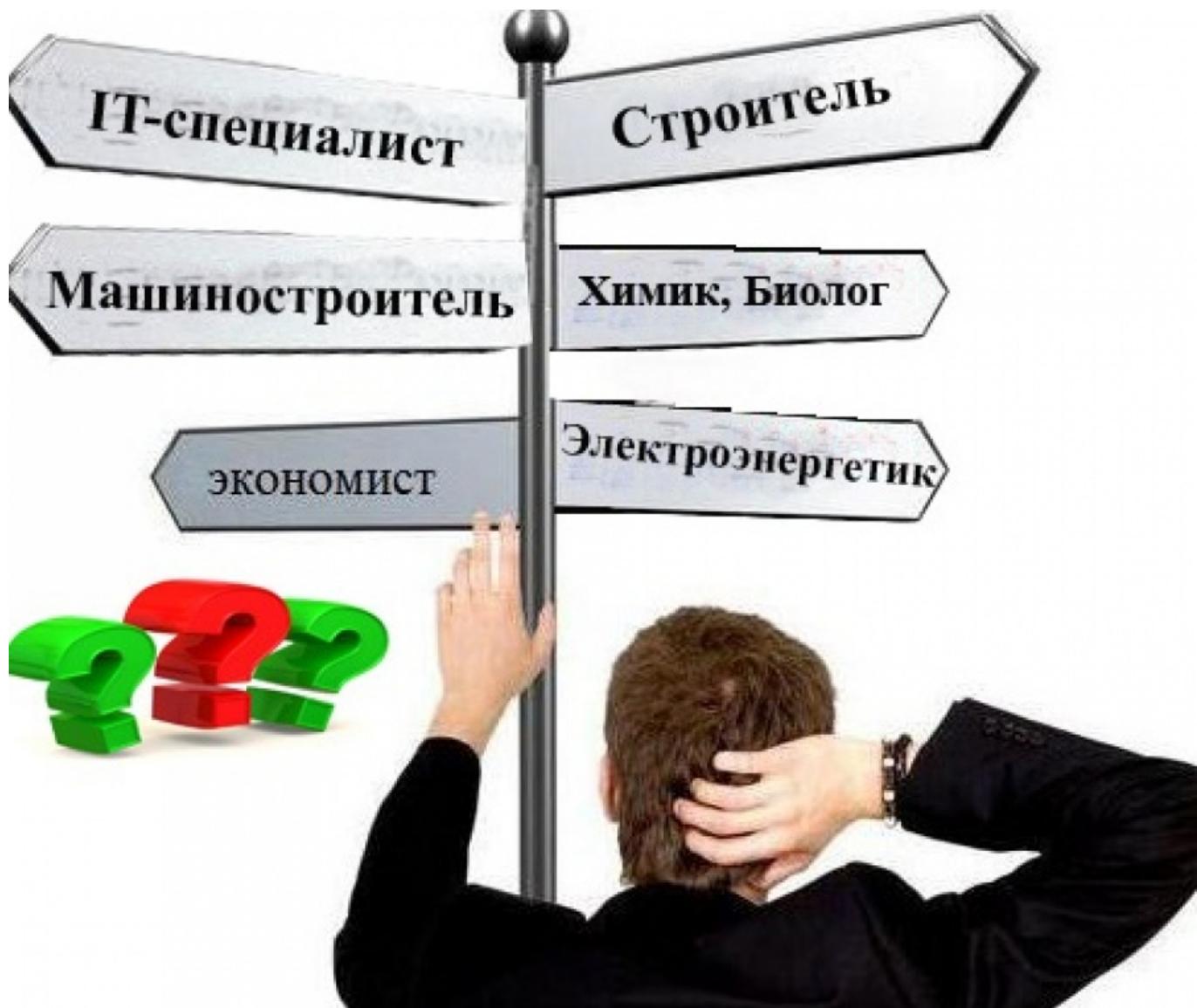


Проф ориентация



Проф ориентация 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? На эти и многие другие вопросы вы получите ответ, прочитав соответствующий раздел.

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.

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. Опирайтесь 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 коллектиivist? 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.

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, являющейся



источником существования».

