

«ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ ПОДРОСТКОВ. ВАЖНЫЕ АСПЕКТЫ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ»



Во все времена все люди хотели бы заниматься любимым делом, найти свое призвание. Однако далеко не многим это удается. Как помочь своим подрастающим детям помочь выбрать профессию по душе?

Вопрос выбора профессии по призванию - это фундаментальный вопрос человека, вопрос его счастья. Как говорит хоть и несколько избитое, но не

переставшее от этого быть правильным выражение: «Найди работу по душе и тебе не придется работать ни дня в своей жизни».

Профориентация и ее компоненты

Профессиональная ориентация представляет собой обоснованную систему социально-экономических, психолого-педагогических, медико-биологических, производственно-технических мер, направленных на оказание помощи детям, подросткам и молодежи в профессиональном самоопределении. Правильно выбранная профессия соответствует интересам и склонностям человека, находится в полной гармонии с призванием. В таком случае профессия приносит радость и удовлетворение. Социальная значимость и удовлетворенность профессией повышаются, если она отвечает современным потребностям общества, престижна, носит творческий характер, высоко оценивается материально.

Система профессиональной ориентации включает в себя следующие компоненты: профессиональное просвещение (профинформация), профессиональная диагностика, профессиональная консультация, профессиональный отбор, профессиональная адаптация.

Профессиональное просвещение имеет своей целью сообщение школьникам определенных знаний о социально-экономических, психофизиологических особенностях тех или иных профессий. С работы по профессиональному просвещению начинается ознакомление детей и подростков с профессиями, с потребностями конкретного района, города в профессионалах. Учителя, классные руководители, родители могут активно влиять на правильный выбор профессии, на формирование профессиональных мотивов.



Профессиональная диагностика осуществляется специалистами по отношению к каждому конкретному человеку с использованием различных

методик. В ходе профессиональной диагностики изучаются особенности высшей нервной деятельности человека, состояние его здоровья, интересы и мотивы, ценностные ориентации, установки в выборе профессии.

Профессиональная консультация заключается в оказании помощи, рекомендациях специалистов (психологов, врачей, педагогов), в установлении соответствия между требованиями, предъявляемыми к профессии, и индивидуально-психологическими особенностями личности. Различают несколько типов профконсультаций. В ходе справочно-информационной консультации школьника знакомят более глубоко с содержанием профессии, требованиями к ней, возможностями трудоустройства, повышения профессионального мастерства. Диагностическая индивидуальная профконсультация имеет своей целью определение возможных областей деятельности, в которых ученики могут наиболее успешно трудиться. Результатом диагностической индивидуальной профконсультаций должно быть определение не одной какой-либо профессии, а группы родственных профессий. Медицинская профконсультация устанавливает степень соответствия здоровья человека требованиям профессии.

Профессиональный отбор направлен на предоставление личности свободы выбора в мире профессий. Его осуществляют учебные заведения, предъявляющие определенные требования к поступающим в них, или учреждения, принимающие человека на работу. При профессиональном выборе необходимо учитывать семейные традиции, мнение друзей, мотивы удовлетворенности трудом и др.

Возрастные особенности при проведении профориентационной работы

Компоненты профориентации взаимосвязаны, соподчинены. Проведение профориентации в школе во многом зависит *от возрастных особенностей школьников.*

В I-IV классах формируется положительное отношение учащихся к труду, показывается важность и необходимость их труда для общества, сила и красота труда, формируется потребность быть полезным людям. В VII-X классах раскрываются нравственные основы выбора жизненного пути, учащиеся знакомятся с конкретными видами трудовой деятельности, расширяется круг представлений о труде взрослых. Ученикам предоставляется возможность ознакомиться с практическим применением достижений науки в различных сферах. В X-XI классах профессиональные интересы школьников более дифференцированы, осознаны. Учащиеся в процессе профориентации получают более полные сведения об экономике производства, уровне механизации и автоматизации. Старшеклассники принимают решение о



выборе профессии, у большинства из них четко определяются мотивы учебной деятельности.

Исследованиями психологов доказано, что существует оптимальный возраст для начала активного формирования у человека его профессиональных интересов. Отношение к профессии с 7 до 12 лет характеризуется профессиональными намерениями, получившими название «воображаемый выбор». Обычно все дети этого возраста мечтают о будущей профессии, но только в редких случаях эта мечта перерастает в устойчивый профессиональный интерес.

В младшем возрасте познавательные интересы детей, как правило, являются эпизодическими. Они возникают в определенной ситуации, чаще всего под непосредственным воздействием урока, и почти всегда угасают, как только урок закончился или когда ребенок получил сведения, удовлетворившие его эпизодический интерес.



