



Департамент образования Мэрии г. Грозного
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №17» г. Грозного
(МБОУ «СОШ №17» г. Грозного)

Сольжа-Галин Мэрин дешаран департамент
«Центральни юкъярдешаран школа №17»
Сольжа-галин муниципальни юкъярдешаран учреждени

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 17» г. Грозного

_____ Дадаева З.А.

ПРОГРАММА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ



***Берись за то, к чему ты сроден,
Коль хочешь, чтоб в делах
успешный был конец.***

*Иван Александрович Крылов,
русский баснописец (XIX век)*

*Если вы не строите собственных планов,
их кто-нибудь построит за вас.*

Амброз Бирс,
американский писатель (XIX век)

Одной из приоритетных задач работы психолога в старшей школе, является помощь старшеклассникам в профессиональном самоопределении. Данная задача решается через реализацию системы психолого-педагогической поддержки профессионального самоопределения учащихся. Она включает взаимодействие педагогов и школьного педагога-психолога и подразумевает в т. ч. организацию и проведение психолого-педагогических консилиумов, круглых столов по результатам психологического мониторинга учащихся, психологических классных часов, профориентационных игр, психологического лектория для родителей.

Из опыта работы видно, что даже при обилии информации у учащихся о профессиях, о самом себе, при проведении множества самых различных тестов, все равно вся эта информация не дает подростку каких-то новых оснований выбора, он не знает, как ее использовать, как все это относится лично к нему и к выбору им его профессии. Иначе говоря, не запускается самоопределение как активный, внутренне детерминированный процесс. Значит это не та информация, или она как-то не так устроена, не так подается.

Актуальность профориентационной помощи школьникам очевидна. Важнейшая задача школы — формирование полноценных граждан своей страны, а решение этой задачи во многом зависит от того, чем будут заниматься повзрослевшие школьники, какую профессию они выберут и где будут работать. Кроме того, грамотно построенная профориентационная работа позволяет решать и многие насущные проблемы воспитания, особенно в старших классах. Давно известно, что оптимистичная перспектива жизни (и прежде всего, реальная и привлекательная профессиональная перспектива) оберегает многих подростков от необдуманных шагов. Например, если подросток серьезно намеревается приобрести сложную и престижную профессию, к которой ему следует готовиться, то он тысячу раз подумает, стоит ли ему связываться с криминалом, заниматься проституцией, наркоманией. Таким образом, профориентационная работа со школьниками — это также вклад в решение острых социальных проблем. Кроме этого, часто оказывается так, что большинство учащихся, при выборе профессии используют непроверенную и недостаточную информацию, а так же не учитывают свои способности и интересы и не соотносят их с требованиями предъявляемыми профессиями.

Поэтому, мы решили создать программу психологической помощи старшеклассникам, которая позволит подросткам разобраться во всем многообразии профессиональных видов деятельности, раскрыть свои способности и склонности, а так же определиться с выбором профессии.

Цель программы психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения – формирование психологической готовности учащихся к самоопределению, выбору траектории дальнейшего образования, будущей профессии в соответствии с интересами и реальной оценкой своих способностей.

Задачи:

1. Помочь школьникам составить целостное представление о мире профессий и о профессиональной деятельности человека.
2. Совместно с учащимися исследовать их познавательные интересы, склонности, способности.
3. Научить старшеклассников соотносить свои индивидуальные качества с требованиями, предъявляемыми профессией, и, всесторонне, объективно анализируя личные возможности, запросы, потребности, соотносить их с рынком труда.

4. Научить учащихся моделировать программу профессионального самоопределения и программу самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Приоритетные направления:

1. Психолого-педагогическая диагностика – скрининговое изучение профнаправленности (намерений, интересов, склонностей, способностей, личностных особенностей, связанных с успешностью освоения того или иного профиля обучения или профессии; анализ различных показателей готовности к выбору профессии).

2. Развивающая работа – проведение занятий по профориентационным программам, ориентированным на самопознание и проектирование будущего.

3. Психологическое просвещение учащихся и их родителей по вопросам выбора профессии, повышение психологической компетентности педагогов в области профессиональной ориентации учащихся.

