

Основы жизненного и профессионального самоопределения



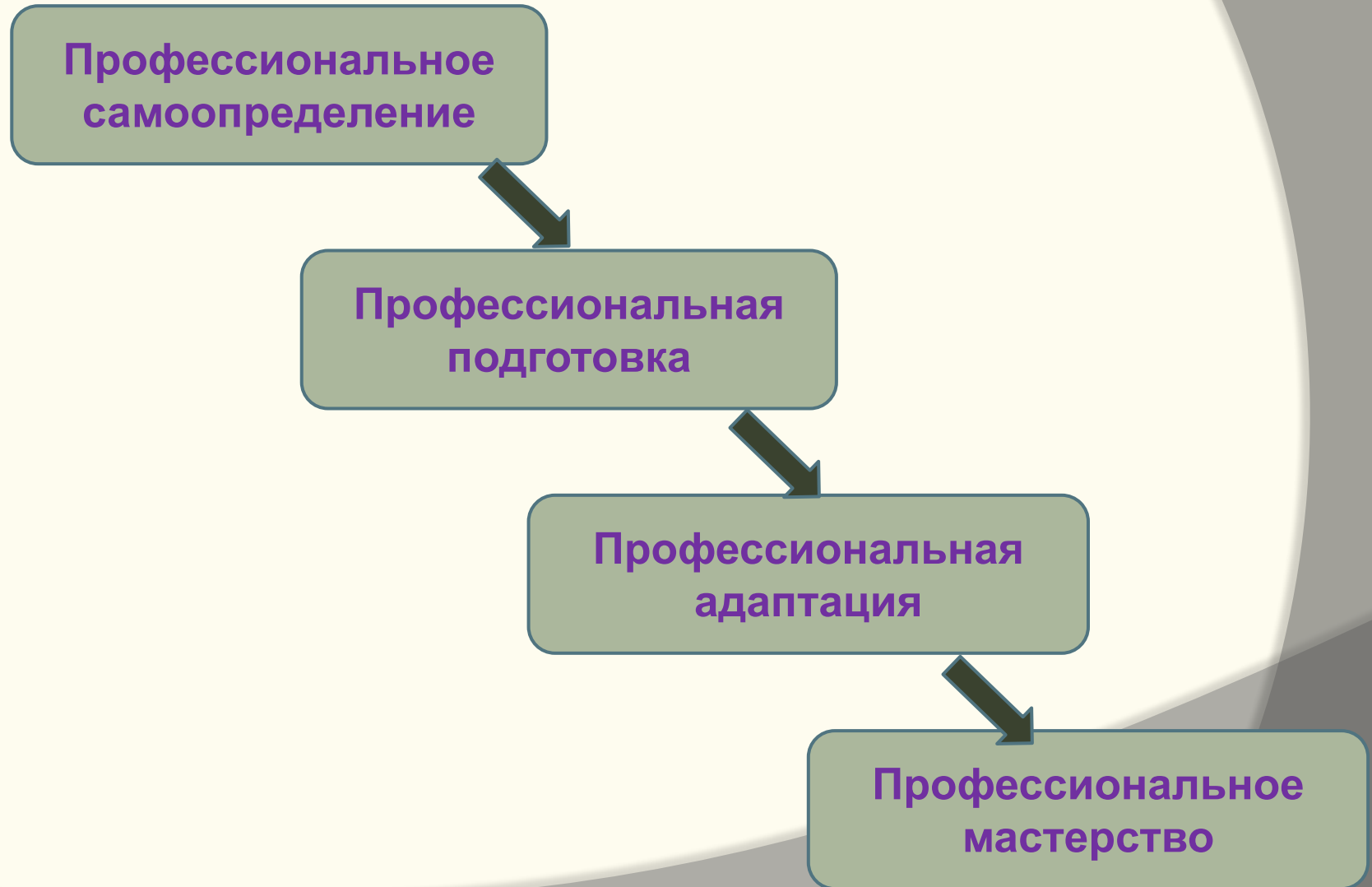
**Кирьянова Е.К. учитель технологии
высшей квалификационной категории
МБОУ «СОШ №56» г.Новокузнецк**

