

## **Профориентация для школьников и подростков**

Профориентация школьников старших классов является важным и нужным мероприятием. Что это такое? Можно ли ее пройти самому? Из каких этапов состоит процесс? На что следует обратить внимание подросткам при выборе профессии?

Разработано множество методов и методик, чтобы помочь человеку с выбором. Но даже после прохождения даже ста тестов процесс выбора может не начаться. Ведь это - внутренний процесс. Старшеклассники иногда представляют себе профориентацию, да и любую другую работу с психологом, как некое чудо: придет волшебник, задаст пару вопросов - и всё мне расскажет о том, кто я и что мне делать. Это, конечно, не так.

Психологические и профориентационные тесты - лишь инструмент, помогающий разобраться в себе. Однако без желания и внутренней работы самого человека прохождение любых тестов - бесцельная трата времени. Итак, разберемся в схеме профориентации, этап за этапом.

**Первый этап: обрисуйте свое «хочу» (желания, склонности, предпочтения) относительно будущей профессии (да и вообще жизни: ведь профессия во многом определяет весь ее уклад).** Для начала вспомните профессии, которые вам нравились в детстве, которые почему-то привлекают сейчас. Постарайтесь просто набросать список, невзирая ни на престижность профессии, ни на то, насколько реально ее получить. Попробуйте понять, что общего во всех этих профессиях:

- \* Может, то, что все они творческие?
- \* Может, все они дают определенную степень свободы?
- \* Может, все они направлены на помочь людям?

Цепляйтесь за любое сходство. Так вы сможете понять, что Вам важно в профессии. И сможете найти это же и в других специальностях (если вдруг те, что первыми пришли в голову, почему-то недоступны для вас).

- \* Работа с какими объектами труда вам наиболее интересна и доставляет удовольствие?
- \* С людьми или с документами, с животными или с техникой?
- \* Может быть, работа, связанная с любого рода информацией?
- \* Или деятельность, связанная с художественными образами (танец, актерское искусство, живопись и т. д.)?

Даже если вы еще ни дня в своей жизни не работали в обычном понимании этого слова, то опыт повседневной жизни, учебы, предпочтение того или иного хобби подскажут вам ответ. Только не перепутайте: если вы любите часами сидеть за компьютером в Интернете, это не означает, что вы склонны к работе с техникой: может быть, компьютер для вас в данном случае - просто способ общения с людьми?

Составьте список своих требований к условиям труда:

- \* На улице вам хотелось бы работать или в офисе?
- \* Заниматься сидячей работой или постоянно перемещаться?
- \* А как насчет командировок?
- \* Есть желание работать в тесном общении с коллегами - или полностью в индивидуальном режиме?

\* Важен для вас расписанный, четкий график дня или больше нравится гибкий, который вы можете регулировать самостоятельно?

**Второй этап: проанализируйте свои возможности и способности («могу»).** Вспомните предметы, которые вам лучше всего давались или даются в школе; задачи какого типа вам всегда легко решать; к точным наукам или гуманитарным у вас больше способностей; какие задачи вы предпочитаете, на четкий алгоритм действий - или творческие.

Оцените свой уровень интеллектуальных способностей, коммуникативных (умение эффективно общаться, убеждать других, разрешать конфликты, вступать в контакт с незнакомыми людьми) и организаторских умений. Опираясь на свой опыт, а также спросите у ваших близких, как они вас видят. Опишите свои личные качества - какой вы человек?

Ответственный или не очень, аккуратный или неряшливый, индивидуалист или коллективист? Можете записать 10 основных качеств, вам присущих. Оцените свои физические и физиологические возможности, ограничения по здоровью. При выборе некоторых профессий это тоже может быть важным.

**Третий этап: изучите разные профессии.** Каждая из них требует от человека определенных способностей, умений, личностных качеств. Всё это называют профессионально важными качествами. Очень важно понять, есть ли они у вас. Профессия может давать возможность реализовать те или иные ценности, предоставляет те или иные условия труда...

