



Проориентационное занятие по курсу Г.В.Резапкиной

<https://rutube.ru/video/d86a344f533781a1dc75ef6da7c6aa6d/>

Психология и выбор профессии

РАЗДЕЛ 4 ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КАРЬЕРЫ

Урок № 25

МОТИВЫ И ПОТРЕБНОСТИ

Урок 25

У рабочих, возводящих Шартрский собор, спрашивают, что они делают.

Один говорит: «Я таскаю камни».

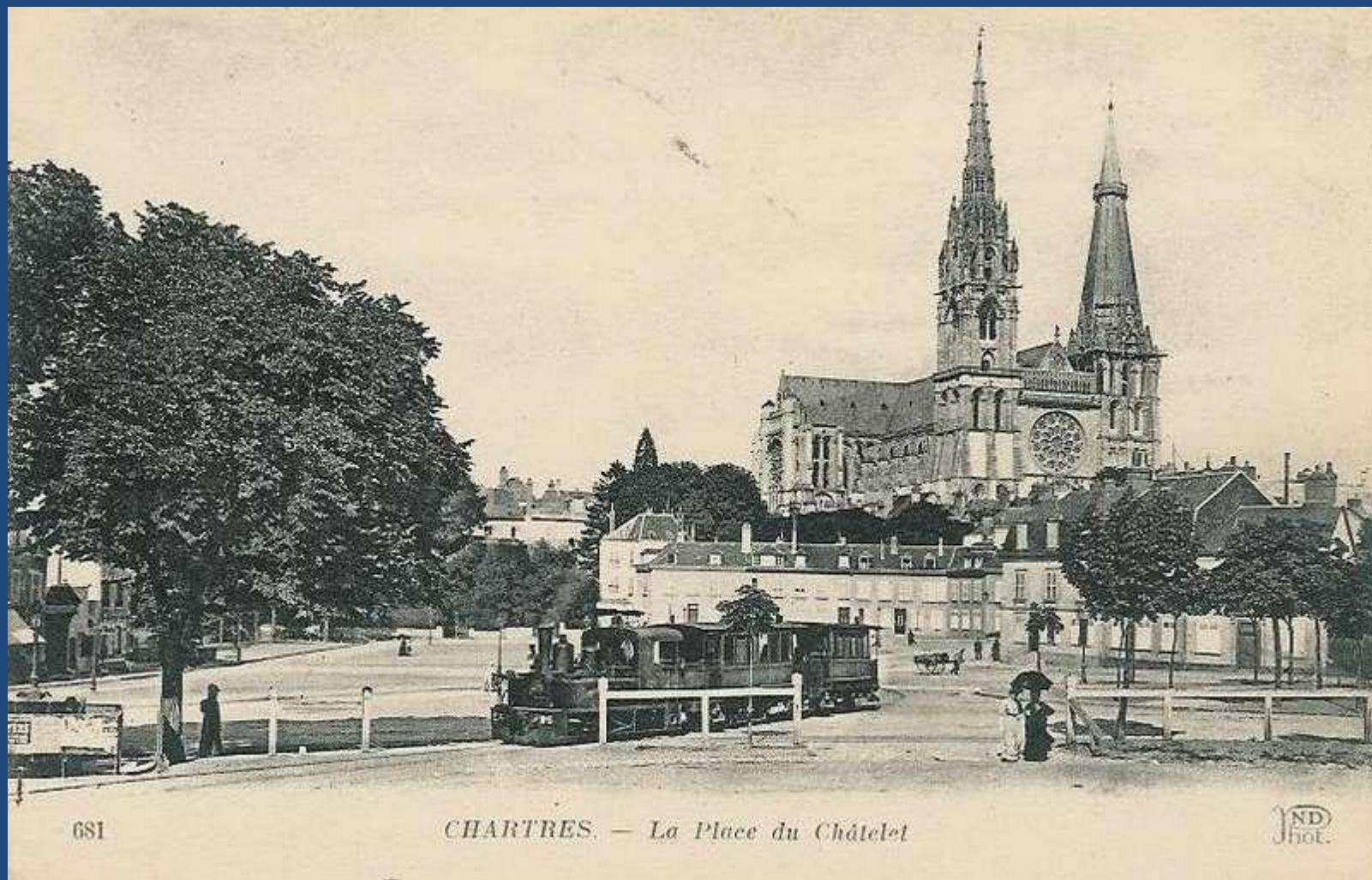
Другой: «Зарабатываю на пропитание».

Третий: «Строю храм».





Картина 1830
года



Фотография 1910
года



ШАРТРСКИЙ СОБОР,
собор Нотр-Дам в
Шартре во Франции (800
лет)



В трех ответах людей, занятых одним делом, отражены основные мотивы трудовой деятельности.

