

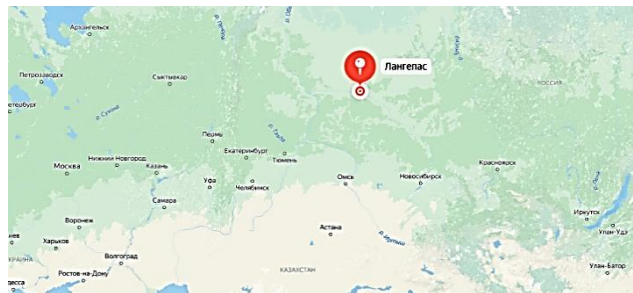
The background of the slide is decorated with various-sized triangles in shades of blue and purple, scattered across the white background.

Психологическая профориентационная игра
как инструмент в помощи подросткам с зависимостями
в их профессиональном самоопределении

Карта профессий

Лангепас, 2025

Лариса Владимировна Чалая,
психолог отделения психологической
помощи гражданам
БУ «Лангепасский комплексный центр
социального обслуживания населения»
город Лангепас, Ханты-Мансийский
автономный округ – Югра



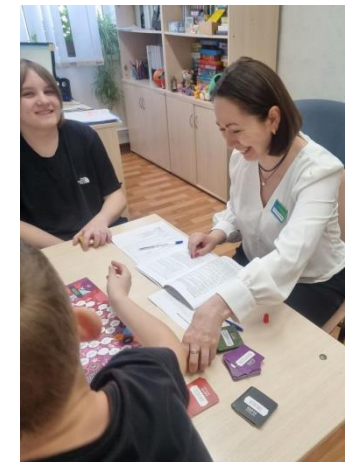
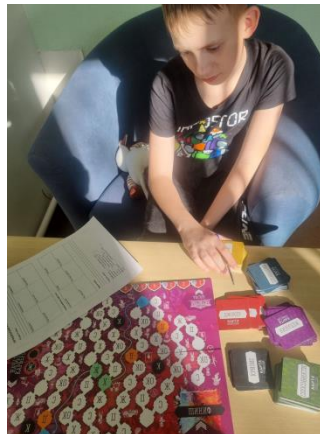
Психологическая профориентационная игра «Карта профессий»

В игре «Карта профессий» подросток получает возможность не только выбирать различные профессиональные пути, но и **тренировать навык отстаивания своей позиции**, что очень важно для подростков с деструктивным поведением



Игра «Карта профессий» поможет:

- выбрать хобби, которое поможет приобрести навыки, необходимые для будущей профессии
- избавиться от страха ошибки при выборе профессии
- избавиться от тревожности в выпускных классах
- соотнести свои способности, свои желания и увлечения с будущей профессией
- проанализировать препятствия и ошибки, которые могут стоять на пути выбора профессии



Возрастные этапы развития

0-7

- В раннем возрасте ведущая деятельность-это игровая
- В дошкольном возрасте дети учатся соответствовать общепринятым нормам

7-12

- Учатся социально-психологической адаптации, обретать собственный взгляд на мир, нести ответственность за поступки переживать эмоциональный дискомфорт и принимать непохожесть других

12-18

- Развивается самоопределение и самосознание, расширяется круг общения, нахождение в коллективе закладывает у подростка то, на сколько он будет или не будет принимать себя как личность

Поколение «зет»



с 2000 по 2013 годы

- Ни дня без интернета
- Жизнь в «гаджете» как продолжение реальной жизни
- Все аспекты жизни связаны с новейшими технологиями
- Потеря интереса к классическому образованию
- Стремление к наслаждению жизнью

