



Приднестровский  
Государственный Университет  
им. Т.Г. Шевченко  
Факультет педагогики и  
психологии

Научно-исследовательская лаборатория  
«Психолого-педагогическое  
проектирование»

# ВЫБОР ПРОФЕССИИ

**Выбирая профессию— выбираем будущее**

## СОДЕРЖАНИЕ:

- ◇ Выбирая профессию – выбираем будущее.
- ◇ Мотивы выбора профессии.
- ◇ Сознательный выбор профессии.
- ◇ Факторы, влияющие на выбор профессии.
- ◇ Схема построения профессионального образа будущего.
- ◇ Семь шагов к взвешенному решению.
- ◇ Формула выбора профессии «Хочу—Могу—Надо».
- ◇ Рекомендации по выбору профессии.
- ◇ Ошибки и затруднения при выборе профессии.
- ◇ Принципы выбора профессии.
- ◇ Интернет-ресурсы по профориентации.



Каждый старшеклассник стоит перед ответственным и сложным выбором профессии. От правильного выбора профессионального пути зависит дальнейшая жизнь, карьера. Умение анализировать содержание профессий, оценивать свои профессиональные возможности и на этой основе осуществлять профессиональный выбор — важные качества современного выпускника.

**Правильно выбранная профессия – это личная удовлетворенность, возможность совершенствования, развития своих способностей, повышения квалификации, конкурентоспособность на рынке труда.**

## Мотивы выбора профессии

### СОЦИАЛЬНЫЕ

(желание своим трудом способствовать общественному процессу, занять достойное место в обществе в соответствии с интересами и возможностями);

### МОРАЛЬНЫЕ

(приносить пользу людям, оказывать им помощь, общение);

### ЭСТЕТИЧЕСКИЕ

(стремление к красоте, гармонии, желание работать по специальности, связанной с прекрасным);

### ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

(связаны со стремлением к овладению специальными знаниями, проникновением в сущность профессиональной деятельности);

### ТВОРЧЕСКИЕ

(возможность быть оригинальным, неповторимым);

### МАТЕРИАЛЬНЫЕ

(стремление иметь высокооплачиваемую работу, льготы);

### ПРЕСТИЖНЫЕ

(стремления, позволяющие достичь видного положения в обществе, выбор профессии обеспечивающей быстрое продвижение по службе, профессии, которая ценится среди друзей и знакомых);

### УТИЛИТАРНЫЕ

(возможность работать в городе, иметь «чистую работу», близко к дому, легкость поступления в вуз, на работу, советы и примеры друзей и знакомых).



*Сознательным выбор профессии будет лишь в том случае, если он глубоко мотивирован: человек правильно оценивает свои возможности и знает содержание той деятельности, которую ему предстоит осуществлять.*

## Сознательный выбор профессии

основывается на:

- знаниях о мире профессий;
- знаниях о выбираемой конкретной профессии;
- изучении своих интересов;
- изучении своих способностей;
- знании своих сильных и слабых качеств;
- состоянии своего здоровья;
- учёте материального положения семьи;
- учёте ситуации на рынке труда.



## Что влияет на выбор профессии?

### 1. ПОЗИЦИЯ ЧЛЕНОВ СЕМЬИ

Есть старшие, которые несут прямую ответственность за то, как складывается твоя жизнь. Эта забота распространяется и на вопрос о твоей будущей профессии.

### 2. ПОЗИЦИЯ ДРУЗЕЙ

Дружеские связи в твоём возрасте уже очень крепки и могут сильно влиять на выбор профессии. Можно дать лишь общий совет: правильным будет решение, которое соответствует твоим интересам и совпадает с интересами общества, в котором ты живешь.

### 3. ПОЗИЦИЯ УЧИТЕЛЕЙ, ШКОЛЬНЫХ ПЕДАГОГОВ, КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ

Наблюдая за поведением, учебной и внеучебной активностью учащихся, опытный педагог знает много такого о тебе, что скрыто от непрофессиональных глаз и даже от тебя.

### 4. ЛИЧНЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ПЛАНЫ

Под планом в данном случае подразумеваются твои представления об этапах освоения профессии.

### 5. СПОСОБНОСТИ

О своеобразии своих способностей надо судить не только по успехам в учебе, но и по достижениям в самых разнообразных видах деятельности.

### 6. СКЛОННОСТИ

Склонности проявляются в любимых занятиях, на которые тратится большая часть свободного времени.

### 7. УРОВЕНЬ ПРИТЯЗАНИЙ НА ОБЩЕСТВЕННОЕ ПРИЗНАНИЕ

Планируя свой трудовой путь, очень важно позаботиться о реалистичности своих притязаний.

