**Итоговое занятие (18 мая-22 мая)**

Ребята, мы с вами подошли к концу наших профориентационных занятий. Кто-то из вас узнал о себе что-то новое, а кто-то подтвердил имеющиеся знания. Стоит помнить, что выбор профессии – это цель, к которой стремятся многие люди. Поэтому предлагаю вам следующее задание.

1. **Достижение цели** – это трудоемкий и сложный процесс, занимающий достаточно много времени. На то, как быстро человек достигает своих целей, влияет множество факторов. Давайте с вами узнаем, как вы достигаете своих целей.

Предлагаю вам пройти следующий опросник и изучить свои результаты по ссылке:

<https://psytests.org/emotional/ehlersA-run.html>

2. Не менее важным при выборе профессии является уровень самооценки. Самооценка, если говорить проще, это уровень своих притязаний к жизни, к людям, к работе/учебе и т.д. То есть, чем выше самооценка, тем выше уровень притязаний и наоборот.

Теперь предлагаю вам пройти еще опросник по ссылке:

<https://mtests.ru/tests/personality/metodika-diagnostiki-samoocenki/>

3. Зафиксируйте результаты обеих методик (уровень мотивации и уровень самооценки) и ответьте на вопросы:

1) Как мой уровень мотивации влияет на достижение моих целей?

2) Как мой уровень самооценки влияет на отношение к себе и тот выбор, который я совершаю по жизни?

*Форма контроля: ваши ответы я буду рада получить на свою почту yuliya-bochek@yandex.ru*