**КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБРАТЬ ПРОФЕССИЮ.**

При выборе профессии важно соответствие между психологическими особенностями человека и соответствующими характеристиками профессии. Профессия должна быть интересна. Если вам нравятся животные, растения, то вам будет интересно в своей профессиональной деятельности иметь дело с объектами живой природы. Если вы любите технику – вам будет интересна деятельность инженера-конструктора или физика-теоретика.

Любая профессия требует, чтобы у человека присутствовали «профессионально важные качества» - например, корректору важно внимание, художнику – образное мышление и т.д. Поэтому, выбирая определённую профессию, важно осознать, есть ли у вас способности, соответствующие профессионально важным качествам. В случае сомнения выбирайте ту профессию, где ваши способности будут максимально реализованы, в этой деятельности вы добьётесь наибольшего успеха.

Для того чтобы правильно выбрать профессию, необходимо прежде всего познать себя. Помочь лучше узнать себя и частично ответить на эти вопросы поможет упражнение: посмотрите на себя глазами другого человека. Конкретного человека, которого вы хорошо знаете. Попытайтесь объяснить свои поступки так, как это сделал бы другой человек, не знающий истинных мотивов.

Ваш характер пока только формируется. Работайте над собой, познавайте себя. Помните, что психические свойства человека (будь то способности, интересы или черты характера) – гибкие, изменяющиеся качества. Известно немало случаев, когда человеку, не имеющему способностей к музыке, но страстно желающему ею заниматься, удавалось развить музыкальный слух. Главное – интерес; способности формируются в деятельности. Привыкайте работать, трудиться. На одних способностях далеко не уедешь. С другой стороны, интерес – вещь тоже не совсем устойчивая. Некоторые думают, что любят какой-то учебный предмет, а на самом деле им очень нравится учитель. Для того чтобы не ошибиться, надо расширять свой кругозор по отношению к миру профессий. Задавайте взрослым вопросы об их профессиональной деятельности – как правило, люди с удовольствием рассказывают о своей настоящей работе. Тогда вы сможете осознанно решить, интересна ли вам данная область.

Разобравшись в своих способностях, интересах и личностных чертах, вы приступаете к выбору уже не профессии, а ВУЗа или факультета. Выясните, какие специальности и специализации соответствуют интересующему вас виду деятельности. Это не всегда однозначное соответствие (например, чтобы ремонтировать компьютеры, нужно получить специальность «радиоэлектроника»).

Принятие решения должно основываться на многих факторах:

* репутация ВУЗа и конкурс;
* мнение друзей;
* мнение родителей;
* стоимость обучения.

Выпишите себе на лист бумаги плюсы и минусы каждого из вариантов. Проанализируйте данные вместе с родителями. Помните: окончательный выбор только за вами. Профессия должна приносить удовольствие (положительные эмоции) и обеспечивать максимальную реализацию ваших возможностей (польза обществу).

**ЧТО ТАКОЕ УСПЕШЫЙ ВЫБОР ПРОФЕССИИ?**

Какой выбор профессии следует считать успешным? Тот, при котором совпадут **три В –**Возможность, Влечение, Востребованность.

\***Возможность**(могу)**–**наличие способностей именно к данной работе, соответствие особенностей личности специфике выбранной профессии, отсутствие медицинских или психологических противопоказаний к ней.

\***Влечение** (хочу) – желание выполнять конкретную работу, интерес к ней, увлечённость, направленность именно на эту деятельность.

\***Востребованность**(надо) – потребность общества в работниках этого профиля. Определяется способом на рынке труда и готовностью работодателей платить им достойную заработную плату.

Когда **три В**совпадают, человек доволен делом, которым занимается, своим местом работы, должностью, достижениями, видит перспективы для профессионального роста, зарабатывает на достойную жизнь. Увлечённость трудом и возможность раскрыть в нём свои способности ведут к тому, что труд оказывается результативным и достигается высокий уровень профессионализма. Как следствие, окружающие тоже довольны таким человеком и его делами, он пользуется заслуженным уважением. Получается заколдованный круг: если человек охотно выполняет востребованную в обществе работу, он достигает хороших результатов, обретает материальный достаток и признание окружающих, и, как следствие, его увлечённость трудом ещё более возрастает.

Успешно выбранная профессия – это та, которая соответствует возможностям человека, которой он увлечён и которая востребована обществом.

