

Формула выбора профессии



КЕМ СТАТЬ?
КУДА ПОСТУПАТЬ?

Помощь школы в
самоопределении

Статистика

Профориентация важна не только для школьника и его успешного профессионального пути — она важна и для работы всей экономики в целом. Сейчас процесс профориентации в нашей стране оставляет желать лучшего, и в этом можно убедиться хотя бы на примере вопроса о смене профессий. «Авито Работа» проводил исследование о смене профессий россиянами и выяснил, что больше половины россиян (65%) задумывались об этом хотя бы один раз в жизни. Как показало исследование, наиболее популярные причины смены работы:

- желание больше зарабатывать (63%);
- найти баланс между работой и личной жизнью (28%);
- надоевшая рутина (23%);
- профессиональное выгорание, стресс (21%);

При этом в реальности сменить профессию удалось только 17% задумавших такие перемены. Говоря о причинах, помешавших им сменить профессию, многие тогда заявили, что отложили этот вопрос для более подходящего момента, треть (33%) не были уверены, что имеют достаточно квалификации, еще треть (33%) назвали в качестве причины страхи перемен и ошибок.

Школьная профориентация (общие направления)

3

- Уроки профориентации со школьным психологом;
- Тесты по профориентации для выявления максимума своих талантов и способностей;
- Профориентационная работа ВУЗов г. Кирова (создание среды);
- Изучение профессии с практической стороны с помощью родителей (встречи с представителями разных профессий);
- Изучение новых профессий;
- Участие в ярмарках вакансий, днях открытых дверей предприятий и он-лайн мероприятий в ВУЗах;
- Опыт бывших школьников, которые уже поступили в ВУЗы (наставничество);
- Региональные или федеральные проекты по профориентации;
- Изучение литературы самими школьниками (нужна база подобранная психологом и он-лайн библиотека)

Профориентация в школе с ПСИХОЛОГОМ

4

- Проводится консультационная работа по запросам классных руководителей, родителей и самих учащихся (классные часы, беседы групповые и индивидуальные);
- Диагностические мероприятия запланированы в параллели на март 2021 года
- С 9д (класс ОВЗ) 2 часа в месяц занятия по профориентации.

Тесты на профориентацию

5

Тесты на профессию – один из главных методов профориентации, определения профессиональных склонностей.

Тест – это просто набор информации о вас на настоящий момент и лучший способ узнать, каковы ваши сильные и слабые стороны на настоящий момент.

Тесты по совету школьного психолога на слайдах ниже

Вятский Гуманитарный университет
проводит бесплатное профтестирование он-лайн
(тест приобретен ВУЗом у МГУ) с полной
расшифровкой тестирования для 8-11 классов

ВУЗы г. Кирова

6

□ КГМА

Естественные науки

Работают уже с 27 школами

Оксана Владимировна

37-50-55



□ ВятГУ

Много профилей

Возможность работать он-лайн

Тестирование

Светлана Геннадьевна

74-29-68



Открытые уроки с родителями в классах

7

По статистике **37%** школьников выбирают профессию по совету родителей



Изучение новых профессий

Атлас профессий

8

<https://atlas100.ru/catalog/>

«Атлас новых профессий» — это альманах перспективных отраслей и профессий на ближайшие 15–20 лет.

Он поможет понять, какие отрасли будут активно развиваться, какие в них будут рождаться новые технологии, продукты, практики управления и какие новые специалисты потребуются работодателям.

Опыт бывших учеников школы, которые уже поступили в ВУЗы и их ощущения (наставничество)

9

- Почему выбрали данную профессию?
- Почему выбрали данный ВУЗ?
- Довольны выбором?
- Какие перспективы для себя видите?

