



## **МИР ПРОФЕССИЙ: ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О РЫНКЕ ТРУДА СОВРЕМЕННОМУ ПОДРОСТКУ (цикл обучающих занятий)**

**К. Хачатурян**, заместитель директора Центра дополнительного образования для детей «Хоста», г. Сочи

*Этот цикл занятий направлен на повышение адекватности выбора профессии старшеклассниками и формирование представлений о современном рынке труда.*

### **ЗАНЯТИЕ ПЕРВОЕ: ЧТО Я ЗНАЮ О МИРЕ ПРОФЕССИЙ?**

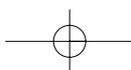
**Цель занятия:** дать представление о многообразии мира профессий и его классификации; определить степень информированности учащихся о мире профессий.

У библиотекарей есть такая заповедь: поставить книгу не на своё место — это значит её потерять. В библиотеке многие тысячи томов. Но любой из них можно найти за считанные минуты, если всё в порядке с классификацией и описанием книжного фонда.

Классификация — это осмысленный порядок вещей, явлений, разделение их на разновидности по каким-то важным признакам.

С классификацией вы сталкиваетесь начиная с 1-го класса: разновидности частей речи, геометрических фигур, животных, растений.

Во многих тысячах профессий нельзя разобраться без классификации. Можно, конечно, распределить профессии по такому признаку, как первая буква алфавита. Это тоже одна из возможных классификаций. Однако пользоваться ею не совсем удобно. Чтобы выбрать профессию по алфавиту, надо прежде каким-то образом узнать её название. Но ведь в том-то и дело, что выбирающему оно неизвестно. Например, кто-то любит рисовать и хотел бы этим заниматься. Откуда же ему знать, что в производстве тка-



ней есть профессия копировщик рисунков, а в полиграфии колорист, ретушёр.

Можно распределить профессии по отраслям промышленности. Вот, например, швейная промышленность. Каких только профессий там нет: и модельеры, и наладчики оборудования, и слесари, и художники, и швей-мотористки разных специальностей, и экономисты, и бухгалтеры.

Как можно «примерить» к своим интересам и склонностям отрасль промышленности? «Примерить» можно только профессию. Вот почему важно знать классификацию профессий, построенную на основании существенных признаков (по книге А. Климова «Как выбирать профессию»).

Каждый вид труда человека включает в себя: предмет труда, цель труда, орудия труда и условия деятельности, и именно они обуславливают эти требования. В соответствии с этими признаками и строится классификация профессий, удобная для профессионального самоопределения. В профориентации широко используется классификация профессора Е.А. Климова.

### **Что может быть предметом труда?**

Типы профессии. По первому признаку — предмету труда — все существующие профессии и специальности можно разделить на пять типов: «человек-техника», «человек-человек», «человек-природа», «человек-знак» и «человек-искусство».

Для того чтобы освоить определённую профессию и затем успешно трудиться, человек должен обладать конкретными качествами, отвечающими тем требованиям, которые предъявляет эта профессия к человеку. Поэтому очень важно, выбирая профессию, знать эти требования.

### **Профессии типа «человек-техника». Мышление**

Особенность технических объектов в том, что они, как правило, могут быть точно измерены по многим признакам. При их обработке, преобразовании, перемещении или оценке от работника требуется точность, определённость действий.

Техника, как предмет труда, представляет широкие возможности для новаторства, выдумки, творчества. Поэтому большое значение приобретает такое качество, как практическое мышление. Техническая фантазия, способность мысленно соединять и разъеди-



нять, технические объекты и их части — важные условия успеха в данной области.

*Какие требования к мышлению предъявляют профессии этой группы?*

### **Профессии типа «человек-знак». Внимание**

Мы встречаемся со знаками чаще, чем обычно представляем себе. Это цифры, коды, условные знаки, естественные или искусственные языки, чертежи, таблицы, формулы. В любом случае человек воспринимает знак как символ реального объекта или явления. Поэтому специалисту, который работает со знаками, важно уметь, с одной стороны, абстрагироваться от реальных физических, химических, механических свойств предметов, а с другой — представлять и воспринимать характеристики реальных явлений или объектов, стоящих за знаками. Чтобы успешно работать по какой-нибудь профессии данного типа, необходимо уметь мысленно погружаться в мир, казалось бы, сухих обозначений и сосредоточиваться на сведениях, которые они несут в себе. Особые требования профессии этого типа предъявляют к вниманию.

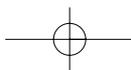
*Какие виды внимания вы знаете? Какие существуют упражнения для развития внимания? Кто из вас выполняет эти упражнения? Есть ли успехи?*

### **Профессии типа «человек-природа»**

Представителей этих профессий объединяет одно очень важное качество — любовь к природе. Но любовь не созерцательная, которой обладают практически все люди, считая природу наиболее благоприятной средой для отдыха, а деятельная, связанная с познанием её законов и применением их.

Одно дело — любить животных и растения, играть с ними и радоваться им. И совсем другое — регулярно, день за днём ухаживать за ними, наблюдать, лечить, выгуливать, не считаясь с личным временем и планами. Специалист должен не просто всё знать о живых организмах, но и прогнозировать возможные изменения в них и принимать меры. От человека требуется инициатива и самостоятельность в решении конкретных задач, заботливость, терпение и дальновидность.

*Какой тип мышления предпочтителен для этих профессий? Какие профессионально важные качества необходимы?*



Вы, наверное, замечали, что животные тонко чувствуют состояние человека: боится он или сам представляет угрозу; нервничает или уверен в себе. К одним людям животные относятся с доверием, а других ненавидят или боятся. Исследования показывают, что также реагируют на людей растения, только эти проявления не столь очевидны.

Человек, работающий в сфере «человек-природа», должен быть спокойным и уравновешенным. Иначе он передаст своё состояние «клиентам». Впрочем, работа, связанная с природой, сама служит средством нормализации состояния человека. Она успокаивает, вносит в душу гармонию, служит источником вдохновения для людей творческих.

