



Поради психолога щодо вибору професії.

Техніка вибору професії

1. Ознайомтеся з інформацією про світ професій і визначте сферу діяльності, яка вас цікавить.
2. Вивчіть самого себе, складіть уявлення про свої інтереси здібності, нахили.

Корисно відповісти на наступні питання:

- Від яких своїх умінь і здібностей Ви отримуєте найбільше задоволення?
- Які Ваші основні інтереси і улюблене проведення часу?
- Які навчальні предмети у Вас улюблені?
- Чим би Ви хотіли займатися кожен день по 8 годин на день з року в рік?

- Про яку роботу Ви мрієте?
- Яким Ви уявляєте своє заняття через 10 років?
- Яка робота була б для Вас ідеальною? Опишіть її якомога докладніше. Уявіть себе на цій роботі, з ким Ви працюєте, як проводите час?
- Які Ваші критерії вибору професії? (Обов'язкові та бажані)
- Які Ваші сильні сторони та навички найбільше дозволяють Вам вважати себе гідною для роботи, яка Вам здається ідеальною?
- Які прогалини у своїх знаннях і вміннях Вам необхідно ліквідувати, щоб отримати бажану роботу?
- Якщо робота, бажана для Вас, недосяжна в даний час, то яку роботу Ви могли б виконувати, щоб просуватися в обраному напрямку?
- З ким можна порадитися, щоб отримати корисну для планування кар'єри інформацію?
- І, нарешті, запишіть Ваші найближчі і довгострокові цілі в області кар'єри і дійте!

Після відповіді на поставлені запитання потрібно зіставити свої бажання із реальними можливостями і потребами на сучасному ринку праці.

- 3.** З'ясуйте, чи не маєте ви медичних протипоказань до обраної професії.
- 4.** Зустріньтеся із представниками цієї професії та довідайтесь, у якому освітньому закладі можна одержати відповідну кваліфікацію.
- 5.** З'ясуйте всіма можливими способами, чи популярна обрана вами професія на ринку праці.



6. Використайте при виборі професії формулу: «Хочу – можу - треба»:

- «хочу» - це те, що вас приваблює у професії , ваші прагнення (бажання, інтереси, схильності, ідеали);
- «можу» - ваші здібності, потенціал, стан здоров'я, потрібні для обраної професії, ваші можливості (стан здоров'я, здібності, рівень знань, характер, темперамент);
- «треба» - попит на ринку праці, потреби суспільства в кадрах, і усвідомлення необхідності затратити певні зусилля для досягнення мети.

7. Проаналізуйте отримані відповіді. Якщо тричі повторюється одна професія – вибір зроблено правильно.

Проаналізуйте, чи розвинені у Вас необхідні професійні якості, чи відповідають ваші інтелектуальні здібності, психологічні особливості, стан здоров'я вимогам професії.

Можливо, вам допоможе цей тест:

<http://prof.osvita.org.ua/uk/determine/testing/7/index.html>

Потім проведіть аналіз: підсумуйте і проаналізуйте результати. Ви зрозумієте, яка професія з усього списку більше за інші підходить Вам по всіх пунк-

тах, обговоріть своє рішення з друзями, батьками, вчителями, психологом, профконсультантом.

Не забудьте прислухатись до інтуїції. Під час такого аналізу раптово виникає неусвідомлене розуміння того, що, наприклад, найбільш ідеальна за всіма параметрами професія викликає сумнів, або не подобається – це і є інтуїція, прислухайтесь до неї. Подібні речі просто так не відбуваються.

Визначте основні практичні кроки до успіху: в якому освітньому закладі можна здобути потрібну освіту, як розвивати в собі професійно важливі якості, де можна одержати практичний досвід роботи за обраною професією, як підвищити свою конкурентоспроможність на ринку праці.

Намагайтесь уникнути помилок при виборі професії, бо тільки тоді чекає успіх! Вдалого Вам вибору!