Записать в тетрадь для конспектов:

- **Мотив** — это причина, лежащая в основе выбора всех действий и поступков человека.
- Большинство наших мотивов выражается в виде ответа на вопрос: **для чего я это делаю?** «Я учусь для того, чтобы ...» «Я хочу получить профессию... чтобы...»

Осознание мотивов поведения — дело важное, но трудное.

Нередко мы приписываем себе или другому человеку ложные мотивы. Например, маститый ученый беспощадно критикует своего молодого коллегу. Чем вызвана эта критика? Желанием помочь или старческой завистью?

Молодой человек помогает одинокой старушке. Он делает это бескорыстно или рассчитывает на завещание в свою пользу?

Некоторые мотивы скрыты так глубоко, что не всегда осознаются.

Юноша хочет стать милиционером. Что движет им? Стремление защитить людей от преступников или возможность распоряжаться судьбами других людей?

Молодой человек устроился в милицию. За три месяца ни разу не пришел в бухгалтерию за зарплатой. Коллеги спрашивают:
— Ты что же за деньгами не идешь?
— Еще и зарплату дают? А я думал: пистолет дали, и крутись, как хочешь.

Нередко человек, наделенный множеством замечательных качеств, не может полностью реализовать свой профессиональный потенциал — **мешает отсутствие мотивации, то есть побуждений к действиям** —

«природная лень не дает развиваться природным талантам» (Ю. Рыбников).

Могу давать уроки английского, немецкого, французского. Но не хочу.



Стр. 90 (Тетрадь Резапкиной)

- **Мотивация** — это побуждения, вызывающие активность организма и определяющие ее направленность.
- Важнейшим условием профессиональной самореализации личности являются не столько способности, сколько мотивация человека и его жизненные цели. Мотивация — это двигатель человеческих поступков.



Записать в тетрадь для
конспектов:

- В основе мотивации лежит **ПОТРЕБНОСТЬ**
- Потребность, нужда — внутреннее состояние психологического или функционального ощущения недостаточности чего-либо.



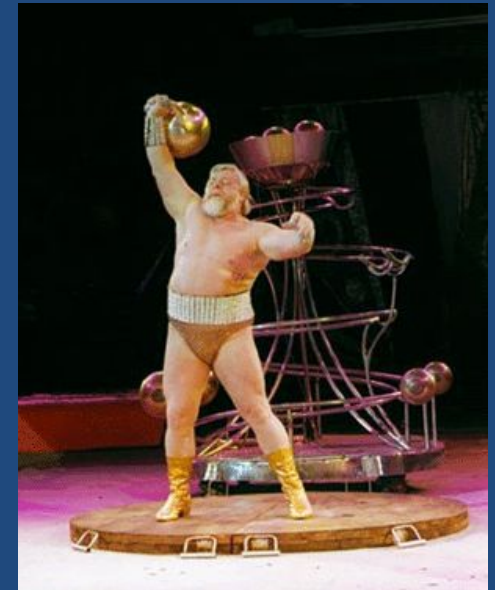
Задание № 1, стр. 90

«Преодоление»

Прочитайте эти примеры и подумайте, что роднит этих успешных и счастливых в профессиональной деятельности людей?

...Цирковой артист Валентин Дикуль, выполняя акробатический трюк, получил травму, приковавшую его к постели.

Врачи не оставляли никакой надежды. Благодаря ежедневным многочасовым упражнениям Валентина не только встал на ноги, но и вернулся на арену цирка, где жонглирует гирями, выдерживая груз почти в тонну.



...В 1996 году во время тренировки конек партнера буквально раскроил Лене череп. Врачи сделали все возможное — Лена осталась жива. А сама Лена и ее новый партнер Антон сделали невозможное — после нескольких лет упорных тренировок в 2002 году пара Бережная - Сихарулидзе завоевала олимпийскую золотую медаль.



...Великолепная, яркая балерина, обладающая безупречной техникой и заслуженно получающая награды за свое мастерство — такой мы знаем Анастасию Волочкову. Но, чтобы достичь этого, надо было преодолеть множество препятствий, в том числе сомнения специалистов, которые считали Анастасию слишком высокой для балета.



Задание № 2, стр. 91

««Определение мотивации». (методика Головахи)

Прочитайте приведенные ниже суждения о профессиях и выберите два из них, наиболее соответствующие вашим взглядам.

1. В наибольшей степени реализовать свои физические возможности, проявить силу, ловкость, волевые качества.

2. Достичь высокого общественного положения, известности, славы, получить признание окружающих.

3. Получать высокий заработок, обеспечивающий хорошие материальные условия.

4. Проявлять творческую инициативу, полностью раскрыть свои интеллектуальные способности.

5. Работать в хороших условиях, чтобы работа не была утомительной, не вызывала отрицательных эмоций.

6. Сохранить достаточно энергии и времени для увлечений, общения с друзьями и близкими.