### 8. ИНФОРМИРОВАННОСТЬ

Важно позаботиться о том, чтобы приобретаемые тобой сведения о той или иной профессии не оказались искаженными, неполными.



## Схема построения профессионального образа будущего

- Дальняя профессиональная цель (мечта).
- Ближние профессиональные цели (как этапы и пути достижения дальней цели).
- Знание себя (своих возможностей для достижения дальней и, особенно, ближних целей).
- Знание путей подготовки к достижению целей (особенно ближних) и способов работы над собой.
- Реальная подготовка к профессии (практическая реализация планов).
- Запасные варианты карьеры и их иерархия как способы движения к дальней цели.
- Возможны случаи, когда резервный вариант не совпадает с дальней целью и рассматривается как самостоятельный вариант.
- В случае явного несоответствия своих возможностей избранным целям - другой профессиональный выбор.

## Семь шагов к 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 К ВЫБИРАЕМОЙ ПРОФЕССИИ

выбираемая профессия и будущий род занятий;

выбираемая профессия и жизненные ценности;

выбираемая профессия и жизненные цели;

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 для вас, выделите наиболее важные из них.

### 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.

### 5. ПОДСЧИТАТЬ И ПРОАНАЛИЗИРОВАТЬ РЕЗУЛЬТАТЫ

Проанализируйте, какая профессия из составленного вами списка больше других подходит вам по всем требованиям.

### 6. ПРОВЕРИТЬ РЕЗУЛЬТАТЫ

Чтобы убедиться в правильности своих размышлений, обсудите выбранную профессию с друзьями, родителями, учителями, педагогом-психологом.

### 7. ОПРЕДЕЛИТЬ ОСНОВНЫЕ ПРАКТИЧЕСКИЕ ШАГИ К ДОСТИЖЕНИЮ ЦЕЛИ

Итак, вы выбрали профессию, 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.

**Выбор профессии - непростое дело, здесь есть свои правила и ошибки.**



## Формула выбора профессии

**ХОЧУ** — это ваши желания,  
интересы и склонности

**ХОЧУ** отвечает на вопросы:

- «Нужно ли это мне?»,
- «Хочу ли я заниматься этим в будущем?»,
- «Нравится ли мне эта профессия?»,
- «Соответствует ли она моим интересам?»,
- «Соответствует ли эта профессия моим жизненным планам?»

При выборе профессии отталкивайтесь от своих желаний. Не слушайте других, но ищите свою мотивацию. Конечно это сложный вопрос для самостоятельного решения, но от него зависит многое, поэтому стоит приложить максимум усилий.

**МОГУ** — ваши таланты, способности к тому или иному виду деятельности

Вторая ступенька самоанализа — поиск того, что у тебя хорошо получается делать.

**МОГУ** заставляет задуматься:

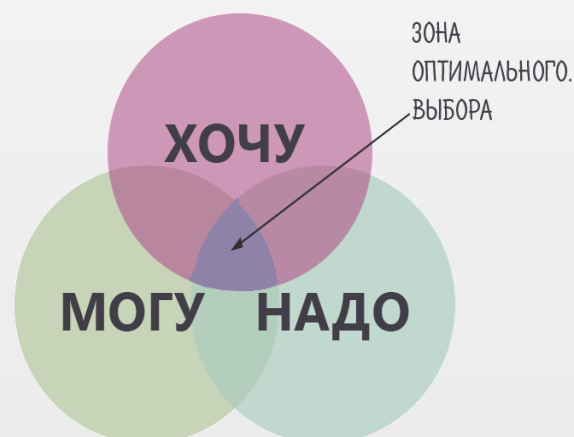
- «Насколько профессия соответствует моим способностям, чертам характера, психологическим склонностям, темпераменту, а также состоянию здоровья?»,
- «Достаточно ли моих знаний и навыков для того, чтобы обучиться этой профессии?»

**НАДО** — это полезность профессии,  
востребованность на рынке труда

**НАДО** отвечает на вопросы:

- «Пользуется ли данная профессия спросом на рынке труда, перспективна ли она?»,
- «Каковы шансы устроиться на работу после окончания учебного заведения?»,
- «Как оплачивается эта работа?»

Используйте эту формулу при выборе профессии и работы. Идеальна та профессия, которая соответствует всем трем параметрам.



