

Одним из направлений работы ЦДО является **профориентация учащихся 9-11 классов.**

**Цель:** оказание психологической и информационной поддержки учащимся в профессиональном самоопределении, готовности к обоснованному выбору профессии и путей получения дальнейшего образования.

**Для достижения поставленной цели использовались различные формы работы:** профессиональное просвещение, профориентационная диагностика, консультации, подбор образовательных учреждений.

На диагностическом этапе были использованы методики, ориентированные на выявление интересов, склонностей личности и профессиональной направленности. Диагностику прошли 27 учащихся 9х, 11х классов, по результатам которой все учащиеся получили необходимую индивидуальную консультацию.

**В рамках просвещения до учащихся была доведена информация:**

- что такое профессия;
- основные правила выбора профессии;
- наиболее востребованы профессии и специальности;
- новые профессии;
- основные ошибки, допускаемые при выборе профессии;
- к кому и куда можно обратиться за помощью в выборе профессии.

**В период подготовки к экзаменам** с учащимися 9х, 11х классов также проводятся индивидуальные консультации и беседы по вопросу психологической подготовки к экзаменам.

Осуществляется индивидуальная помощь выпускникам, испытывающим трудности психоэмоционального характера. Работа направлена на развитие уверенности в себе, повышение сопротивляемости стрессу, формирование навыков самоконтроля.

Все учащиеся 9х, 11х классов проинформированы о методах работы с учебным материалом и текстом, ознакомлены с приемами эффективного запоминания, с психологическими рекомендациями, как себя вести на экзамене, и как справляться со стрессом.

***«Стресс – это не то, что с Вами случилось, а то, как Вы это воспринимаете» (Г.Селье)***

***«Когда человек в панике, он не способен сосредоточиться на решении той или иной проблемы, однако, заставив себя мысленно принять самое худшее, мы тем самым сбрасываем груз панического беспокойства и оказываемся в состоянии искать находить правильный выход» (Д. Карнеги).***

***Все учащиеся могут получать консультативную помощь, психологическую и информационную поддержку до окончания экзаменационного периода!***