Профессиональное самоопределение

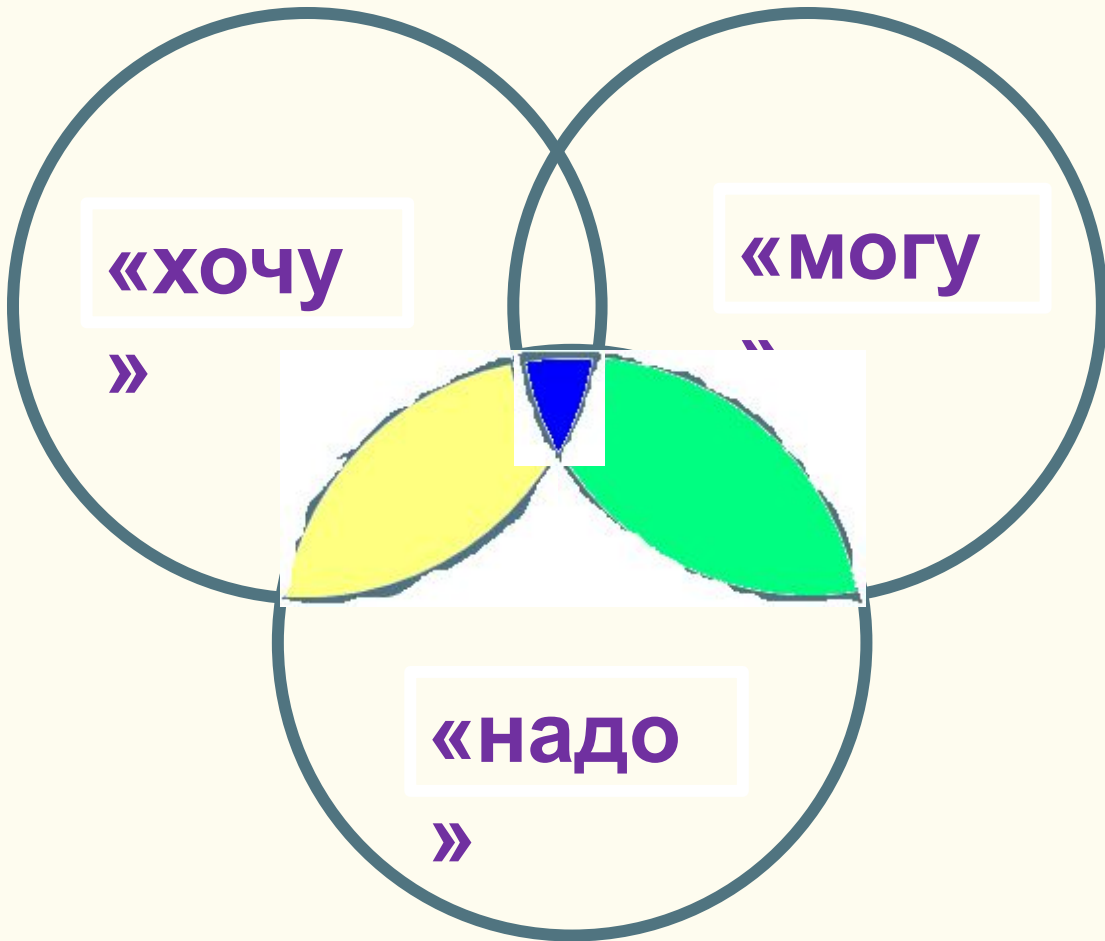
— это процесс и результат
сознательного и самостоятельного
выбора профессии