Где найти эту информацию? Опять же, если Интернет под рукой, зайдите на любой сайт по трудоустройству и пройдитесь по базе предлагаемых вакансий в вашем регионе. Это самые объективные данные. Аналогичные сведения можно получить в центре занятости своего города либо на молодежной бирже труда, которая также есть во многих городах.

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 само реализоваться. 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 вам!

????????? ?? ?????????????????? ?????????????????? [1]
????????????? ????? ?????????????????? ?????????????????? ?????????????? ?????????????? [2]
????? ?????????????? ?????????????? ?????????????????? ?????????????? [3]
????? ?????????????? "?????????" [4]
?? ?????????????? [5]
Proftester [6]
????? ?????????????? ? ?????????? "????????????? ??????????" [7]
"????-?????" ?????????????????? ?????? [8]

????????? ???????

Общероссийская база вакансий "РАБОТА В РОССИИ" - www.trudvsem.ru [9]

Сайт агентства труда и занятости населения Красноярского края - www.rabota-enisey.ru [10]

Работа в Красноярске - www.rosrabota.ru [11]

Работа в Красноярске и Сибири - www.sirrabota.ru [12]

Независимый Городской Сайт Красноярска (раздел вакансий) - www.rabota.ngs24.ru [13]

Online-ресурс для поиска работы компании HeadHunter в г. Красноярске - www.krasnoyarsk.hh.ru [14]

«Профориентация: Кем стать?» - www.proforientator.ru [15]

«Все о работе. Вакансии и резюме, аналитика, кадровые агентства» - www.job.ru [16]

«Методический кабинет профориентации» - www.metodkabi.net.ru [17]
«Моя профессия» - www.myprof.ru [18]
«Профориентация для всех» - www.profor.ru [19]
«ПрофГид» - www.profguide.ru [20]
Центр тестирования и развития «Гуманитарные технологии» г. Москва - www.profcareer.ru [21]
«Время выбрать профессию» - www.proftime.edu.ru [22]
«Электронный музей профессий» - www.profvibor.ru [23]
«Карьера» - www.profession.krsnet.ru [24]
«Абитуриент» - www.urg.ac.ru/abiturient/index.html [25]
FINDJOB.RU - www.find-job.ru [26]
«Актуальные проблемы профориентации» - www.testex.ru [27]
Центр профессиональной правовой поддержки - www.rofcenter.educom.ru [28]
Тест на профориентацию - www.proftester.ru [29]
«Образование и карьера» - www.start4you.ru [30]
«Ваше рабочее место» - www.rabochee-mesto.com [31]
«Кто кем работает» - www.kto-kem.ru
Учеба.ру - www.ucheba.ru [32]

Источник:

<https://xn--80aalacacio3bjd9aon5d3f.xn--p1ai/content/%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%BD%D1%82%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F>

Ссылки

[1] <http://www.rabota-enisey.ru> [2] <http://www.kcp24.ru> [3] <http://www.center-rpo.ru> [4] <http://www.profguide.ru/test/category/proforient/> [5] <http://azps.ru/tests/indexpf.html> [6] <http://www.proftester.ru/index.php> [7] <http://www.proforientator.ru/tests> [8] <http://psyfactor.org/tests/> [9] <http://www.trudvsem.ru> [10] <http://www.rabota-enisey.ru> [11] <http://www.rosrabota.ru> [12] <http://www.sibrabota.ru> [13] <http://www.rabota.ngs24.ru> [14] <http://www.krasnoyarsk.hh.ru> [15] <http://www.proforientator.ru> [16] <http://www.job.ru> [17] <http://www.metodkabi.net.ru> [18] <http://www.myprof.ru> [19] <http://www.profor.ru> [20] <http://www.profguide.ru> [21] <http://www.profcareer.ru> [22] <http://www.proftime.edu.ru> [23] <http://www.profvibor.ru> [24] <http://www.profession.krsnet.ru> [25] <http://www.urg.ac.ru/abiturient/index.html> [26] <http://www.find-job.ru> [27] <http://www.testex.ru> [28] <http://www.rofcenter.educom.ru> [29] <http://www.proftester.ru> [30] <http://www.start4you.ru> [31] <http://www.rabochee-mesto.com> [32] <http://www.ucheba.ru>