**СЕМЬ ШАГОВ К ПРИНЯТИЮ РЕШЕНИЯ.**

**Шаг 1.** Составьте список подходящих профессий, которые вам нравятся, интересны, по которым вы хотели бы работать, которые вам подходят.

**Шаг** **2.** Составить перечень требований выбираемой профессии. Составьте список своих требований к выбираемой профессии:

* выбираемая профессия и будущий род занятий;
* выбираемая профессия и жизненные ценности;
* выбираемая профессия и жизненные цели;
* выбираемая профессия и мои сегодняшние 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.

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

**Шаг** **4.**Оценить свое соответствие требованиям каждой из подходящих профессий. Проанализируйте, развиты ли у Вас профессиональные качества, отвечают ли ваши интеллектуальные способности, психологические особенности, состояние здоровья требованиям профессии.

**Шаг** **5.** Проанализируйте, какая профессия из всего списка больше других подходит Вам по всем пунктам.

**Шаг** **6.** Чтобы убедиться в правильности Ваших размышлений, обсудите свое решение с друзьями, родителями, учителями, психологом, профконсультантом.

**Шаг** **7.** Определить основные практические шаги к успеху: 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.

**ОШИБКИ ПРИ ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ.**

***Вопрос выбора профессии является очень актуальным для всего общества. Решение этого вопроса во многом определяется степенью информированности о выбираемой профессии, как у ученика, так и у родителей.***

**Ошибка первая.** Выбор профессии «*за компанию*». Помните, что при выборе будущей профессии следует учитывать свои склонности и способности, а не друзей.

*Если профессия нравиться твоему другу – из этого еще не следует, что она понравиться и тебе.*

**Ошибка вторая.**Неадекватная самооценка и низкий уровень критичности.

*Делать своей профессией целесообразно то, что у тебя хорошо получается. Это звучит банально, но почему – то иногда упускается из виду.*

**Ошибка третья.**Предубеждение по поводу престижности профессии. Помните, что профессия престижна сегодня, а завтра может быть отодвинута на последний план.

*Выбирать профессию, руководствуясь модой, не вполне логично. Ведь к тому времени, когда ты закончишь обучение и начнешь работать, мода, скорее всего, уже измениться.*

**Ошибка четвертая.**Отсутствие информации о профессии и как следствие неадекватное представление о ней.

**Ошибка пятая**. Отождествление школьного предмета с работой по специальности (в помощь выбирающему).

Человек, выбирающий профессию, должен руководствоваться следующими принципами:

• **ПРИНЦИП АКТИВНОСТИ**.

Профессию надо активно искать самому: практическая проба сил в кружках, на факультативах, экскурсии на рабочие места, посещение учебных заведений в «Дни открытых дверей», самостоятельное обращение к психологу или профконсультанту.

**• ПРИНЦИП СОЗНАТЕЛЬНОСТИ.**

Правильно выбрать профессию может человек, четко осознавший:

- Чего он хочет (осознающий свои цели, желания, интересы, склонности);

-Кто он есть (знающий свои личностные и физиологические особенности);

-Что он может (знающий свои способности, склонности, дарования);

-Чего от него потребует работа и трудовой коллектив.

**• ПРИНЦИП СООТВЕТСТВИЯ.**

 Выбираемая профессия должна соответствовать  требованиям, склонностям, способностям,  состоянию здоровья человека, потребностям общества в кадрах.

• **ПРИНЦИП РАЗВИТИЯ.**

Отражает идею необходимости развивать в себе качества, которые нужны для любой профессии, а также те, которые нужны для выбранной профессии.

*Помни, что школьный предмет – это еще не профессия. Интерес к нему не обязательно говорит о том, что нравится и связанная с ним работа.*

**Ошибка шестая.**Игнорирование медицинских противопоказаний. Повышения требования к здоровью в целом или к отдельным его аспектам предъявляют очень многие профессий, а совершенно здоровых людей, к сожалению, не так уж и много. Связанные с этим сложности вероятны не только в таких профессиях как летчик или пожарный, но и в более «приземленных»  видах деятельности. Вот некоторые группы самых распространенных противопоказаний:

* **зрение;**
* **слух;**
* **дыхательная система;**
* **опорно – двигательный аппарат.**

*Желательно проконсультироваться с врачом, насколько интересующие тебя профессии совместимы с твоим состоянием здоровья.*

**Ошибка седьмая.**Выбор вопреки, назло чему – или кому – либо.

*Выбор профессии – дело, существенно влияющее на твою судьбу, и не очень умно совершать его «назло» кому- нибудь, или чему – нибудь.*

**Ошибка восьмая.**Отсутствие запасных вариантов. Необходимо всегда иметь несколько возможных вариантов продолжения обучения, и работы, чтобы, если не подошёл один из них, всегда располагать запасным вариантом действия.  Не все  желания и жизненные планы сбываются.