*Может ли природа как объект труда влиять на темперамент человека?*

#### **Профессии типа «человек-искусство»**

Важнейшие требования, которые предъявляют профессии, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актёрско-сценической деятельностью человека, наличие способности к искусствам, творческое воображение, образное мышление. И конечно, талант и трудолюбие. Ваши друзья и близкие могут быть в восторге от ваших литературных, музыкальных или сценических талантов, но объективную оценку может дать только профессионал. Только профессиональный художник может оценить, есть ли у вас талант живописца или графика. Настоящий музыкант или композитор определит, стоит ли вам петь либо писать музыку или лучше направить свои усилия в другое русло. Ужас редакторов газет и журналов — графоман, человек, испытывающий маниакальную страсть к писательству при полном отсутствии таланта.

Но и в искусстве бывают исключения. Не всегда современники способны оценить живущего рядом гениального художника, поэта или композитора, потому что таланту свойственно обгонять своё время. Поэтому очень часто слава и признание приходят к творцам только после их смерти. Моцарт, как известно, умер в нищете и был похоронен в общей могиле. Ван Гог, который нигде не учился живописи, начал писать картины на закате своей недолгой жизни. Занятия живописью не спасли его от бедности. Сейчас его картины «уходят» на аукционах за миллионы долларов.

Почему среди поэтов, музыкантов и художников так много меланхоликов? «Составляющие» этого темперамента — склонность

к одиночеству (кстати, как она называется?) и чувствительность нервной системы. Холерик с его высокой потребностью в общении поспешит поделиться своими переживаниями с друзьями. У меланхолика, если у него есть талант, эти чувства найдут выражение в произведениях искусства.

### **Профессии типа «человек-человек»**

Даже выбирая профессию, не связанную непосредственно с общением, вы поступите правильно, если обратите внимание на общительность и контактность. В психологии есть понятие: продуктивное общение. Если вы звоните и просите к телефону Ивана Ивановича, а в ответ слышите «Нет такого» и потом короткие гудки, то такое общение продуктивным не назовёшь, потому что вам придётся звонить ещё раз. В зависимости от темперамента — раздражённо, обиженно или стесняясь своей бестолковости — вы будете выяснять, что значит этот загадочный ответ: то ли вы ошиблись номером, то ли у Ивана Ивановича обед, то ли он в отпуске... Впрочем, может, это вы успели отбить у собеседника на другом конце провода охоту к общению, когда робко сопели в трубку, забыв, что хотели сказать. Поэтому поставим вопрос: куда вы обращены — к людям или к себе? С кем бы вы предпочли общаться — с собой или с другими? (По книге Е.С. Жарикова и Е.Л. Крушельницкого «Для тебя и о тебе»).

Главное содержание труда в профессиях типа «человек-человек» сводится к взаимодействию между людьми. Если не ладится это взаимодействие, значит, не ладится и работа.

***Какие качества, по вашему мнению, необходимы для работы с людьми?***

Устойчивое, хорошее настроение в процессе работы с людьми; потребность в общении; способность мысленно ставить себя на место другого человека; быстро понимать намерения, помыслы, настроение людей; умение разбираться в человеческих взаимоотношениях; хорошая память (держат в уме имена и особенности многих людей); умение находить общий язык с различными людьми; терпение.

*Задание № 1*

### **Игра «Аукцион»**

Запишите как можно больше профессий, относящихся к различным типам (см. Материалы к заданию № 1).

*Профессии какой группы было вспомнить легче всего? Как вы думаете, почему?*

*Задание № 2*

**Методика «Формула профессии»** (Пряжников Н.С.)

Подчеркните наиболее привлекательные цели, предмет, средства, условия труда (15–20 минут).

**1. Цели труда:**

- 1.1. Оценивать, проверять.
- 1.2. Исследовать что-либо, делать открытия.
- 1.3. Перевозить что-либо.
- 1.4. Изготавливать какие-то предметы.
- 1.5. Учить, воспитывать, консультировать.
- 1.6. Творить, создавать новое.
- 1.7. Руководить людьми.
- 1.8. Обслуживать кого-либо или что-либо.
- 1.9. Постоянно работать над собой, «быть в форме».

**2. Предмет труда:**

- 2.1. Технические объекты.
- 2.2. Тексты, графики, числа.
- 2.3. Экономика и политика.
- 2.4. Искусство.
- 2.5. Наука.
- 2.6. Растения и микроорганизмы.
- 2.7. Животный мир.
- 2.8. Люди.
- 2.9. Детали и материалы.

**3. Средства труда:**

- 3.1. Ручные.
- 3.2. Механические.
- 3.3. Автоматические.
- 3.4. Компьютеры.
- 3.б. Интеллект.
- 3.6. Выразительные движения, мимика,
- 3.7. Творческое мышление.
- 3.8. Возможности организма и органов чувств.
- 3.9. Голос, интонация.

**4. Условия и организация труда:**

- 4.1. Бытовой микроклимат.



- 4.2. Помещения с большим числом людей.
- 4.3. Разъезды.
- 4.4. Самостоятельность.
- 4.5. Открытый воздух.
- 4.6. Экстремальные условия.
- 4.7. Особые условия.
- 4.8. Изысканные отношения.
- 4.9. Работа на дому.

*Задание № 3 (домашнее)*

Если вы уже выбрали профессию, подумайте, соответствует ли она наиболее привлекательным для вас характеристикам (см. задание № 2). Если нет — попробуйте сами смоделировать её по этим признакам.

*Материалы к заданию № 1*

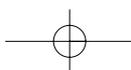
**Игра «Аукцион»**

Группа делится на 3 команды. От участников требуется называть профессии, относящиеся к определённому типу. Названные профессии записываются на доске (желательно, чтобы каждая команда записывала «свою» профессию «своим» цветом). Выигрывает команда, игроки которой назвали большее число профессий.

Ход игры представляет собой живой диалог ведущего с игроками в условиях дефицита времени на обдумывание. Игра позволяет легко и непринуждённо обнаружить степень общей информированности о мире профессий, выявить направленность профессиональных интересов учащихся.

