

Рекомендации психолога по профориентации

Не стоит ориентироваться только на престижность профессии, забывая о собственных желаниях и возможностях. Это чревато получением модной, но нелюбимой работы.

Все мы имеем право на ошибку, и, получив профессию, можем понять, что это не то, что нам нужно. Но это не должно останавливать вас в поиске именно той профессии, к которой лежит душа.

Слепо следуя за друзьями, Вы рискуете выбрать неподходящую профессию, если ориентируетесь только на чужое мнение.

Если Вам нравится человек — представитель какой-либо профессии, то это хорошая возможность узнать о его деятельности с разных сторон. Однако не стоит выбирать профессию только из симпатии к человеку, так как сама работа может не подходить именно вам.

Часто мы видим только положительные стороны профессии, забывая о «темной стороне медали». Стоит узнать о профессии как можно больше, чтобы рассмотреть и плюсы и минусы.

Не отождествляйте школьные учебные предметы с профессией, различайте эти понятия. Очень редко профессия совпадает с тем школьным предметом, который вам интересен. Кроме того, любимые предметы редко связаны только с одной профессией, и могут понадобиться в разных сферах деятельности.

Не зная своих способностей, ты рискуешь выбрать неподходящую профессию, которая не будет у тебя получаться, не будет приносить удовольствия.

Когда Вы решаете задачу по математике, то выполняете определенные действия в определенной последовательности. Было бы разумно поступить так же и при выборе профессии. **Пусть Ваш выбор будет правильным!**

Как выбрать профессию?

Если ты с детства мечтал стать врачом или космонавтом, и до сих пор не сомневаешься в правильности своего выбора – у тебя нет проблем. Что бы ни говорили мама и бабушка, ты с упорством штудируешь учебники по химии или биологии, или посещаешь кружок «юный физик» и хорошо представляешь себе, что будешь делать по окончании школы. Если это так, то ты – счастливчик. Потому что многие ребята совершенно не представляют себе, куда пойти учиться.

Психологи считают, что при выборе профессии очень важно соответствие между психологическими особенностями человека и соответствующими характеристиками профессии. Профессия должна быть **ИНТЕРЕСНА**. Если ты любишь технику – интерес к ней будет поддерживать тебя в деятельности инженера, специалиста по информационным технологиям, строителя, физика...

Любая профессия требует, чтобы у человека присутствовали так называемые «профессионально важные качества». Поэтому, выбирая определенную профессию, важно осознать, есть ли у тебя **СПОСОБНОСТИ**, соответствующие профессионально важным качествам. В ситуации сомнения

выбирай ту профессию, где твои способности будут максимально реализованы, в этой деятельности ты добьешься наибольшего успеха.

Наконец, тип реализуемой профессиональной деятельности должен совпадать с твоим **ЛИЧНОСТНЫМ**, характерологическим типом. Скажем, если ты общителен – тебе больше подойдут профессии, связанные с многочисленными контактами, а если эмоционально неустойчив – не сможешь выполнять рутинные виды деятельности, требующие концентрации в течение длительного времени.

Итак, разобравшись в своих способностях, интересах и личностных чертах, ты приступаешь к выбору уже не профессии – а вуза или факультета.

Выясни, какие специальности и специализации соответствуют интересующему тебя виду деятельности.

И всегда помни: окончательный выбор только за тобой, ибо выбирая профессию, ты выбираешь судьбу. Профессия должна приносить удовольствие, положительные эмоции, обеспечивать максимальную реализацию твоих возможностей и приносить пользу обществу.

Как помочь своему ребенку в выборе профессии (памятка для родителей)

Важнейшая задача – помочь ребенку разобраться в своих профессиональных интересах и склонностях, сильных и слабых сторонах своей личности.

На этом этапе подросток особенно нуждается в поддержке и одобрении со стороны родителей, это помогает ему обрести уверенность в себе.

Оказывая помощь подростку в выборе профессии, нужно помочь ему избежать типичных ошибок. Знание их оградит молодого человека от лишних или неверных шагов, сэкономит время и поможет получить наиболее подходящую для него профессию.

