

«Азбука профориентации»

Рекомендации педагога-психолога учащимся 7 шагов к взвешенному решению

1. Составьте список подходящих для вас профессий. Напишите все профессии, которые вам нравятся и интересны.
2. Составьте описание вашей будущей профессии, какой вы ее видите. Попробуйте составить список требований к выбираемой профессии по плану:
 - выбираемая профессия и будущий род занятий;
 - выбираемая профессия и жизненные ценности;
 - выбираемая профессия и жизненные цели;
 - выбираемая профессия и ваши сегодняшние проблемы;
 - выбираемая профессия и реальное трудоустройство;
 - желательный уровень профессиональной подготовки;
 - выбираемая профессия и ваши склонности и способности;
 - желательные содержание, характер и условия работы.
3. Выясните, насколько все перечисленные требования значимы для вас, что в будущей профессии для вас будет наиболее важно.
4. Оцените свое соответствие требованиям каждой из подходящих профессий. Проанализируйте, развиты ли у вас профессионально важные качества, отвечают ли интеллектуальные способности, психологические особенности, состояние здоровья требованиям профессии.
5. Подсчитайте и проанализируйте результаты. Подумайте, какая профессия из всего списка больше других подходит вам по всем пунктам.
6. Проверьте результаты. Чтобы убедиться в правильности размышлений, обсудите свое решение с родителями, учителями, педагогом-психологом, профконсультантом.
7. Итак, решение принято, теперь необходимо обозначить основные практические шаги к успеху. Важно определить, в каком учебном заведении и на каких условиях вы сможете получить профессиональное образование, как развивать в себе профессионально важные качества, как можно получить практический опыт работы по данной специальности, как повысить свою конкурентоспособность среди других абитуриентов.

Памятка выбирающему профессию

Выбор профессии — сложный и ответственный шаг в твоей жизни. Не предоставляй выбор своей будущей профессии случаю. Профессию надо выбирать обдуманно, с учетом своих способностей, внутренних убеждений (только равнодушные идут куда придется), реальных возможностей, взвесив все «за» и «против».

С ЭТОЙ ЦЕЛЬЮ:

Изучи глубже самого себя:

- разберись в своих интересах (что тебе интересно на уровне хобби, а что может стать профессией), склонностях, особенностях своего характера и физических возможностях;
- подумай, какие у тебя сильные и слабые стороны, главные и второстепенные качества;
- ознакомься с профессиями, которые соответствуют твоим интересам и способностям. Прочти больше книг, статей, журналов;
- *наметь предварительно избираемую профессию или группу родственных профессий;*

Побеседуй с представителями избираемых профессий, постарайся побывать на рабочем месте этих специалистов, ознакомься с характером и условиями труда. Продумай, как, где и когда можно попробовать свои силы в этом деле практически и — действуй!

Ознакомься с учебными заведениями, в которых можно получить избранную профессию.

Сопоставь свои личные качества и возможности с характером той профессии, которую ты выбрал.

Приняв решение, не отступай перед трудностями. Будь настойчив в достижении намеченных целей.

ЛИЧНЫЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПЛАН УЧАЩЕГОСЯ

1. Главная цель (что я буду делать, каким буду, чего достигну, идеал жизни и деятельности).
2. Цепочка ближайших и более отдаленных конкретных целей (чему и где учиться, перспективы повышения мастерства).
3. Пути и средства достижения ближайших целей (беседы с людьми, проба сил, самообразование, поступление в учебное заведение, подготовительные курсы).
4. Внешние условия достижения целей (трудности, возможные препятствия, возможное противодействие тех или иных людей).
5. Внутренние условия (свои возможности: состояние здоровья, способности к теоретическому или практическому обучению, настойчивость, терпение, личные качества, необходимые для работы по данной специальности).
6. Запасные варианты целей и путей их достижения на случай возникновения непреодолимых препятствий для реализации основного варианта.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПЛАНА:

- определенность, ясность плана (если человек указывает на единственную профессию и соответствующий тип учебного заведения);
- полнота плана (когда учтены все необходимые факторы выбора профессии: направленность интересов, склонностей, способностей, состояние здоровья, уровень образования и т. д.);
- устойчивость плана (во времени, как уверенность в правильности выбора и помехоустойчивость в стремлении к его осуществлению);
- реалистичность плана (как опора на реальные социальные и психологические возможности реализации выбора);
- логическая обоснованность и внутренняя согласованность (как соотнесение склонностей и способностей человека с требованиями профессии);
- моральная оправданность плана (если мотивы профессии относятся к содержанию деятельности);
- согласованность плана с потребностями рынка труда.

ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПЛАНА

Составляя личный профессиональный план, необходимо:

- определить, какой вид деятельности вам интересен; проанализировать в какой степени выражены склонности к работе в сферах «человек-природа», «человек-техника», «человек-человек», «человек-знаковая система», «человек-художественный образ»; составить формулу интересующей профессии;
- выяснить, работники каких профессий требуются на рынке труда, в городе, районе, где вы живете;
- сопоставить полученные данные и сделать вывод, в какой области профессиональной деятельности вы могли бы работать;
- ознакомиться с интересующими профессиями, беседуя с их представителями, пользуясь профессиограммами, специальной литературой; посоветоваться с родителями; проконсультироваться с врачом;
- соотнести свои индивидуальные особенности с требованиями избранной профессии;
- узнать содержание интересующей профессии, условия работы, перспективы профессионального роста;
- ознакомиться с возможными путями освоения профессии; побывать в учебных заведениях на «Днях открытых дверей»;
- проанализировать преимущества и недостатки различных путей получения общеобразовательной и профессиональной подготовки.

ПРИНЦИПЫ, КОТОРЫМИ МОЖНО РУКОВОДСТВОВАТЬСЯ, ВЫБИРАЯ ПРОФЕССИЮ

ПРИНЦИП СОЗНАТЕЛЬНОСТИ

Правильно выбрать профессию может человек, четко осознавший:

- что он хочет (осознающий свои цели, жизненные планы, идеалы, стремления, ценностные ориентации);
- что он есть (знающий свои личностные и физические особенности);
- что он может (знающий свои склонности, способности, дарования);
- что от него потребует работа и трудовой коллектив.

ПРИНЦИП СООТВЕТСТВИЯ

Выбираемая профессия должна отвечать (соответствовать) интересам, склонностям, способностям, состоянию здоровья человека и одновременно потребностям общества в кадрах.

ПРИНЦИП АКТИВНОСТИ

Профессию надо активно искать самому. В этом большую роль призваны сыграть: практическая проба сил в кружках, секциях, на факультативах; чтение литературы, экскурсии, встречи со специалистами, посещение учебных заведений в «Дни открытых дверей», самостоятельное обращение к психологу или профконсультанту.

ПРИНЦИП РАЗВИТИЯ

Отражает идею необходимости развивать в себе такие качества, которые нужны для любой профессии. Это — психические процессы (мышление, память, внимание) и следующие черты характера: трудолюбие, добросовестность, прилежность, организованность, исполнительность, самостоятельность, инициативность, умение переносить неудачи, выдержка, настойчивость.

ОШИБКИ И ЗАТРУДНЕНИЯ ПРИ ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ

1. НЕЗНАНИЕ ПРАВИЛ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ:

- выбор профессии за компанию;
- перенос отношения к человеку на саму профессию;
- отождествление учебного предмета с профессией;
- ориентация сразу на профессии высокой квалификации;
- неумение определить путь получения профессии.

2. НЕЗНАНИЕ САМОГО СЕБЯ:

- незнание или недооценка своих физических особенностей;
- незнание или недооценка своих психологических особенностей;
- неумение соотнести свои способности с требованиями профессии;

3. НЕЗНАНИЕ МИРА ПРОФЕССИЙ:

- увлечение только внешней стороной профессии;
- предубеждение в отношении престижности профессии;
- незнание требований профессии к человеку;
- устаревшие представления о характере и условиях труда конкретной профессии.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРИГОДНОСТЬ

Различают следующие степени профессиональной пригодности:

1. Непригодность.

