**Введение**

Профконсультирование характеризуется двумя признаками: количеством консультируемых и целями. По количественному консультации могут быть индивидуальными и групповыми (размер группы зависит от целей консультаций и организационных возможностей, но не должен превышать 30 человек).

Индивидуальная профессиональная консультация как процесс активного взаимодействия профконсультанта с целью помощи в решении проблем профессионального самоопределения. Главная задача профконсультанта – помочь клиенту сориентироваться и найти выход из проблемной, связанной с выбором профессии. Сложность выполнения этой задачи обусловлена тем, что в ней много «неизвестных» возможных вариантов, ограничений объективного характера, вариантов решений и проверить их правильность можно лишь по истечении некоторого времени. К тому же сама профессия, как объект выбора, имеет множество различных признаков. При этом выбирается не столько сама профессия, сколько способ достижения жизненного успеха.

**Описание методик**

***Опросник «Индивидуально-типологические свойства личности» (ИТО)***

Методика ИТО представляет собой инструмент исследования индивидуально-типологических свойств. Она позволяет отнести каждого конкретного человека к определенному типу. В основе методики лежит разработанная Л.Н. Собчик теория ведущих тенденций, согласно которой основу личностного фактора составляет одна или несколько ведущих тенденций, пронизывающих разные уровни развития личности – от врожденных свойств темперамента, через характер, который формируется в процессе взаимодействия темперамента с социальной средой, – к зрелой личности, в которой объединение осуществляется интегрированным «Я» (самосознание, самооценка, самоконтроль). Ведущие тенденции определяют индивидуальный тип переживания, силу и направленность мотивации, стиль межличностного общения и познавательных процессов.

Обычно применяется в психодиагностических исследованиях личности с целью профконсультации, выявления направлений психологической помощи, комплектования групп, самопознания и т.п.

***Краткий отборочный тест (КОТ)***

Методика «КОТ» (Краткий ориентировочный тест) предназначена для определения интегрального уровня интеллектуальной продуктивности. Тест предусматривает диагностику следующих параметров интеллекта: способность к обобщению и анализу, гибкость мышления, скорость и точность восприятия материала, грамотность, выбор оптимальной стратегии и т.д. КОТ используется при предварительном отборе, профориентационной работе, диагностике обучаемости и деловых качеств личности.

***Цветовой тест Люшера***

**Цветовой тест Люшера** – это психологический тест, основанный на восприятии цвета. Цветовой тест разработан доктором наук Максом Люшером. Цветовая диагностика Люшера позволяет измерить психофизиологическое состояние человека, его стрессоустойчивость, активность и коммуникативные способности. С помощью цветового теста Люшера можно определить причины психологического стресса, который может привести к образованию физиологических симптомов и растройств.

**Индивидуальное консультирование по выбору профессии**

Консультируемая девушка 16-ти лет, учащаяся в 10 классе. Учится хорошо, на «отлично», кроме точных наук. Выбрала журналистику, как будущую профессию.

Были предложены 3 методики в такой последовательности: 1) ИТО, 2) КОТ и 3) Цветовой Тест Люшера.

*1. Индивидуально – типологический опросник* показал следующие результаты по шкалам: Ложь-4, Аггравация-0, Экстраверсия-3, Спонтанность-3, Агрессивность-5, Ригидность-5, Интроверсия-7, Сензитивность-8, Тревожность-6, Лабильность-6.

Преобладающие слабый и смешанный тип нервной системы. Высокие показатели Сензитивности и Тревожности, как ведущих тенденций, она ответственна по отношению к окружающим и осторожна в принятии решений, на них базируется конформность как стиль поведения, т.е. неуверенность в себе и избыточная ориентированность на общепринятые нормы поведения. Высокий показатель по шкале Интроверсия является акцентуацией характера. Также хорошо выражена шкала Лабильности, что говорит о выраженной изменчивости настроения, мотивационной неустойчивости и, возможно, некоторых черт демонстративности (личность, ищущая признания), а также гибкости. Тип мышления: сочетание вербального и наглядно-образного и некоторая доля ригидного типа мышления (опора на схемы, логику).

*2. КОТ (Краткий отборочный тест)* показал значение 21.

Хорошие способности к обобщению и анализу материала, которые видны на примере задач с пословицами, большинство из них решено правильно. Также достаточная гибкость мышления, но несколько сложное переключение с одного типа задания на другое. Задачи на отвлекаемость все решены неверно. Хорошая скорость и точность восприятия, а также можно отметить наглядную грамотность. Отличная Ориетировка (выбор оптимальной стратегии), консультируемая сразу определила для себя ряд задач, которые пропустит и не будет решать – это математические задачки на логику. В методике предлагается 4 задачи на пространственное воображение, 2 из них решены верно, что говорит о среднем уровне способностей к пространственным операциям.

*3. Цветовой тест Люшера*

Анализ соответствия потребностей цветам показал: консультируемая вымотана конфликтами и ссорами. Желает оградить себя от них и скрывает свои намерения, чтобы ими не смогли воспользоваться и «воспрепятствовать» ей. Старательно избегает возбуждать какие-либо противодействия, которые могли бы повредить её планам.

В сотрудничестве с другими работает хорошо. Личная жизнь её должна основываться на взаимопонимании и быть свободной от разногласий. Разочарована если события разворачиваются в не желаемом направлении или медленно. Это вызывает раздражительность, переменчивость и недостаток настойчивости в преследовании данной цели. Эгоцентрична, и поэтому легко обижается, из-за чего в своих отношениях с другими часто оказывается в изоляции. Желает сама распоряжаться своей судьбой. Оказывает сильное сопротивление внешним воздействиям и каким-либо посягательствам на её свободу самостоятельно принимать решения и строить планы. Старается создать положение себе и упрочить его.

*Общие рекомендации по выбору профессии:* Гуманитарная область профессий, языкознание, философия, история, литература, психология, биология, медицины. Консультируемая много читает, пишет стихи, рассказы, повести, также у неё средний уровень интеллекта и способности к гуманитарным наукам, следовательно, можно предположить, что в профессии «Журналистика», в которую она решила пойти у неё все получится.