

Секреты выбора профессии



ГКУ ЦЗН Пермского края
**РАБОТА
РОССИИ**
Кадровый центр








Выбор профессий

– сложный и ответственный шаг в жизни каждого человека. Правильно выбрать профессию – значит найти своё место в жизни.

Ответить на вопрос «Кем быть?» фактически означает найти способ реализации собственного «Я». Однако на пути поиска собственного «Я» можно столкнуться с различными сложностями: недостаточными знаниями о мире профессий, о самих профессиях и требованиях, которые они предъявляют человеку.

Между тем при выборе профессионального пути нужно выявить и оценить собственные интересы, склонности и способности.

При составлении траектории профессионального пути можно использовать формулу выбора профессии: «хочу», «могу», «надо».

-  **«Хочу»** – мне нравится, мне интересно, меня привлекает.
-  **«Могу»** – я способен, я умею, я обладаю навыками.
-  **«Надо»** – востребованность профессии на рынке труда.



Правильно оценив все компоненты формулы «МОГУ – ХОЧУ – НАДО» по отношению к себе, шанс неправильного выбора профессии значительно уменьшится, а достигнуть профессионального успеха и стать востребованным специалистом будет проще.

Барьеры на пути выбора профессии



Из огромного множества профессий выбрать одну, да ещё такую, чтобы душа к ней лежала, довольно трудно.

Конечно, никто не застрахован от ошибок, но хочется, чтобы вероятность промаха была как можно меньшей.

Все ошибки, допускаемые при выборе профессии, можно разделить на три группы:

1

Незнание мира профессий:

- практически все профессии непрерывно меняют свой прежний облик, нередко за старым названием скрывается совершенно новый характер труда;
- ориентир только на престижность и доходность профессии;
- увлечение только внешней стороной профессии (например, когда человек хочет стать следователем, потому что смотрит детективы).

2

Незнание себя:

- низкий уровень самокритики, переоценка своих способностей;
- игнорирование своих способностей и интересов;
- сомнения при соотнесении своих способностей с требованиями профессии.

3

Незнание правил выбора профессий:

- постановка знака равенства между профессией и учебным предметом («Увлекаюсь географией – стану геологом»);
- перенос отношения к человеку на профессию («Буду, как мама – врачом»);
- выбор профессии «за компанию» – неосознанная боязнь расстаться с привычным окружением.

Многообразие мира профессий

В мире насчитывается более 10 тысяч профессий, а включая специальности, специализации, квалификации – свыше 40 тысяч. Также постоянно идёт процесс возникновения новых и отмирания старых профессий.



Что такое профессия?

Это род трудовой деятельности, требующий специальной подготовки (приобретения соответствующих знаний и практических навыков).

Более узкое разделение труда приводит к специализации трудовых функций и возникновению специальностей.

Например, профессия – врач, специальность – хирург, специализация – нейрохирург.

Наиболее массовые профессии принято называть **сквозными**. Они пригодны для многих отраслей народного хозяйства и составляют часть всех рабочих профессий: станочник, лаборант, машинист, оператор, электромонтёр, слесарь и др. Имеется немало профессий, требующих среднего специального образования, таких, как **механик, технолог, бухгалтер, радиотехник и др.** В высших учебных заведениях обучаются таким сквозным профессиям, как инженер, экономист, конструктор, менеджер.

К особой группе относятся сравнительно **редкие профессии: океанолог, лингвист, эмбриолог, востоковед и др.** Выбирая редкую профессию, надо иметь в виду, что ограниченный спрос на специалистов такого рода повлияет на будущее трудоустройство и на профессиональный рост.

Представители так называемых свободных профессий чаще всего не числятся на какой-либо должности. Это литераторы, художники, скульпторы, композиторы. Обычно они выполняют отдельные заказы по договорам и получают гонорары.

В процессе развития общества меняется потребность в тех или иных специалистах. Профессии, связанные с земледелием, животноводством, строительством, видоизменяясь, будут присутствовать в человеческой деятельности, наверное, всегда. А будущее, безусловно, за профессиями, связанными с IT-технологиями.

Весьма перспективны и специальности, обеспечивающие решение проблем улучшения производимой продукции, расширения строительства, экологии, гуманизации образования.

Следует чётко различать профессию и должность. Должность – это служебная обязанность (служебное место) в учреждении или на предприятии, которую может исполнять человек, владея любой профессией или специальностью. Так, директором школы может быть учитель любой специальности: физики, математики, литературы и т.д.;

На что направлено внимание человека, когда он выбирает профессию?

