

Семинар-практикум

Тема: «Как помочь старшекласснику в профессиональном самоопределении?»

В настоящее время экономической и политической нестабильности в обществе, мир профессий чрезвычайно динамичен, изменчив, и требования, предъявляемые им к человеку, неуклонно меняются. Каждый родитель хочет, чтобы его ребенок получил надёжную, уважаемую, высокооплачиваемую профессию. Но при этом важно отдавать себе отчет в том, что вы должны выступить в роли помощника, а вовсе не определяться вместо него. Да, необходимо помочь - потому что большинство детей в 15-16 лет еще психологически не готовы сделать выбор самостоятельно, более того, значительная часть их испытывает страх перед необходимостью принятия решения.

В психологии не случайно существует термин «профессиональное самоопределение».

Важно, чтобы у подростка сложилось ощущение, что сделанный им выбор профессии – это его самостоятельный выбор. Дело в том, что выбор подразумевает ответственность за его последствия. **Кто выбирает, тот и отвечает.** И если подростку кажется, что профессию он выбрал не сам, то он и учится не для себя и учёба его тяготит. Он воспринимает её как скучную, тягостную обязанность. И наоборот, само ощущение, что данную профессию подросток выбрал сам, значительно стимулирует его к продвижению по пути профессионального развития.

Профессиональное самоопределение - событие, которое часто в корне меняет все течение жизни, затрагивая все ее сферы. Любимая работа - важнейшая составляющая жизни. Заниматься в жизни любимым делом – значит, жить в согласии с собой. Люди, нашедшие «свою работу», могут четко осознавать: «Я на своем месте, это верно сделанный выбор». И выбор должен осуществить именно тот, кому дальше жить с этим выбором, то есть, сам подросток.

Необходимо отметить основные противоречия, которые образовались между возросшими требованиями к выпускникам школы и уровнем их подготовленности к профессиональному самоопределению.

1. между потребностью общества в различных сферах производства и личными планами молодых людей. Рынок труда в настоящее время перенасыщен такими специалистами как юристы, экономисты. Однако, несмотря на это, выпускники выбирают данные профессии, заранее зная, что дальнейшее трудоустройство будет сложным;

2. профессиональные планы старшеклассников в свою очередь не всегда совпадают с их личными качествами. Иногда старшеклассники выбирают профессию, успешная самореализация в которой требует качеств личности, которыми данный молодой человек или юноша не обладает. Таким образом, начав трудовую деятельность, он понимает, что ошибся с выбором профессии и вынужден переквалифицироваться;

3. между потребностями учащихся в профессиональном обучении и необходимостью обязательного выбора. К моменту окончания школы юноши и девушки четко осознают, что наступает время получения профессионального образования и необходимо сделать выбор, куда пойти учиться дальше. Для тех, кто не задумался заранее о дальнейшем пути это сложное время;

4. вышеназванные противоречия тесно связаны с противоречием между необходимостью планировать собственную жизненную стратегию, профессиональную карьеру и отсутствием у старшеклассников навыков аналитической, прогностической и проектной деятельности. Выпускник четко представляет себе свое будущее, свою цель, однако по определенным обстоятельствам, не видит способов достижения данной цели;

5. противоречием между недостаточной информированностью старшеклассников о мире профессий и требованием сознательности и самостоятельности профессионального выбора. Данное противоречие приводит к тому, что выпускники делают выбор профессии, основываясь на престижности той или иной профессии, выборе друзей «за компанию», по советам родителей;

6. между потребностями учащихся в профессиональном обучении и недостатком или отсутствием компетентных консультантов, способных осуществлять профориентационную работу как можно раньше и эффективнее.

Исходя из вышеназванных противоречий профориентации в современном обществе, рассмотрим семь шагов на пути к успеху:

ШАГ 1. Составьте таблицу профессиональных предпочтений. Предложите ребенку подумать над тем, каким требованиям, по его мнению, должна отвечать его будущая работа. Составьте максимально подробный список таких требований (уровень заработной платы, характер и условия труда, престижность, занятость, реальное трудоустройство и т. д.). Впишите эти пункты в столбцы, а в строки -

названия профессий, кажущихся ребенку наиболее привлекательными. Заполняя таблицу, сопоставляйте требование и профессию: если они совпадают, ставьте в этой клетке плюс, если нет - минус. Проанализируйте, какая профессия набрала плюсов больше всего. Возможно, около этой специальности ребенку и стоит искать свое призвание. Преимущество метода в том, что он предлагает школьнику самостоятельно поразмышлять (и может быть, впервые!) над личной системой ценностей, над тем, каким он видит свое будущее.