В подростковом возрасте интерес часто получает стойкий, постоянный характер. Он уже не связан непосредственно с ситуацией и, как правило, ею не порождается. Такой интерес возникает постепенно, по мере накопления знаний и опирается на внутреннюю логику этого знания. Чем больше узнает школьник об интересующем его предмете, тем больший интерес у него возникает к этому предмету. Формирование такого рода относительно стойких личностных интересов в среднем школьном возрасте создает особый облик подростков: они живо откликаются на новые открытия, изобретения, широко интересуются техникой, больше начинают посещать различные кружки, секции, студии, читать научно-популярную техническую литературу, начинают сами делать опыты, мастерить модели, собирать и разбирать технику, например, и т. п.

Появление стойких осмысленных профессиональных интересов возникает в 13–14-летнем возрасте, когда начинается развитие профессионального самосознания. Именно этот возраст жаждет активной деятельности. В связи с большой подвижностью и динамичностью подросткам нравятся профессии, связанные с перемещениями объектов, управлением механизмами, регулированием скоростей.

Эффективными с точки зрения указанных социально-психологических особенностей формирования профессиональных интересов и намерений учащихся общеобразовательных учреждений можно условно выделить **четыре этапа профориентационной поддержки социального взросления личности**. Названия этих этапов отражают преобладающий вид деятельности и основную задачу, решаемую им.

I этап (I–IV классы) – ориентационно-отношенческий. Цель его состоит в том, чтобы развить у младших школьников положительные отношения к физическому труду; уважение к людям различных профессий, в том числе и рабочих профессий; интерес к профессиональному труду на

основе практического включения в различные виды познавательной, игровой, общественно полезной, досуговой деятельности; стремление своим посильным трудом доставлять окружающим радость и получать от этого моральное удовлетворение.

II этап (V-VII классы) – ориентационно-личностный. На основе ознакомления школьников с миром профессий, а также с профессиями, необходимыми для данного региона и с учетом производственного окружения, профконсультанту, классному руководителю, педагогу- психологу, социальному педагогу необходимо актуализировать у младших подростков значимость профессиональной деятельности в жизни человека. С этого этапа собственно и начинается профессиональная ориентация. Необходимо оказать поддержку учащимся в осознании ими своих интересов, способностей, социальных ценностей с ориентацией на будущую профессиональную деятельность.



III этап (VIII-IX классы) – ориентационно-производительный. Целью этого этапа должно стать формирование допрофессиональных трудовых умений и активная деятельность самих старших подростков по формированию личностного выбора возможного трудоустройства или продолжения образования в общеобразовательных учреждениях и учреждениях профессионального образования.

IV этап (X-XI классы) – ориентационно-уточняющий. На этом этапе осуществляется психолого-педагогическая поддержка старшеклассников в процессе их деятельности по уточнению социально-профессионального выбора в условиях вариативного обучения, к которому проявился устойчивый интерес и способности. Внимание сосредотачивается на развитии соответствующих профессионально важных качеств, индивидуальном стиле деятельности; контроле и коррекции образовательных и профессиональных планов, способах оценки результатов, достижений в избранной профессиональной деятельности, самоподготовке к ней и саморазвитии, формировании опыта коммуникативной и организаторской деятельности.

Психологические типы профессий

Все профессии могут быть отнесены к тем или иным типам в зависимости от предмета труда (с чем имеет дело работник), средств труда (использует ли он машины или ручные инструменты) и т.п. Учитывая предлагаемую типологию, каждой профессии можно привести в соответствие некий код, или профиль - то есть, к какому типу и по какому критерию она относится. А потом составить для себя «идеальную формулу профессии» предпочитаемые предмет труда, средства. И таким образом понять, какая профессия вам подходит, а какая нет.

1. В зависимости от **предмета труда** все профессии подразделяются на пять типов.

Однако имеет смысл не просто относить профессию к одному из пяти типов, такой способ подходит только для некоторых профессий, четко соответствующих одному из пяти предметов труда. Для каждой профессии психологи определяют, какой предмет труда ближе, с чем преимущественно приходится иметь дело - таких предметов, характеризующих профессию, может быть и три. Такая дифференцированная оценка позволяет нам различать и профессии внутри одной группы: по тому, какой из предметов труда назван вторичным для данной профессии.

«Человек-природа»

Профессии: ветеринар, микробиолог, орнитолог, семеновод, мастер-животновод, зоотехник, агроном, кинолог, лаборант химико-бактериологического анализа и др.

Среди профессий типа «человек-природа» можно выделить профессии, предмет труда которых: растительные организмы, животные организмы, микроорганизмы.

Это профессии, связанные с сельским хозяйством, пищевой промышленностью, медициной и научными исследованиями (биология, география). Как ни странно, определенный интерес к природе (хотя, конечно, не основной) должны иметь психолог, менеджер по туризму и гостиничному бизнесу.



