

Поради психолога

Як обрати професію?

ПОРАДИ СТАРШОКЛАСНИКАМ

Для багатьох старшокласників, в житті настає важливий момент, а саме — вибір професії. Для сучасного старшокласника визначитись з вибором майбутньої професії, а отже, і власної долі, є завданням дуже складним.

Якщо ви ще не визначились з професійним напрямком, можна зробити наступне:

- Запишіть усі професії, які подобаються.
- Оберіть з них, ті, які максимально збігаються з власними бажаннями та можливостями (можливо їх буде декілька).
- Запишіть якості, якими ви володієте для обраної професії.
- Запишіть чого ви зможете досягнути в обраній професії.
- Пройдіть профорієнтаційне тестування, для визначення професійної направленості.
- Порадьтеся з батьками, щодо обраних професій, але пам'ятайте — вибір за вами.

Якщо вже приблизно з вибором визначились, то можна зробити наступний крок:

- Відвідати Дні відкритих дверей різних навчальних закладів, там можна отримати більш детальну професійну інформацію щодо професії.
- Поспілкуватись зі студентами, які закінчують навчання.
- Зібрати якомога більше інформації про обрану професію.

Оцінити свій вибір за допомогою формули вибору професії

Щоб прийняти правильне рішення, необхідно врахувати безліч факторів, а саме: свої бажання, психологічні особливості й можливості, потреби суспільства.

ХОЧУ — бажання, інтереси, прагнення.

МОЖУ — здібності, таланти, стан здоров'я.

ТРЕБА — стан ринку праці, перспективи та соціально-економічні проблеми регіону.

Зона оптимального вибору професії перебуває в ділянці перетину особистих бажань, інтересів людини, її здібностей і соціально-економічних потреб суспільства в спеціалістах певної професії.

**Потрібно врахувати також помилки, яких припускаються при
виборі професії:**

□ ***Вибір професії "за компанію" (під впливом товаришів).***

Буде добре, якщо ваші інтереси збігаються з інтересами вашого товариша. Тоді й вибір виявиться правильним. В іншому разі, робота не принесе ні радості, ні задоволення і вас чекає розчарування. І обов'язково настане момент, коли ви вимушені змінити попередній вибір. Врахуйте особливості свого характеру, здібності, навички, а не просто слідуєте за своїм товаришем.

□ ***Існуючі думки про престижність професії.***

Ви з дитинства, напевно, пам'ятаєте слова: "Всі професії важливі, всі професії потрібні". В суспільстві існують професії, які є важливими, але непрестижними. Проте, на жаль, не завжди оволодіння модною професією означає, що вона буде приносити задоволення, відповідатиме вашим здібностям та інтересам. Ви просто змарнуєте час.

□ ***Перенесення ставлення до людини, представника тієї або іншої професії, власне на професію.***

При виборі професії слід звернути увагу на особливості певного виду діяльності, а не обирати професію тільки тому, що тобі подобається людина, яка займається тим видом діяльності. Приємна в спілкуванні людина, яка може із захопленням розповісти про свою роботу, це чудово. Але це не означає, що ви отримувати від подібної роботи таке ж задоволення.

Захоплення тільки зовнішньою стороною професії.

За легкістю, з якою актор створює на сцені образ, стоїть напружена, буденна праця. Тому серйозний підхід до вибору професії припускає вивчення її з усіх сторін.

Застарілі уявлення про характер праці у сфері виробництва.

За сучасних умов виробництва практично всі професії тією або іншою мірою пов'язані з використанням комп'ютера, організаційної техніки, впровадження інноваційних технологій. Тому, за колишньою назвою професії ховається цілком новий її вигляд. Це інший характер, інші умови праці, інші вимоги до знань, здібностей людини.

Невміння або небажання розбиратися у своїх особистісних якостях (схильностях, здібностях).

Не бійтеся й не лінуйтеся розібратися у своїх здібностях, схильностях. У разі необхідності зверніться за консультацією до психолога, спробуйте свої сили в різних напрямках діяльності. Можна оцінити свої здібності, пройшовши психологічні тести на профпридатність.

Це може зміцнити вашу думку щодо обраної професії або, навпаки.

Недооцінювання своїх фізичних особливостей.

Існують професії, до яких висуваються певні медичні вимоги. Медичні протипоказання можна з'ясувати у медичних працівників.

Знайти своє покликання – джерело щастя

Обираючи професію:

- Ознайомтесь з інформацією про світ професій, визначте сферу діяльності, яка вас цікавить.
- Складіть уявлення про свої інтереси, здібності, нахили.
- З'ясуйте, чи відповідає стан вашого здоров'я вимогам обраної професії.
- Довідайтесь, де можна здобути професію відповідної кваліфікації.
- Визначте кілька професій, які подобаються, до яких є потяг, існують принципові можливості успішного їх освоєння й працевлаштування.
- Прислухайтесь до думки батьків, вчителів, друзів, та аналізуйте їх.
- Визначте фізичні та психологічні якості, необхідні для кожної професії.
- За бажанням можете звернутися до психолога з проханням визначити (дослідити) ваші інтереси, здібності, тип темпераменту, особливості пам'яті, уяви тощо.
- Прислухайтесь до власних відчуттів та інтуїції.
- Зробіть свій вибір.
- Упевнено йдіть до мети.

Професійних вам успіхів і досягнень!