Даже если вам кажется, что вы знаете о желаемой профессии всё, найдите ее полную профессиограмму (это описание профессии) и ознакомьтесь с ней. Для тех, кто имеет доступ к Интернету, не составит труда найти базы профессиограмм там. Их довольно много. Можно просто задать в любом поисковике соответствующий запрос. Уверяю: вы узнаете много нового.

Кроме профессионально важных качеств каждая профессиограмма содержит описание видов деятельности, которые выполняет данный специалист, требования к образованию, информацию о смежных специальностях и т. д. В рамках одной профессии разные специальности могут предполагать несколько разных требования к тем, кто их выполняет, обращайте на это внимание. Читая информацию о профессии, сразу соотносите ее требования к личности и возможности, которые она дает, с теми своими особенностями, о которых шла речь выше.

Возникает вопрос: а какие профессии изучать? Конечно, сначала вы прочтете описания тех профессий, которые вас чем-то привлекают. Однако важно не останавливаться на этом - и познакомиться с большим количеством профессий - родственных тем, что вы выбрали в первую очередь, и даже не родственных: будьте открыты новому, не избегайте вариантов, которые кажутся вам, на первый взгляд, совершенно неподходящими.

Существует и другой вариант знакомства с профессиями. Если у вас есть такая возможность, посмотрите на них «изнутри» и пообщайтесь с работающими специалистами. Старшекласснику можно устроиться по многим специальностям стажером или помощником - было бы желание.

**Четвертый этап: проанализируйте ситуацию на рынках обучения и труда.** Очень важно найти информацию о том, какие профессии сейчас наиболее и наименее востребованы в стране и в вашем регионе. Имейте в виду: если рынок перенасыщен специалистами данного профиля, то вам нужно иметь гораздо более высокую квалификацию, чтобы найти работу. Обратите внимание и на уровень зарплат в интересующих вас отраслях. Даже в определении профессии говорится, что это «род трудовой деятельности, являющийся источником существования». Где найти эту информацию? Опять же, если Интернет под рукой, зайдите на любой сайт по трудуустройству и пройдитесь по базе предлагаемых вакансий в вашем регионе.

Обратите внимание и на возможности получения образования по профессиям, которые вы рассматриваете. Обучаются ли этой профессии в вашем регионе - или придется переезжать? Есть ли возможность бесплатно получить такое образование - а если нет, то сколько придется заплатить за обучение?

**Пятый этап: делайте выбор!** Это, конечно, самое сложное. Одна профессия нравится, позволяет реализовать склонности и интересы - но для нее не хватает тех или иных способностей. Другая будет легкой для вас, но не даст возможности самореализоваться. А третья полностью подходит вам по возможностям и интересам, но она совершенно не востребована в вашем регионе. Либо зарплаты специалистов в этой отрасли очень низкие.

Так или иначе, невозможно, чтобы все факторы сошлись в одной точке, сделав выбор однозначным. Решайте, что для вас менее затратно. Переехать в другой регион учиться и работать? Отказаться от своих интересов, оставив их в качестве хобби, выбрав профессию, приносящую, прежде всего, хороший доход? Заниматься любимым делом, несмотря на

низкую зарплату? Взяться развивать необходимые способности, лишь бы заниматься той профессией, которая позволит реализовать себя в полной мере? **Решать только вам!**

Однако вы всегда можете обратиться к специалисту-профконсультанту или к психологу. Эти люди не примут за вас решений, но помогут разобраться в себе. Итоговое решение будет только вашим. Отнестись к нему нужно, конечно, серьезно. Но не мешает и помнить, что выбор это всё-таки не окончательный. Позднее вы сможете сменить профессию, если окажется, что выбранная - не для вас. Так что не нужно нагнетать обстановку, если пока нет ощущения «своей профессии». Ко многим людям это понимание приходит уже в достаточно зрелом возрасте. В случае неопределенности выберите оптимальный на данный момент вариант, взвесив все «за» и «против». А опыт подскажет, в какую сторону двигаться дальше.