Указанное деление не означает, конечно, что труд человека направлен только на упомянутые выше предметы. Растениеводы, например, работают в коллективе, используют разнообразную технику, занимаются вопросами экономической оценки своего труда. Но все же главный предмет внимания и забот растениеводов - растения и их среда существования.

С другой стороны, при выборе профессии этого типа очень важно разобраться, как именно вы относитесь к природе: как к месту для отдыха или как к мастерской, в которой вы собираетесь отдавать все силы производству.

И еще один момент, который надо учитывать при выборе профессии. Особенность биологических объектов труда состоит в том, что они сложны, изменчивы (по своим внутренним законам), нестандартны. И растения, и животные, и микроорганизмы живут, растут, развиваются, а также болеют, гибнут. Работнику нужно не просто очень много знать о живых организмах, но предвидеть возможные изменения в них, которые подчас необратимы. От человека требуется инициатива и самостоятельность в решении конкретных трудовых задач, заботливость, дальновидность.

«Человек-техника»

Здесь главный, ведущий предмет труда - технические объекты (машины, механизмы), материалы, виды энергии.

Профессии: проходчик, столяр, техник-металлург, инженер-механик, архитектор, электромонтажник, радиомеханик, строитель, сборщик компьютеров, специалист по телекоммуникациям и др.

Конечно, труд работников здесь направлен не только на технику, но все же ведущий предмет профессионального внимания - область технических объектов и их свойств.

Среди профессий типа «человек-техника» можно выделить:

- профессии по добыче, обработке грунтов, горных пород;
- профессии по обработке и использованию неметаллических промышленных материалов, изделий, полуфабрикатов;
- профессии по производству и обработки металла, механической сборки, монтажу машин, приборов;
- профессии по ремонту, наладке, обслуживанию технологических машин, установок, транспортных средств;
- профессии по монтажу, ремонту зданий, сооружений, конструкций;
- профессии по сборке, монтажу электрооборудования, приборов, аппаратов;
- профессии по ремонту, наладке, обслуживанию электрооборудования, приборов, аппаратов;
- профессии, связанные с применением подъемных, транспортных средств, управление ими;
- профессии по переработке продуктов сельского хозяйства.

При обработке, преобразовании, перемещении или оценки технических объектов от работника требуются точность, определенность действий. Поскольку технические объекты практически всегда создаются самим человеком, в мире техники имеются особенно широкие возможности для новаторства, выдумки, технического творчества. Наряду с творческим подходом к делу в области техники от человека требуется высокая исполнительская дисциплина.

«Человек-человек»

Здесь главный, ведущий предмет труда - люди.

Профессии: врач, учитель, психолог, парикмахер, экскурсовод, менеджер, маркетолог, логист, руководитель художественного коллектива и др.

Среди этого типа профессий можно выделить:

- профессии, связанные с обучением и воспитанием людей, организацией детских коллективов;
- профессии, связанные с управлением производством, руководством людьми, коллективами;

- профессии, связанные с бытовым, торговым обслуживанием;
- профессии, связанные с информационным обслуживанием;



- профессии, связанные с информационно-художественным обслуживанием людей и руководством художественными коллективами;
- профессии, связанные с медицинским обслуживанием.

Для успешного труда по профессиям этого типа нужно научиться устанавливать и поддерживать контакты с людьми, понимать людей, разбираться в их особенностях, а также овладеть знаниями в соответствующей области производства,

науки, искусства.

Краткий перечень качеств, которые очень важны в работе:

- устойчивое хорошее настроение в процессе работы с людьми,
- потребность в общении,
- способность понимать намерения, помыслы, настроения людей,
- умение быстро разбираться во взаимоотношениях людей,
- умение находить общий язык с разными людьми.

«Человек-знаковая система»

Здесь главный, ведущий предмет труда - условные знаки, цифры, коды, естественные или искусственные языки.

Профессии: переводчик, чертежник, инженер, топограф, секретарь-машинист, программист и др.

Профессии типа **«человек - знаковые системы»** включают:

- профессии, связанные с оформлением документов, делопроизводством, анализом текстов или их преобразованием, перекодированием,
- профессии, предметом труда в которых являются числа, количественные соотношения,
- профессии, связанные с обработкой информации в виде системы условных знаков, схематических изображений объектов.

Чтобы успешно работать по профессии, нужны особые способности мысленно погружаться в мир, казалось бы, сухих обозначений, отвлекаться от собственно предметных свойств окружающего мира и сосредотачиваться на сведениях, которые несут в себе те или иные знаки. При обработке информации в виде условных знаков возникают задачи контроля, проверки, учета, обработки сведений, а также создания новых знаков, знаковых систем.



«Человек-художественный образ»

Здесь главный, ведущий предмет труда - художественный образ, способы его построения.

Профессии: артист, художник, музыкант, дизайнер, резчик по камню, литературный работник и др.



