**ПАМЯТКА УЧАЩЕМУСЯ, ВЫБИРАЮЩЕМУ ПРОФЕССИЮ.**

Выбор профессии — сложный и ответственный шаг в твоей жизни. Не предоставляй выбор своей будущей профессии случаю. Пользуйся информацией профессионалов. Профессию надо выбирать обдуманно, с учетом своих способностей, внутренних убеждений (только равнодушные идут, куда придется), реальных возможностей, взвесив все «за» и «против».

**С ЭТОЙ ЦЕЛЬЮ:**

*Изучи глубже самого себя:*

 разберись в своих интересах (что тебе интересно на уровне хобби, а что может стать профессией), склонностях, особенностях своего характера и физических возможностях.

 Подумай, какие у тебя сильные и слабые стороны, главные и второстепенные качества.

 Ознакомься с профессиями, которые соответствуют твоим интересам и способностям. Прочти побольше книг, статей, журналов.

*Наметь предварительно избираемую профессию или группу родственных профессий.*

 Побеседуй с представителями избираемых профессий, постарайся побывать на рабочем месте этих специалистов, ознакомься с характером и условиями труда. Продумай, как, где и когда можно попробовать свои силы в этом деле практически и — действуй!

 Ознакомься с учебными заведениями, в которых можно получить избранную профессию.

 Сопоставь свои личные качества и возможности с характером той профессии, которую ты выбрал.

 Приняв решение, не отступай перед трудностями. Будь настойчив в достижении намеченных целей.

**ЛИЧНЫЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПЛАН УЧАЩЕГОСЯ**

1. Главная цель (что я буду делать, каким буду, чего достигну, идеал жизни и деятельности).

2. Цепочка ближайших и более отдаленных конкретных целей (чему и где учиться, перспективы повышения мастерства).

3. Пути и средства достижения ближайших целей (беседы с людьми, проба сил, самообразование, поступление в учебное заведение, подготовительные курсы).

4. Внешние условия достижения целей (трудности, возможные препятствия, возможное противодействие тех или иных людей).

5. Внутренние условия (свои возможности: состояние здоровья, способности к теоретическому или практическому обучению, настойчивость, терпение, личные качества, необходимые для работы по данной специальности).

6. Запасные варианты целей и путей их достижения на случай возникновения непреодолимых препятствий для реализации основного варианта.

**ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПЛАНА:**

 определенность, ясность плана (если человек указывает на единственную профессию и соответствующий тип учебного заведения);

 полнота плана (когда учтены все необходимые факторы выбора профессии: направленность интересов, склонностей, способностей, состояние здоровья, уровень образования и т. д.);

 устойчивость плана (во времени, как уверенность в правильности выбора и помехоустойчивость в стремлении к его осуществлению);

 реалистичность плана (как опора на реальные социальные и психологические возможности реализации выбора);

 логическая обоснованность и внутренняя согласованность (как соотнесение склонностей и способностей человека с требованиями профессии);

 моральная оправданность плана (если мотивы профессии относятся к содержанию деятельности);

 согласованность плана с потребностями рынка труда.

**ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПЛАНА**

Составляя личный профессиональный план, необходимо:

 определить, какой вид деятельности вам интересен; проанализировать в какой степени выражены склонности к работе в сферах «человек-природа», «человек-техника», «человек-человек», «человек-знаковая система», «человек-художественный образ»; составить формулу интересующей профессии;

 выяснить, работники каких профессий требуются на рынке труда, в городе, районе, где вы живете;

 сопоставить полученные данные и сделать вывод, в какой области профессиональной деятельности вы могли бы работать;

 ознакомиться с интересующими профессиями, беседуя с их представителями, пользуясь профессиограммами, специальной литературой; посоветоваться с родителями; проконсультироваться с врачом;

 соотнести свои индивидуальные особенности с требованиями избранной профессии;

 узнать содержание интересующей профессии, условия работы, перспективы профессионального роста;

 ознакомиться с возможными путями освоения профессии; побывать в учебных заведениях на «Днях открытых дверей».

**ПРИНЦИПЫ, КОТОРЫМИ ДОЛЖЕН РУКОВОДСТВОВАТЬСЯ ЧЕЛОВЕК,**

**ВЫБИРАЮЩИЙ ПРОФЕССИЮ**

ПРИНЦИП СОЗНАТЕЛЬНОСТИ. Правильно выбрать профессию может человек, четко осознавший:

 что он хочет (осознающий свои цели, жизненные планы, идеалы, стремления, ценностные ориентации);

 что он есть (знающий свои личностные и физические особенности);

 что он может (знающий свои склонности, способности, дарования);

 что от него потребует работа и трудовой коллектив.

ПРИНЦИП СООТВЕТСТВИЯ. Выбираемая профессия должна отвечать (соответствовать) интересам, склонностям, способностям, состоянию здоровья человека и одновременно потребностям общества в кадрах.

ПРИНЦИП АКТИВНОСТИ. Профессию надо активно искать самому. В этом большую роль призваны сыграть: практическая проба сил в кружках, секциях, на факультативах; чтение литературы, экскурсии, встречи со специалистами, посещение учебных заведений в «Дни открытых дверей», самостоятельное обращение к психологу или профконсультанту.

ПРИНЦИП РАЗВИТИЯ. Отражает идею необходимости развивать в себе такие качества, которые нужны для любой профессии. Это — психические процессы (мышление, память, внимание) и следующие черты характера: трудолюбие, добросовестность, прилежность, организованность, исполнительность, самостоятельность, инициативность, умение переносить неудачи, выдержка, настойчивость.