Во время игры многие школьники часто впервые ощущают, насколько мало они осведомлены о мире профессий. Главная задача ведущего помочь «пожить» какое-то время этим информационным голодом. При этом удлинение и уменьшение интервалов между хлопками, весёлые реплики, подсказки ведущего должны способствовать поддержанию высокого темпа игры.

Обычно игра занимает от 5 до 15 минут и успешно используется не только на уроке, но и на вечерах, в различных конкурсах. Наличие таких атрибутов, как деревянный молоток, гонг, символические призы, придаёт игре особую привлекательность. Самые активные участники «Аукциона», назвавшие наибольшее число профес-



сий и обнаружившие знание новых профессий, поощряются специальными призами.

### **ЗАНЯТИЕ ВТОРОЕ: ОШИБКИ В ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ**

**Цель занятия:** осознание привлекательных и непривлекательных сторон любой профессии, возможности ошибок и их последствий; знакомство с правилами грамотного выбора профессии.

*Задание № 1*

#### **Игра «Оптимисты и скептики»**

Каждая профессия имеет свои плюсы и минусы. Проанализируйте некоторые профессии (например, военного, учителя, предпринимателя), записав в колонку «Оптимисты» положительные моменты, а в колонку «Скептики» — отрицательные, уточнив предварительно значение этих слов.

Изменилось ли ваше представление об этих профессиях после обсуждения? Почему?

Уточним значение слова «ошибка». Если ты криво отрезаешь кусок хлеба, то никто серьёзной ошибкой это не сочтёт. Но если криво вырезают подошвы для обуви, то это уже создаёт заметные неудобства и может считаться ошибкой. Если изготавливаются детали часового механизма или компьютера, то отклонение размеров в доли миллиметра будет грубой ошибкой.

Вам, наверное, известно, что существуют принятые в обществе допустимые пределы отклонений от требований к действиям людей и результатам этих действий. В технике эти пределы называют допусками. Но, по существу, допуски есть везде, где живёт и действует человек

А что значит «допустимое — недопустимое» в деле выбора профессии? Самое главное выбрать профессию так, чтобы работа твоя в будущем была успешной и приносила тебе удовлетворение.

Можно выделить два вида причин, приводящих к неправильному выбору профессии. Это, во-первых, неправильное отношение к различным обстоятельствам выбора (к области деятельности, к советам и поведению окружающих), включая и недостаточную самостоятельность в принятии решений; во-вторых, недостатки знаний, опыта, информированности о существенных обстоятельствах этого выбора.



***Как выдумаете, какие это ошибки? Встречались ли вам взрослые, которые, на ваш взгляд, ошиблись в выборе профессии? Как они живут и что чувствуют?***

Желательно вызвать ребят на дискуссию, в ходе которой с вашей помощью можно сформулировать причины ошибок:

- предубеждения;
- «за компанию»;
- идеализация;
- увлечение «антуражем»;
- заблуждения:
  - а) на свой счёт;
  - б) на счёт профессии.

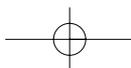
В отношении ряда профессий существуют предубеждения, которые заключаются в том, что некоторые виды деятельности воспринимаются как «непрестижные». Список этих профессий может меняться в течение одного или нескольких поколений. Так, профессия учителя, считавшаяся в нашей стране примерно полвека престижной, в начале 90-х годов перешла в разряд «непрестижных». Сейчас её репутация восстанавливается.

***Как вы думаете, почему это произошло? Какие профессии вы считаете «престижными» и почему? Как вы вообще понимаете слова «престиж», «престижность»?***

Довольно часто выпускники выбирают профессию «за компанию». Плохо это или хорошо? Хорошо в том случае, когда у друзей совпадают интересы, склонности и способности к одной и той же профессиональной деятельности. Плохо, если один из них руководствуется только этим принципом. В этом случае его, как правило, постигает жестокое разочарование, и после долгих, иногда мучительных поисков он вынужден менять первоначальный выбор. Это в лучшем случае. В худшем — он будет всю оставшуюся жизнь заниматься нелюбимым делом.

***Какие последствия это будет иметь для его карьеры?***

Нередко интерес к профессии формируется под влиянием книг, кинофильмов, знакомства с интересным человеком, которому хочется подражать. После того, как на экранах страны прошёл фильм «Светлый путь», тысячи девчонок, очарованных героиней Любови Орловой, ринулись на ткацкое производство. Каково же было их разочарование, когда оказалось, что станки в цехах грохочут так, что приходится кричать на ухо, и уж никак там не до песен.



Нередко авторы фильмов и книг сознательно идеализировали профессию, выполняя полученный от партии «социальный заказ».

Когда несколько лет назад впервые демонстрировались сериалы «Доктор Куин» и «Скорая помощь», резко повысился конкурс в медицинские вузы. Сейчас, когда прошли сериалы «Улицы разбитых фонарей» и «Каменская», увеличилось число подростков, мечтающих работать в правоохранительных органах.

Какие профессии пользуются популярностью в современных фильмах? Как вы к этим профессиям относитесь?

Мы с вами обсудили проблему ошибок в выборе профессий. А теперь ответьте на эти вопросы своими словами, выполнив следующее задание.

*Задание № 2*

В течение 10 минут ответьте на следующие вопросы:

— Какие профессии в последнее время пользуются особой популярностью?

— Почему эти профессии считаются престижными?

— Как скажется переизбыток этих специалистов на рынке труда?

— Встречались ли вам взрослые, которые, на ваш взгляд, ошиблись в выборе профессии? Как они живут и что чувствуют?

И последнее. Всех этих ошибок можно избежать, если реально представляешь свои возможности, знаешь особенности своей нервной системы, памяти, внимания, мышления, уровень подготовленности, интересы и склонности. Правда, разобраться в себе дело не простое. Отчасти в этом могут помочь хорошие книги, советы мудрых, авторитетных людей, к которым, впрочем, надо относиться критично, и наши занятия.

*Задание № 3*

**Перечислите возможные ошибки в выборе профессии**

*Материалы к заданию № 1*

**Игра «Оптимисты и скептики»**

В начале игры школьники объединяются в две численно равные команды — «Оптимистов» и «Скептиков». Предварительно уточняется значение этих слов. Участникам команд предлагается назвать максимальное количество позитивных и негативных характеристик какой-нибудь профессии.