ШАГ 2. Расширяйте знания о профессиональном мире. Очевидно, что жизненный опыт подростка ограничен, его представления о трудовой деятельности отрывочны, а подчас и нереалистичны. Задача родителя - выступить экспертом, поделиться той информацией, которой он владеет: рассказать, что представляет собой та или иная профессия, какие ограничения она накладывает. К этой работе можно привлечь друзей и знакомых. Опыт подобного общения может заставить подростка задуматься о том, насколько его представления о выбранной специальности соответствуют действительности.

ШАГ 3. Больше информации! Активно (и вместе с ребенком!) собирайте информацию о рынке труда, о новых и перспективных специальностях. В этом могут помочь ежегодно выпускаемые справочники, профессиональные журналы, а также интернет-сайты. Иногда в подобных изданиях ребенок находит профессию, о существовании которой он не догадывался (и даже не догадывались его родители!).

ШАГ 4. От слов - к делу. Но не стоит ограничиваться только рассказами и разговорами. Все мы знаем, что подростки довольно скептически относятся к мнению взрослых, особенно родителей. Гораздо важнее непосредственный опыт. Если ребенка заинтересовала какая-то профессия, предложите ему «порепетировать» ее в профильном кружке, секции, классе.

ШАГ 5. Предложите ребенку пройти профориентационное тестирование. Чтобы выбрать профессию, нужно не только разбираться в мире профессий, но и познать себя - свои личностные качества, способности, стремления. Очевидно, что карьерных высот человек скорее добьется в том деле, которое, с одной стороны, ему интересно, а с другой - соответствует его способностям. Однако надо иметь в виду, что цель таких тестов - не выдать готовый ответ на вопрос «кем быть», а «запустить» процесс самопознания, помочь ребенку разобраться в том, какой он по складу характера, к чему у него есть склонности, а к чему нет. И ни в коем случае нельзя считать полученные результаты и выводы однозначно верными.

ШАГ 6. В институт - на экскурсию. Неплохо сводить ребенка на «день открытых дверей» в вуз - и желательно не в один. Не придавайте таким походам чрезмерное значение - ведь совсем не обязательно, что именно здесь ваш отрок захочет провести свои студенческие годы. Идите в вуз просто как в музей - посмотреть, пообщаться, прочувствовать «мое - не мое».

ШАГ 7. Обсуждайте альтернативы. Говоря с ребенком о будущей профессии, не закливайтесь на одном варианте. Как правило, сам подросток о запасном варианте не задумывается, поэтому для родителей важно поставить перед ним вопрос: что он будет делать, если ему не удастся реализовать намеченное? Наличие альтернативы позволяет снизить у ребенка напряжение и тревогу.

Памятка выбирающему профессию:

Выбор профессии — сложный и ответственный шаг в твоей жизни.

Не предоставляй выбор своей будущей профессии случаю.

Пользуйся информацией профессионалов.

Профессию надо выбирать обдуманно, с учетом своих способностей, внутренних убеждений (только равнодушные идут куда придется), реальных возможностей, взвесив все «за» и «против».

С ЭТОЙ ЦЕЛЮ:

- Изучи глубже самого себя:

разберись в своих интересах (что тебе интересно на уровне хобби, а что может стать профессией), склонностях, особенностях своего характера и физических возможностях.

- Подумай, какие у тебя сильные и слабые стороны, главные и второстепенные качества.

• Ознакомься с профессиями, которые соответствуют твоим интересам и способностям. Прочти побольше книг, статей, журналов.

Наметь предварительно избираемую профессию или группу родственных профессий.

• Побеседуй с представителями избираемых профессий, постарайся побывать на рабочем месте этих специалистов, ознакомься с характером и условиями труда. Продумай, как, где и когда можно попробовать свои силы в этом деле практически и — действуй!

- Ознакомьтесь с учебными заведениями, в которых можно получить избранную профессию.
 - Сопоставьте свои личные качества и возможности с характером той профессии, которую ты выбрал.
 - Приняв решение, не отступай перед трудностями. Будь настойчив в достижении намеченных целей.
- ЖЕЛАЕМ УСПЕХА!**

ПРИНЦИПЫ, КОТОРЫМИ ДОЛЖЕН РУКОВОДСТВОВАТЬСЯ ЧЕЛОВЕК, ВЫБИРАЮЩИЙ ПРОФЕССИЮ ПРИНЦИП СОЗНАТЕЛЬНОСТИ. Правильно выбрать профессию может человек, четко осознавший:

- что он хочет (осознающий свои цели, жизненные планы, идеалы, стремления, ценностные ориентации);
- что он есть (знающий свои личностные и физические особенности);
- что он может (знающий свои склонности, способности, дарования);
- что от него потребует работа и трудовой коллектив.