4. Групповое и индивидуальное профориентационное консультирование учащихся и их родителей по результатам диагностики, индивидуальное консультирование по запросам.

Содержание программы.

Программа психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников предназначена для работы с учащимися 9-х классов. Реализация программы проводится в течение учебного года в соответствии с годовым планом педагога-психолога.

Программа психолого-педагогического сопровождения включает в себя 4 этапа. Далее мы приводим основные этапы психолого-педагогической помощи старшеклассникам в выборе профессии, включающие в себя описание системы работы педагога-психолога, технологию осуществления основных видов деятельности и алгоритмы решения конкретных ситуаций.

Подготовительный этап.

Первый этап психологической работы начинается с проведения школьным психологом диагностического исследования психологической готовности старшеклассников к выбору профессии. Это психодиагностический минимум, который служит источником информации об учащемся. Он носит дифференциальный характер, что позволяет условно разделить всю обследованную группу детей на две подгруппы – «психологически благополучных» детей, которые психологически готовы к выбору профессии и уже определились с ее выбором, и детей «группы риска», которым необходима психологическая и педагогическая помощь в профессиональном самоопределении.

В качестве основных методов исследования мы используем опросник «Готовность подростков к выбору профессии» (методика В. Б. Успенского).

Перед началом тестирования учащимся раздаются бланки, которые они подписывают и с которыми в последствии работают. Первым учащиеся отвечают на вопросы опросника «Готовность подростков к выбору профессии». После этого выпускникам предлагается поработать с анкетой изучения профессионального самоопределения учащихся. Данная анкета была составлена нами с целью выяснить у учащихся определенный круг вопросов касающихся профессионального самоопределения подростков.

Итак, после проведения психодиагностического обследования выпускников психолог обрабатывает и интерпретирует данные исследования, составляет подробный отчет, в котором описывает результаты исследования старшеклассников, делает анализ по классам и параллели в целом, в заключении пишет выводы. В итоге педагог-психолог выделяет группу детей с низкой психологической готовностью к выбору профессии, с которой в последствии проводит коррекционно-развивающие занятия.

После составления отчета психолог приглашает каждого классного руководителя девятиклассников на индивидуальную беседу, в процессе которой обсуждает результаты исследования в целом по классу и в отдельности по каждому ученику, акцентирует свое внимание на учащих с низким уровнем психологической готовности к выбору профессии, дает рекомендации по планированию профориентационной работы с учащимися. В заключение беседы педагог-психолог предоставляет учителю копию отчета результатов исследования психологической готовности старшекласников к выбору профессии. Результаты диагностической деятельности носят ориентировочный характер для учащих, являются важным показателем для педагога, который с учетом полученных результатов организует образовательную деятельность.

Так же, в рамках данного этапа, школьный психолог выступает на классных часах и проводит для старшекласников цикл бесед по темам «Дороги которые мы выбираем», «Выбор профессии», «Профессии будущего – кем мне стать?». В процессе данных бесед учащиеся узнают о факторах, существенно влияющих на выбор профессии, знакомятся с самыми распространенными ошибками, которые можно допустить, выбирая профессию и с тем каким образом их можно избежать, осуществляют просмотр видеороликов и их обсуждение. В заключение беседы школьный психолог рассказывает учащимся о технологии правильного выбора профессии, т.е. с чего же нужно начать, чтобы правильно выбрать профессию. Помимо этого, психолог представляет учащимся информацию об ограничении профпригодности при различных заболеваниях, а так же о наиболее востребованных профессиях в городе и республике.

В процессе подготовительного этапа педагог-психолог проводит семинар для классных руководителей выпускных классов по темам психологической подготовки учащих к компетентному выбору профессии. В процессе данной просветительской работы с классными руководителями школьный психолог рассказывает педагогам об особенностях подготовки учащих к выбору профессии, знакомит их с методиками профориентационной работы, с психологической и социальной обусловленностью выбора профессии старшекласниками, с методическими основами профориентации во внеклассной работе с учащимися. А так же рассматривает вопрос о профориентации в процессе изучения основных учебных предметов.

