

**Государственное автономное образовательное учреждение Тюменской области
дополнительного профессионального образования
«Тюменский областной государственный институт
развития регионального образования»
(ГАОУ ТО ДПО «ТОГИРРО»)**

**Центр непрерывного повышения профессионального мастерства
педагогических работников г. Ишим**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
«АЛГОРИТМ УСПЕШНОГО ВЫБОРА ПРОФЕССИИ»**

Тюмень, 2021

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ «УЧИТЕЛЬ-УЧЕНИК-РОДИТЕЛЬ: БЕСКОНФЛИКТНОЕ ОБЩЕНИЕ»: Методические рекомендации – Тюмень, ТОГИРРО, ЦНППМ г. Ишим, 2021. – 14 с.

Составитель: Глебова М.П., тьютор ЦНППМПР г. Ишима, Гавришева А.С. ст. преподаватель ЦНППМПР г. Ишим ГАОУ ТО ДПО «ТОГИРРО».

Методические рекомендации содержат информацию о теоретических основах проблемы выбора профессии обучающимися в общеобразовательных организациях. В них раскрывается сущность решения вопросов выбора профессии обучающимися, также представлен алгоритм успешного выбора профессии.

Предлагаемые рекомендации адресованы обучающимся общеобразовательных организаций, обучающимся психолого-педагогических классов, классным руководителям и родителям.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	4
2. Проблема выбора профессии. Кем быть?	5
2.1. С чего начинается выбор профессии.....	5
2.2. Факторы влияющие на выбор профессии.....	6
2.3. Стадии выбора профессии.....	7
2.4. Ошибки и затруднения при выборе профессии.....	9
3. Алгоритм успешного выбора профессии.....	11
4. Список используемой литературы.....	14

1. Пояснительная записка

Выбор профессии... В такой, казалось бы, простой фразе скрыт огромный смысл. Столько эмоций, тревог, представлений и ожиданий!

И вот однажды придет день, когда нужно решить какую профессию все-таки выбрать, и кем же быть? И от того, насколько правильно будет дан ответ на эти вопросы, будет зависеть выбор профессии, да и во многом дальнейший жизненный путь.

Вопрос выбора профессии является актуальным на протяжении долгих лет. Проблема выбора состоит в том, что на данный момент существует огромное количество профессий, среди которых нужно выбрать лишь одну. Как правильно выбрать профессию и не ошибиться? Этот вопрос всегда волнует человека в юном подростковом возрасте.

Правильно выбранная профессия помогает достичь высоких показателей в трудовой деятельности, а удовлетворенность результатами помогает проявить творчество, что важно для эмоционального настроения и осуществления всех жизненных планов человека.

Для того чтобы освоить определенную профессию и затем успешно трудиться, человек должен обладать конкретными качествами, отвечающими тем требованиям, которые предъявляет эта профессия к личности работающего.

Важно, выбирая профессию, знать эти требования. Если требования, предъявляемые профессией к работающему, совпадают с его личностными качествами и возможностями, то говорят о профессиональной пригодности. Пригодность к профессии характеризуют такие показатели, как успешность овладения профессией и удовлетворенность человека своим трудом.

2. Проблема выбора профессии. Кем быть?

2.1. С чего начинается выбор профессии

Выбор профессии – вопрос во многом философский. С самого раннего детства маленьким детям задают вопрос о том, кем они хотят стать в будущем. На этот вопрос дети отвечают по-разному.

Кто-то хочет стать врачом, чтобы спасти жизни людей, кто-то мечтает быть учителем, и хочет работать с детьми. Мальчишкам нравятся летчики и космонавты, а девочки мечтают стать поварами или парикмахерами. А кто-то даже отвечает, что желает стать Президентом. Придумано много игр, в которых дети, играя, отражают свои интересы, где они или лечат кого-то, или что-то строят, готовят, учат и так далее. В будущем, чьи-то детские мечты осуществляются, а кто-то очень много раз меняет свое мнение о той или иной профессии.

В современных условиях существует не только огромный выбор специальностей, но и масса вариантов ухода в смежные области обучения без отрыва от производства.