Для подготовки школьникам даётся не более 10 минут. За это время они могут посоветоваться друг с другом, навести необходимые справки в заранее подобранной литературе. При ответе необходимо осветить следующие вопросы (составить профиограмму): «Какое значение имеет данная профессия для общества? Какой труд — автоматизированный, механизированный или ручной в ней используется? Назовите объект труда, конечный результат работы, примерную зарплату. Охарактеризуйте условия работы. Предполагает ли эта профессия интенсивное общение с людьми? Имеет ли она медицинские противопоказания? Какими качествами должен обладать человек, выбравший эту профессию? Где её можно получить?»

Для записи вопросов можно использовать стенд или доску. Выступают команды поочерёдно и за каждую обоснованную характеристику получают 1 балл. Выигрывает команда, набравшая наибольшее их количество. Ведущий может корректировать и дополнять ответы выступающих.

Нередко при разборе профессии одна и та же характеристика рассматривается и как положительная и как отрицательная (например, частые командировки привлекательны для одних и неудобны для других).

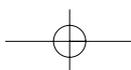
В этом случае побеждает команда, аргументы которой ведущий признаёт более весомыми. Для того, чтобы представление о профессии было более полным, ведущий может задать наводящие вопросы или назвать недостающие характеристики.

В заключение можно обратиться к ребятам с вопросами: «Кто из вас хотел бы выбрать эту профессию? Кому из вас она больше подходит и почему? Что вас особенно привлекает в ней?»

Насколько корректно и продуктивно проходило обсуждение? Как сами ребята оценивают успешность своей работы?

С помощью этой игры школьники учатся объективно анализировать различные профессии, учитывать их требования к человеку, задумываются над соответствием, требуемым качествам.

Обдумывая выбор профессии, полезно составить профиограмму своей предполагаемой деятельности. Эта работа позволит глубже узнать содержание будущей профессии, оценить свою профпригодность. Составление профиограммы поможет определить и те профессионально важные качества, которые необходимо формировать или развивать у себя. Составляя профиограмму,



можно использовать статьи из энциклопедии «Мир профессий», справочники. Сведения практического характера можно почерпнуть из бесед со специалистами, профконсультантом.

### **ЗАНЯТИЕ ТРЕТЬЕ: СПОСОБНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРИГОДНОСТЬ**

**Цель занятия:** ознакомление с понятиями «способность» и «профессиональная пригодность»; обобщение полученных знаний о профессиях; соотнесение этих знаний со своими возможностями.

Как заметил один шутник, бывают люди ни на что не способные, а бывают способные на все. На самом деле понятно, что каждый человек на что-то способен. Может быть, не так уж много дел, в которых он мог бы проявить себя наилучшим образом, но они всегда есть. Чтобы их найти, надо разобраться со своими способностями выявить их и измерить.

Надо ли этим заниматься? Всегда найдутся люди, уверенные в том, что способности, если они есть, рано или поздно проявятся. Способности, конечно, проявятся, но порой человеку не хватает на это его жизни. Самая большая ошибка при выборе профессии не знать, на что ты способен.

Если требования, предъявляемые профессией к человеку, совпадают с его личными качествами и возможностями, то говорят о профессиональной пригодности. Профпригодность — это гармония человека и его дела.

Пригодность к профессии характеризуют успешность овладения профессией и удовлетворённость человека своим трудом. Наличие способностей объясняется лёгкость и быстрота приобретения этих знаний и умений.

***Если человек быстро усваивает новые движения и позы, можно ли это считать способностью?***

Да, потому что: во-первых, это его психологическая способность (двигательная память); во-вторых, она содействует его успеху в занятиях, например, танцами; в-третьих, эта особенность не сводится к знаниям и умениям.

В основе одинаковых достижений могут лежать разные способности, ведь мы не знаем, сколько труда потратил тот или иной человек.

Мы говорим, что ученик обладает хорошими математическими способностями, если он быстрее, чем другие, усваивает доказа-



тельства теоремы, находит новое решение задачи. Литературные способности проявляются в том, что человек оригинально излагает свои мысли.

### ***Секреты успеха профессиональной деятельности***

Н.А. Добролюбов сказал: «Нет неспособных людей, а есть только неуместные». Слово «неуместные» надо понимать здесь в буквальном смысле не на своём месте. Значит, и в XIX веке лучшие умы задумывались о соответствии человека и его профессии.

Нетрудно заметить, что с точки зрения успешности освоения конкретной профессиональной деятельности важными являются не только сложные специальные, но и другие виды способностей. Например, глазомер необходим кройщику, а высокая обонятельная чувствительность парфюмеру и т. д. Хорошо развитая речевая способность необходима преподавателю, а развитая способность к общению — воспитателю.

В основе развития способностей лежат природные (биологические) предпосылки — задатки. Это некоторые врождённые особенности анализаторов и свойства нервной системы. Задатки не содержат в себе способностей и не служат гарантией их развития. Они являются одним из условий формирования способностей.

Задатки многозначны. На основе одних и тех же задатков могут развиваться различные способности в зависимости от характера требований, предъявляемых профессией к человеку. Так, например, хорошее цветоразличение способствует развитию способностей художника и контролёра ОТК полиграфического производства или текстильной фабрики. Развитый музыкальный слух обеспечивает успешность в профессиональной деятельности музыканта-исполнителя, настройщика музыкальных инструментов, является профессионально важным качеством музыкального критика.

Среди прочих других качеств внимания для машинистки наиболее важны его переключение и устойчивость, для газосварщика — устойчивость, а для контролёра ОТК это, как правило, концентрация внимания. Если говорить о мышлении, то для математика важно абстрактно-логическое невербальное (несловесное) мышление и аналитический склад ума, для писателя хорошее развитие вербального мышления и художественный склад ума.

Таким образом, способности в различных их видах, проявлениях и качествах являются одним из важнейших условий освоения



и реализации профессиональной деятельности. Однако они не являются единственным таким условием. Вторым условием успешности профессиональной деятельности выступают собственно личностные особенности человека: направленность личности, особенности эмоционально-волевой сферы, темперамента и особенности, сформированные той культурной и социальной средой, в которой росла и развивалась личность.