Так же педагогом-психологом проводится родительское собрание по теме «Роль семьи в правильном профессиональном самоопределении подростка». С родителями девятиклассников обсуждаются такие вопросы как «Каковы типичные ошибки родителей в выборе критериев профессии?», «Как помочь ребенку выбрать профессию?», «Какие профессии сегодня нужны обществу?», «Кто отвечает за выбор профессии?».

Основной этап.

После проведения диагностического минимума начинается подготовка к проведению второго этапа диагностики – углубленного обследования. Оно включает в себя определение индивидуальных особенностей и склонностей личности подростка, ее потенциальных возможностей в процессе обучения и воспитания, в профессиональном самоопределении, а также выявление причин и механизмов нарушений в обучении, развитии, социальной адаптации. Для каждого учащегося составляется краткий план, программа предстоящего исследования. В основе программы и, соответственно, подобранных диагностических процедур обязательно лежит определенная гипотеза о происхождении психологических трудностей школьника, которая и позволяет значительно сократить процедуру углубленного обследования.

После проведения углубленной диагностики школьный психолог проводит индивидуальные консультации с учащимися, в процессе которых обсуждаются результаты проведенной диагностики, по необходимости приглашаются родители девятиклассника.

Данный этап принципиально важен с точки зрения последовательности дальнейших профессиональных действий психолога в отношении определенного учащегося. В этом случае сопровождающая работа со школьниками будет осуществляться в рамках всего цикла работы. Этот цикл состоит из нескольких основных этапов – постановки и уточнения проблемы, а также ее решения. Постановка и решение проблемы в значительной степени – это диагностическая работа, решение проблемы закладывается на психолого-педагогическом консилиуме и осуществляется в целой системе конкретных мероприятий. Таким образом, на этапе подготовки к психолого-педагогическому консилиуму активную сопровождающую работу осуществляют психолог и классный руководитель, собирая информацию о школьниках, завуч и школьная администрация оказывают организационную поддержку, педагоги-предметники и родители выступают основными «поставщиками» информации.

После проведения углубленных исследований наступает важный и ответственный момент подготовки к психолого-педагогическому консилиуму. Психологу необходимо подготовить и заполнить протоколы обследований, выделить группы школьников с различными проблемами и психологически благополучных учащихся, выделить у каждого склонности и способности к определенному типу профессии, определить степень готовности к профессиональному самоопределению. Кроме того, психолог готовит обобщенную аналитическую информацию по классам и параллели в целом, заполняя сводные таблицы. Он проводит предварительные консультации с классными руководителями и медработником, заранее оповещая о тех учащихся, по которым особенно важно иметь педагогическую и медицинскую информацию, собирая дополнительные психологические данные о тех учениках, которые особенно беспокоят педагогов и медработника. Желательно накануне консилиумов решить, в каком порядке будут обсуждаться стратегии психолого-педагогического сопровождения конкретных учащихся, выделить группы для обсуждения на каждом психолого-педагогическом консилиуме. Очевидно, что число психолого-педагогических консилиумов в рамках одной недели и их продолжительность могут колебаться в зависимости от конкретной ситуации.

По итогам психолого-педагогического консилиума психолог осуществляет целую серию обязательных мероприятий.

Во-первых, проведение групповых и индивидуальных консультаций педагогов-предметников. Во время этих консультаций обсуждаются данные о психологических особенностях детей и рекомендации, данные консилиумом, планируются конкретные направления и формы психолого-педагогического сопровождения профессионального сопровождения учащихся. Педагоги заполняют соответствующие документы, в соответствии с которыми будет осуществляться их работа с конкретными учащимися и параллелью в целом. По просьбе педагога могут быть даны и индивидуальные консультации по вопросам, касающимся профессионального самоопределения учащихся.

Во-вторых, проведение групповой консультации родителей учащихся. На этой встрече психолог в общей форме рассказывает родителям результаты обследования, объясняет значение проделанной работы, дает некоторые рекомендации. Ситуация консультирования используется и как просветительская, так как на основе имеющихся данных психолог может раскрыть некоторые важные закономерности развития учащихся, влияющие на готовность к профессиональному самоопределению.