Этапы профессионального развития личности




Ситуации выбора профессии

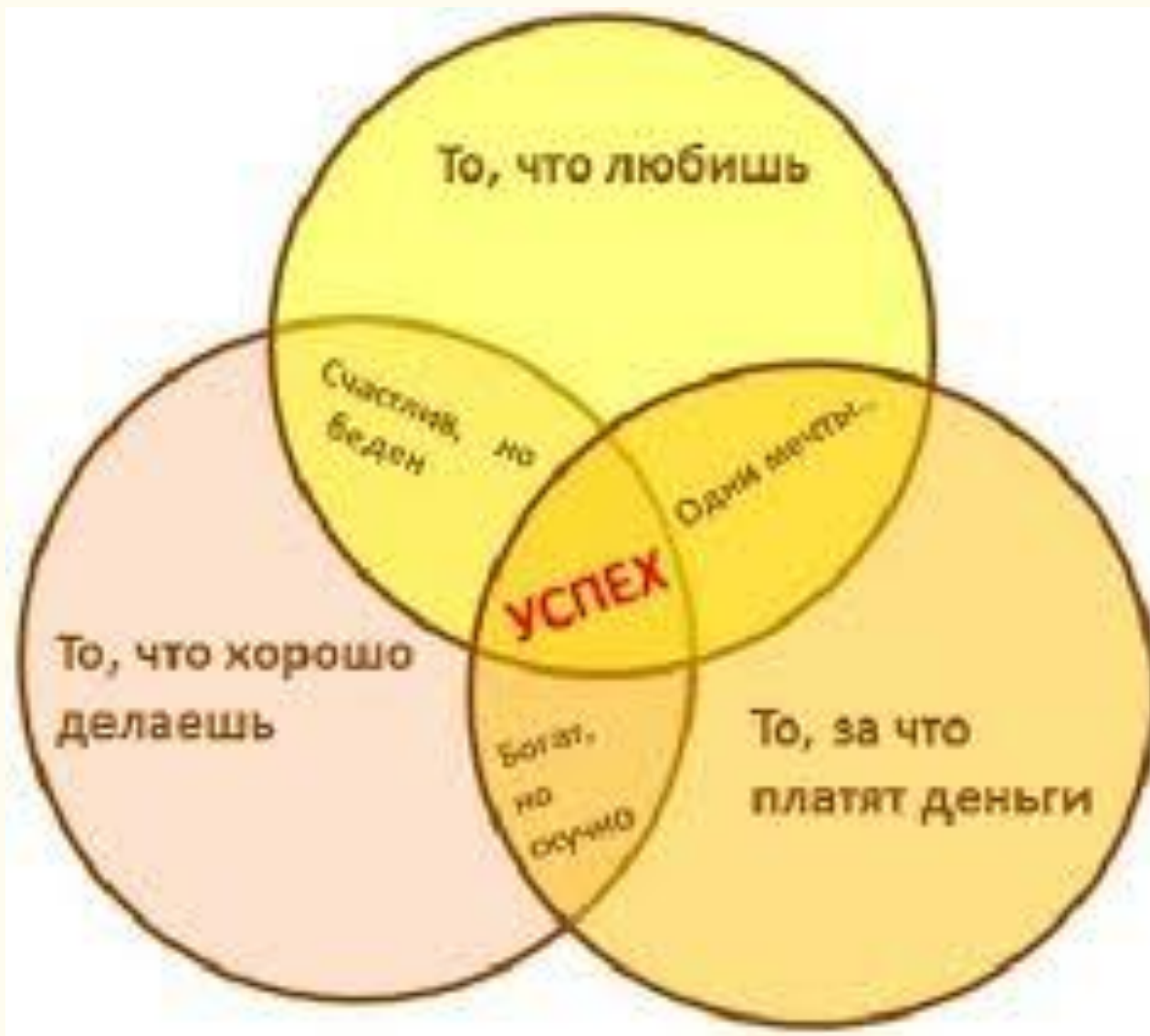


 Зона совпадения стремлений личности с потребностями общества в кадрах

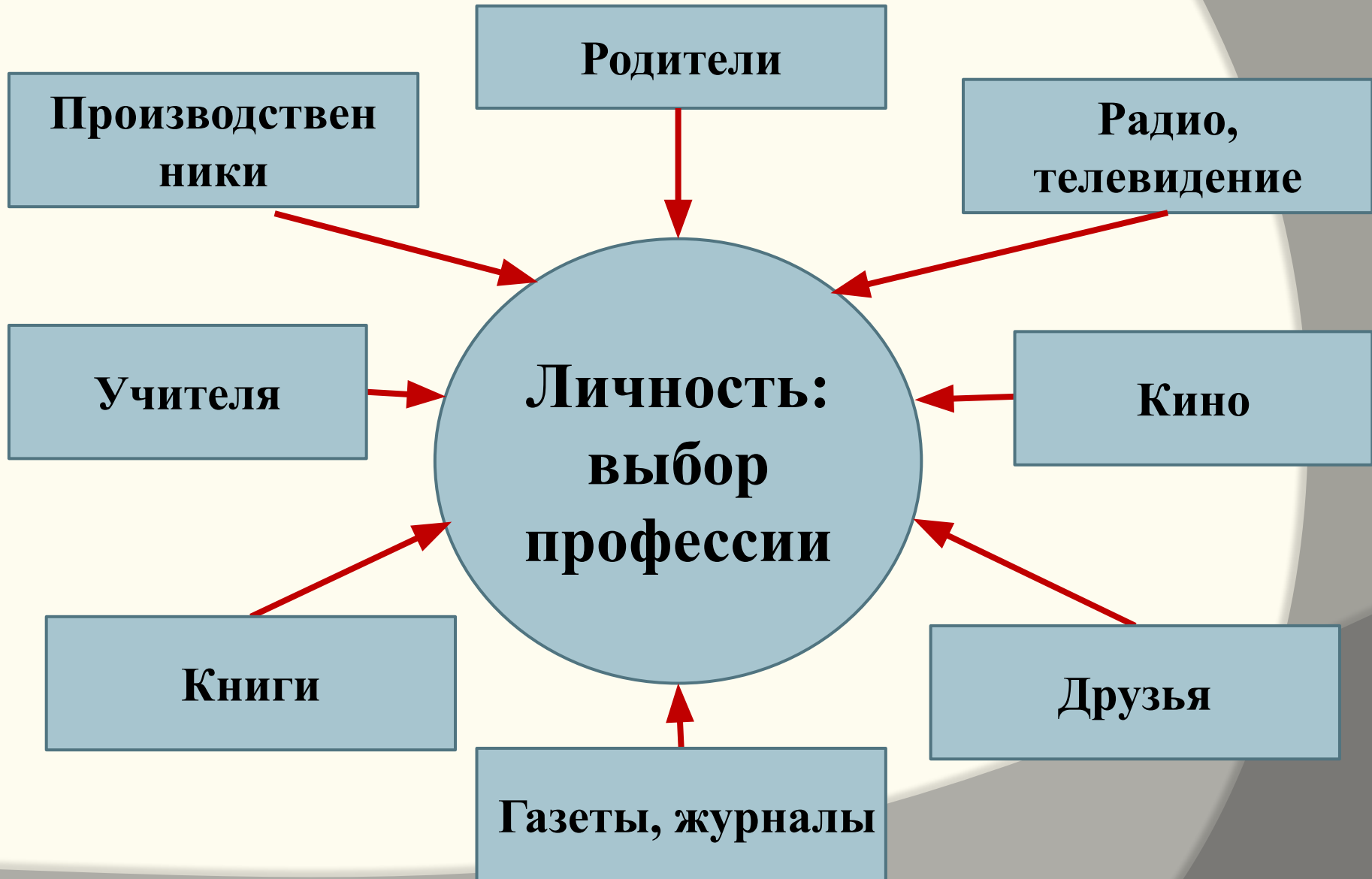
 Зона совпадения возможностей личности с потребностями общества в кадрах

 Зона оптимального выбора профессии

Ситуации можно представить по другому



Кто (что) может оказать влияние на выбор профессии



Ошибки и затруднения при выборе профессии

- Отношение к выбору профессии как к пожизненному делу, ориентация сразу на профессии высокой квалификации, высшее образование



- Предрассудок, когда некоторые профессии считаются недостойными

- Выбор профессии за компанию, чтобы не отставать



- Увлечение только внешней стороной профессии



- Неумение разобраться в своих личных качествах

- Незнание или недооценка своих физических особенностей, недостатков, существенных при выборе профессии



Профессиональные интересы, склонности и способности

Карта интересов была создана выдающимся русским кандидатом психологических наук Е.А. Климовым, который специализировался на психологии труда. Автор описывает пять основных групп - склонностей, которые характеризуют личность.