*В жизни много случайностей, все предвидеть не мысленно. Чтобы остаться «на плаву» при любых обстоятельствах,  важно предусматривать запасные варианты профессионального самоопределения.*

**РОЛЬ РОДИТЕЛЕЙ В ПРОЦЕССЕ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ РЕБЁНКОМ.**

Для всех очевидно, что профессиональный выбор в подростковом возрасте, осуществляется не только как собственное решение молодого человека. Он еще не готов в полной мере осознать все стороны своей будущей жизни и нуждается в поддержке со стороны взрослых, прежде всего родителей.

Одним из источников информации о своей будущей профессии называют *родителей, родственников, взрослых знакомых.*

К сожалению, по наблюдениям специалистов, большинство родителей знает мир профессий ненамного, лучше своих детей или имеет устаревшие представления о профессиях. Да и в профессиональных *возможностях*своих детей родители ориентируются довольно слабо.

Решение этой проблемы находится в сочетании нескольких профориентационных подходов, прежде всего в обращении к помощи профессионалов (психологов-профконсультантов, педагогов и преподавателей профессиональных учебных заведений, школьных учителей, специалистов той или иной профессии), а также в повышении *компетентности самих родителей* в данных вопросах. Эта компетентность включает не только соответствующую *информированность*, осведомленность, но и *формы* *подачи информации* своему ребенку.

Помогая подростку выбрать профессию, родители не только обсуждают с ним *преимущества* и *недостатки* отдельных *профессий* и возможности получения *образования* по этим профессиям. Родители при этом неизбежно становятся детскими психологами: ведь необходимо раскрыть потребности, мотивы, способности, оценить соотношение между ними.

Прежде всего, важно найти «*золотую середину*» между инициативой ребенка и вашим активным участием.

Среди всего множества позиций родителей можно выделить несколько наиболее ярких.

**1.**Родители пассивно относятся к выбору профессии своими детьми, предоставляя им в этом полную свободу.

**2.**Родители активно пытаются навязать своему ребёнку собственную точку зрения.

**3.**Родители разумно и обоснованно пытаются помочь своим детям выбрать профессию с учётом их интересов, склонностей и способностей.

**4.**Родители не оказывают активного влияния на профессиональный выбор детей, но беседуют с ними о путях выбора профессии.

Полярные установки: «*Пусть он сам решает!*» или «*Что он там без меня решит*!» редко оказываются продуктивными и, в конечном счете, могут привести к отчуждению между родителями и ребенком. Важно оценить конкретно  способность своего ребенка быть *ответственным и самостоятельным*: что он уже может, а чему еще только учится.

Очень желательно выяснить, какие *потребности*определяют поведение вашего ребенка в процессе профессионального самоопределения, чем он руководствуется, какие стороны профессии привлекают его. Это могут быть престижность, возможность сделать карьеру, добиться успеха и даже славы, иметь высокие заработки, а может быть это любознательность или стремление быть похожим на кого-то из знакомых.

Весьма распространен у ребят и подход к выбору профессии с точки зрения ее престижности в обществе. Бытуют мнения, что престижная профессия тоже является своеобразным "*ракетоносителем*" для вывода человека на орбиту жизненного успеха, приобретения высокого социального статуса, привлечение внимания к своей персоне, т.е. сам факт получения престижной профессии – некая гарантия успешной карьеры. Внимание обращается, прежде всего, на внешнюю сторону профессии: ее модность, популярность, причем в глазах даже не общества в целом, а, зачастую, лишь определенного круга лиц, например, компании сверстников. При этом содержание деятельности в данной профессии, ее будни, а также требования к человеческим качествам практически не учитывается оптантом (одна 9-классница написала в анкете, что хочет стать визажистом, а если это не получится, то – юристом). Такие заявления свидетельствуют об инфантильности, отсутствии реалистических представлений о мире профессий.

Заметим, что сам по себе мотив выбора не может быть верным или неверным: амбициозные запросы, подкрепленные волей, способностями, трудолюбием, здоровьем, наконец, могут быть вполне осуществимы. Но нередко выбор профессии с точки зрения ее престижности идет рука об руку с выбором профессии "*за компанию*" с друзьями (чтобы не отстать в своих запросах, не выглядеть хуже прочих), тогда как сама по себе будущая профессия представляется слабо и не вызывает активного интереса. В итоге у ребенка появляются взаимоисключающие цели и внутренний конфликт мотивов.