Профессии типа «человек - художественный образ» включают:

- профессии, связанные с изобразительной деятельностью,
- профессии, связанные с музыкальной деятельностью,
- профессии, связанные с литературно-художественной деятельностью,
- профессии, связанные с актерско-сценической деятельностью.

Одна из особенностей профессий типа «человек - художественный образ» состоит в том, что значительная доля трудовых затрат остается скрытой от стороннего наблюдателя. Более того, нередко прилагаются специальные усилия для создания эффекта легкости, непринужденности конечного результата труда.

2. По **условиям труда** выделяют четыре группы профессий:

- Труд в условиях обычного (бытового) микроклимата (бухгалтер, инженер, программист, секретарь-референт).
- Труд с пребыванием на открытом воздухе с резкими перепадами температуры, влажности (строитель, пожарник, полевод, агроном).
- Труд в необычных условиях: под землей, под водой, на высоте, в воздухе, в горячих цехах, в цехах с неизбежными производственными вредностями (летчик, шахтер, водолаз, аппаратчик).
- Труд с повышенной моральной ответственностью за здоровье, жизнь людей, за большие общественные, материальные ценности (учитель, врач, инженер по технике безопасности, аудитор).

3. В зависимости от **средств труда** профессии подразделяют на 4 отдела:

- Профессии, связанные с использованием ручного труда (столяр, монтажник радиоаппаратуры, ювелир, музыкант, хирург).
- Профессии, связанные с использованием машин с ручным управлением (токарь, водитель, машинист, оператор связи).
- Профессии, связанные с использованием полуавтоматов, автоматов, автоматических линий, робототехнических комплексов (сталевар, печатник, аппаратчик, диспетчер энергосистемы).
- Профессии, связанные с использованием функциональных средств, орудий труда (преподаватель, актер, дирижер, режиссер, спортсмен).

4. В зависимости от **цели труда** можно выделить три класса профессий:

- Гностические: распознать, различить, оценить, проверить (санитарный врач, литературный критик, контролер, товаровед, эксперт, следователь).
- Преобразующие: обработать, переместить, организовать, преобразовать (водитель, живописец, преподаватель, паркетчик, слесарь, портной).
- Изыскательские: изобрести, придумать, найти новый вариант, сконструировать (закройщик, разметчик, селекционер, художник-оформитель).

Пример формулы профессии: Юрист

Предмет труда: ЧЕЛОВЕК (юрист прежде всего обслуживает людей, общается с ними, помогает решать их проблемы, анализирует их), Знаковая система (юрист занимается чтением и анализом документов, справочников, сборников законов, статистической информации).

Условия труда: С ПОВЫШЕННОЙ МОРАЛЬНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ (за жизнь и честь человека), бытовые (иногда - если это юрист-следователь, милиционер - то на открытом воздухе).

Средства труда: ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ (собственные мозги, язык, жесты, мимика), иногда - автоматизированные (компьютер).

Цели труда: ГНОСТИЧЕСКАЯ (определить-опознать причину, определить, к какому классу ситуаций относится случай клиента - сортировать, классифицировать), Изыскательская (найти способ защиты подсудимого, способ подачи информации, улики).

Профориентация и семья

Огромную роль в выборе будущей профессии играет семья, хотя сами подростки сами могут этого и не осознавать. Зачастую они ориентируются на профессии родственников. Известны примеры трудовых династий, когда несколько поколений одной семьи работают по одной специальности, и случаи, когда кто-то становится «врачом, как мама», или «шофёром как папа».

С одной стороны, семейная традиция может ограничивать вероятный выбор. Подросток как бы идёт по инерции, не пытаясь понять, насколько профессия родителей действительно соответствует его интересам и склонностям. С другой стороны, он очень хорошо представляет данную профессию и отдаёт себе отчёт в том, какие качества для неё требуются. Например, дети врачей прекрасно знают, что медицинская профессия подразумевает срочные вызовы и сверхурочную работу, а также просьбы о помощи со стороны знакомых и соседей, а дети учителей – что необходимо готовиться к урокам и проверять тетради. Таким образом,



если подросток выбирает профессию родителей, важно обсудить с ним мотивы его выбора, понять, что им движет.

Семья - это то пространство, где формируется отношение к работе, к профессиональной деятельности. У каждого из нас, взрослых, есть своё представление о работе, которое мы, сами порой того не ведая, передаём ребёнку. Если родители относятся к работе как к значимой части своей жизни, рассматривают её как средство самореализации и самовыражения, то ребёнок с раннего детства усваивает, что удовлетворённость жизнью напрямую связана с работой, и наоборот.



Как же родители могут помочь подростку определиться с профессией?

