспектов:**

1. Качественное образование.
2. Знания психологических аспектов интервьюирования.
3. Практические навыки общения с работодателями и др.
4. Навыки использования правил написания резюме.
5. Представления о состоянии современного рынка труда.
6. Владение технологиями поиска места работы

В случае, если есть цель - продолжить образование, следуйте следующим рекомендациям.

1. Изучите перечень учебных заведений, где обучают по специальностям, которые вам интересны.

2. Будьте внимательны к перечню вступительных испытаний.

3. При выборе маршрута поступления и обучения рассмотрите абсолютно все возможности обучения: очная и заочная формы обучения, дистанционная форма обучения и т.д. Рассмотрите и уточните особенности всех форм обучения и только потом принимайте окончательное решение.

4. Соблюдайте режим сна и бодрствования. Особенно эта информация актуальна в период защиты выпускной квалификационной работы и подготовке к вступительным испытаниям.