Представим себе учителя старших классов, обладающего ярко выраженной интровертированностью, малой эмоциональностью, пессимистичностью, его профессиональная успешность представляется нам весьма проблематичной. Если высокий профессионализм и будет им достигнут, то ценой огромной работы над собой и, что очень вероятно, за счёт ухудшения состояния здоровья. Непростым будет и профессиональное становление врача, отличающегося повышенной тревожностью и эмоциональной подвижностью, а также экстравертированного импульсивного водителя, обладающего выраженной потребностью в двигательной активности.

Важное место среди личностных особенностей занимает направленность личности, то есть её потребности, интересы и склонности. Они образуют **мотивационный компонент профессиональной пригодности**, ту движущую силу, которая побуждает человека реализовывать в конкретной профессиональной деятельности свои способности и личностные особенности. Каждому человеку свойственны определённые способности. По тому, насколько они соответствуют требованиям, предъявляемым конкретной профессией к человеку, обычно и судят о его **профессиональной пригодности**.

**О профессиональной непригодности** человека к определённому труду можно говорить, если у него имеются отклонения в состоянии здоровья, которые будут усугубляться в процессе этой деятельности или мешать ей.

Противопоказания могут быть не только медицинскими. Существует широкий спектр специальностей и профессий, для которых важно иметь специальные способности, причём отсутствие их нельзя компенсировать.

***Какие это профессии и какие способности?***

Высший уровень профессиональной пригодности подразумевает наличие у человека ярко выраженных качеств. Тогда говорят о **призвании**.

**Стратегическое и организационное планирование**

В том случае если у человека нет необходимых для избираемой профессии способностей, он может пойти по одному из двух путей: либо отказаться от своего выбора и переключиться на что-либо другое, либо вспомнить о замечательном свойстве человеческой психики — компенсации.

Компенсация способностей — это возмещение недостающих или плохо развитых качеств за счёт других.

***Как вы думаете, каким образом?***

Профессиональная пригодность — формируемое качество. Вы знаете, что физически слабый, малорослый А.В. Суворов смог стать выдающимся полководцем, а страдающий дефектом речи Цицерон — знаменитым оратором.

Компенсация — явление необходимое для человека, который хочет добиться высокого профессионализма. Активная учебная деятельность позволяет каждому развить ясность, логичность, самостоятельность мышления.

Важно развивать и волевые качества: решительность, настойчивость, дисциплинированность, уверенность в себе и самообладание.

***На какие пять групп делятся профессии по предметам труда? Какие профессии затрагивают два или более предметов труда? Какие не вписываются в эту схему?***

***Задание № 1***

Успешность выбора профессии зависит от вашей способности оценивать себя в конкретных видах деятельности: ***управление, обслуживание, образование, оздоровление, творчество, производство, конструирование, исследование, защита, контроль.***

Как вы понимаете значение этих слов? Запишите свои ответы и оцените свои способности к этим видам деятельности по пятибалльной шкале, обведя одну из пяти цифр.

На выполнение задания даётся 10 минут, затем вслух зачитываются точные формулировки:

***Управление*** — это руководство чьей-то деятельностью.

***Обслуживание*** — это работа по удовлетворению чьих-то потребностей.

***Образование*** — это процесс формирования личности.

***Оздоровление*** — это избавление от болезней и их предупреждение.

***Творчество*** — это создание оригинальных произведений.

***Производство*** — это изготовление какой-либо продукции.

*Конструирование* — это проектирование деталей и объектов для последующего их производства.

*Исследование* — это научное изучение чего-либо (кого-либо).

*Защита* — это охрана от враждебных действий.

*Контроль* — это проверка, наблюдение с целью проверки.

Насколько похожи ваши формулировки на приведённые?

Вы попробовали спрогнозировать свою успешность в этих видах деятельности. Насколько точны ваши прогнозы, покажет время, потому что профессиональная пригодность выявляется только в практической деятельности. Наша задача — сузить этот поиск, сделать его целенаправленным и осознанным.

«Кто» и «что» — это сфера вашей деятельности, то есть то, с чем или с кем вы предпочитаете работать. В нашей методике этот список в два раза больше, чем в уже известной вам типологии Е.А. Климова: человек, информация, финансы, техника, искусство, животные, растения, продукты, изделия, природные ресурсы. Подумайте, в какой сфере вы хотели бы работать?

#### Задание № 2

#### Матрица выбора профессии<sup>1</sup>

В таблице по горизонтали расположены названия десяти сфер деятельности, а по вертикали названия десяти видов деятельности.

Заполните «Матрицу выбора профессии», вписав в пустые клетки на пересечении горизонтальных и вертикальных столбцов соответствующие профессии.

В случае затруднения используйте «Список новых профессий».

Поскольку заполнение всей таблицы потребует значительного времени и усилий, целесообразно выполнять это задание в микрогруппах по 3–4 человека, распределив между группами все десять видов или объектов деятельности. На работу в группе отводится 10–15 минут, после чего представитель каждой группы зачитывает список найденных профессий, а остальные учащиеся могут занести эти профессии в свои матрицы, если у них нет возражений. По окончании работы можно зачитать авторский вариант заполнения матрицы и сравнить с тем, что получилось у ребят.

<sup>1</sup> «Матрица выбора профессии» — экспериментальная методика, разработанная специалистами Московского областного центра профессиональной ориентации молодёжи и психологической поддержки населения. В этом материале приведены некоторые примеры перспективных профессий. Смысл методики — активизация познавательной деятельности школьников, осмысление ими некоторых характеристик профессии и соотнесение их со своими возможностями.