Очень часто его привлекает только внешняя сторона профессиональной деятельности, которая лежит на поверхности и, как правило, не отражает её глубинной сущности.

Для того, чтобы получить полное представление о профессии, необходимо ознакомиться с её описанием – профессиограммой.

Профессиограмма

это характеристика профессии, в которой описаны её содержание, характер труда, состав её трудовых функций, условия труда, психофизиологические требования.



Ориентир для выбора профессии

Нужно ли знакомиться со всеми профессиограммами, чтобы выбрать «свою» профессию? И как узнать, будет ли человек в ней успешен, выполняя профессиональную деятельность без особенных усилий и напряжения, и к тому же получая от этого удовольствие?

Для самореализации в профессиональном плане, прежде всего, имеют значение интересы и склонности человека.



Интерес

это активная познавательная направленность человека на тот или иной предмет. Применительно к выбору профессии интересы – это положительное отношение к определённой области труда, стремление к познанию и деятельности в этом направлении.

Интересы, если их не развивать, могут скоро ослабеть или совсем угаснуть. По мере глубокого и систематического изучения того или иного предмета интересы закрепляются и постепенно могут стать устойчивыми. Такие интересы часто перерастают в **склонность**.

Если интересы выражаются формулой «хочу знать», то склонности – «хочу делать». Одно дело интересоваться книгами о животных, совсем другое – находить удовольствие в ежедневной работе по уходу за животными.



Склонности

это желания человека, побуждения, потребности в определённых видах деятельности, стремление не только к результату, но и к самому процессу того, что человек делает.

Склонности не только проявляются, но и формируются в деятельности. Оптимальный вариант в ситуации профессионального



Например, наличие хорошего слуха – это задатки. Если их развивать, то можно стать хорошим музыкантом.

Если человек хорошо различает запахи и помнит их – это способности, необходимые химику, дегустатору, повару и др.

Если человек хорошо удерживает в памяти много цифр, букв, слов или внешних признаков, может комбинировать их в уме – это способности, необходимые математику, программисту, конструктору.

Способности отражают возможности человека, влияют на степень успешности и время освоения различных видов деятельности. Каждая профессия имеет свои специфические сложности, так называемые требования, предъявляемые профессией человеку. Если они совпадают с личными качествами человека, его индивидуально-психологическими особенностями и возможностями, то тогда говорят о профессиональной пригодности человека.

выбора – когда интересы и склонности согласованы между собой и дополняют друг друга.

Неотъемлемой частью профессиональной пригодности человека, тесно связанной с интересами и склонностями, являются **способности**.



Способности

это психологические свойства личности, от которых зависит возможность успешного осуществления деятельности. Способности развиваются из задатков – личностных врождённых особенностей.



Интеллектуальные способности и профессиональная успешность

Достаточно высокий уровень общего умственного развития является необходимым условием успешной профессиональной деятельности для многих профессий, например, таких, как учитель, врач, менеджер, юрист, психолог, коммерсант, бухгалтер, программист и др.

Интеллект

относительно устойчивая структура умственных способностей индивида – проявляется в способности человека к отвлечённому мышлению, логическим рассуждениям, пространственному воображению, сосредоточению внимания, запоминанию, усвоению и использованию знаний.

Важное значение для профессиональной деятельности, особенно при возникновении различных проблемных ситуаций, требующих решения, имеет способность личности к выполнению различных мыслительных операций, таких, как: сравнение, анализ, синтез, обобщение и абстрагирование. Сочетание данных операций в различных вариантах составляет механизм мышления и воображения.

В индивидуальной практической деятельности человека предметы и явления воспринимаются и творчески преобразуются за счёт словесного, образного и чувственного личного опыта. На основании индивидуального опыта формируется индивидуальный стиль деятельности человека.



Уровень интеллекта не является статичным. С одной стороны, он зависит от наследственных особенностей, состояния здоровья, возможностей мозга, пола и возраста человека, с другой – определяется жизненным опытом, знаниями и навыками, содержанием и уровнем образования, условиями и образом жизни, воспитанием, мотивами и чертами характера и даже сиюминутным состоянием человека. Уровень интеллекта поддаётся измерению.