Пять психотипов личности по Е.А.Климову

1. Человек – природа – такой тип, характерен людям, стремящимся улучшить состояние окружающей среды, тем, кто легко идет на контакт с природой и животными. Это садовники, ландшафтные дизайнеры, работники лесной и садовой промышленности, ветеринары и экологи, исследователи флоры и фауны, зоологи, ботаники, а также геологи, картографы и метрологи.



2. Человек – художественный образ – называет таких людей творческими, склонными к художественной, писательской, музыкальной и архитектурной деятельности, и т.п. Такая личность может заниматься производением чего-либо или творить произведения искусства (дизайнер, художник, композитор, писатель или режиссёр). А так же исполнять и изготавливать (оформитель, музыкант, ювелир, актер и так далее) или же работать с произведениями творчества (реставратор, маляр, шлифовщик, мастер росписи).



3. Человек – человек – этот тип, как социальный, склонный к общению, помощи другим, взаимопониманию с аудиторией. Таким людям подходит работа, связанная с образованием, воспитанием, социальная деятельность, медицина, правовая помощь, журналистика, а также административная работа.



4. Человек – знаковая система – этот тип людей математического склада ума. Им подойдут такие профессии, как программист, бухгалтер, библиотекарь, экономист, нотариус, редактор, организатор делопроизводства, инспектор, историк, математик и тому подобное.



5. Человек – техника – определяет этот тип, как людей склонных к техническим видам профессий, обозначает способность к изготовлению деталей, техники, механизмов, восстановление и ремонт, изобретения и новшества, испытательные и проверочные работы.



Профессиональное тестирование
поможет определиться с будущей профессией. На основе ваших ответов на вопросы можно определить сферы ваших интересов, ваши личные и профессиональные особенности.



Тест по классификации труда по Е.А.Климову

В таблице приведен список различных видов работы. Выбери один из двух вариантов деятельности и запиши его номер.

1a	Выращивать и дрессировать служебных собак для поиска наркотиков	1б	Разрабатывать новые модели электронной бытовой техники
2a	Спасать людей после аварий землетрясений	2б	Заверять документы, оформлять доверенности и договора
3a	Петь в музыкальной группе	3б	Интенсивно тренироваться, совершенствоваться и добиваться новых спортивных результатов
4a	Налаживать работу компьютеров, оборудования	4б	Рассказывать о товаре, убеждать людей приобретать его
5a	Переводить научные тексты	5б	Писать рассказы, сценарии, фельетоны

6a	Тренировать свой организм, чтобы он выдерживал воздействие больших физических нагрузок	6б	Разрабатывать мероприятия по охране редких растений
7a	Ремонтировать оргтехнику, компьютеры, телефоны	7б	Исправлять смысловые и стилистические ошибки в готовящихся к печати текстах
8a	Заниматься флористикой, оформлять помещения цветами	8б	Анализировать состояние растений и животных в загрязненных условиях среды
9a	Управлять автомобилем, автобусом, трейлером, локомотивом поезда	9б	Микшировать музыку или корректировать фотоснимки с помощью компьютера
10a	Ежедневно тренировать свои атлетические навыки в спортивном зале, в бассейне, на стадионе, корте и т.д.	10б	Отлаживать работу спортивного автомобиля и заменять механизмы в случае неисправности

