

Рекомендации психолога для старшеклассников по профориентации

Выбор профессии

- Выбор профессии — не минутное дело, оно может оказаться самым трудным выбором в твоей жизни.
- Постарайся не поддаваться на уговоры родителей стать непременно юристом или врачом. Ты можешь стать самым несчастливым юристом на свете.
- Подумай, чем бы хотелось заниматься именно тебе. Обязательно размышляй над тем, как осуществить свою мечту. Не останавливайся на мысли: "Я буду бизнесменом, у меня будет сотовый телефон и мерседес!".
- Не старайся поступать туда, куда хотят поступить твои друзья. Поверь, ты найдешь себе новых друзей, тем более что вы будете заниматься тем, что вам интересно.
- Разузнай больше о той профессии, какую хочешь тебе выбрать. Если это возможно, побывай в том месте, где, как ты предполагаешь, тебе придется работать впоследствии, поговори с людьми, которые уже занимаются этим делом.
- Отдавай себе отчет, что решение не может быть абсолютным и что в любое время в твоей жизни могут произойти перемены.
- Получи консультацию у психолога школы. Тесты предложенные психологом помогут определить твои способности и выбрать правильное направление.
- Постарайся не заблуждаться по поводу своих возможностей. Лучше осознавать свои реальные силы, чем падать с высоты, которую наметил, но не осилил.
- Не поддавайся чувству страха — это нормальное состояние, которое испытывают все люди перед выбором.
- Иногда полезно начинать свою карьеру с практики, а не с теории. Например, многие удачливые врачи начинали работать медсестрами или медбратьями.
- Постарайся обратить особое внимание на те предметы, которые необходимы для поступления в выбранное учебное заведение.
- Не откладывай на завтра то, что можно узнать сегодня. Пытайся узнать все: как поступают, как учатся, как устраиваются работать после окончания обучения. Это поможет сложиться представлению о том, что делать дальше.
- Старайся участвовать во внеклассных мероприятиях — это поможет тебе научиться общению и правильному поведению в коллективе.

Ошибки и затруднения при выборе профессии.

- Отношение к выбору профессии как к выбору пожизненного пристанища, ориентация сразу на профессию высокой квалификации.
- Существующие предрассудки, когда некоторые важные для общества профессии и занятия считаются недостойными, неприличными.
- Выбор профессии «за компанию», чтобы не отстать от друзей.
- Перенос отношения к представителю какой-нибудь профессии на саму профессию.
- Увлечение только внешней или какой-либо частной стороной профессии.
- Отождествление школьного учебного предмета с соответствующей профессией.

- Устарелые представления о характере труда в некоторых средствах производства.
- Неумение разбираться в своих личных качествах, склонностях, способностях, подготовленности.
- Незнание или недооценка своих физических особенностей, недостатков, существенных при выборе профессии.

Рекомендации по выбору профессии

1. Составить список подходящих профессий Составьте список профессий, которые Вам нравятся, интересны, по которым Вы хотели бы работать, которые Вам подходят.

2. Составить перечень требований выбираемой профессии.

Составьте список своих требований:

- выбираемая профессия и будущий род занятий;
- выбираемая профессия и жизненные ценности;
- выбираемая профессия и жизненные цели;
- выбираемая профессия и мои сегодняшние горячие проблемы;
- выбираемая профессия и реальное трудоустройство по специальности;
- желательный уровень профессиональной подготовки;
- выбираемая профессия и мои склонности и способности;
- желательные содержание, характер и условия работы.

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

4. Оценить свое 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. Подсчитать и проанализировать результаты.

Проанализируйте, какая профессия из всего списка больше других подходит Вам по всем пунктам.

6. Проверить результаты.

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

7. Определить 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.

При выборе профессии нужно:

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