В-третьих, это консультирование администрации, имеющее форму психологического отчета (устного или письменного) с предоставлением школьной администрации всех основных данных, аналитических выкладок и рекомендаций по совершенствованию процесса психолого-педагогического сопровождения учащихся в школе. Анализ должен касаться и психологического состояния школьников, и вопросов их эффективного обучения, общения с педагогами и др.

В-четвертых, это развивающая работа с учащимися данной школьной параллели. В зависимости от числа учащихся и возможностей психолога она может осуществляться в форме разработки индивидуального маршрута развития учащегося (групп учащихся) и его реализация; специальных тренинговых занятий, обучающей психодиагностики, большой психологической игры и т. д.

Заключительный этап.

В основу данного этапа входят групповые практические занятия для учащихся с низким уровнем готовности к выбору профессии, а так же индивидуальная коррекционная и консультационная деятельность с учащимися направленная на поддержку и помощь старшеклассникам в выборе профессии.

Обычно в рамках одной консультации осуществляются информирование и диагностика, формирующее и коррекционное взаимодействие. Справочно-информационная профконсультация направлена на информирование клиента по следующим вопросам:

- интересующие профессии и основные качества, необходимые для работы по ним;
- предприятия и организации, где есть вакансии по конкретной профессии;
- возможности обучения и переобучения по различным специальностям;
- конъюнктура рынка труда;
- возможности индивидуальной деятельности и организации малого бизнеса.

Для достижения информационной цели психолог не только снабжает старшеклассника достаточно полной и достоверной информацией, но и знакомит его со способами получения нужных сведений: какие бывают справочники, как ими пользоваться, какие вопросы задавать специалистам и т.п.

Предполагается использование школьным психологом различных справочников, информационных карт, описаний профессий в виде отдельных профессиограмм. В работе со школьниками психологу могут помочь книги из серии «Мир профессий». Это особенно значимо при профконсультировании молодежи – именно эта категория клиентов имеет меньше возможностей и опыта в получении необходимой информации. Помимо традиционно используемых видов информации в процессе консультирования можно использовать различные информационные материалы развивающего характера. Например, это могут быть различные классификации, упорядочивающие мир профессий, структурирующие и расширяющие информационное поле выбора.

В целом консультации с учащимися проводятся по вопросам развития, обучения, профессионального самоопределения с целью реализации индивидуального подхода в системе предпрофильной подготовки; консультирование по конкретным личностным проблемам, возникающим в процессе профессионального самоопределения.

Индивидуальная профконсультация с учащимся строится по следующей схеме:

Основная задача школьного психолога на данном этапе – составить общее представление о проблеме учащегося. Консультант анализирует имеющиеся у него данные исследования психологической готовности старшеклассников к выбору профессии и готовится к консультации: подбирает справочно-информационный материал, необходимые диагностические методики, продумывает стратегию.

Первый этап. Задача консультанта – помочь клиенту сформулировать свою профконсультационную проблему, то есть увидеть эту проблему глазами клиента. Если контакт с консультируемым не получается, можно использовать несложные методики, например ДДО, «Карту интересов», конструктивный рисунок человека из геометрических фигур.

Второй этап. Основная задача – выдвижение профконсультационной гипотезы, то есть рассмотрение проблемы учащегося глазами специалиста и уточнение либо изменение предварительной гипотезы, определение пути совместного решения проблемы, разработка общего плана дальнейшей консультации, коррекция условий ее проведения. При этом он

может удлинить время беседы, перенести ее на другое время, а в промежутке между встречами уточнить или получить необходимую информацию.

Третий этап. Психолог и учащийся совместно определяют конкретную цель данной консультации (информационно-справочная, диагностико-рекомендательная, диагностико-корректирующая, формирующая). Этот этап предполагает равную степень активности.