▶ **«ЧЕЛОВЕК-ЧЕЛОВЕК»**

Отличаются люди и по типу интеллекта. Одни в большей степени способны к логическим рассуждениям, пониманию абстрактных понятий, владению языком, работе с текстами. Такой тип интеллекта позволяет наиболее успешно работать в сфере профессий «человек-человек».

▶ **«ЧЕЛОВЕК – ЗНАКОВАЯ СИСТЕМА»**

Другие могут с большим успехом оперировать точными количественными величинами, производить вычисления, работать с таблицами. Этот тип интеллекта позволяет достичь наибольших успехов в сфере профессий «человек – знаковая система».

▶ **«ЧЕЛОВЕК – ТЕХНИКА»**

Третьи отличаются способностью к пространственным наглядным представлениям, воображению, работе с чертежами, картами и схемами. Такой тип интеллекта является наиболее подходящим для успешной работы в сфере профессий «человек – техника».

Интеллектуальные способности к художественной деятельности с помощью психологических тестов оценить трудно. В области художественного, музыкального, литературного или актёрского творчества в большей степени приходится полагаться на мнение авторитетных людей. Это связано с тем, что в сфере искусства очень трудно установить критерии, общепринятые правила, с помощью которых можно было бы оценить успешность творческой деятельности. Требования, которые предъявляются к людям профессии типа «человек – художественный образ», пока ещё точно не определены.

Темперамент в профессиональном становлении личности

На успешность овладения профессией большое влияние оказывают особенности темперамента, его соответствие условиям профессиональной деятельности.



Темперамент

это совокупность устойчивых свойств нервной системы личности. Свойства темперамента определяют скорость и силу реакции на внешние раздражители.

Тип темперамента обуславливается наследственными факторами и независит от воспитания и жизненного опыта. Простыми словами, это базовые настройки психики индивида.

Отождествлять темперамент и характер неправильно, но между ними присутствует отчётливая взаимосвязь: темперамент определяет развитие характера в течение жизни. В «чистом» виде каждый тип темперамента встречается редко, большинство людей соединяют в себе черты разных типов.

Если о характере человека можно говорить в категориях «хороший» – «плохой», то положительных или отрицательных темпераментов не бывает. Проявление свойств темперамента во многом зависит от условий жизнедеятельности.

Основные особенности проявления типов темперамента



Холерический тип

Действия холерика обычно порывисты, он отличается повышенной возбудимостью, большой эмоциональностью. Холерический темперамент проявляется в инициативности, энергичности, активности. Человеку с таким типом темперамента свойственна импульсивность, возбудимость, а в некоторых случаях несдержанность, нетерпеливость, необдуманность, вспыльчивость, раздражительность.



Сангвинический тип

Быстро приспосабливается к новым условиям, вступает в общение, сходится с людьми. Чувства у сангвиника легко возникают и сменяются, мимика богатая, выразительная. Человеку с преобладанием сангвинического темперамента свойственна открытость и доступность, а в некоторых случаях беззаботность, поверхностность, непостоянство.



Флегматический тип

У представителей флегматического темперамента новые формы поведения формируются медленно, но являются стойкими. Как правило, флегматик редко выходит из себя, ровен и спокоен в общении. Обычно это вдумчивый, миролюбивый, старательный и размеренный человек, но в некоторых случаях могут проявляться пассивность, вялость и безучастность к окружающей среде, лень и безволие.



Меланхолический тип

Людей с меланхолическим типом темперамента отличает повышенная чувствительность, склонность глубоко переживать даже незначительные трудности. Проявление эмоций у меланхоликов едва заметно. При неблагоприятных условиях у них может развиваться повышенная эмоциональная ранимость, замкнутость, отчуждённость. В спокойной, привычной для них обстановке, меланхолики могут успешно справляться с жизненными задачами.

Специалисты, обладающие различными темпераментами, могут достигать одинаково высокого уровня профессионального мастерства, только пути достижения у них будут различными.



Холерика целесообразно использовать на работах, где постоянно поступает новая информация, где необходимы решительность и инициативность.

Противопоказана ему равномерная монотонная работа.



Сангвиник очень продуктивен, если работа ему интересна, т.е. если есть постоянный источник возбуждения.

Он быстро и успешно приобретает навыки в деятельности, в которой постоянно есть изменения.

И ещё, говоря о темпераменте, не следует путать его с чертами характера. Честным, добрым, вежливым, дисциплинированным, или, наоборот, лживым, злым, грубым, трусливым можно быть при любом темпераменте. Однако проявляться эти черты у людей с разными темпераментами будут по-разному.