ПРИНЦИП СООТВЕТСТВИЯ. Выбираемая профессия должна отвечать (соответствовать) интересам, склонностям, способностям, состоянию здоровья человека и одновременно потребностям общества в кадрах.

ПРИНЦИП АКТИВНОСТИ. Профессию надо активно искать самому. В этом большую роль призваны сыграть: практическая проба сил в кружках, секциях, на факультативах; чтение литературы, экскурсии, встречи со специалистами, посещение учебных заведений в «Дни открытых дверей», самостоятельное обращение к психологу или профконсультанту.

ПРИНЦИП РАЗВИТИЯ. Отражает идею необходимости развивать в себе такие качества, которые нужны для любой профессии. Это — психические процессы (мышление, память, внимание) и следующие черты характера: трудолюбие, добросовестность, прилежность, организованность, исполнительность, самостоятельность, инициативность, умение переносить неудачи, выдержка, настойчивость.

ОШИБКИ И ЗАТРУДНЕНИЯ ПРИ ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ

1. НЕЗНАНИЕ ПРАВИЛ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ:

- выбор профессии за компанию;
- перенос отношения к человеку на саму профессию;
- отождествление учебного предмета с профессией;
- ориентация сразу на профессии высокой квалификации;
- неумение определить путь получения профессии.

2. НЕЗНАНИЕ САМОГО СЕБЯ:

- незнание или недооценка своих физических особенностей;
- незнание или недооценка своих психологических особенностей;
- неумение соотнести свои способности с требованиями профессии;

3. НЕЗНАНИЕ МИРА ПРОФЕССИЙ:

- увлечение только внешней стороной профессии;
- предубеждение в отношении престижности профессии;
- незнание требований профессии к человеку;
- устаревшие представления о характере и условиях труда конкретной профессии.

Планируя свою профессиональную карьеру, полезно ответить на следующие вопросы

- От каких своих умений и способностей вы получаете наибольшее удовлетворение?
- Каковы ваши основные интересы и любимое времяпрепровождение?
- Какие учебные предметы у вас любимые?
- Чем бы вы хотели заниматься каждый день по 8 часов из года в год?
- О какой работе вы мечтаете?
- Каким вы представляете свое занятие через 10 лет?
- Какая работа была бы для вас идеальной? Опишите ее как можно подробнее. Представьте себя на этой работе, с кем вы работаете, как проводите время?
- Каковы ваши критерии выбора профессии? (обязательные и желательные)

- Какие ваши сильные стороны и навыки более всего позволяют вам считать себя подходящим для работы, которая вам кажется идеальной?
- Какие пробелы в своих знаниях и умениях вам необходимо ликвидировать, чтобы получить идеальную для вас работу?
- Если работа, идеальная для вас недостижима в настоящее время, то какую работу вы могли бы выполнять, чтобы продвигаться в избранном направлении?
- С кем можно посоветоваться, чтобы получить полезную для планирования карьеры информацию?
- И, наконец, запишите ваши ближайшие и долгосрочные цели в области карьеры и действуйте.

Условие оптимального выбора профессии

— зона оптимального выбора

ХОЧУ — стремления личности (желания, интересы, склонности, идеалы).

МОГУ — возможности личности (состояние здоровья, способности, уровень знаний, характер, темперамент).

НАДО — потребности общества в кадрах, и осознания необходимости затратить определенные усилия для достижения жизненно важных целей.

ЛИЧНЫЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПЛАН УЧАЩЕГОСЯ

1. Главная цель (что я буду делать, каким буду, чего достигну, идеал жизни и деятельности).
2. Цепочка ближайших и более отдаленных конкретных целей (чему и где учиться, перспективы повышения мастерства).
3. Пути и средства достижения ближайших целей (беседы с людьми, проба сил, самообразование, поступление в учебное заведение, подготовительные курсы).
4. Внешние условия достижения целей (трудности, возможные препятствия, возможное противодействие тех или иных людей).
5. Внутренние условия (свои возможности: состояние здоровья, способности к теоретическому или практическому обучению, настойчивость, терпение, личные качества, необходимые для работы по данной специальности).
6. Запасные варианты целей и путей их достижения на случай возникновения непреодолимых препятствий для реализации основного варианта.