Другой вариант выбора "*за компанию*" встречается, когда нет желания разобраться в своих особенностях: интересах, склонностях, способностях и возможностях их реализовать в профессиональной деятельности. При этом профессиональное самоопределение воспринимается как некая досадная необходимость, с которой надо быстрее расквитаться, и продолжить приятное времяпрепровождение с друзьями. А в таком случае лучше всего выбрать то же самое, что и они.                 Подобный вариант выбора может быть обусловлен тем, что ребенок страшится самостоятельности, ответственности, привык быть ведомым в своей компании, занимать там привычное место.

Очень важно помочь ребенку разобраться в своем *потенциале***,**выявить скрытые ресурсы. Нередко отставание по каким-то предметам школьной программы воспринимается подростками (да и родителями) как неспособность к ним. Такой вывод либо блокирует выбор привлекательной профессии, либо заставляет изворачиваться. Однако практика показывает, что причина отставания зачастую не в отсутствии способностей у ребенка, а во внешних обстоятельствах, и дополнительные занятия исправляют ситуацию. Следствием этого становится не только понимание предмета ребенком, возможность выбрать профессию в соответствии со своими склонностями, но и рост его уверенности в себе, повышение самооценки, высвобождение инициативы.

Нередко профессиональные намерения ребенка базируются исключительно на достоинствах будущей профессии, а объективно существующие **"минусы"** профессии не учитываются (часто и просто неизвестны ему). Чтобы выбор был по-настоящему, реалистичным и не последовало разочарований, необходимо заранее иметь представление о**теневых** сторонах профессии. Это могут быть, например:

* сложности с трудоустройством;
* длительное время профессиональной подготовки;
* трудности в согласовании профессиональных и личных планов;
* профессиональные риски для здоровья и т.п.

Такая разносторонняя информация о профессии позволит быть готовым к ее недостаткам и позволит либо искать пути компенсации или минимизации существующих трудностей, либо примириться с неизбежными недостатками профессии (потому что ее достоинства все же весомее!), либо скорректировать свои планы.

Весьма желательно помочь ребенку **наметить план своей карьеры**, обсудив с ним, такие, например, вопросы:

* Чего он хочет по *большому* счету?
* Что необходимо для *осуществления* его желаний?
* Какие профессии позволят ему этого *достичь*?
* Какое *образование* и где можно получить для овладения данными профессиями?
* Что надо предпринимать уже *сейчас* для поступления и успешного обучения в том или ином учебном заведении?
* Что может помешать и как уменьшить *риск* неудачи?
* Какой из рассмотренных вариантов *предпочтительнее*, а какие – приемлемы в качестве *запасных*?

В определенных пунктах плана желательно обозначить сроки.

Разумеется, план этот примерный и может, и должен подвергаться правке в соответствии с обстоятельствами.

Вся родительская профориентационная поддержка должна происходить в форме *диалога*, партнерского обсуждения.

Представления и высказывания ребенка в каких-то аспектах могут быть наивными, нереалистичными (это естественно и почти неизбежно). Проявите понимание и воздержитесь от жесткой критики, тем более иронии, высмеивания, раздражения (увы, это случается).

Лучше расскажите, как видите и понимаете эту ситуацию вы; поясните, что вызывает у вас сомнения; поищите вместе другие варианты, подходы к решению вопроса, обращаясь при этом к пусть небольшому, но собственному опыту молодого человека.

Разговаривая с ребенком, важно избегать наставительного тона! Часто именно интонация, а не содержание ваших высказываний вызывает сопротивление и неприятие у подростка. В основе вашего диалога с ребенком должно лежать уважительное отношение к нему.

И не ждите, чтобы ребенок немедленно согласился с вами, признал свою неправоту, будучи "раздавлен" неотразимостью вашей логики и богатством жизненного опыта. Не повторяйте одни и те же доводы снова и снова: это уже похоже на нравоучение и будет вызывать только раздражение. Если ваши высказывания действительно убедительны и как-то соотносятся с личным опытом ребенка, то они постепенно "*прорастут*" и окажут свое действие.

Наша методическое пособие как раз и создана для того, чтобы направить тебя, показать основные этапы решения проблемы. Однако не воспринимай 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.