**Азбука профориентации**

**7 шагов к взвешенному решению**

Рекомендации психолога учащимся

1.Составьте список подходящих для вас профессий. Напишите все профессии, которые вам нравятся и интересны.

2.Составьте описание вашей будущей профессии, какой вы ее видите. Попробуйте составить список требований к выбираемой профессии по плану:

* 

выбираемая профессия и будущий род занятий;

выбираемая профессия и жизненные ценности;

выбираемая профессия и жизненные цели;

выбираемая профессия и ваши сегодняшние проблемы;

выбираемая профессия и реальное трудоустройство;

желательный уровень профессиональной подготовки;

выбираемая профессия и ваши склонности и способности;

желательные содержание, характер и условия работы.

3. Выясните, насколько все перечисленные требования значимы для вас, что в будущей профессии для вас будет наиболее важно.

4. Оцените свое соответствие требованиям каждой из подходящих профессий.

Проанализируйте,  развиты ли у вас профессионально важные качества, отвечают ли интеллектуальные способности, психологические особенности, состояние здоровья требованиям профессии.

 

5. Подсчитайте и проанализируйте результаты. Подумайте, какая профессия из всего списка больше других подходит вам по всем пунктам.

6. Проверьте результаты. Чтобы убедиться в правильности размышлений, обсудите свое решение с родителями, учителями, психологом, профконсультантом.

7. Итак,  решение принято, теперь необходимо обозначить основные практические шаги к успеху. Важно определить, в каком учебном заведении и на каких условиях  вы сможете получить профессиональное образование, как развивать в себе профессионально важные качества, как можно получить практический опыт работы по данной специальности, как повысить свою конкурентоспособность среди других абитуриентов.



**Памятка для родителей.**

1. Дайте своему ребёнку право выбора своей будущей профессии.
2. Обсуждайте вместе с ними  возможные «за» и «против» выбранной им профессии.
3. Рассматривайте выбор будущей профессии не только с позиции материального удовлетворения, но и с позиции морального удовлетворения.
4. Учитывайте в выборе будущей профессии личностные качества своего ребёнка, которые необходимы ему в данной специальности.
5. Если возникли разногласия в выборе профессии, используйте возможность посоветоваться со специалистами-консультантами.
6. Не давите  на ребёнка в выборе профессии, иначе это может обернуться стойкими конфликтами.
7. Поддерживайте ребёнка, если у него есть терпение и желание, чтобы его мечта сбылась.
8. Если ваш ребёнок ошибся в выборе, не корите его за это. Ошибку можно исправить.
9. Если ваш ребёнок рано увлёкся какой-то профессией, дайте ему возможность поддержать этот интерес с помощью литературы, занятия в кружках и т. д.

***Что влияет на выбор профессии?***

***Какие факторы обусловливают выбор человеком той или иной профессии?

На практике оказывается, что склонности учитываются в последнюю очередь, а вот мнение родителей оказывает огромное влияние.***

*8 факторов выбора профессии /По Е.А. Климову/:*
1. Позиция старших членов семьи.
Есть старшие, которые несут прямую ответственность за то, как складывается твоя жизнь. Эта забота распространяется и на вопрос о твоей будущей профессии.

2. Позиция товарищей, подруг.
Дружеские связи в твоём возрасте уже очень крепки и могут сильно влиять на выбор профессии. Можно дать лишь общий совет: правильным будет решение, которое соответствует твоим интересам и совпадает с интересами общества, в котором ты живешь.

3. Позиция учителей, школьных педагогов.
Наблюдая за поведением, учебной и внеучебной активностью учащихся, опытный педагог знает много такого о тебе, что скрыто от непрофессиональных глаз и даже от тебя.

4. Личные профессиональные планы.
Под планом в данном случае подразумеваются твои представления об этапах освоения профессии.

5. Способности.
О своеобразии своих способностей надо судить не только по успехам в учебе, но и по достижениям в самых разнообразных видах деятельности.

6. Уровень притязаний на общественное признание.
Планируя свой трудовой путь, очень важно позаботиться о реалистичности своих притязаний.

7. Информированность.
Важно позаботиться о том, чтобы приобретаемые тобой сведения о той или иной профессии не оказались искаженными, неполными, односторонними.

8. Склонности.
Склонности проявляются в любимых занятиях, на которые тратится большая часть свободного времени. Это - интересы, подкрепленные определенными способностями.

Семь шагов к взвешенному решению о выборе профессии:

1. Составить список подходящих профессий.
Составьте список профессий, которые Вам нравятся, интересны, по которым Вы хотели бы работать, которые Вам подходят.

2. Составить перечень требований выбираемой профессии.

Составьте список своих требований:

выбираемая профессия и будущий род занятий;

выбираемая профессия и жизненные ценности;

выбираемая профессия и жизненные цели;

выбираемая профессия и мои сегодняшние горячие проблемы;

выбираемая профессия и реальное трудоустройство по специальности;

желательный уровень профессиональной подготовки;

выбираемая профессия и мои склонности и способности;

желательные содержание, характер и условия работы.

3. Определить значимость каждого требования.
Определите, насколько все перечисленные требования значимы. Может быть, есть менее важные требования, которые, по большому счету, можно и не учитывать.

4. Оценить свое соответствие требованиям каждой из подходящих профессий.
Кроме тех требований, которые есть у Вас к профессии, существуют и требования самой профессии. Проанализируйте, развиты ли у Вас профессиональные качества, отвечают ли ваши интеллектуальные способности, психологические особенности, состояние здоровья требованиям профессии

5. Подсчитать и проанализировать результаты.
Проанализируйте, какая профессия из всего списка больше других подходит Вам по всем пунктам.

6. Проверить результаты.
Чтобы убедиться в правильности Ваших размышлений, обсудите свое решение с друзьями, родителями, учителями, психологом, профконсультантом.

7. Определить основные практические шаги к успеху.

Итак, Вы приняли решение, теперь важно определить: в каком учебном заведении Вы сможете получить профессиональное образование, как развивать в себе профессионально важные качества, как можно получить практический опыт работы по данной специальности, как повысить свою конкурентоспособность на рынке труда.