характеристика профессионального плана:

- *определенность, ясность плана* (если человек указывает на единственную профессию и соответствующий тип учебного заведения);
- *полнота плана* (когда учтены все необходимые факторы выбора профессии: направленность интересов, склонностей, способностей, состояние здоровья, уровень образования и т. д.);
- *устойчивость плана* (во времени, как уверенность в правильности выбора и помехоустойчивость в стремлении к его осуществлению);
- *реалистичность плана* (как опора на реальные социальные и психологические возможности реализации выбора);
- *логическая обоснованность* и внутренняя согласованность (как соотнесение склонностей и способностей человека с требованиями профессии);
- *моральная оправданность* плана (если мотивы профессии относятся к содержанию деятельности);
- *согласованность* плана с потребностями рынка труда.

ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПЛАНА

Составляя личный профессиональный план, необходимо:

- определить, какой вид деятельности вам интересен; проанализировать в какой степени выражены склонности к работе в сферах «человек-природа», «человек-техника», «человек-человек», «человек-знаковая система», «человек-художественный образ»; составить формулу интересующей профессии;
- выяснить, работники каких профессий требуются на рынке труда, в городе, районе, где вы живете;
- сопоставить полученные данные и сделать вывод, в какой области профессиональной деятельности вы могли бы работать;
- ознакомиться с интересующими профессиями, беседуя с их представителями, пользуясь профессиограммами, специальной литературой; посоветоваться с родителями; проконсультироваться с врачом;

- соотнести свои индивидуальные особенности с требованиями избранной профессии;
- узнать содержание интересующей профессии, условия работы, перспективы профессионального роста;
- ознакомиться с возможными путями освоения профессии; побывать в учебных заведениях на «Днях открытых дверей»;
- проанализировать преимущества и недостатки различных путей получения общеобразовательной и профессиональной подготовки.

Профессиональная пригодность

Различают следующие степени профессиональной пригодности:

1. Непригодность. Она может быть временной или практически непреодолимой. О ней говорят в тех случаях, когда имеются отклонения в состоянии здоровья, несовместимые с работой. При этом дело обстоит не обязательно так, что человек не может работать, а так, что работа в данной профессии может ухудшить состояние человека. Противопоказания бывают не только медицинские, но и психологические: те или иные стойкие личные качества будут помехой для овладения определенной профессией.

2. Годность. Характеризуется тем, что нет противопоказаний, но нет и очевидных показаний. Иначе говоря, ни за, ни против. «Можешь выбирать эту профессию. Не исключено, что станешь хорошим работником». Примерно такими словами можно охарактеризовать данную степень профессиональной пригодности.

3. Соответствие. Нет противопоказаний и есть некоторые личные качества, соответствующие требованиям профессии. Например, есть выраженный интерес к определенным объектам труда (технике, природе, людям, искусству) или успешный опыт в данной области. При этом не исключено соответствие другим профессиям. «Можешь выбрать эту профессию. И весьма вероятно, что ты будешь хорошим работником».

4. Призвание. Это высший уровень профессиональной пригодности. Он характеризуется тем, что во всех элементах ее структуры есть явные признаки соответствия человека требованиям избираемого вида труда. Речь идет о признаках, которыми человек выделяется среди своих сверстников, находящихся в равных условиях обучения и развития. «В этой и именно в этой области труда ты будешь наиболее нужен людям».

Чтобы открыть в себе призвание, важно смело «примеривать» себя к самым разным профессиям, необходимо практически пробовать свои силы в разных видах труда.

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ ПРИ ВЫБОРЕ УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ

Возможно, выбранную вами профессию можно получить в нескольких учебных заведениях. В таком случае возникает проблема выбора учебного заведения. Правильный выбор можно сделать, узнав все об этих учебных заведениях.

Собирая информацию об учебном заведении, следует получить ответы на следующие вопросы:

- Какой уровень образования позволяет получить учебное заведение (профессионально-техническое, среднее специальное, высшее)?
- По каким специальностям и специализациям осуществляется профессиональная подготовка?
- Какая квалификация присваивается по окончании учебного заведения?
- Каковы предоставляемые формы обучения (дневная, вечерняя, заочная)? Платное или бесплатное обучение? Размер оплаты?
- Какие требования предъявляются к поступающим (возраст, состояние здоровья, пол, уровень образования)?
- Каков порядок приема в учебное заведение (сроки подачи документов, сроки сдачи экзаменов, льготы поступающим)?
- Какова продолжительность обучения?
- Оказывает ли учебное заведение помощь в трудоустройстве выпускников?
- Есть ли подготовительные курсы. Когда они начинают работать и какая оплата?
- Когда проводятся «Дни открытых дверей» в учебном заведении?
- Адрес учебного заведения и его полное название?