Интерпретация результатов задания № 1

- Если выбранные вами суждения находятся в левой части таблицы (**профессиональная мотивация**), значит, в данный момент для вас актуальна профессиональная самореализация (выбор профессии и путей ее получения, профессиональный рост и карьера).
- Если выбранные суждения находятся в правой части таблицы (**внепрофессиональная мотивация**), значит, в данный момент для вас важнее вопросы, не связанные с профессиональной самореализацией (семья, здоровье, личностный рост, который не всегда связан с профессиональным).
- Если выбранные вами суждения оказались в разных частях таблицы, значит, ваша мотивация носит **противоречивый характер**. Решите, что для вас в данный момент важнее – профессиональное самоопределение ^{Урок 25} или другие вопросы.

Помните, как начинается «Сказка о царе Салтане»?



Три девицы под окном пряли поздно
вечерком.

«Кабы я была царица, — говорит одна
девица,

Я б на весь крещеный мир приготовила бы
пир».

«Если б я была царица, — говорит ее
сестрица,

Я б на целый мир одна наткала бы полотна».

«Если б я была царица, — третья молвила

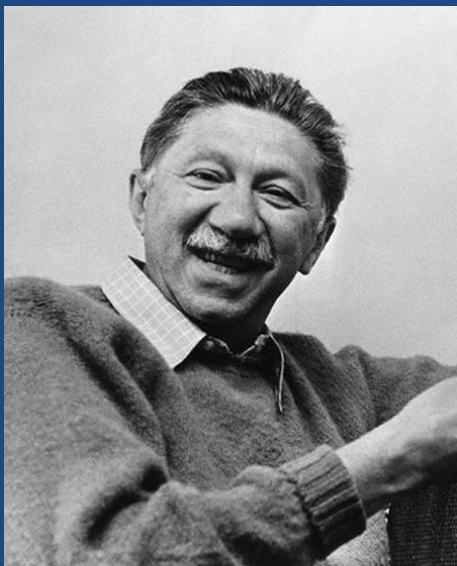
девица

Планирование жизни

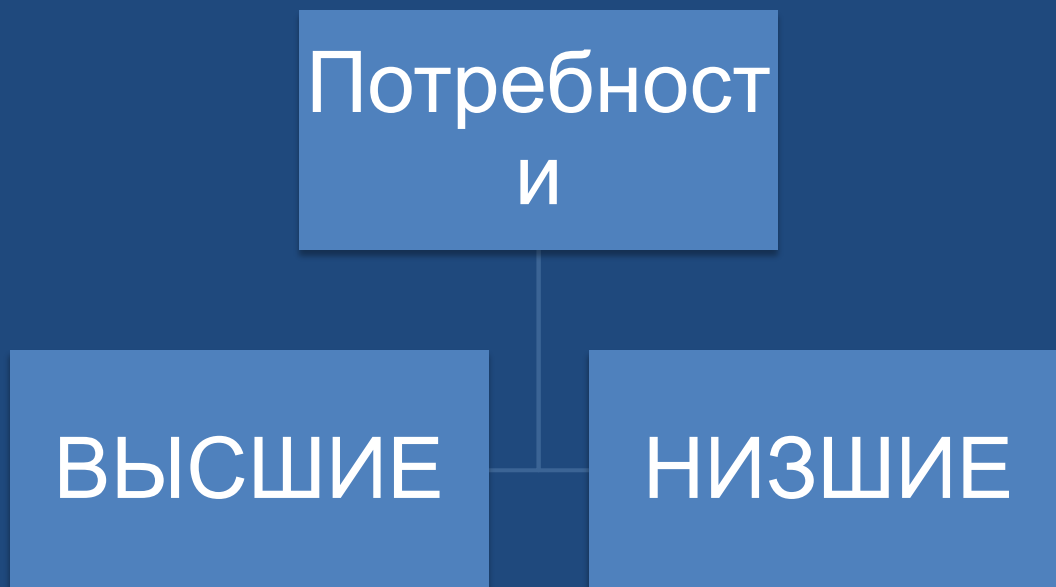
- Многие люди, подобно сестрам из сказки Пушкина, испытывают чувство досады и бессилия оттого, что не могут достичь всего, что хотят от жизни, разрываясь между взаимоисключающими мотивами.
- Как видим, это невозможно. Поэтому следует таким образом выстроить сценарий своей жизни, чтобы последовательно и планомерно добиваться поставленных целей.
- Подумайте, что для вас важнее всего в данный момент? Учеба? Работа? Личная жизнь? Творчество? Здоровье? Или что-то другое?

Итак, для достижения успеха в профессиональной деятельности недостаточно одной профессиональной пригодности — необходима **мотивация**.

В основе любой мотивации лежат цели и потребности человека.