Профессию надо выбирать обдуманно, с учетом своих способностей, внутренних убеждений, реальных возможностей, взвесив все «за» и «против».

Для этого необходимо:

- разобраться в своих интересах, склонностях, психологических и физиологических возможностях; необходимо определить, что интересно как хобби, а что может стать профессией;
- подумать, какие у вас сильные и слабые стороны, главные и второстепенные качества;
- ознакомиться с профессиями, которые соответствуют вашим интересам и способностям;
- посмотреть на профессию «изнутри», то есть побеседовать с представителями интересующих профессий, побывать на рабочем месте и ознакомиться со спецификой труда;

- изучить список учебных заведений, где можно получить выбранную специальность;
- принять решение, наметить план действий, не отступать перед трудностями: будьте настойчивы в достижении намеченных целей.

Одну из главных ролей в мотивации при выборе профессии занимает заработная плата. Многие люди считают, что самое главное в работе – это хорошая заработная плата, а сама специфика труда уходит на дальний план, и кем работать не так уж и важно. Но это большая ошибка, ведь большая заработная плата зачастую не предусматривает роста квалификации.

Психологи утверждают, что самое главное в выборе будущей профессии – это интерес к выбранной деятельности. Ведь только в таком случае работа станет любимым делом, которое будет приносить удовольствие и комфорт.

2.2. Факторы, влияющие на выбор профессии

Существует большое количество факторов, которые влияют на выбор будущей профессии и сферы деятельности. Предлагаем рассмотреть пять факторов, которые предложил российский психолог Е.А. Климов:

1) Позиция старших, семьи:

Зачастую родители оставляют за ребенком право свободы выбора дальнейшего пути. Таким образом, они ждут от него самостоятельности, ответственности, инициативы. И случается так, что в итоге родители не согласны с выбором ребенка. Они предлагают пересмотреть свои планы, желания и сделать другой выбор, потому что он верный и надежный. Правильному выбору профессии часто мешают установки родителей, которые стремятся, чтобы дети компенсировали их недостатки в будущем, в той деятельности, в которой они не смогли себя полностью проявить.

2) Позиция сверстников:

В момент обучения в старших классах дружеские отношения детей очень крепки, и тем самым влияние друзей на выбор профессии не исключено. Именно мнения и позиция микрогруппы может стать решающим фактором в профессиональном самоопределении.

Вывод здесь может быть только одним: единственным верным решением будет то, которое соответствует вашим интересам и совпадает с интересами общества, в котором вы живете.

3) Способности и их проявления:

Ориентируясь на таланты, способности и склонности ученика старших классов при выборе профессии, нужно брать во внимание не только учебу, но и другие виды общественно ценной активности.

4) Информированность о той или иной профессиональной деятельности;

Важно позаботиться о том, чтобы приобретаемые вами сведения о той или иной профессии не оказались искаженными, неполными, односторонними. Ведь часто бывает, что выбрав какую-то профессию, мы руководствуемся тем, что услышали от кого-то, прочитали, или увидели в кино. Любая сфера деятельности многогранна. Нужно изучить все стороны и аспекты профессии. Довольно распространённой ошибкой так же является перенос образа представителя той или иной профессии на сам труд. При выборе будущей работы нужно учитывать особенности деятельности, а не выбирать профессию, потому что вам нравится какой-то человек, связанный с этой работой.

5) Склонности.

Выбор профессии отражает определённый уровень личных притязаний, основанных на оценке своих способностей и возможностей. Кроме того, выбор профессии, профессиональное самоопределение требуют высокой активности субъекта, зависят от уровня сформированности осознанной психической саморегуляции, степени развития контрольно-оценочной сферы.

2.3. Стадии выбора профессии

Согласно теории Гинзберга, процесс выбора профессии рассматривается в рамках возрастного развития:

Рассмотрим подробнее каждую стадию:

1. Стадия фантазии охватывает раннее детство и заканчивается примерно на исходе среднего детства, в 11 лет. Это тот период, когда дети представляют,

кем они станут в будущем, не анализируя свои реальные возможности и потребности. Их желания не имеют фундамента реальности, а позиционируются на мечтах, и как следствие, на этой стадии они хотят быть летчиками, учителями, врачами, медсестрами и т. д.