**ОШИБКИ И ЗАТРУДНЕНИЯ ПРИ ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ**

1. НЕЗНАНИЕ ПРАВИЛ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ:

 выбор профессии за компанию;

 перенос отношения к человеку на саму профессию;

 отождествление учебного предмета с профессией;

 ориентация сразу 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.

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРИГОДНОСТЬ**

Различают следующие степени профессиональной пригодности:

**1. Непригодность.** Она может быть временной или практически непреодолимой. О ней говорят в тех случаях, когда имеются отклонения в состоянии здоровья, несовместимые с работой. При этом дело обстоит не обязательно так, что человек не может работать, а так, что работа в данной профессии может ухудшить состояние человека. Противопоказания бывают не только медицинские, но и психологические: те или иные стойкие личные качества будут помехой для овладения определенной профессией.  
**2. Годность.** Характеризуется тем, что нет противопоказаний, но нет и очевидных показаний. Иначе говоря, ни за, ни против. «Можешь выбирать эту профессию. Не исключено, что станешь хорошим работником». Примерно такими словами можно охарактеризовать данную степень профессиональной пригодности.  
**3. Соответствие.**Нет противопоказаний и есть некоторые личные качества, соответствующие требованиям профессии. Например, есть выраженный интерес к определенным объектам труда (технике, природе, людям, искусству) или успешный опыт в данной области. При этом не исключено соответствие другим профессиям. «Можешь выбрать эту профессию. И весьма вероятно, что ты будешь хорошим работником».  
**4. Призвание.** Это высший уровень профессиональной пригодности. Он характеризуется тем, что во всех элементах ее структуры есть явные признаки соответствия человека требованиям избираемого вида труда. Речь идет о признаках, которыми человек выделяется среди своих сверстников, находящихся в равных условиях обучения и развития. «В этой и именно в этой области труда ты будешь наиболее нужен людям». Чтобы открыть в себе призвание, важно смело «примеривать» себя к самым разным профессиям, необходимо практически пробовать свои силы в разных видах труда.

**ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ ПРИ ВЫБОРЕ УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ**

Возможно, выбранную вами профессию можно получить в нескольких учебных заведениях. В таком случае возникает проблема выбора учебного заведения. Правильный выбор можно сделать, узнав все об этих учебных заведениях.

Собирая информацию об учебном заведении, следует получить ответы на следующие вопросы:

 Какой уровень образования позволяет получить учебное заведение (профессионально-техническое, среднее специальное, высшее)?

 По каким специальностям и специализациям осуществляется профессиональная подготовка?

 Какая квалификация присваивается по окончании учебного заведения?

 Каковы предоставляемые формы обучения (дневная, вечерняя, заочная)? Платное или бесплатное обучение? Размер оплаты?

 Какие требования предъявляются к поступающим (возраст, состояние здоровья, пол, уровень образования)?

 Каков порядок приема в учебное заведение (сроки подачи документов, сроки сдачи экзаменов, льготы поступающим)?

 Какова продолжительность обучения?

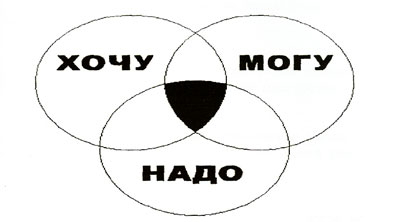
 Оказывает ли учебное заведение помощь в трудоустройстве выпускников?

 Есть ли подготовительные курсы. Когда они начинают работать и какая оплата?

 Когда проводятся «Дни открытых дверей» в учебном заведении?

 Адрес учебного заведения и его полное название?

**УСЛОВИЕ ОПТИМАЛЬНОГО ВЫБОРА ПРОФЕССИИ**



Описание: sm- зона оптимального выбора

**ХОЧУ** — стремления личности (желания, интересы, склонности, идеалы).

**МОГУ** — возможности личности (состояние здоровья, способности, уровень знаний, характер, темперамент).

**НАДО** — потребности общества в кадрах, и осознания необходимости затратить определенные усилия для достижения жизненно важных целей.

**Планируя свою профессиональную карьеру, полезно ответить на следующие вопросы:**

 От каких своих умений и способностей вы получаете наибольшее удовлетворение?

 Каковы ваши основные интересы и любимое времяпрепровождение?

 Какие учебные предметы у вас любимые?

 Чем бы вы хотели заниматься каждый день по 8 часов из года в год?

 О какой работе вы мечтаете?

 Каким вы представляете свое занятие через 10 лет?

 Какая работа была бы для вас идеальной? Опишите ее как можно подробнее. Представьте себя на этой работе, с кем вы работаете, как проводите время?

 Каковы ваши критерии выбора профессии? (обязательные и желательные)

 Какие ваши сильные стороны и навыки более всего позволяют вам считать себя подходящим для работы, которая вам кажется идеальной?

 Какие пробелы в своих знаниях и умениях вам необходимо ликвидировать, чтобы получить идеальную для вас работу?

 Если работа, идеальная для вас недостижима в настоящее время, то какую работу вы могли бы выполнять, чтобы продвигаться в избранном направлении?

 С кем можно посоветоваться, чтобы получить полезную для планирования карьеры информацию?

 И, наконец, запишите ваши ближайшие и долгосрочные цели в области карьеры и действуйте.