Абрахам Маслоу (1908-1970), американский психолог





САМОРЕАЛИЗАЦИЯ

УВАЖЕНИЕ

СОЦИАЛЬНЫЕ потребности

**Потребности в
ЗАЩИЩЁННОСТИ**

**ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ
потребности**

Для большинства людей выход на более высокий уровень невозможен до тех пор, пока не удовлетворена потребность более низкого уровня. урок 25

- Большинство людей не способны подняться выше второй ступени, оставаясь на уровне физиологических потребностей.

- А они, в отличие от высших, имеют границу насыщения.

- Потребление сверх нормы — это

Иллюстрация — история пала, потому что ее правители остановились на нижних ступенях.



Еда стала для них целью, а не средством: пожирая блюда в невероятных количествах, они искусственно вызывали у себя рвоту, чтобы дальше поглощать вино и продукты. Эти оргии длились сутками.

Медицина определяет это состояние как психическое заболевание, церковь — как одержимость бесами, что, в принципе, одно и то же.

Непреодолимая страсть к власти или наживе также является деформированной потребностью. Расплата — распад отношений с людьми, личностная деградация.



Застревание на «нижних этажах» иерархии потребностей возникает и в том случае, если они не удовлетворяются.

Помните Акакия Акакиевича, героя гоголевской «Шинели»? У бедного чиновника была одна, но пламенная страсть — сшить новую шинель. Когда уличные грабители сняли с него эту шинель, жизнь для бедолаги потеряла смысл, и он умер.



Жизнь теряет смысл и в том случае, когда человек получает все, что хочет.

Может быть, поэтому самый высокий процент самоубийств — в странах с высоким уровнем доходов населения.

Клиентами психоаналитиков и психиатров чаще всего становятся очень обеспеченные люди.

Записать в тетрадь для
конспектов:

- Человек развивается полноценно только в том случае, если не останавливается на низших ступенях.
- Если вам посчастливится найти такой вид деятельности, в котором вы сможете реализовать высшие потребности — потребность в общении, уважении и самореализации, то вам не грозит пресыщение, поскольку эти потребности ненасыщаемы.
- <https://youtu.be/VJINB97kPqM>

Задание № 3, стр. 91

«По горячим следам»

На пяти этажах пирамиды разместите пять основных потребностей человека (по А. Маслоу). В конце жизни А. Маслоу понял ограниченность своей классификации потребностей. Как вы думаете, в чем несовершенство его «пирамиды»?

- **Примечание.** Пирамида Маслоу даже на первый взгляд далеко не безупречна: из иерархической модели мотивации следует, что высшие потребности могут актуализироваться лишь по мере удовлетворения низших, базовых. А это вовсе не бесспорно.
- Ведь именно человек способен ради высших целей пойти на многие лишения, пренебречь безопасностью ради любви, поделиться с ближним последним куском хлеба, отдать жизнь за свои убеждения.
- Осознав уязвимость своей модели, Маслоу радикально пересмотрел ее в своих поздних работах, разделив потребности на два класса:
- **Д-потребности** (потребности высшего порядка, дефицитарные, или насыщаемые) и
- **Б-потребности** (бытийные, ненасыщаемые), сведя проблему мотивации к вопросу, поставленному средневековыми богословами : «иметь или быть»

Задание № 4, стр. 92

«Круг чтения»

- Прочитайте отрывок из книги М. Веллера.
- Согласны ли вы с тем, что перечисленные ценности — главные в жизни?
- Разделяете ли вы взгляды автора на то, как большинство людей обходится с этими ценностями?
- Запишите свои мысли.

Конспект урока № 25

МОТИВЫ И ПОТРЕБНОСТИ

- Мотив — это причина, лежащая в основе выбора всех действий и поступков человека.
- В основе мотивации лежит ПОТРЕБНОСТЬ.
- Пирамида Маслоу: САМОРЕАЛИЗАЦИЯ, УВАЖЕНИЕ, СОЦИАЛЬНЫЕ потребности, Потребности в ЗАЩИЩЁННОСТИ, ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ потребности.
- Человек развивается полноценно только в том случае, если не останавливается на низших ступенях.

Результаты исследований (пример)

№ урока,	Номер и название упражнения	Результаты исследований	Примечания
Урок № 25	№ 5: «Иерархия потребностей»	<i>Материальные - ... баллов</i> <i>Потребности в безопасности - ...</i> <i>Социальные потребности - ...</i> <i>Потребности в признании - ...</i> <i>Потребности в самовыражении -</i>	

ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

1. № 5, стр. 94 «Иерархия потребностей»
2. № 4, стр. 92
3. Выучить определения из конспекта.



**Всем спасибо за
внимание !!!**

Литература:

Г.В.Резапкина, Психология и выбор профессии



Издательство
«ГЕНЕЗИС»

(495) 682-60-51

(495) 682-54-42

www.genesis-book.ru