Четвертый этап. Психолог и консультируемый совместно стремятся достичь определенной ими на предыдущем этапе цели (информационной, диагностической или формирующей). Важно показать учащемуся, что он и сам немало знает. Применяются не только психодиагностические методики, но и наблюдения за учащимся, за его высказываниями о себе, самооценка.

Пятый этап. На этом этапе происходит совместное подведение итогов консультации (окончательных или промежуточных). Консультируемого спрашивают, что дала ему консультация, достигнуты ли ее цели, какие выводы он сделал. Далее, если консультация многоразовая, определяются пути дальнейшей работы, а если одноразовая – составляется более совершенный вариант профессионального плана.

Завершается консультация протоколированием следующих сведений: анкетные данные; общие выводы по предварительным данным; первоначальное понимание учащимся своей проблемы; гипотеза психолога; совместно конкретизированная цель и шаги, предпринятые для её достижения; итоги консультации, сформулированные учащимся и психологом; примечание.

Конечно, эта схема носит общий характер, и должна “настраиваться” согласно ситуации.

Так же в рамках заключительного этапа для учащихся группы риска проводятся практические занятия. Практические занятия с учащимися разработаны специально для детей испытывающих трудности в выборе профессии. Программа практических занятий для учащихся старших классов «Время выбирать профессию» помогает подросткам разобраться во всем многообразии профессиональных видов деятельности, раскрыть свои способности и склонности, а так же определиться с выбором профессии. Цели программы – помочь старшеклассникам в профессиональном самоопределении, формирование у учащихся ответственного отношения к выбору профессионального пути через расширение границ самопознания и получение информации о мире профессий. Программа предназначена для учащихся 9-х классов. Состоит из 4 занятий, которые проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность одного занятия 40-45 минут. В программе использованы такие методы как: дискуссии, минилекции, тренинговые упражнения, психодиагностика. Для проведения занятий используется класс или любое другое просторное помещение.

Кроме этого, в рамках дополнительного образования педагогом-психологом реализуется дополнительная образовательная программа для учащихся 9-х классов «Психология и выбор профессии» (составлена на основе программы Г.В. Резапкиной «Психология и выбор профессии»). Цель курса – дать участникам возможность осознать свои личностные особенности и соотнести их с требованиями будущей профессии. Для реализации содержания обучения по данной программе основные теоретические положения сопровождаются выполнением практических работ, которые помогают учащимся применять изученные понятия на практике, в конкретных жизненных ситуациях. На каждом занятии предусматривается практическая деятельность – работа с диагностическими методиками, участие в профориентационных и ролевых играх. В результате у учащихся актуализируется процесс профессионального и личностного самоопределения, повышается самооценка, происходит коррекция эмоционального состояния, совершенствуются навыки самопрезентации и уверенного поведения, которые помогут в успешной социальной и профессиональной адаптации.

Несмотря на то, что коррекционная работа с подростками завершена, психолог продолжает отслеживать детей группы риска в течение всего учебного года. Таким

образом, психолого-педагогическое сопровождение старшеклассников является одним из приоритетных и важных направлений в деятельности педагога-психолога.

В конце учебного года после проведения всех консультационных и коррекционно-развивающих мероприятий педагог-психолог проводит повторную диагностику психологической готовности старшеклассников к выбору профессии с использованием выше описанных методик. Цель повторного исследования – оценить эффективность реализации психолого-педагогического сопровождения, выявить продуктивность мер и методов, используемых школьным психологом в процессе психолого-педагогической помощи старшеклассникам в профессиональном самоопределении.

Ожидаемые результаты:

1. Высокий уровень информированности подростков о мире профессии (полнота и дифференцированность знаний о мире профессий, умение работать с источниками информации, информированность о требованиях профессии к индивидуальным характеристикам человека).

2. Наличие у подростков мотивов выбора профессии, положительное отношение к ситуации выбора, активная позиция ученика в осуществлении процесса принятия решения о выборе профессии, наличие запасных вариантов профессионального выбора.

3. Умение учащихся анализировать свои возможности и предпочтения, связанные с освоением определенного уровня образовательных программ и реализацией тех или иных видов деятельности.