**Стратегическое и организационное планирование**
**Матрица выбора профессии**

Вид деятельности	Сфера деятельности									
	Человек	Информация	Финансы	Техника	Искусство	Животные	Растения	Продукты	Изделия	Природные ресурсы
Управление	Менеджер по персоналу	Редактор СМИ	Банкир	Авиадиспетчер	Импres-сарио	Кинолог	Агроном	Менеджер по товару	Менеджер по товару	Энергетик
Обслуживание	Официант	Телефонист	Бухгалтер	Механик	Гример	Конюх	Овощевод	Упаковщик	Продавец	Мелиоратор
Образование	Педагог	Методист	Бизнес-консультант	Инструктор по вождению	Хореограф	Дрессировщик	Преподаватель биологии	Мастер производственного обучения	Мастер производственного обучения	Преподаватель геологии
Оздоровление	Врач	Рентгенолог	Антикризисный управляющий	Мастер автосервиса	Реставратор	Ветеринар	Фитотерапевт	Диетолог	Часовщик	Бальнеолог
Творчество	Режиссёр	Программист	Биржевой аналитик	Конструктор	Художник	Дрессировщик - артист цирка	Фитодизайнер	Кулинар	Гончар	Скульптор
Производство	Менеджер по производству	Журналист	Экономист	Станочник	Ювелир	Животновод	Растениевод	Повар	Швея	Шахтёр, нефтяник
Конструирование	Стилист	Картограф	Плановик	Инженер-конструктор	Архитектор	Генный инженер	Селекционер	Кондитер	Модельер	Дизайнер ландшафта



К. Хачатурян

Вид деятельности	Сфера деятельности									
	Человек	Информация	Финансы	Техника	Искусство	Животные	Растения	Продукты	Изделия	Природные ресурсы
Исследование	Психолог	Статистик	Аудитор	Лётчик-испытатель	Искусствовед	Зоопсихолог (зоолог)	Ботаник	Лаборант	Лаборант	Геолог, геодезист
Защита	Милиционер	Патенто-вед	Инкассатор	Инженер по безопасности	Каскадер	Егерь	Лесник	Санитарный врач	Охранник	Эколог
Контроль	Таможенник	Корректор	Ревизор	Техник-контролёр	Художественный редактор	Эксперт по экстерьеру	Садовник	Дегустатор	Контролёр ОТК	Радиолог

Задание № 3 (домашнее)

*Если вы уже выбрали профессию, найдите её в таблице. Какая это профессия?*

*Если ещё не выбрали, попробуйте смоделировать её по двум параметрам: сфера деятельности и вид деятельности, учитывая свои склонности и способности.*

#### **ЗАНЯТИЕ ЧЕТВЁРТОЕ: ЛИЧНЫЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПЛАН**

**Цель занятия:** обобщение и систематизация приобретённых знаний; обучение правилам составления личного профессионального плана.

На предыдущих занятиях вы знакомились с особенностями своей нервной системы, мышления, памяти, внимания; учились ориентироваться в мире профессий и соотносить требования профессии со своими личностными особенностями. Вы накопили опыт, который поможет вам правильно выбрать профессию. Попробуйте теперь составить представление о своей профессиональной деятельности на ближайшее и отдалённое будущее, так называемый личный профессиональный план.



Профессиональный план — не вещь, а представление, поэтому его построение зависит от склада ума, характера и опыта человека. Планы могут быть смутными, отрывочными или полными, ясными; устойчивыми или изменчивыми, реалистическими или фантастическими. Отдельные части планов могут быть согласованными или несогласованными. Ошибки, пока они ещё только в планах, исправимы. Важно их вовремя заметить.

Постарайтесь при составлении личного профессионального плана проявить максимум самостоятельности. Правда, одной самостоятельности мало, нужен строительный материал. Это — те знания о себе и о мире профессий, которые вы получили на наших занятиях. Осознанным выбор может стать только тогда, когда учитываются все обстоятельства дела.

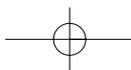
Подлинно свободный выбор — это выбор с учётом реальных возможностей и ограничений. Свободен тот, кто предвидит возможность среди ограничений. Ещё более свободен тот, кто ищет и находит пути преодоления ограничений, скрытые возможности решения поставленных задач.

Человек в отличие от компьютера решает стоящие перед ним задачи не строго по порядку, перебирая возможные варианты, а иначе. Выполнив, скажем, первое действие, человек не обязательно берётся за второе, он сначала мысленно прикидывает, предвосхищает возможный результат. Поэтому к излагаемому порядку действий при проектировании будущего профессионального пути надо относиться именно как к примерному.

В жизни человека представления о близком и далёком будущем играют такую же важную роль, какую проложенный штурманом на карте курс играет в движении морского судна или самолёта. Будет ли судно наткнуться на неожиданные мели, забредать в непредусмотренные гавани или нет, зависит от чёткости, ясности, подробности и обоснованности этого плана.

Планируя свою профессиональную карьеру, необходимо выделить следующие моменты:

- 1) главная цель (кем хочу стать, чего достичь, каким хочу быть);
- 2) цепочка ближних и дальних конкретных целей;
- 3) пути и средства достижения ближних целей;
- 4) внешние условия достижения целей;
- 5) внутренние условия достижения целей;
- 6) запасные варианты и пути их достижения.



*Задание № 1*

Представьте, что вы — режиссёр. Какой фильм о своей будущей жизни вы бы сняли? В каком жанре (боевик, комедия, мелодрама)? Каких актёров пригласили бы на главные роли? Напишите сценарий этого фильма (20–30 минут). Прочитайте вслух, если хотите.

*Задание № 2*

**Ответьте на вопросы анкеты.**

**Анкета**

1. Выбрал (а) ли ты профессию; если да, то какую?
2. Что ты знаешь о своей будущей профессии?
  - а) предмет, содержание и условия труда;
  - б) профессионально важные качества;
  - в) где можно получить эту профессию;
  - г) востребованность этой профессии на рынке труда.
3. Если не выбрал (а), то почему?
  - а) плохо знаю мир профессий;
  - б) плохо знаю свои возможности;
  - в) не могу выбрать из нескольких вариантов;
  - г) не знаю, как выбирать профессию.
4. Что повлияло на твой выбор?
  - а) самостоятельно принял (а) решение;
  - б) посоветовали родители;
  - в) посоветовали друзья;
  - г) влияние оказали занятия с профконсультантом.