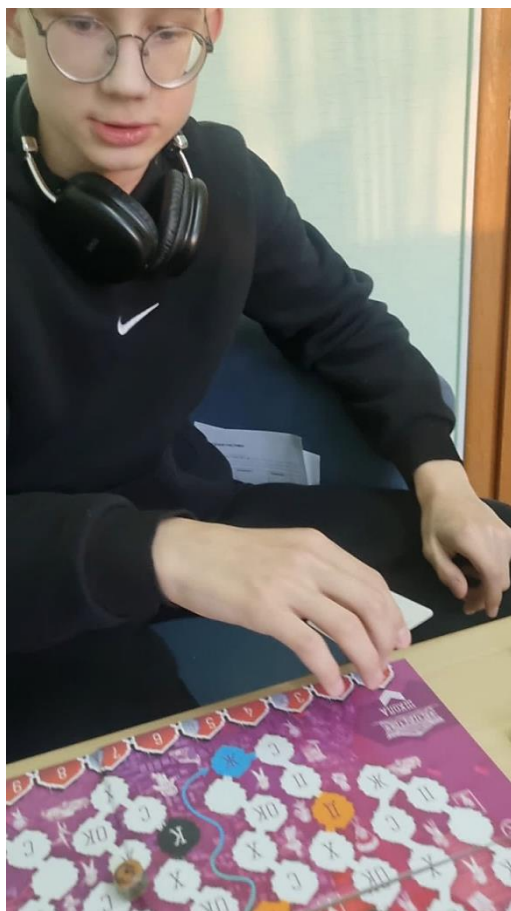
Поколение «альфа»



с 2014 по 2022 годы

- Интернет, включая социальные сети, это уже не часть жизни, а сама жизнь
- В их мире полное отсутствие географических и социальных границ
- Воспринимают мир глобально

Совместить offline и online технологии, поддерживая развитие «ручных навыков»

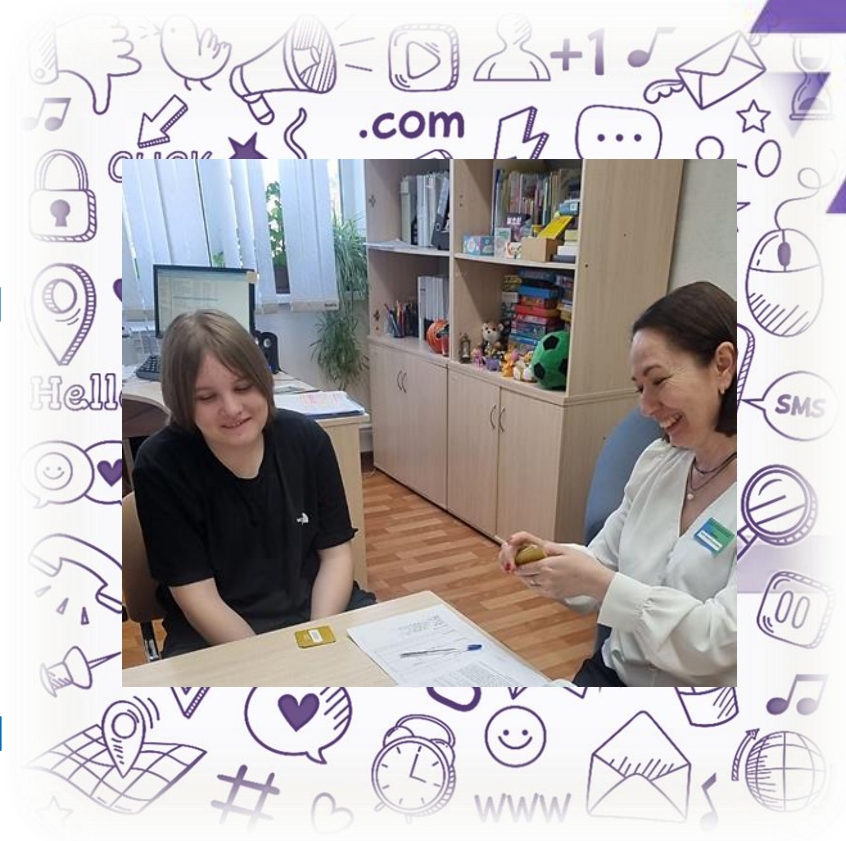


- Предпочтут текстовое сообщение живому диалогу
- Привыкли получать всё здесь и сейчас
- На фоне интереса и поддерживается их рабочее состояние
- Слушают до 25 слов
- Могут выполнять несколько задач, одновременно