1. Проводите ненавязчивые беседы с подростком. Постарайтесь выявить его предпочтения, узнав и о предпосылках данных предпочтений. Так вы поймете, выбрал ли ребёнок профессию осознанно, или просто подвергся веянию модных тенденций.
2. Помогите ребенку больше узнать о выбранной им сфере деятельности. Купите специализированную литературу, предложите посмотреть, как выглядит работа на практике. Не лишним будет организовать знакомство с человеком, который также выбрал эту профессию. Опыт реальных людей может существенно отличаться от выхолощенной картинки с экрана телевизора.
3. Предложите пройти тесты по профориентации. Объясните, что результаты носят исключительно рекомендательный характер.
4. Не настаивайте, если подросток не хочет поступать в ВУЗ. Для освоения ряда профессий достаточно учебы в техникуме или колледже. Со временем ребенок сможет сам осознать, нужно ли ему высшее образование. Это поможет ему более ответственно относиться к учебе, а не ходить на занятия «из-под палки».
5. Если вы проживаете в маленьком городе, узнайте, какие профессии популярны в крупных мегаполисах. Возможно, так вы не только повлияете на будущее благополучие своего ребенка, но и сэкономите денежные средства. В некоторых случаях учеба в больших городах менее затратная.
6. Помогите ребенку попробовать свои силы в выбранной им профессии до поступления в учреждение высшего образования. Если он грезит ресторанным бизнесом, пусть поработает простым официантом.

Будущим авто-конструкторам будет полезно побыть подмастерьем в автосервисе.

7. Дайте возможность ребенку принять решение самостоятельно. В случае ошибки он все равно получит ценные навыки. Плюс вы не станете объектом его необоснованных обвинений в неудачном выборе. Лучше быть в статусе друга, нежели заслужить славу диктатора.

Рекомендации подросткам при выборе профессии

Правильный выбор профессии позволяет реализовать свой творческий потенциал, избежать разочарования, оградить себя от неуверенности в завтрашнем дне.



Какой выбор профессии можно считать правильным?

Во-первых, будущая работа должна быть в радость, а не в тягость (**ХОЧУ**).

Во-вторых, вы должны обладать набором профессионально важных для этой работы качеств (**МОГУ**).

В-третьих, эта профессия должна пользоваться спросом на рынке труда (**НАДО**).

1. Проанализируйте ситуацию на рынке труда. Обратите внимание на то, что с каждым годом появляются все новые профессии. Будьте готовы к тому, что придется регулярно повышать квалификацию, осваивать смежные специальности. Не бойтесь того, что выбор профессии сейчас, фатальным образом определит всю Вашу судьбу. Изменение выбора, освоение новой специальности сделает Вас ценным специалистом, востребованным в междисциплинарных областях деятельности. Первая профессия, даже если Вы затем передумаете и найдете что-то более привлекательное, пригодится в неожиданных ситуациях.

2. Не ставьте во главу угла свои или чужие представления о престижности профессии. Экономист или психолог ничуть не более полезен для общества, чем химик или слесарь. Престижность профессии должна учитываться - но после учета Ваших интересов и способностей. Иначе будете владеть (если будете) «модной», но не приносящей удовольствия специальностью.

3. При выборе профессии надо учитывать, прежде всего, особенности данного вида деятельности, а не выбирать профессию только потому, что тебе нравится или не нравится человек, который занимается данным видом деятельности.

4. Не увлекайтесь только внешней или какой-нибудь частной стороной профессии. За легкостью, с которой актер создает на сцене образ, стоит напряженный, будничный труд.

5. Не отождествляйте школьный учебный предмет с профессией. Есть такой предмет, как иностранный язык, а профессий, где требуется способность к языку много - переводчик, экскурсовод, телефонист международной связи и др. Поэтому при выборе профессии надо учитывать, какие реальные занятия и профессии за этим предметом стоят.

6. Существуют профессии, которые могут быть тебе противопоказаны, т.к. они могут ухудшить состояние здоровья.

7. Не воспринимайте инструкции буквально, лучше даже, если ты творчески подойдешь к делу и разработаешь для себя свой собственный план - список необходимых для выбора профессии действий. Сюда могут быть включены: анализ предложений на рынке образования, анализ спроса на рынке труда, объективная оценка своих способностей, склонностей, знаний и т.д.



Правила выбора профессии

- Необходимо изучить как можно больше профессий, определить, какие профессии и специалисты необходимы в регионе, где вы проживаете.
- Важно изучить самого себя (интересы, склонности, способности, темперамент, черты характера, особенности познавательных процессов, здоровье, самооценку, уровень притязаний и др.).
- Следует выбрать наиболее привлекательную, подходящую профессию.
- Подробно изучить выбранную профессию: ознакомиться с профессиограммой, определить формулу профессии, уточнить содержание, условия труда и требования, предъявляемые профессией к человеку. Изучить возможности ее приобретения и перспективы профессионального роста.
- Попробовать свои силы в выбранной профессии (в кружках по интересам, в учебно-производственном комбинате).