Напишите:

- Какие изменения в вас произошли за это время?
- Как повлияли наши занятия на ваш выбор?
- Что нового удалось узнать о себе и о мире профессий?
- Что вы хотите пожелать себе, своим друзьям, родителям?

**ЗАНЯТИЕ ПЯТОЕ: НАВЫКИ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ**

**Цель занятия:** ознакомить учащихся с основами самопрезентации.

**Самопрезентация** — это умение человека подать себя с лучшей стороны, произвести благоприятное впечатление на окружающих и сохранять его.

Самопрезентация происходит независимо от наших желаний. В любом случае мы производим какое-то впечатление на окружаю-



ших, хотим мы этого или нет. Но этими впечатлениями можно управлять сознательно.

Важность самопрезентации понимали ещё наши предки. Вспомните пословицы и поговорки на эту тему («Встречают по одежке провожают по уму», «По одежке протягивай ножки», «По Сеньке шапка», «Не в свои сани не садись» и т. д.).

Как вы понимаете эти пословицы?

Впервые человек сознательно заявляет о себе, требуя внимания к своей персоне, в трёхлетнем возрасте. «Я-сам!» — это категоричное высказывание является девизом кризиса трёх лет, когда ребёнок стремится к самоутверждению.

Но успешно самопрезентация реализуется далеко не у всех.

Человеку с негативным самовосприятием труднее преподнести себя в выгодном свете.

***Зависит ли успешность самопрезентации человека от его типа нервной системы и темперамента?***

Сангвинику легче собраться с мыслями при устройстве на работу, продумать предстоящую беседу с работодателем.

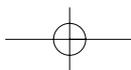
Холерики очень импульсивны, деятельны, активны, возбудимы, эмоциональны. Им труднее сдерживать свои эмоции и чувства.

Флегматикам нужно активизировать свою мыслительную деятельность, мобилизовать внутренние ресурсы своего организма. Иначе они могут произвести впечатление людей безынициативных, вялых.

Для меланхолика, который незначительный пустяк может воспринять как жизненную драму, устройство на работу — экстремальная ситуация.

Особенности темперамента и нервной системы необходимо учитывать, но не стоит абсолютизировать. Уверенный и раскованный сангвиник может произвести на работодателя отвратительное впечатление, если он бестактен и невоспитан, а меланхолик будет принят на работу, несмотря на робость и неуверенность, если произведёт впечатление серьёзного, интеллигентного человека и профессионала. Влияние воспитания и уровня образования, подкреплённое специальными навыками, способно «перевесить» всё остальное.

**Резюме** — информация о ваших профессиональных и личностных качествах, которые могут заинтересовать потенциального работодателя.



### **Как правильно составить резюме:**

- текст должен быть чётким, предпочтительно отпечатанным на машинке;
- текст необходимо уместить на одной, в крайнем случае двух страницах;
- будьте как можно точнее в формулировках, помните, что нечёткое описание себя и своих профессиональных возможностей создаст о вас столь же неопределённое впечатление;
- опишите, какой опыт вы имеете, даже если это опыт работы на общественных началах или во время практики в период обучения;
- опыт работы лучше излагать в порядке, обратном хронологическому;
- не стоит указывать ничего негативного о себе, но вы должны быть готовы в позитивном тоне обсуждать эти вопросы в ходе собеседования;
- проверьте, нет ли в тексте орфографических ошибок;
- дайте прочитать текст кому-нибудь ещё.

### *Задание № 1*

#### **Упражнение «Резюме»**

В течение 10–15 минут составьте своё резюме. Не забудьте указать следующую информацию:

1. Фамилия, имя, отчество.
2. Дата и место рождения (указать число, месяц, год рождения).
3. Образование (последнее место учёбы: название учебного заведения, время обучения с... по... специальность и квалификация, номер диплома; курсы повышения квалификации).
4. Дополнительные навыки:
  - дополнительное образование (курсы 2–3-месячные);
  - знание языков (родной, иностранный);
  - компьютерная грамотность (какие программы знает);
  - водительские права (на какую категорию машин);
  - участие в конференциях и семинарах и т. п.
5. Опыт работы (начиная с последнего места работы: укажите срок работы, название и адрес организации, в качестве кого работал (а), временно или постоянно, сколько человек было в подчинении и т. п.).

6. Навыки и умения, которые приобретены в процессе работы. Основные черты характера, которые вы цените в себе. Награды, грамоты, степени, звания.
7. Для связи: домашний адрес и телефон.
8. Дата и подпись.

### **Как пройти интервью**

*Интервью* — это беседа с потенциальным работодателем, в ходе которой желательно произвести на него хорошее впечатление.

Далеко не всегда при приёме на работу солидные рекомендации и впечатляющие резюме гарантируют удачу. Главное — это собеседование, или интервью. Это своеобразная психологическая дуэль, в которой обе стороны останутся в выигрыше, если вам удастся найти общий язык с работодателем. От впечатления, которое вам удалось произвести в первые 30 секунд, зависит успех вашего предприятия.

Обдумайте ответы на вопросы, которые вам обязательно зададут.

#### ***Какие это вопросы?***

Будьте готовы к сюрпризам. Это может быть вполне обычный вопрос, заданный в неожиданной форме: «Какие у вас преимущества по сравнению с другими претендентами?» Не считайте, что в ваших способностях сомневаются. Просто о них недостаточно информированы. Приготовьте краткие и убедительные примеры, свидетельствующие, что у вас есть необходимые для данной вакансии качества. Ваша речь должна быть предельно корректна и стилистически нейтральна.

Чаще всего вакансия достаётся человеку, который не только компетентен, но и способен устанавливать контакты. Поэтому ваша основная задача — найти общий язык с работодателем, произвести на него благоприятное впечатление.

### **Правила поведения на собеседовании**

— Постарайтесь заранее, как можно больше узнать об организации, в которую вы нанимаетесь на работу. Если есть возможность, посетите организацию, не привлекая к себе внимания. Взгляните своими глазами, как выглядит офис, как одеты сотрудники, постарайтесь почувствовать дух этой организации. Ведь может случиться так, что она вам совсем не подходит.