Типичные ошибки при выборе профессии:

Выбор профессии «за компанию»

Часто молодой человек или девушка, не знаящие своих способностей, просто поступают в то же учебное заведение, что и их друзья.

Выбор престижной профессии

В данный момент престижными считаются профессии экономиста, бухгалтера, юриста, менеджера, переводчика и др. Интерес к ним есть у

большинства выпускников школ, но не у всех есть способности к этим профессиям (высокая эрудиция, энергия, коммуникабельность, работоспособность).

Отождествление учебного предмета с профессией

Например, ученица хорошо пишет сочинения и решает, что ее призвание – журналистика. Однако, профессия журналиста предполагает частые поездки, умение вникать в разные сферы деятельности и взаимоотношения людей, а не только написание статей.

Отождествление профессии с конкретным человеком, который нравится

К примеру, младший брат восхищается старшим, летчиком по профессии. Из любви к брату он тоже решает, что это его призвание. Но это далеко не всегда соответствует действительности.

Несоответствие здоровья и условий труда в избранной профессии

Необходимо знать и учитывать особенности организма подростка, условия, в которых придется работать, иначе его может ожидать разочарование или ухудшение состояния здоровья. Ряд профессий предъявляют очень высокие требования к физическому здоровью, а для некоторых профессиональных занятий существует ряд строгих медицинских критериев профессиональной пригодности (например, хорошее зрение для повара, кондитера, водителя).

Устаревшие представления о характере труда и возможностях профессии

Незнание динамики развития профессий в связи с техническим прогрессом приводит к ошибкам. Нередко под названием профессии скрыт совершенно новый темп и характер труда. Всегда нужно стремиться узнать именно о современном облике профессии.

Неумение разобраться в себе, своих склонностях, способностях и мотивах

Помощь в самопознании могут оказать психологи, специалисты по профориентации, учителя, родители, специальная литература.

Выбор профессии под давлением родителей

Очень часто родители совершают ошибки, влияющие на правильность профессионального выбора подростка:

- нередко родители активно предлагают, а иногда даже настаивают на выборе варианта, который в силу различных обстоятельств жизни не удалось осуществить им самим. То есть через ребенка они пытаются реализовать свою мечту;
- часто родительские советы можно объединить под рубрикой «полезно для семейной жизни»: «Будь врачом – нас и себя будешь лечить», «Становись поваром – хоть готовить научишься» и т.д.;
- еще одно родительское заблуждение – представление о том, что высшее образование, которое непременно должен получить их ребенок, автоматически разрешит проблемы с нахождением удачной и хорошо оплачиваемой работы. Особенно печально, когда установка на получение высшего образования столь сильна, что в жертву ей приносятся и способности, и склонности, и реальная оценка ситуации.

Важно, чтобы молодой человек понимал, что желаемый им уровень образования, в данном случае – высшее образование, может быть достигнут и ступенчатым путем: ПУ – техникум – ВУЗ, или при совмещении работы с заочной формой обучения.

- не нужно забывать о потребностях, интересах, способностях своих детей. Можно помогать, но не заставлять.

Для принятия реалистичного решения о выборе профессии необходимо проанализировать следующие факторы:

➤ ***Первый фактор – «Хочу»***

Помочь подростку оценить его интересы и склонности, выяснить, какие профессии ему нравятся, представляет ли он, чем хотел бы заниматься каждый день.

➤ ***Второй фактор – «Могу»***

Познакомить ребенка с требованиями, которые может предъявить выбранная им профессия. Помочь ему выявить способности и умения, знания и навыки, полученные в школе, рассказать, как можно применить их к выбираемой профессии.

➤ ***Третий фактор – «Надо»***

Узнайте, будет ли востребованна выбираемая профессия на рынке труда и где можно получить профессиональное образование по избранной специальности.

1. Обозначьте несколько альтернативных вариантов профессионального

выбора.

2. Оцените вместе с подростком достоинства и недостатки каждого варианта.

3. Исследуйте шансы его успешности в каждом выборе и просчитать последствия каждого варианта.

4. Продумайте вместе с ребенком запасные варианты на случай затруднения в реализации основного плана.