2. Гипотетическая стадия длится с 11 до 17 лет и включает в себя четыре периода:

- период интереса (11-12 лет) — дети выбирают профессию, руководствуясь в основном своими склонностями и интересами;
- период способностей (13-14 лет) — подростки узнают больше о требованиях, предъявляемых данной профессией, приносимых ею материальных благах, а также о различных способах обучения и подготовки;
- период оценки (15-16 лет) — молодые люди пытаются примерить те или иные профессии к собственным интересам, ценностям, сопоставляют предъявляемые данной специальностью требования со своей ценностной ориентацией и реальными возможностями;
- переходный период (17 лет) — в течение этого периода осуществляется переход от гипотетического подхода к реалистическому выбору профессии, который происходит под воздействием внешних факторов, например, давления школы, родителей, сверстников и других обстоятельств.

3. Реалистическая стадия — в возрасте от 17 лет и старше молодые люди стараются принять окончательное решение о выборе профессии. Эта стадия делится на три периода:

- период исследования (17-18 лет) — прилагаются активные усилия для приобретения более глубоких знаний и понимания;
- период кристаллизации (19-21) — в этот период значительно сужается диапазон выбора и определяется основное направление будущей деятельности;
- период специализации — общий выбор, например, профессии экономиста или физика, уточняется выбором конкретной и более узкой специализации.

2.4. Ошибки и затруднения при выборе профессии

Любой старшеклассник испытывает трудности при выборе будущей профессии и боится совершить ошибку. Ведь неверный выбор здесь недопустим, в противном случае последствия ошибки будут сказываться всю жизнь. Какие ошибки совершают обучающиеся в процессе профессионального самоопределения?

1. Незнание правил выбора профессии:

- выбор профессии за компанию;
- перенос отношения к человеку на саму профессию;
- отождествление учебного предмета с профессией;
- ориентация на профессии высокой квалификации;
- неумение определить путь получения профессии.

2. Незнание самого себя:

- незнание или недооценка своих физических особенностей;
- незнание или недооценка своих психологических особенностей;
- неумение соотнести свои способности с требованиями профессии.

3. Незнание мира профессий:

- увлечение только внешней стороной профессии;
- предубеждение в отношении престижности профессии;
- незнание требований профессии к человеку;
- устаревшие представления о характере и условиях труда конкретной профессии.

Чтобы предостеречь себя от допущения ошибок, нужно следовать золотому правилу выбора профессии: «Хочу. Могу. Надо!»

Секрет успешного выбора профессии прост, как и всё гениальное в этом мире. Предлагаем рассмотреть схему и подумать: получается ли у вас уместить свои амбиции в этот маленький треугольник на пересечении «хочу», «могу» и «надо»?

Когда вы поставите цели («хочу»), ориентируясь на свои способности («могу»), вам придётся столкнуться с суровым словом «надо», которое будет диктовать свои правила. Тогда вы не допустите ошибок при выборе профессии. Чтобы выбрать профессию, которая останется востребованной, следите за современными тенденциями на рынке труда, изучайте конкретные вакансии на сайтах по трудоустройству. Выбирайте себе интересное и перспективное дело.

3. Алгоритм успешного выбора профессии

1. Что мне интересно?

Работу по определению своей профессиональной деятельности нужно начать, прежде всего, с себя и своих интересов.

Задайте себе вопрос: «Что меня интересует – люди, техника, животные, информация, искусство и прочее? К чему есть склонности? Исследование, производство, управление, конструирование, контроль, обучение? Что меня привлекает и вызывает интерес?»

Запишись на профориентационную консультацию и попроси провести тестирование, чтобы также лучше узнать свои склонности.

2. Что я могу?

Проанализируйте ваши способности, умения, знания или навыки, которые у вас уже присутствуют. Например:

1. Интеллектуальные или творческие способности (способности к математике, языкам, музыке и т.п.);
2. Черты характера (пунктуальность, настойчивость, коммуникабельность и т.д.);
3. Здоровье – немаловажный пункт, который может содействовать успеху в той или иной деятельности (тонкий слух, сила, физическая выносливость и т.д.)