4. Умение учащихся ставить цель выбора профессии и составлять программу действий для ее достижения (самоанализ имеющихся вариантов выбора профессии, самоконтроль и коррекция профессиональных планов, самоактуализация потенциальных возможностей, направленных на формирование готовности к принятию решения о выборе профессии).

Критерии эффективности психолого-педагогического сопровождения:

- повышение психологической готовности учащихся к профессиональному самоопределению и выбору профессии;

- преобладание внутренних мотивов выбора профессии или профиля обучения над внешними, случайными мотивами;

- соответствие профнамерений школьников их индивидуальным особенностям (способностям, склонностям, личностным качествам);

- положительная динамика отдельных показателей личностной готовности к самоопределению (информированность, эмоциональное отношение к выбору, навыки проектирования, самостоятельность и т. д.).

Список литературы:

1. Александровская Э.М. Психологическое сопровождение школьников. – М.: Издательский центр “Академия”, 2002 г.

2. Овчарова Р.В. Технологии практического психолога образования. – М. 2005 г.

3. Практическая психология образования. Под ред. Дубровиной И.В. – СПб. 2004г.

4. Практикум по возрастной психологии. Под ред. Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. – СПб. 2002 г.

5. Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. М. – Изд-во ЭКСМО Пресс, 2001.

6. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. – М.: ВЛАДОС, 2004 г.

7. Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам. Практическое руководство для классных руководителей и школьных психологов. М.: Вако, 2006 г.

8. Самоукина Н.В. Практический психолог в школе: лекции, консультирование, тренинги. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2005 г.

9. Ясюкова Л.А. Психологическая профилактика проблем в обучении и развитии школьников. – СПб. 2003 г.

Условия реализации программы:

Психолого-педагогическое обеспечение:

- коррекционная направленность учебно-воспитательного процесса; учет индивидуальных особенностей ребенка; соблюдение комфортного психоэмоционального режима; использование современных психолого-педагогических технологий, в том числе информационных, компьютерных;
- комплексное воздействие на учащегося, осуществляемое на индивидуальных и групповых коррекционных занятиях;
- обеспечение здоровьесберегающих условий (оздоровительный и охранительный режим, укрепление физического и психического здоровья, профилактика физических, умственных и психологических перегрузок учащихся, соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм).

Программно-методическое обеспечение.

Программное обеспечение:

Тюшев Ю. Выбор профессии: тренинг для подростков.

Савченко М.Ю. Курс занятий по профориентации «Мои профессиональные намерения» (9 класс).

Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки.

Программа практических занятий для учащихся старших классов «Время выбирать профессию».

Методическое обеспечение:

- Ясюкова Л.А. Прогноз и профилактика проблем обучения, социализация и профессиональное самоопределение старшеклассников.

- Резапкина Г.В. Скорая помощь в выборе профессии.

Материально-техническое обеспечение:

• кабинет психолога (стол письменный и журнальный, 4 пуфика, 3 шкафа, 2 кресла, 2 стула);

Информационное обеспечение: доступ к сети Интернет.

Сопровождение старшеклассника в профессиональном самоопределении



***Берись за то,
к чему ты сроден,
Коль хочешь,
чтоб в делах
успешный был конец.***
Иван Александрович Крылов,
русский писатель (XIX век)

Выбор профессии **сложный ответственный шаг** в Вашей жизни. Успех может быть тогда, когда **Вы** станете заинтересованным **хозяином выбора**.

Для того чтобы правильно выбрать себе профессию, вам надо сориентироваться всего в трех вещах.

***Во-первых**, определить, каковы ваши профессиональные интересы и склонности. Сокращенно мы называем их словом «**Хочу**».*

***Во-вторых**, оценить, каковы ваши профессионально важные качества: здоровье, квалификация и способности, которые определяют в конечном счете вашу профессиональную пригодность и возможности. Проще говоря, ответить на вопрос, какое у вас «**Могу**»*

***В-третьих**, узнать, какие профессии пользуются спросом у работодателей на рынке труда, по каким профессиям можно найти себе работу. Иначе говоря, определить, каково сегодня «**Надо**»*

*В том случае, если вы сумеете совместить «**Хочу**», «**Могу**» и «**Надо**», ваш профессиональный выбор будет удачным. Иными словами, ваша задача заключается в том, чтобы найти профессию, которая, во-первых, интересна и привлекательна для вас, во-вторых, соответствует вашим возможностям, наконец, в-третьих, пользуется спросом на рынке труда.*

Руководство к действию

1. Избегайте выбирать профессию, ориентируясь лишь на ее престижность, заработную плату, условия труда, доступность обучения, советы или пример других людей.