— Постарайтесь побольше узнать о характере предстоящей работы. Вопросы о режиме работы, зарплате и прочем вы сможете

здать на собеседовании, но если удастся поговорить с рядовыми сотрудниками, то вы получите много полезной информации.

— Составьте список всего того, что может вам понадобится на собеседовании. При встрече надо иметь с собой документы: паспорт, документы об образовании, трудовую книжку, а также ручку и записную книжку.

— Все документы и их копии уложите в приличную папку, на которой написаны ваша фамилия и номер телефона, по которому с вами можно связаться.

— Продумайте заранее ответы на вопросы, которые наиболее часто встречаются на собеседовании.

— Хорошо выспитесь.

— Лучше всего одеться так, как принято в организации, в которую вы идёте.

— Если у вас не было возможности оценить, как одеваются сотрудники этой организации, то ваша одежда должна быть достаточно официальной.

— Очень важно прибыть на собеседование вовремя.

— Придя в организацию, осмотритесь вокруг, возможно, вы заметите то, что вам поможет при собеседовании.

— Когда вас пригласят, входите спокойно, без спешки, сохраняя уверенный и деловой вид.

— Продемонстрируйте хорошие манеры. Это означает, что вы должны вежливо приветствовать своего собеседника, по возможности назвав его по имени и отчеству, не жевать резинку и не курить во время беседы, показать, что вы внимательно слушаете всё, о чём вам говорят, отвечать спокойным ровным голосом и только по делу.

— Заканчивая собеседование, вам следует выяснить, каковы будут ваши последующие действия.

— Постарайтесь закончить вашу встречу в позитивном тоне, подтвердите свою заинтересованность в получении данной работы. Поблагодарите своего собеседника за то, что он уделил вам часть своего времени.

*Задание № 2*

### **Ролевая игра «Интервью»**

В течение 1–2 минут побудьте в роли работодателя и соискателя. В ходе беседы вы можете воспользоваться следующими рекомендациями:

### Стратегическое и организационное планирование

<i>О чём может спросить работодатель?</i>	<i>Чего не следует говорить в ответ</i>	<i>Как лучше ответить</i>
Почему вам нужна именно эта вакансия? Почему вы считаете, что справитесь с этой работой?	Рассказывать свою биографию	Сообщить о том, что вы умеете и способны сделать для фирмы на искомом месте
Как бы вы себя описали? (Охарактеризуйте себя как личность)	Распространяться о своих религиозных и политических убеждениях, планах на личную жизнь	Рассказать о себе, делая упор на качества, которые вам понадобятся на этом посту
Какой у вас опыт? Чем вы можете быть здесь полезны?	Перечислять все места, где вы работали	Подробнее рассказать о своих достижениях в интересующем фирму направлении
Как вам удалось справиться с какой-нибудь трудной ситуацией?	Сообщать незначительные подробности	«Мне удалось изменить то-то и то-то, что принесло значительную прибыль фирме»
Ваша самая большая слабость?	Торопиться с самокритикой	Упомяните недостатки, никак не влияющие на ваши профессиональные качества
Что вам известно о нашей компании?	«Я собирался навести подобные справки, но руки не дошли»	«Я знаю, чем она занимается и торгует, какое место принадлежит ей в отрасли»
У вас в резюме написано то-то и то-то...Расскажите подробнее	«К сожалению, резюме было составлено мной сто лет назад, и я уже не помню деталей»	Давайте чёткие и короткие ответы по существу. Подготовьтесь подкрепить фактами каждое утверждение
Вы готовы пойти на курсы повышения квалификации?	«Нет, это не слишком меня интересует»	«Да, я мечтаю быть в курсе достижений в данной области»
Вам нравится работать в «команде»?	«Я с гораздо большим удовольствием показал бы, на что способен в одиночку»	«Очень нравится — и вот конкретный пример...» (Приведите)
Каким вы себя видите через пять лет?	«Я занимаю должность, созданную специально «под меня»	«Я собираюсь работать все эти годы в вашей фирме и надеюсь, что новые навыки помогут моему продвижению по службе»
Какой стартовый заработок вас устроит?	«Я готов согласиться на нижний предел зарплаты, положенный для этой должности»	«Мне хотелось бы больше узнать об этой работе и моих обязанностях»

***Что вы чувствовали, находясь в роли работодателя и соискателя работы? Довольны ли вы результатами собеседования? Изменилось ли ваше отношение к выбору профессии и трудоустройству?***

### Как получить хорошую работу в новой России

1. За получение хорошей работы нужно бороться. Никто вам ничего не должен.

2. Различие между «везунчиком» и неудачником определяется тем, как они ведут свои дела, а не какими-то внешними факторами, вроде кризиса на рынке труда.

3. Чем больше времени вы потратите на определение того, чем вы выгодно отличаетесь от десятка других людей, тем выше ваши шансы.

4. Если вам окончательно ясно, какая именно работа вам нужна, объясните это всем вокруг. Чем больше людей об этом знают, тем больше шанс найти именно то, что надо.

5. Солидные фирмы стремятся нанимать победителей. Преднесите себя как подарок судьбы их фирме.

6. Не жалейте времени на поиск новой работы: тратьте на это по 40 и более часов в неделю. Хорошую работу имеет тот, кто способен её упорно искать.

7. Настраивайтесь на то, что вы можете получить сотни отказов. Это нормально. При правильном настрое очередной отказ не будет выбивать вас из колеи. Возможно, ваша новая попытка станет успешной.

Если у вас ещё остались сомнения, воспользуйтесь услугами службы профессиональной ориентации вашего района или ближайшего центра адаптации подростков, где работают психологи-профконсультанты.

#### Список использованной литературы:

1. Потёмкина О.Ф. Психология личности, или Как полюбить себя и других. М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2004.
2. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. 2-е изд. М.: Генезис, 2004.
3. Романова О.С., Потёмкина О.Ф. Графические методы в психодиагностике. М., 1991.
4. Савченко М.Ю. Профорентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9–11 класс): Практическое руководство для классных руководителей и школьных психологов / Под. науч. ред. Л.А. Обуховой. М.: Вако, 2005.
5. Курорт большой Сочи. — 4-е изд. Ярославль: Вокруг света, 2005.