

## **Как выбрать профессию**

Хорошо, когда проблема выбора профессии тревожит молодого человека — это означает его социальную и психологическую зрелость. Хуже, если ему пока все равно: мама за ручку отведет в юридический институт, потому что ему «как бы нравится» история. Трудности профессионального самоопределения возникают обычно у двух категорий ребят.

**Первые пока не нашли для себя в этой жизни ничего интересного.** Так сложилось, что учителя не сумели привить им любовь к каким-либо учебным предметам, а таланты еще «зарыты в землю».

**Вторая категория ребят очень активна и в учебе, и в различных других формах деятельности. Им интересно все, они посещают одновременно три кружка, пять факультативов и десять спортивных секций. Более того, у них все получается. Как говорится, если человек талантлив — он талантлив во всем. За что ни возьмется — во всем добивается успеха. Как же разобраться в себе?**

Психологи считают, что при выборе профессии очень важно соответствие между психологическими особенностями человека и характеристиками будущей работы.

Любая профессия требует, чтобы у человека присутствовали так называемые «профессионально важные качества», например, корректору важно внимание, художнику — образное мышление и т. д. Поэтому, выбирая определенную профессию, важно осознать есть ли **СПОСОБНОСТИ, отвечающие профессионально важным качествам.**

Наконец, тип реализуемой профессиональной деятельности должен совпадать с личностным, характерологическим типом.

Итак, для того чтобы выбрать профессию, необходимо прежде всего познать себя. «**Какой я?**», «**Кто я в этом мире?**», «**Зачем я живу?**».

Множество ребят думают, что любят какой-то учебный предмет, а на самом деле им очень нравится учитель. Кроме того, трудно понять, понравится ли тебе психология или та же экономика — ведь в школе ты не изучал ничего подобного... Для того чтобы не ошибиться, надо расширять кругозор по отношению к миру профессии.

**Разобравшись в способностях, интересах и личностных чертах, можно приступать к выбору профессии.**

Профессия должна приносить удовольствие - положительные эмоции и обеспечивать максимальную реализацию возможностей

## **Что влияет на выбор профессии**

Какие факторы обуславливают выбор человеком той или иной профессии? На практике оказывается, что склонности учитываются в последнюю очередь, а вот мнение родителей оказывает огромное влияние.

Е. А. Климов выделяет **8 факторов выбора**.

1. Позиция старших членов семьи.
2. Позиция товарищей, подруг.
3. Позиция учителей, школьных педагогов.
4. Личные профессиональные планы.
5. Способности.
6. Уровень притязаний на общественное признание. Планируя свой трудовой путь, очень важно позаботиться о реалистичности своих притязаний.
7. Информированность.
8. Склонности. Склонности проявляются в любимых занятиях, на которые тратится большая часть свободного времени. Это — интересы, подкрепленные определенными способностями.

**Психофизиологические особенности человека** — это особенности его психики, развития, строения организма, состояния здоровья.

Каждый человек обладает определенными психофизиологическими качествами. Поэтому можно говорить о том, что человек по своим природным данным более или менее подготовлен к успешному овладению определенной профессией или группой профессий.

Учение И. П. Павлова о влиянии центральной нервной системы на динамические особенности поведения выделяет три основных свойства нервной системы: силу, уравновешенность, подвижность возбудительного и тормозного процессов, два типа нервных процессов: сильный и слабый.

### **Свойства и тип нервной системы считаются профессионально важными характеристиками.**

Например, люди с сильным типом нервной системы могут выполнять сложную, напряженную и ответственную работу, просиживать долгое время перед пультом управления и быть при этом готовыми к экстренным непредвиденным действиям, сохраняют выдержку и самообладание. Это касается таких специальностей, как диспетчер аэропорта, оператор энергосистемы, аппаратчик химических производств и др.

Людям со слабым типом присуща малая выносливость нервной системы. Но этот недостаток компенсируется такими положительными качествами, как высокая слуховая, зрительная и другая чувствительность, что дает преимущества при овладении профессиями, которые предъявляют повышенные требования к мышечно-суставной чувствительности двигательного анализатора, точности глазомера.

Установлена обратная зависимость между силой нервной системы и ее чувствительностью. Сейчас факт высокой чувствительности и реактивности «слабых» не вызывает никакого сомнения. «Слабые» имеют преимущество перед сильными в однообразной монотонной работе. «Сильные» лучше справляются с физической работой динамического характера.

Двум тысячам выпускников был задан вопрос: «Какие требования Вы предъявляете к своей будущей профессии?» И вот какие были получены результаты.

Профессия должна быть:

- 1) престижной;
- 2) хорошо оплачиваемой;
- 3) интересной;
- 4) с хорошими условиями труда;
- 5) чтобы ее легко было приобрести;
- 6) соответствовать желанию родителей;
- 7) можно было бы учиться и работать с друзьями;
- 8) востребована на рынке труда.

Таким образом, большинство выпускников, выбирая профессию, свои собственные интересы и склонности ставят на третье место по степени важности, а возможность трудоустройства — и вовсе на восьмое. И совершенно не учитывают свою профессиональную пригодность, которая является одним из важнейших моментов, учитываемых в процессе профессионального выбора.

### ***«Формула выбора профессии – хочу, могу, надо».***

**Что такое хочу?** Это интересы, склонности, желания, мечты.

**Могу** - это психофизиологические возможности, здоровье, способности, т. е. профессиональная пригодность.

И, наконец, **надо** - это потребность в кадрах на рынке труда, востребованность профессии.

Если совместить **хочу, могу и надо**, то профессиональный выбор будет удачным.

**Можно выделить ряд типичных проблем, связанных с профессиональным самоопределением личности:**

1. Рассогласование идеального и реального образа выбираемой профессии.
2. Неадекватная самооценка.

### **Основные шаги выбора профессии:**

1. Составьте список профессий, которые Вам нравятся, Вам подходят.
2. Составьте список своих требований к профессиональному будущему.
3. Определите важность каждого требования.
4. Оцените соответствие требований профессий с Вашими качествами.
5. Проанализируйте, какая профессия больше других подходит Вам.
6. Оцените свой выбор с родителями, учителями, друзьями, специалистами.
7. Определите практические шаги к успеху.