

## Рекомендации школьнику по выбору профессии

### 1. Составьте список подходящих профессий.

Составьте список профессий, которые Вам нравятся, интересны. По которым Вы хотели бы работать, которые Вам подходят.



### 2. Составьте перечень требований к выбираемой профессии.

Составьте список своих требований:

- Ø выбираемая профессия и будущий род занятий;
- Ø выбираемая профессия и жизненные ценности;
- Ø выбираемая профессия и реальное трудоустройство по специальности; желательный уровень профессиональной подготовки;
- Ø выбираемая профессия и мои склонности и способности;
- Ø характер и условия работы.

### 3. Определите значимость каждого требования.

Определите, насколько все перечисленные требования значимы. Может быть, есть менее важные требования, которые, по большому счету, можно и не учитывать.

### 4. Оцените своё соответствие требованиям каждой из подходящих профессий.

Кроме тех требований, которые есть у Вас к профессии, существуют и требования самой профессии. Проанализируйте, развиты ли у Вас профессиональные качества, отвечают ли ваши интеллектуальные способности, психологические особенности, состояние здоровья требованиям профессии.

### 5. Подсчитайте и проанализируйте результаты.

Проанализируйте, какая профессия из всего списка больше других

подходит Вам по всем пунктам.

## **6. Проверьте результаты.**

Чтобы убедиться в правильности Ваших размышлений, обсудите свое решение с друзьями, родителями, учителями, психологом, профконсультантом.

## **7. Определите основные практические шаги к успеху.**

Итак, Вы приняли решение, теперь важно определить: в каком учебном заведении 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 на рынке труда.



### **Что реально может сделать сам школьник, выбирающий профессию:**

- Самостоятельно сходить в те учебные заведения, где можно получить интересующую вас профессию, заметим, что сейчас проход во многие вузы по пропускам, поэтому надо узнать, когда в этом вузе будет «День открытых дверей»;
- Постараться через своих друзей и родственников познакомиться со студентами тех вузов, куда вы собираетесь поступать и уже от них получить интересующую вас информацию. Аналогично можно познакомиться со специалистами по интересующей вас профессии и просто поговорить с ними, стоит ли вам эту профессию выбирать;
- Часто бывает полезно обратиться за консультацией к врачу, чтобы узнать, подходите ли вы к данной профессии по

состоянию здоровья. Это особенно важно применительно к профессиям с особыми условиями труда (спасателям, военным, пожарникам, летчикам, водителям, охранникам).

- Самостоятельно почитать об интересующей профессии и учебном заведении (в том числе, ознакомиться со справочной литературой, с различными Справочниками и Пособиями для поступающих в те или иные вузы);
- По возможности повысить свою успеваемость по тем предметам, по которым придется сдавать экзамены в желанный вуз (включая и занятия с репетитором) и т.п.
- 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 делает 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. 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.

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

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

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 (с помощью тестов или как-либо еще) и т.д.

- НЕ выбирайте профессии, которые могут ухудшить ваше здоровье.
- Молодым людям свойственна переоценка своих физических возможностей, неумение соотносить состояние своего здоровья с требованиями избранной деятельности. Между тем, доказано, что профессия, не соответствующая физическому развитию и здоровью, может наносить существенный ущерб растущему организму.
- НЕ бойтесь никакого своего решения.
- У вас есть право на ошибку, на поиск. Не воспринимайте инструкции буквально, придумайте свой творческий способ выбора профессии. Разработайте собственный план – список необходимых для выбора профессии действий. Пройдите все поэтапно: анализ предложений на рынке образования, анализ спроса на рынке труда, оцените свои способности, склонности, знания и т.п.



Педагог-психолог Никифорова О.А.