11a	Давать людям консультации по туристическим маршрутам других городов, стран	11б	Оформлять витрины универмагов; заниматься оформлением концертов и шоу
12a	Разводить декоративных рыб и ухаживать за аквариумами в офисах	12б	Оказывать людям медицинскую помощь
13a	Упорядочивать документацию фирмы и подготавливать новую (договора, счета, ведомости, доверенности и т.д.)	13б	Вырабатывать навыки красивой походки и пластичных движений для профессионального выступления на подиуме
14a	Изучать генетику, выводить новые сорта растений	14б	Работать в фондах архивов, находить необходимые документы
15a	Сопровождать людей в сложных туристических походах в роли инструктора	15б	Придумывать и отрабатывать сложные акробатические трюки, спортивные номера

16a	Лечить кошек, собак, лошадей и пр.	16б	Осуществлять сборку компьютеров
17a	Искать нужных людей, проводить подбор персонала в различные фирмы	17б	Проводить финансовый анализ рынка ценных бумаг
18a	Играть на сцене, сниматься в кино, ставить трюки	18б	Тренировать и репетировать красивые и точные движения перед спортивным выступлением
19a	Налаживать работу медицинского лазера, ультразвуковой аппаратуры	19б	Преподавать различные предметы в школе, техникуме, институте и т.д.
20a	Рассчитывать экономный путь транспортировки товара до потребителя	20б	Оформлять иллюстрациями сайты, книги, журналы
21a	Осуществлять постоянную психологическую и физическую подготовку к соревнованиям, турнирам, выступлениям	21б	Участвовать в экспедициях, посвященных изучению природных явлений

22a	Строить дома по планам, делать разводку электричества соответственно с проектом	22б	Работать с финансовыми законами и кодексами
23a	Проектировать садово-парковые зоны, оформлять участки с помощью растений	23б	Анализировать молекулярный состав крови
24a	Проектировать новое производственное оборудование, дома	24б	Производить архитектурно-восстановительные работы исторических мест
25a	Оттачивать мастерство выполнения спортивного упражнения, преодолевая усталость и страх	25б	Разрабатывать новые модели спортивных тренажеров, велосипедов и другое спортивное оборудование
26a	Организовывать праздники, выступать в роли тамады	26б	Вести концертные программы, объявлять зрителям имена выступающих и названия номеров программы

27a	Изучать жизнь организмов с помощью электронного микроскопа	27б	Оказывать людям психологическую помощь, работать на телефоне доверия
28a	Обрабатывать, анализировать и обобщать социологические данные	28б	Профессионально работать над красотой своей фигуры и внешности
29a	Разрабатывать средства защиты растений от вредителей и вирусов	29б	Писать компьютерные программы
30a	Консультировать людей в фитнес- зале, в бассейне, на спортивной площадке	30б	Тренировать общую выносливость и совершенствовать отдельные спортивные или артистические навыки

Найдите в этой таблице свои варианты ответов и выделите их. Каждое совпадение будем считать за один балл.

Природа	Техника	Другие люди	Знаковые системы	Художественные образы	Сам человек
1a	1б	2a	2б	3a	3б
	4a	4б	5a	5б	6a
6б	7a		7б	8a	
8б	9a			9б	10a
	10б	11a		11б	
12a		12б	13a		13б
14a			14б		
		15a			15б
16a	16б	17a	17б	18a	18б
	19a	19б	20a	20б	21a
21б	22a		22б	23a	
23б	24a			24б	25a
	25б	26a		26б	
27a		27б	28a		28б
29a			29б		

Результаты теста

Подсчитайте, сколько баллов получилось в каждом столбце:

- **9-10 баллов**: ярко выраженная склонность;
- **7-8 баллов**: выраженная склонность;
- **4-6 баллов**: склонность на среднем уровне;
- **2-3 балла**: склонность не выражена;
- **0 баллов**: работа с таким предметом труда активно отвергается – «что угодно, но только не это».



Выбор профессии, в первую очередь, зависит от того, чего ты действительно желаешь. Работа — зеркало внутреннего мира. Быть успешным в работе, которая не доставляет удовольствия, невозможно.

Спасибо за участие в работе