Она может быть временной или практически непреодолимой. О ней говорят в тех случаях, когда имеются отклонения в состоянии здоровья, несовместимые с работой. При этом дело обстоит не обязательно так, что человек не может работать, а так, что работа в данной профессии может ухудшить состояние человека. Противопоказания бывают не только медицинские, но и психологические: те или иные стойкие личные качества будут помехой для овладения определенной профессией.

2. Годность.

Характеризуется тем, что нет противопоказаний, но нет и очевидных показаний. Иначе говоря, ни за, ни против. «Можешь выбирать эту профессию. Не исключено, что станешь хорошим работником». Примерно такими словами можно охарактеризовать данную степень профессиональной пригодности.

3. Соответствие.

Нет противопоказаний и есть некоторые личные качества, соответствующие требованиям профессии. Например, есть выраженный интерес к определенным объектам труда (технике, природе, людям, искусству) или успешный опыт в данной области. При этом не исключено соответствие другим профессиям. «Можешь выбрать эту профессию. И весьма вероятно, что ты будешь хорошим работником».

4. Призвание.

Это высший уровень профессиональной пригодности. Он характеризуется тем, что во всех элементах ее структуры есть явные признаки соответствия человека требованиям избираемого вида труда. Речь идет о признаках, которыми человек выделяется среди своих сверстников, находящихся в равных условиях обучения и развития. «В этой и именно в этой области труда ты будешь наиболее нужен людям». Чтобы открыть в себе призвание, важно смело «примеривать» себя к самым разным профессиям, необходимо практически пробовать свои силы в разных видах труда.

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ ПРИ ВЫБОРЕ УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ

Возможно, выбранную вами профессию можно получить в нескольких учебных заведениях. В таком случае возникает проблема выбора учебного заведения. Правильный выбор можно сделать, узнав все об этих учебных заведениях.

Собирая информацию об учебном заведении, следует получить ответы на следующие вопросы:

- Какой уровень образования позволяет получить учебное заведение (профессионально-техническое, среднее специальное, высшее)?
- По каким специальностям и специализациям осуществляется профессиональная подготовка?
- Какая квалификация присваивается по окончании учебного заведения?
- Каковы предоставляемые формы обучения (дневная, вечерняя, заочная)?
Платное или бесплатное обучение? Размер оплаты?
- Какие требования предъявляются к поступающим (возраст, состояние здоровья, пол, уровень образования)?
- Каков порядок приема в учебное заведение (сроки подачи документов, сроки сдачи экзаменов, льготы поступающим)?
- Какова продолжительность обучения?
- Оказывает ли учебное заведение помощь в трудоустройстве выпускников?
- Есть ли подготовительные курсы. Когда они начинают работать и какая оплата?
- Когда проводятся «Дни открытых дверей» в учебном заведении?
- Адрес учебного заведения и его полное название?

УСЛОВИЕ ОПТИМАЛЬНОГО ВЫБОРА ПРОФЕССИИ

ХОЧУ — стремления личности (желания, интересы, склонности, идеалы).

МОГУ — возможности личности (состояние здоровья, способности, уровень знаний, характер, темперамент).

НАДО — потребности общества в кадрах, и осознания необходимости затратить определенные усилия для достижения жизненно важных целей.

Планируя свою профессиональную карьеру, полезно ответить на следующие вопросы

- От каких своих умений и способностей вы получаете наибольшее удовлетворение?
- Каковы ваши основные интересы и любимое времяпрепровождение?
- Какие учебные предметы у вас любимые?
- Чем бы вы хотели заниматься каждый день по 8 часов из года в год?
- О какой работе вы мечтаете?
- Каким вы представляете свое занятие через 10 лет?
- Какая работа была бы для вас идеальной? Опишите ее как можно подробнее. Представьте себя на этой работе, с кем вы работаете, как проводите время?
- Каковы ваши критерии выбора профессии? (обязательные и желательные)
- Какие ваши сильные стороны и навыки более всего позволяют вам считать себя подходящим для работы, которая вам кажется идеальной.