2. Выбирайте профессию, которая вас интересует, соответствует вашим возможностям и требуется на рынке труда.

*Нет профессий с большим будущим,
но есть профессионалы с большим будущим.*

Психологическая карта профессий

| Тип профессий по предмету | Классы профессий по характеру труда | |
|--|---|---|
| | Исполнительские | Творческие |
| <p>1. «Человек – человек» Профессии этого типа предъявляют высокие требования к таким качествам работника, как умение устанавливать и поддерживать деловые контакты, понимать состояние людей, оказывать влияние на других, проявлять выдержку, спокойствие и доброжелательность, речевые способности</p> | <p>Агент Воспитатель Медсестра Милиционер Продавец Социальных работник</p> | <p>Врач Менеджер Психолог Секретарь-референт Учитель Юрисконсульт</p> |
| <p>2. «Человек – техника» Этот тип профессий требует от работника высокого уровня развития наглядно-образного мышления, пространственных представлений, технической осведомленности и сообразительности, хороших двигательных навыков, ловкости.</p> | <p>Бетонщик Водитель Газоэлектросварщик Каменщик Маляр Машинист Механик Монтажник Наладчик Плотник Слесарь Токарь Фрезеровщик Швея Штукатур Электромонтер</p> | <p>Инженер Технолог</p> |
| <p>3. «Человек-информация» Профессии этого типа требуют от человека способности к отвлеченному мышлению, оперированию числами, длительному и устойчивому сосредоточению внимания, усидчивости.</p> | <p>Кассир Машинистка Наборщик Телефонист</p> | <p>Бухгалтер Геодезист Переводчик Программист Экономист</p> |
| <p>4. «Человек – искусство» От человека в профессиях этого типа требуется развитый художественный вкус, высокая эстетическая чувствительность, богатое и яркое воображение</p> | <p>Закройщик Парикмахер Повар Портной Фотограф</p> | <p>Актер Архитектор Музыкант Хореограф Художник</p> |
| <p>5. «Человек – природа» Этот тип профессии предполагает наличие у человека хорошей наблюдательности, способности ориентироваться в условиях непредсказуемости и отсроченности результатов, менять цели в зависимости от условий, выносливости и терпеливости к недостатку комфорта</p> | <p>Животновод Фермер</p> | <p>Агроном Ветеринар Геолог Физик Химик</p> |

Руководство к действию

- Внимательно познакомьтесь с миром профессий.
- Постарайтесь совместить профессию с увлечением. Найдите интересное в своей профессии. Включите свое увлечение в профессию.
- Ориентируйтесь не на одну конкретную профессию, а на группу сходных профессий, предъявляющих общие требования к человеку.

Судьба желающего ведет, а нежелающего тащит

*Луций Анней Сенека,
римский философ (1 век)*

Мотивы выбора профессии

| Обязательные | Желательные | Неудачные |
|---------------------------------|-----------------------|---|
| Интерес | Престижность | Пример друзей и знакомых |
| Возможность трудоустройства | Высокая зарплата | Указание родителей советы других людей |
| Соответствие своим возможностям | Хорошие условия труда | |
| | Доступность обучения | |

Один из наиболее существенных мотивов, по которому следует выбирать себе профессию, - это интерес к ее содержанию. Это одна из наиболее веских причин профессионального выбора. Если человеку нравится содержание труда, то он охотнее будет работать, повышать свою профессиональную квалификацию, завоевывать авторитет у окружающих и в итоге больше зарабатывать.