- Сравнить полученные знания о профессии со своими возможностями, посоветоваться с родителями, учителями, врачами, психологом, получить квалифицированную профконсультацию.
- При определении соответствия своих профессиональных возможностей требованиям выбранной профессии получить в школе или учреждении профессионального образования первоначальную профессиональную подготовку, реализовывать самоконтроль готовности к профессиональному самоопределению.

- При отсутствии указанного соответствия найти запасной вариант профессионального выбора.
- Выбрав для себя будущую профессию, необходимо проявлять настойчивость в реализации намерения и овладении профессией в совершенстве.

При выборе профессии необходимо избегать следующих ошибок:

- Выбор профессии «за компанию».
- Подчинено давлению родителей или других родственников, которые могут внушать вам, что тот вариант, который они предлагают, для вас оптимален.
- Увлечение только внешней стороной профессии.
- Перенос отношения к человеку - представителю данной профессии на саму профессию. Очень часто личная симпатия к человеку вызывает желание иметь такую же профессию.
- Устаревшее представления о характере труда, об особенностях той или иной профессии.
- Отождествление учебного предмета с профессией.
- Незнание и недооценка своих физических противопоказаний.
- Неумение разобраться в своих способностях, особенностях характера, мотивах выбора.
- Предубеждение в отношении престижности и непрестижности профессии.
- Недостаточное знание профессии.

При выборе профессии нужно:

- Знать как можно больше профессий, структуру рынка труда;
- Определиться в своих интересах;
- Знать, в каких учебных заведениях можно получить ту или иную профессию;
- Иметь основной и запасной варианты профессионального выбора;
- Иметь (желательно) опыт профессиональных проб.
- Оценить свои психологические и психофизиологические особенности личности (склонности, способности, темперамент, характер, состояние здоровья);
- Знать региональную структуру потребности в кадрах, имеющую свою специфику в каждом регионе;
- Знать содержательные особенности и условия трудовой деятельности.



Выбирая профессии, важно:

- Определить свои способности, возможности, интересы и склонности, которые могут способствовать успеху в обучении и работе. Это можно сделать, обратившись к школьному психологу. При этом надо помнить, что даже абсолютно полное совпадение имеющихся у вас качеств с желательными качествами для данной профессии, еще не делает вас готовым специалистом. Так как практически каждая специальность требует определенного уровня знаний и умений, то есть профессионального обучения (образования).
- Получить информацию об интересующих профессиях: содержание работы, условиях труда, требованиях, предъявляемых профессиями к человеку. Перспективах развития профессий и др.
- Узнать, в каких учебных заведениях, и на каких условиях можно получить интересующую специальность.
- Выяснить возможности трудоустройства. Проанализировать собранную информацию, проконсультироваться со специалистом-профконсультантом в центре занятости.

Выбирая учебное заведение:

- Узнайте всё об учебных заведениях, где можно получить выбранную вами специальность.
- Убедитесь в том, что вы соответствуете требованиям, предъявляемым к поступающим.
- Узнайте условия поступления, продолжительность обучения, основные изучаемые дисциплины, какая квалификация присваивается по окончании.
- Если учебное заведение проводит собеседование, важно основательно к нему подготовиться. Начните с того, что обдумайте причины вашего выбора и ваши профессиональные интересы. Какими умениями и навыками вы обладаете? Как лучше всего показать, что ваши личные интересы и способности соответствуют месту обучения, на которое вы претендуете?
- Готовясь к собеседованию, уделите время своему внешнему виду. Опрятности и соответствующей одежде сегодня придается огромное значение.
- Готовясь к поступлению, имейте в запасе несколько вариантов.

Методики для профессионального отбора и профориентации

Диагностика структуры сигнальных систем (Э.Ф. Зеер, А.М. Павлова, Н.О. Садовникова). На основе относительного преобладания у человека первой или второй сигнальной системы определяются специфические типы высшей нервной деятельности: художественный (преобладание первой

сигнальной системы), мыслительный (преобладание второй сигнальной системы) и средний (относительно одинаковая роль обеих систем). По результатам диагностики выдаются рекомендации о том, какой вид трудовой деятельности более всего подходит испытуемому.

«Дифференциально-диагностический опросник» (ДДО). Методика предназначена для отбора на различные типы профессий в соответствии с классификацией типов профессий Е.А. Климова (человек-природа, человек-техника, человек-человек, человек-знак, человек-художественный образ). Результаты опросника ДДО показывают к какой профессиональной сфере человек испытывает склонность и проявляет интерес.

«Карта интересов», опросник разработан А. Е. Голомштоком. Тест используется в целях профориентации при приеме на работу. Может применяться для обследования как подростков, так и взрослых. Исходя из



структуры ответов определяется степень выраженности интереса к определенному виду профессиональной деятельности (биология, география, геология, медицина, легкая и пищевая промышленность, физика, химия, техника, электро- и радиотехника, металлообработка, деревообработка,

строительство, транспорт, авиация, морское дело, военные специальности, история, литература, журналистика, общественная деятельность, педагогика, юриспруденция, сфера обслуживания, математика, экономика, иностранные языки, изобразительное искусство, сценическое искусство, музыка, физкультура и спорт).