**«ВЫБОР ПРОФЕССИИ МОЖНО СРАВНИТЬ С РЕШЕНИЕМ СЛОЖНОЙ ТВОРЧЕСКОЙ ЗАДАЧИ, ПРИЧЕМ ЗАДАЧИ СО МНОГИМИ НЕИЗВЕСТНЫМИ, КОГДА ТРЕБУЕТСЯ УЧЕСТЬ МНОЖЕСТВО ФАКТОРОВ»**

**Л.А. Головей**

## Рекомендации по выбору профессии

- Каждый сам выбирает свою профессию и самостоятельно принимает решение, как поступить.
- Осознайте ценность вашего выбора (для себя и для общества), изучайте профессию и все, что с ней связано.
- Сориентируйтесь в конкретной социально-экономической ситуации (потребность, престижность, зарплата). Произнося «Я хочу», осознайте что вы можете и что надо в данных обстоятельствах.
- Выделите дальнюю профессиональную цель (мечту), соотнесите с другими жизненными целями (личностными, семейными, досуговыми).
- Постройте для себя систему ближних и средних перспектив как этапов движения к дальней цели.
- Не бойтесь поиска, риска, если нужно - смело исправляйте ошибки и выбирайте новый путь.
- Выбирать следует не только профессию, но и связанные с ней образ жизни и подходящий для вас вид деятельности.
- Будьте ответственны в решениях: жизнь не знает черновиков.
- Имейте резервный вариант на случай неудачи по основному направлению.
- Осознайте трудности на пути к намеченным целям.
- Наметьте (спланируйте) пути и средства преодоления трудностей.
- Для приближения мечты необходимо приложить усилия .
- Начинайте реализацию намеченного плана с самого малого: ежедневного рефлексивного анализа своей жизнедеятельности.

## Ошибки и затруднения при выборе профессии

### НЕЗНАНИЕ ПРАВИЛ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ

- Выбор профессии за компанию.
- Перенос отношения к человеку на саму профессию.
- Отождествление учебного предмета с профессией.
- Неумение определить путь получения профессии.

### НЕЗНАНИЕ САМОГО СЕБЯ

- Незнание или недооценка своих физических особенностей.
- Незнание или недооценка своих психологических особенностей.
- Неумение соотнести свои способности с требованиями профессии.

### НЕЗНАНИЕ МИРА ПРОФЕССИИ

- Увлечение только внешней стороной профессии.
- Предубеждение в отношении престижности профессии.
- Незнание требований профессии к человеку.
- Устаревшие представления о характере и условиях труда конкретной профессии.



## Принципы выбора профессии

### ПРИНЦИП СОЗНАТЕЛЬНОСТИ

Правильно выбрать профессию может человек, чётко 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);
- что от него потребует работа в рамках выбранной профессии.

### ПРИНЦИП СООТВЕТСТВИЯ

Выбираемая профессия должна соответствовать интересам, склонностям, способностям, личностным особенностям и состоянию здоровья человека.

### ПРИНЦИП АКТИВНОСТИ

Профессию надо активно выбирать самому.

В этом большую роль призваны сыграть: профессиональная проба своих возможностей в кружках, секциях, на факультативах; профориентационные экскурсии, встречи со специалистами, посещение организаций профессионального образования в «Дни открытых дверей» и участие в профессиональных пробах, самостоятельное обращение к педагогу-психологу за профконсультацией.

### ПРИНЦИП РАЗВИТИЯ

Отражает идею необходимости развивать:

- психические процессы (мышление, память, внимание) ,
- черты характера: трудолюбие, добросовестность, ответственность, организованность, самостоятельность, инициативность, целеустремленность, стрессоустойчивость и др.

**Если вы хотите добиться от жизни  
чего-то значительного,  
недостаточно просто действовать —  
надо еще и мечтать;  
недостаточно просто планировать —  
надо еще и верить.**

**А. Франс**

# ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ ПО ПРОФОРИЕНТАЦИИ

## НА ДАННЫХ САЙТАХ ВЫ МОЖЕТЕ:

- Изучить информацию профориентационной направленности;
- Пройти диагностику своих личностных качеств, интересов, склонностей, способностей, профессиональной направленности;
- Сохранить результаты тестов и получить профконсультацию у школьного педагога-психолога.

<http://spsu.ru/abitur/proforientatsionnaya-rabota>

<https://smartia.me/>

<http://trud22-first-step.ru/>

<http://prof.eduprof.ru/>

<http://prof.eduprof.ru/video/index.php?c=1>

<http://www.profvibor.ru/>

<https://proforientatsia.ru/>

<http://azps.ru/training/indexpf.html>

<https://moeobrazovanie.ru/>

<https://proforientator.ru/tests/>

<http://www.metodkabi.net.ru>

<http://www.proprof.ru/>

<http://proftime.edu.ru/>

<https://www.ucheba.ru/>

<http://atlas100.ru/>

<http://www.kto-kem.ru/>

<https://postupi.online/>

<https://www.navigatum.ru/>

<http://xn---jtbibbrldcuew.xn--p1ai/>