Личность и профессии

*Познай самого себя, и ты
познаешь весь мир.*

В процессе профессионального выбора имеют наибольшее значение склонности и способности человека.

Склонности – это желание человека, потребности в определенных видах деятельности, стремления не только к результату, но и к самому процессу того, что человек делает. От склонностей зависит привлекательность различных видов деятельности, интерес к ним. Склонности мы условно обозначаем выражением «Я хочу».

Способности – это такие индивидуальные качества человека, от которых зависит возможность успешного осуществления деятельности. Способности мы можем выразить словами «Я могу».

Профессионально важные качества

| | | |
|----------|--------------|-----------------------------|
| Здоровье | Квалификация | Психологические особенности |
|----------|--------------|-----------------------------|

| Склонности | Способности |
|---|--|
| Общие | Специальные |
| к восприятию и движению; к обучению и познавательной деятельности (интеллект); к общению и саморегуляции (характер) | технические; языковые; математические; художественные; музыкальные; артистические; педагогические; организаторские; спортивные |

Для того чтобы получить точную и объективную информацию о ваших профессиональных способностях, вам необходимо воспользоваться психологическими тестами.

*Мозг гораздо чаще ржавеет,
чем изнашивается.*

При выборе профессии важно учитывать свои интеллектуальные возможности.

Способности, являющиеся результатом умственного развития, совершенно необходимы, во-первых, для успешного обучения, усвоения знаний, приобретения навыков внимания, памяти и мышления. Это, в свою очередь, необходимо для овладения широким кругом профессий. Во-вторых, эти способности важны для успешного решения профессиональных задач в области творческих специальностей. Достаточно высокий уровень общего умственного развития является условием успешной профессиональной деятельности в таких специальностях, как учитель, врач, менеджер, юрист, психолог, предприниматель, коммерсант, секретарь-референт, инженер, бухгалтер, экономист, программист, физик, химик.

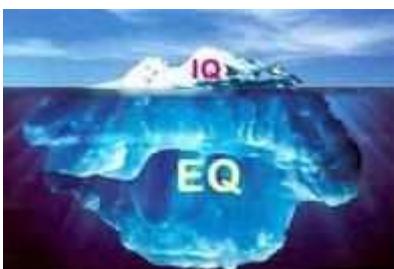
Интеллект проявляется в способности человека к отвлеченному мышлению, логическим рассуждениям, пространственному воображению, сосредоточению внимания, запоминанию, усвоению и использованию знаний. От уровня развития интеллекта зависит

успешность работы с текстами, таблицами, графиками, схемами и чертежами, легкость понимания смысла высказываний и формулирования собственных мыслей, вычислений и количественных расчетов.

Уровень интеллектуального развития не является постоянным. С одной стороны, он зависит от природных задатков, наследственных особенностей, состояния здоровья, с другой стороны, он определяется жизненным опытом, знаниями и навыками, содержанием и уровнем образования, условиями и образом жизни, спецификой воспитания, мотивами и чертами характера и даже сиюминутным состоянием человека.

Люди различаются не только по уровню, но и по типу интеллекта. Одни люди в большей степени способны к логическим рассуждениям, пониманию абстрактных понятий, владению языком, работе с текстами. Такой тип интеллекта позволяет наиболее успешно работать в сфере профессий «человек-человек». Другие люди с большим успехом могут оперировать точными количественными величинами, производить вычисления, работать с таблицами. Этот тип интеллекта позволяет достичь наибольших успехов в сфере профессий «человек – знак». Наконец, третьи люди отличаются способностью к пространственным представлениям, воображению, работе с графиками, чертежами, картами и схемами. Такой тип интеллекта является самым подходящим для успешной работы в сфере профессий «человек – техника».

Получить представления об особенностях развития своего интеллекта можно с помощью тестов на интеллект.



Эмоциональный интеллект

В последнее время в научной литературе обращается внимание на особенности проявления эмоционального интеллекта. Психологи утверждают, что именно эмоциональный интеллект (EQ) значительно влияет на успешность деятельности, а не показатель умственного развития (IQ), который определяет успех в жизни только на 20%.