«Карта интересов», модификация О.Г. Филимоновой. Опросник А.Е. Голомштока представлен достаточно широко в разных источниках. В его основе лежит перечень направлений, по которым составлены вопросы к учащимся. Этот опросник уже долгое время публикуется без изменений и устарел как с точки зрения перечня направлений деятельности, так и с точки зрения формулировки вопросов. При его проведении в аудитории возникают смешки и недоумение, что и побудило автора к некоторому его усовершенствованию. В новом перечне направлений деятельности появились такие популярные сейчас виды деятельности, как информационные технологии, социология, философия, бизнес.

«Матрица выбора профессии». Данная методика разработана Московским областным центром профориентации молодежи. С помощью 2-х вопросов и таблицы можно выявить профессию наиболее близкую интересам и склонностям опрашиваемого.

Методика Л.А. Йовайши предназначена для определения склонностей личности к различным сферам профессиональной деятельности (искусства, технических интересов, работы с людьми, умственного труда, физического труда и сфера материальных интересов).

Опросник для определения профессиональной готовности Л. Н. Кабардовой. По результатам испытуемого делается вывод о том, к какой сфере профессиональной деятельности он склонен (человек-знаковая система, - техника, -природа, -художественный образ, -человек).

«Ориентация» анкета И.Л. Соломина. Анкета пригодна для самооценки профессиональных интересов и способностей молодых и взрослых людей, очень проста в применении и обработке. Определяется преимущественная склонность и способность к одному из пяти типов профессий (человек-человек, -техника, -знаковая система, -художественный образ, -природа) и соответствие двум классам: исполнительские и творческие.

Оценка профессиональной направленности личности учителя. Методика разработана для определения степени включенности учителя в профессию, определения механизмов, через которые профессиональная деятельность воздействует на личность, выявления типических педагогических деформаций личности.

«Профассоциации». Профориентационный тест, основанный на ассоциативном методе. Испытуемый дает ассоциации на профессии. Оценивается профессиональная направленность. Может применяться как в индивидуальной, так и групповой профориентационной работе.

«Профессиональные намерения». Все вопросы методики группируются по пяти направлениям, а ответы свидетельствуют об уровне сформированности и осознанности каждого из них (жизненные планы, увлечения и проф.намерения, знания о профессии, оценка своей пригодности к профессии, эффективность профориентационной работы).

«Профиль» (методика карты интересов А. Голомштока в модификации Г. Резапкиной). Данная методика исследует профессиональные интересы. Помогает определить профиль обучения.

«Цель - Средство - Результат» методика А.А.Карманова (ЦСР). Методика рассчитана на исследование особенностей структуры деятельности.

Экспресс-диагностика социальных ценностей личности. Методика способствует выявлению личных, профессиональных и социально-психологических ориентаций и предпочтений и может быть полезна как при выборе характера работы, так и при оценке работника в процессе найма и аттестации кадров.

«Якоря карьеры» методика диагностики ценностных ориентаций в карьере (Э.Шейн, перевод и адаптация В.А.Чикер, В.Э.Винокурова). Данный тест предназначен для определения выраженности карьерной ориентации. Можно использовать для профессиональной ориентации подростков и взрослых.

Книги, которые помогут определиться с профессией

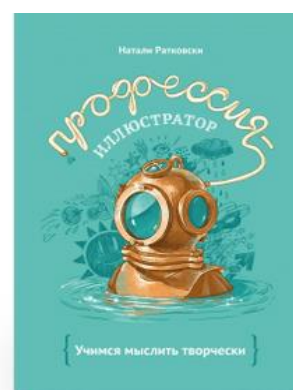
Небольшая подборка современных книг для детей и подростков, помогающих узнать и понять мир профессий, найти свои сильные стороны и ресурсы, которые могут помочь быть успешным в профессиональном мире.



Практические уроки от известного иллюстратора



Для тех, кто хочет снять фильм, но не знает, с чего начать



Десятки техник и упражнений для тренировки творческого мышления



Как поставить карьерные цели и устроиться на работу без опыта



Секреты мастерства от признанных писателей



Помогает подросткам услышать себя и свои желания



Как заглушить чужие голоса и прислушаться к себе?



О развитии креативного мышления



Как добиться успеха в жизни

Фильмы о профессиях

Подборка фильмов, которые помогут в профессиональном самоопределении. Некоторые из фильмов стоит смотреть вместе детьми, какие-то предназначены для подростков 16-18 лет. Взрослым стоит посмотреть картину самим, а потом решить: можно ли её показать ребенку.

