

# Рекомендации учащимся в профессиональном самоопределении

## Правила выбора профессии

Выбор профессии - непростой и очень ответственный шаг. Работа, которая приносит удовлетворение, профессиональный рост, материальный достаток, общественное признание - залог успеха в жизни для любого человека. Но решается этот важный вопрос нередко на уровне интуиции, иногда под влиянием настроения, давления родителей, путем проб и ошибок. Вот почему важно правильно выбрать профессию. Как это сделать?

**ЗОЛОТОЕ ПРАВИЛО ВЫБОРА ПРОФЕССИИ:** при выборе профессии надо учитывать три фактора: **«ХОЧУ»**, **«МОГУ»**, **«НАДО»**.

Идеальна та профессия, которая соответствует всем трем компонентам. Таким образом, чтобы выбор профессии был оптимальным, надо ответить себе на следующие вопросы: **«Чем я хочу заниматься, к чему имею склонности? Что мне нравится делать? Какой вид деятельности меня привлекает?»**.

Необходимо проанализировать свои желания, побуждения, потребности в определенных видах деятельности, определить, чем вы хотите заниматься, каковы ваши профессиональные интересы и склонности, какой вид деятельности вас привлекает. Склонности, стремления личности, мотивы, желания, интересы условно обозначают выражением **«Я хочу»**. Смогу ли я? Смогу ли я получить выбранную специальность? Хватит ли у меня способностей и умений, чтобы освоить ту профессию, к которой «душа лежит»?

Необходимо оценить свои профессионально важные качества, которые определяют, в конечном счете, вашу профессиональную пригодность. Кроме здоровья, к этой группе относятся способности, т.е. такие индивидуальные качества человека, от которых зависит возможность успешного осуществления деятельности (например, темперамент).

Возможности личности (состояние здоровья, способности, уровень знаний, характер, темперамент) условно можно выразить словами **«Я могу»**. Есть ли спрос на мою профессию? Востребована ли эта профессия на рынке

труда? Смогу ли я устроиться на работу по своей специальности, есть ли перспективы у моей профессии?

Необходимо узнать, какие профессии пользуются спросом у работодателей на рынке труда, по каким профессиям можно найти себе работу. «**Надо**» - потребности общества в кадрах.

В том случае, если вы сумеете совместить «**Хочу**», «**Могу**» и «**Надо**», то ваш профессиональный выбор будет удачным. Иными словами, ваша задача заключается в том, чтобы найти профессию, которая: интересна и привлекательна для вас, соответствует вашим способностям, состоянию здоровья, пользуется спросом на рынке труда.

## 7 шагов к взвешенному решению

### *Рекомендации психолога учащимся*

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, педагогами, 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.