3. Какие профессии востребованы сейчас и в будущем?

Изучите информацию о востребованных профессиях на рынке труда сейчас, и через пару лет. Ведь современный мир не стоит на месте, появляются новые профессии, о которых пару лет назад никто не знал. В этом вам могут помочь родители, учителя, одноклассники.

4. Список профессий.

Проанализируйте сделанную вами работу по первым двум пунктам. Теперь зная свои сильные стороны, способности и умения, изучив профессии

на рынке труда, вы можете составить свой список профессий. Это специальности, которые близки вам по интересам и перспективам.

5. Что это за профессия?

Выделите из составленного списка 2-3 профессии, на которые вы ориентированы в большей степени, и детально их изучите.

Для этого можно воспользоваться следующим планом:

1. Узнаем специфику работы выбранной профессии, обязанности и значимость работы.
2. Составляем перечень знаний, умений и навыков, которыми обладают успешные представители профессии.
3. Изучаем личностные качества, которые нужны для успешной работы в выбранной сфере деятельности.
4. Обязательно узнаем о медицинских противопоказаниях к выбору профессии этого типа. Ведь проблемы со здоровьем могут оказаться решающим фактором выбором.
5. Изучаем перспективы развития профессионала на современном рынке труда, определяем размер заработной платы – минимальный и максимальный.
6. Проверяем результат. Обсуди свое решение выбора профессии с родителями, учителями, можете обратиться к психологу или профконсультанту. Мнение со стороны поможет вам взглянуть на ваши качества и выбранную профессию под другим углом.

Помочь изучить профессию могут встречи с профессионалами, экскурсии, профпробы, различные выставки.

6. Составляем профессиональный план.

Теперь, зная свои способности, интересы и выбрав профессию, необходимо определить, где и как её можно получить. Составьте список учебных заведений, изучите проходной балл, экзамены и вступительные испытания.

7. Составляем и реализуем «План саморазвития».

Остается последний шаг – это конкретные шаги на пути к выбранной профессии. Запишись на дополнительные курсы, тренинги, секции, посети семинары – всё это поможет развить необходимые для будущей профессии знания, навыки и качества.

8. Зрелый выбор.

Теперь, когда вы так основательно подошли к определению профессионального выбора, начинайте воплощать в жизнь свои планы. Помните, что никто кроме вас не сделает правильный выбор, ведь будущая профессия должна реализовать именно ваш потенциал, цели и мечты!

Удачи!

Список используемой литературы

1. Горбачева С. М., Стрижко И. И. Профессиональная ориентация учащихся // Молодой ученый. — 2020. — №21. — С. 778-781.
2. Захаров, Н. Н. Профессиональная ориентация школьников / Н. Н. Захаров. — М.: Просвещение, 2008. — 272 с.
3. Как выбрать профессию? Интернет-ресурс: <http://www.shkolniki.ru/>
4. Лабиринты профессий. Интернет ресурс: <http://svlib.ru/assets/images/pdf/2018/>
5. Парнов Д.А. Кем быть? Секреты выбора профессии. Книга, с которой начинается карьера / Д.А. Парнов. – М.: Книжный мир, 2014. – 256 с.
6. Проблемы выбора профессии. Интернет-ресурс: <https://presentacii.ru/presentation/problema-vybora-professii>
7. Соловьева Ю. А., Данилова О. А. Путь к успеху. Учебное пособие. Фонд русской культуры, 2020
8. Список самых популярных профессий в России 2021. Интернет ресурс: <https://edunews.ru/professii/rating/vostrebovannie-russia.html>
9. Типы профессий по Климову. Интернет-ресурс: <https://businessman.ru/tipyi-professiy-po-klimovu.html>
10. Урутина Т. М. Типичные трудности и ошибки при выборе профессии у старшеклассников / Т. М. Урутина, Л. Г. Агеева. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2015. — № 15 (95). — С. 555-558. — URL: <https://moluch.ru/archive/95/21337/>