



Проориентационное занятие по курсу Г.В.Резапкиной

Психология и выбор профессии

РАЗДЕЛ 4 ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КАРЬЕРЫ

Урок № 30

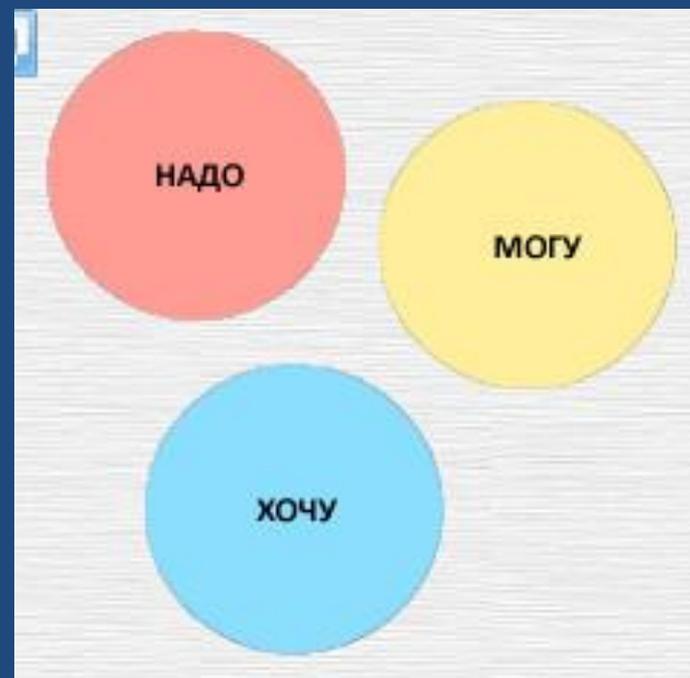
СТРАТЕГИЯ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ

Урок 30

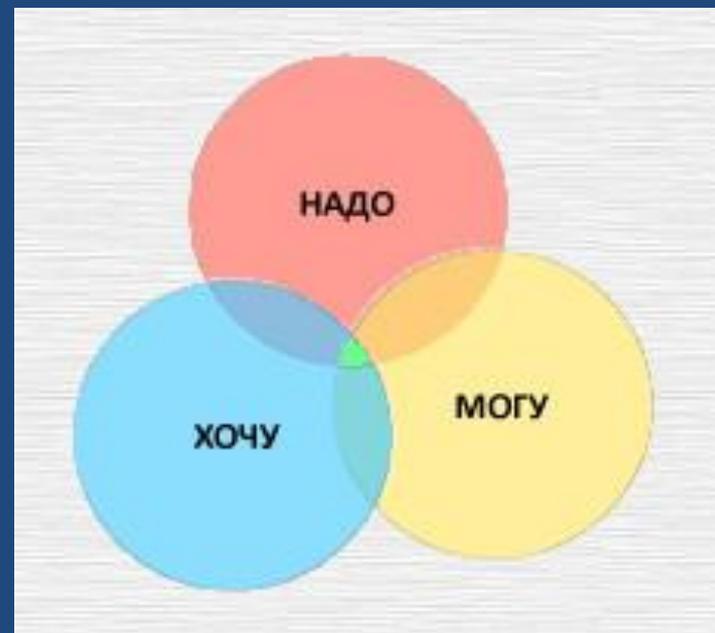
Правила выбора профессии:

- Во-первых, будущая **работа должна быть в радость**, а не в тягость (**ХОЧУ**)
- Во-вторых, вы должны **обладать набором профессионально важных для этой работы качеств**:
интеллектуальных, физических,
психологических (**МОГУ**)
- В-третьих, эта **профессия должна пользоваться спросом на рынке труда** (**НАДО**)

- Если требования рынка труда, возможности и желания самого человека даже не пересекаются, это означает, что ОН ХОЧЕТ ДЕЛАТЬ ТО, ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕ МОЖЕТ В СИТУАЦИИ, КОГДА ЭТО НИКОМУ НЕ НАДО.
- Кстати, таких чудаков немало — больше половины всех выпускников. Только они об этом пока не знают.



- **Требования рынка, возможности и желания человека могут пересекаться.**
- Этот случай не так безнадежен, как первый, потому что найти компромисс между тремя условиями профессиональной успешности реально.
- **ПО МЕРЕ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИИ МОЖЕТ РАСТИ ИНТЕРЕС К НЕЙ.**
Чем выше профессионализм



- Счастливое **совпадение требований рынка, возможностей и желаний человека** — самый редкий вариант, дающий **ВОЗМОЖНОСТЬ ПОЛУЧАТЬ ДОСТОЙНОЕ ВОЗНАГРАЖДЕНИЕ ЗА РАБОТУ, ПРИНОСЯЩУЮ**



На уроках Профессионального самоопределения вы познакомились:

С особенностями

1. самовосприятия
2. нервной системы
3. характера
4. мышления
5. мотивации и потребностей

С требованиями профессии и рынка труда.