1. «Общество мёртвых поэтов» (англ. *Dead Poets Society*)

Этот великолепный фильм показывает нам такого преподавателя, каким мечтают быть все будущие учителя и о котором мечтают все ученики. Неординарный, с новыми подходами к обучению, он не боится идти против течения. Он решителен и смел, он готов менять устаревшие устои. Не ради себя, а ради своих учеников. Он становится не только наставником, но и другом для этих ребят, показывает, что они достойны чего-то большего, чем просто бессмысленное подчинение желаниям родителей и учителей.

Но изменить мир - это не так просто. Сюжет показывает и обратную сторону свободы и новизны, учит зрителей думать о последствиях. Многие после просмотра фильма по-другому посмотрели на своих учителей, на своих учеников и даже на свою жизнь.

2. «Линкольн для адвоката» (англ. *The Lincoln Lawyer*)

Это фильм об успешном адвокате, который берётся защитить одного состоятельного человека в запутанном деле. Его юридический опыт, наглость и самоуверенность позволяют освободить любого клиента от любого обвинения.

Сложно представить, с какими людьми приходится работать представителям этой профессии, с какими случаями сталкиваться, какие решения принимать. Этот фильм показывает нам обратную сторону медали, ведь иногда перед адвокатом встаёт выбор: наказать преступника или защитить клиента? Особенно когда это один и тот же человек.

Американская судебная система очень отличается от российской, но фильм позволяет поразмыслить над многими нравственными вопросами, и, что самое главное, даёт возможность каждому зрителю самому найти на них ответы.

3. Независимая игра: Кино (2012) (англ. *Indie Game: The Movie*)

Новые технологии, компьютеры, приложения и игры давно стали частью нашей жизни. Многие родители не дают детям развиваться в области программирования, поскольку сами не до конца понимают потенциал этой сферы. Надеюсь, что скоро не останется приверженцев мнения: «Компьютеры и интернет – зло!», и первый шаг к этому – совместный просмотр этого интереснейшего документального фильма. Этот фильм не просто об играх – он о людях, которые их делают. О жертве, которую они приносят. И о части себя, которую отдают.

Фильм показывает, что создание любой программы – это кропотливая, сложная работа. Приходит осознание, насколько тяжело бывает работать вместе. После просмотра представители любого поколения пересмотрят своё отношение к профессии разработчика игр и к миру IT в целом.

4. Хокинг (англ. Hawking)

Многие школьники, к сожалению, поступают в вуз, сами не зная зачем. Так сказали, так надо, так принято. Высшее учебное заведение даёт возможность окунуться в мир науки и теории, узнать больше о нашем мире, создать что-то своё, оставить след в жизни человечества.

Это биографический фильм об университетских годах выдающегося британского ученого-астрофизика Стивена Хокинга. Фильм о человеке, всецело посвятившим свою жизнь науке. Человек, который ищет, всегда находит, для него нет ничего невозможного. В случае Стивена Хокинга эти открытия имеют мировое значение, соизмеримое с открытиями Эйнштейна. Мы видим студента, который нашел свою сферу, посвящает себя ей полностью, делает невозможные открытия. Каждый после просмотра фильма понимает, как важно учиться, расширять горизонты изведенного.

Просто чтобы вы понимали, абсолютно весь фильм — законы, термины, доказательство теорем. Все абсолютно про астрофизику. Но это не делает его неинтересным или менее вдохновляющим. Фильм обязателен к просмотру всем будущим студентам (не обязательно астрофизикам), которые идут в вуз не просто ради корочки.

5. «1+1» (фр. Intouchables — «Неприкасаемые»)

Наверное, это один из тех фильмов, который я бы посоветовала посмотреть абсолютно всем вне зависимости от выбора направления.

Работать с людьми всегда очень непросто, особенно, когда жизнь и здоровье человека зависит от нашего профессионализма и доброго отношения. После просмотра понимаешь, что нет большей ценности, чем человеческая жизнь, и нет большей радости, чем делать жизнь другого полноценной, радостной, не лишенной смысла.

Чудесная история о дружбе, поддержке, человеколюбии для каждого, кто задумывался о таких профессиях, как врач, воспитатель или социальный работник. Вы точно не пожалеете о просмотре этого гениального фильма.

**Столько есть профессий разных,
Все их нам не перечить:
Есть врачи и водолазы,
Инженер и токарь есть.
Учит в школе нас учитель,
А швея костюмы шьет.
Строит новый дом строитель,
Капитан корабль ведет.
Главное — не ошибиться,
Выбирай, кем хочешь стать?
Может поваром, певицей,**

**Или на Луну летать.
Целый день все дяди, тети
Что-то делают в трудах,
Каждый важен на работе,
Но без знаний тут никак.
Выбирай чему учиться
Будет сложно, чур не ныть,
Чтоб высот больших добиться,
Чтоб профессионалом быть!**