Рекомендации для родителей и специалистов

- Пишите sticky на холодильниках, записки, смс и т.д.
- Ставьте «лайки» - хвалите своих детей
- Не отбирайте гаджеты
- Организуйте совместный досуг
- Помогите найти друзей
- Четко обговаривайте свои претензии и сроки выполнения ваших задач

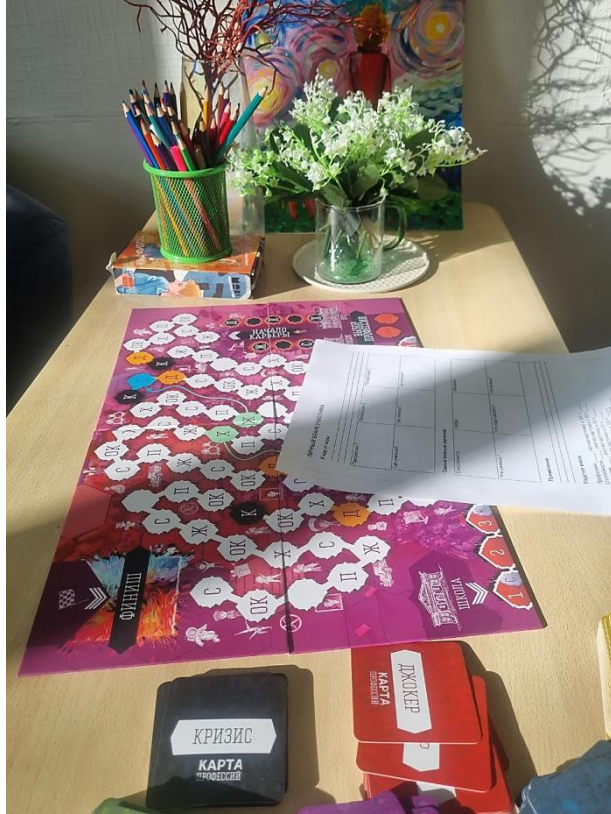


Игрофикация помогает интереснее преподнести материал и расширить кругозор детей и подростков



- Мощный инструмент, который может значительно помочь подросткам, борющимся с зависимостями, в процессе их профессионального самоопределения
- Настольные игры помогают людям формировать различные умения и навыки путем проживания различных жизненных ситуаций, формировать личность и обогащать знания

Психологические настольные игры



- Создают безопасную среду для самовыражения и рефлексии
- Психологические игры способствуют развитию эмоционального интеллекта
- Способствуют развитию социальных навыков
- Могут помочь подросткам в поиске своего профессионального пути

Психологические игры могут быть важным инструментом в помощи подросткам с зависимостями в их профессиональном самоопределении

P.S.: Упражнение 25 слов.

- Напишите свой посыл подростку на листе бумаги (претензия, беседа, пожелание). Посчитайте, сколько этот посыл содержит слов, действуйте. Наблюдайте, как ведет себя ваш собеседник – подросток, с какого слова начинает отвлекаться, уходить в себя, заниматься своим делом и т.д. Проанализируйте, чем закончился ваш диалог.
- Напишите свой посыл, сократите его до 25 слов. Действуйте. Наблюдайте. Анализируйте.

Благодарю за внимание!



РЕСУРСЫ

- https://schoolfut.ru/wp-content/uploads/journal/2023/06/2023-6_96-109.pdf
- <https://nastavnica.by/deti-novogo-ty-syacheletiya-kak-ih-uchit/>
- [https://psyjournals.ru/journals/jmfp/archive/2020_n4/jmfp_2020_n4_Ermolova et al.pdf](https://psyjournals.ru/journals/jmfp/archive/2020_n4/jmfp_2020_n4_Ermolova_et_al.pdf)