Флегматик эффективен в работе с медленным, равномерным движением, в стабильной, не меняющейся обстановке, там, где требуется большая и длительная выносливость, устойчивое внимание.



Меланхолику показана работа монотонная, с периодическим отдыхом, требующая внимания, с принудительным ритмом, с высокой чувствительностью и тонкой реакцией.

В спокойной обстановке может быть хорошим исполнителем. Не рекомендована работа, где нужна быстрая реакция и большое напряжение сил.

Кроме того, на базе определённых темпераментов одни черты вырабатываются легче, а другие труднее. Зная свой темперамент, человеку нужно стремиться опираться на его положительные особенности и преодолевать отрицательные.

Рынок труда и современные требования к профессионалу

▶ Что такое рынок труда?

Это сфера формирования спроса и предложения на рабочую силу.



Это рынок, на котором работодатели ищут сотрудников, а сотрудники ищут работу.



Когда у работодателей есть большой выбор кандидатов, они могут быть более разборчивыми или снизить заработную плату. И наоборот, когда кандидатов становится мало, работодатели вынуждены более активно конкурировать за имеющихся работников.

При выборе профессии необходимо учитывать тенденции, которые складываются на рынке труда региона, чтобы подобрать наиболее удачный вариант с учётом своих интересов и способностей.

Выбирайте профессию правильно:

-  изучите, какие бывают профессии и чем занимаются их представители;
-  учитывайте ваши способности, возможности и стремления;





Цифровая платформа
«Работа в России»

trudvsem.ru



Пройдите профориентационное тестирование на единой цифровой платформе «Работа России»

-  стремитесь выбрать интересную для вас работу;
-  познакомьтесь с тенденциями рынка труда в регионе;



Цифровая платформа
«Работа в России»

trudvsem.ru



Посмотреть какие специалисты наиболее востребованы у работодателей сегодня можно на единой цифровой платформе «Работа России»



Итак, выбор профессии представляет собой поэтапный процесс:

«ЧТО ХОЧУ?»

осознание психологической готовности

«ЧТО МОГУ?»

изучение своих возможностей

«ЧТО НАДО?»

соотнесение всего этого с изученным рынком труда

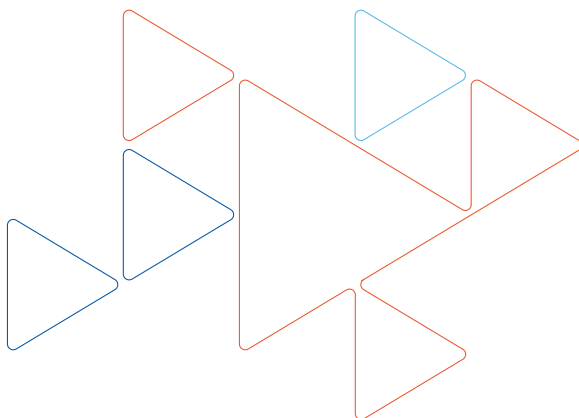
Анализируя каждый этап, вы найдёте такую профессию, которая будет одновременно:

- ▶ Интересной для вас (ХОЧУ)
- ▶ Лёгкой и приятной в освоении (МОГУ)
- ▶ Пользоваться спросом на рынке труда (НАДО)



При составлении методического материала использовалась литература:

1. Кем быть? Секреты выбора профессии. М.: Книжный мир, 2014 г.
2. «Профессиональное самоопределение». Программа социальной адаптации молодежи. Методические разработки. Калуга: Образовательный центр.
3. «Профессиональный план личности». Лекционно-диагностический курс. Методические разработки. Калуга: Образовательный центр.





Найдите работу вашей мечты
в любой точке России

Работа России – федеральная государственная информационная система, проект Федеральной службы по труду и занятости.

Портал помогает гражданам найти работу, а работодателям – сотрудником. Все услуги портала предоставляются бесплатно.

 **Быстрый вход** через Госуслуги

Преимущества портала



Бесплатное
использование



Перспективные стажировки
и практики для студентов



Отсутствие
рекламы



Надёжные работодатели
и вакансии, проверенные службой
занятости

Мобильное приложение

Установите бесплатное приложение «Работа России» на смартфон, чтобы оперативно узнавать о новых вакансиях и не пропустить отклики работодателей.



Download on the
App Store



GET IT ON
Google Play



Узнать больше на
www.trudvsem.ru