Осмысление этой информации поможет вам поставить перед собой реалистичную цель и наметить пути ее достижения.

Что вы видите?



Как вы думаете, кто из них был лучшим стрелком из лука?

Повесив на дерево мишень, Мастер стрельбы из лука спросил своих учеников, что они видят.

- Один сказал: **«Я вижу цветущий сад, среди которого стоит дерево с мишенью».**
- Другой сказал: **«Я вижу дерево, на котором висит мишень».**
- Третий сказал: **«Я ничего не вижу, кроме мишени».**

Выбор профессии, как и любое дело,
начинается с постановки цели. Цели должны
быть:

- ▣ **КОНКРЕТНЫМИ** (хочу получить Нобелевскую премию в области литературы, купить домик в деревне на берегу Оки, стать самым крутым бизнесменом в нашем подъезде);
- ▣ **РЕАЛИСТИЧНЫМИ**, то есть соотнесенными с собственными возможностями: физическими, интеллектуальными, финансовыми, возрастными и др.;
- ▣ **ПОЗИТИВНЫМИ** (идти не от чего-то — «не хочу прозябать в нищете и безвестности», а к чему-то — «хочу денег и славы»);
- ▣ **ОГРАНИЧЕННЫМИ ВО ВРЕМЕНИ** (цель — это мечта, которая должна осуществиться точно к назначенному сроку).

ВАЖНО:

Цели должны быть обеспечены внутренними ресурсами:

- **личностными особенностями,**
- **склонностями,**
- **способностями,**
- **профессионально важными качествами,**

а не внешними: деньги, связи, случай.

При планировании профессиональной карьеры необходимо выделить следующие моменты:

1. **Главная цель** (кем хочу стать, чего хочу достичь, каким хочу быть)
2. **Цепочка ближних и дальних конкретных целей** (занятия в кружках, секциях, знакомство с будущей профессией, с возможным местом учебы или работы)
3. **Пути и средства достижения целей** (для кого-то — знания и умения, для кого-то — связи и деньги)
4. **Внешние условия достижения целей** (выбор места учебы или работы, возможные препятствия и пути их преодоления)
5. **Внутренние условия достижения целей** (способности, сила воли, здоровье)
6. **Запасные варианты и пути их достижения** (это как запасной парашют)

Французский писатель и философ Ф. Ларошфуко :

«Умный человек определяет место для каждого из своих желаний и затем исполняет их по порядку.»

Наша жадность часто нарушает этот порядок и заставляет преследовать одновременно такое множество целей, что в погоне за пустяками мы упускаем главное».



Если ваша цель — выбор профессии в соответствии с вашими возможностями и потребностями, задайте себе следующие вопросы:

- **НА КАКОМ УРОВНЕ ОБРАЗОВАНИЯ Я МОГУ РАССЧИТЫВАТЬ** (высшее, среднее специальное, курсы или что-то еще), учитывая свою школьную успеваемость и интеллектуальные возможности?
- **КАКИМ ДОЛЖНО БЫТЬ СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИИ, ЧТОБЫ МНЕ БЫЛО ИНТЕРЕСНО** работать?
- **КАКОЕ МАТЕРИАЛЬНОЕ ВОЗНАГРАЖДЕНИЕ Я ХОЧУ ПОЛУЧИТЬ ЗА СВОЙ ТРУД** — реальный минимум заработной платы?
- **КАКОЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ Я ХОЧУ ВЕСТИ:** напряженный, когда приходится уделять работе не только рабочее, но и личное время, или свободный, позволяющий много времени отдавать семье, друзьям и любимому делу?
- **ХОЧУ Я РАБОТАТЬ РЯДОМ С ДОМОМ ИЛИ МНЕ ЭТО**

Задание №1, стр. 113 «Машина времени»

Запишите, каким вы хотите видеть
ваше профессиональное будущее

- конкретно,
- реалистично,
- ПОЗИТИВНО,
- к определенному сроку (от шести месяцев до пяти лет).

Рекомендую:



Е.С. РОМАНОВА

99

**ПОПУЛЯРНЫХ
ПРОФЕССИЙ**

психологический анализ и
профессиограммы



**Всем спасибо за
внимание !!!**

Литература:

Г.В.Резапкина, Психология и выбор профессии



Издательство
«ГЕНЕЗИС»

(495) 682-60-51

(495) 682-54-42

www.genesis-book.ru