**Обязательно с обратной связью
и возможностью задавать
вопросы**

Региональные или федеральные проекты по профориентации

10

1. **Проектория** - ежегодный форум, на котором обмениваются опытом педагоги и психологи в области профориентации, а подростки участвуют в мастер-классах и готовят проекты по разным профессиональным направлениям. Еще у проекта есть открытые он-лайн уроки и специальное онлайн-тестирование, которое называется "Примерочная профессий".
2. **Билет в будущее** - проект создается союзом World Skills Молодые профессионалы (Ворлдскиллс Россия). Проходит 1 раз в год. Рассчитан на школьников 6-11 классов. Одна из его целей - популяризация рабочих профессий и поиск талантливых ребят, которые хотят развиваться в профессиях производственно-технологического профиля. "Билет в будущее" состоит из нескольких этапов отбора от профтестирования до профпроб. В финале решение проектных задач в командах.
3. **Школа реальных дел** - это конкурс проектов и прикладных исследований школьников и студентов на основе реальных задач работодателей. Каждая команда выбирает кейс и получает наставника. *Ярмарка кейсов* <https://sites.google.com/site/srd2086/kejsy-2019-2020>
4. **Всероссийская программа «Засобой»** - https://vk.com/za_soboy
5. **Большая перемена** - развивающий проект для школьников <https://vk.com/bpcontest> и <https://bolshayaperemena.online/>

Литература для самообучения

11

То что посоветовал психолог школы:

- Профессиограммы службы занятости
<https://www.trudkirov.ru/professiograms/index>
- Андрей Грецов: Выбираем профессию. Советы практического психолога
- Пряжников Н.С. любые книги
- Климов ЕА "Личный профессиональный план" и любые книги

Интернет ресурсы:

1. Если интересует наука

Естественные науки сейчас переживают настоящий подъём. Миру требуется всё больше людей, способных управлять несущимся на всех парах поездом технического прогресса. Почему бы не постоять у руля?



[Вы, конечно, шутите, мистер Фейнман!](#)

Фейнман Р.

Книга знаменитого физика Ричарда Фейнмана способна увлечь даже людей, далёких от науки. Всё дело в невероятной харизме автора – Фейнман умеет превращать рассказ о сложных научных вопросах в сюжет настоящего блокбастера. А перед его чувством юмора устоять совершенно невозможно!

Литература для самообучения

12

□ 2. Если хочется спасать жизни

В этом году Мстители скромно передали статус главных супергероев врачам. Трудно переоценить их работу в самые тяжёлые периоды истории, но даже в обычное время эта благородная профессия притягивает увлечённых и искренних людей. Выбрать карьеру врача это огромная честь и ответственность.

□ 3. Если хочется построить бизнес

Всё больше молодых людей сегодня хотят открыть собственное дело. Их можно понять: быть самому себе боссом очень заманчивая перспектива. Сделать это не так-то просто, но начать можно с советов тех, кому уже удалось покорить бизнес-Эверест – они знают, о чём говорят!



Не навреди

Марш Г.

Книга, названная в честь главной врачебной заповеди, откровенно и трогательно рассказывает о нелёгком труде нейрохирурга. Её автор – звезда британской медицины Генри Марш, который положил свою жизнь на алтарь служения другим людям. Каково это, работать без права на ошибку?



Принципы

Далио Р.

Рэй Далио рос в обычной семье, но сумел стать одним из самых успешных и состоятельных американских финансистов. По словам самого Рэя, добиться успеха ему помогли принципы, которыми он руководствовался в работе и в обычной жизни. В этой книге знаменитый предприниматель делится с читателем своими правилами жизни.

Литература для самообучения

13

4. Если мечта – помогать людям советом

Всё больше людей сегодня относятся к психотерапии как к интересной и полезной практике. И это здорово! Специалисты-психологи каждую неделю пропускают через себя десятки чужих проблем, чтобы помочь клиентам наладить жизнь.



[Вы хотите поговорить об этом?](#)

Готтлиб Л.

Книга Лори Готтлиб рассказывает о психотерапии одновременно с позиции клиента и специалиста. К ней в кабинет приходят самые разные люди: от прославленных голливудских сценаристов до обычных домохозяек. В рабочее время Лори выслушивает их и помогает им разобраться в себе, а по средам посещает своего терапевта и примеряет роль пациента.

5. Если пока не знаете, чего хотите

Не знать, какой карьерный путь выбрать в 16–18 лет, абсолютно нормально. Более того, некоторые люди находят своё призвание, когда им уже далеко за 30. Всё, что мы можем сделать в такой неопределённости, – это прислушаться к себе и постараться отыскать потайные желания и стремления.



[ОК, что дальше?! Как превратить мечту в профессию](#)

Антонова Н., Жаббаров Т., Лобазникова Н. и др.

Эта книга не расскажет подросткам, какую выбрать профессию, куда устроиться на работу и сколько денег вложить в недвижимость. Зато она поможет определиться с тем, чего хотят они сами: упражнения и советы помогают подойти к этой проблеме осознанно и научиться прислушиваться к себе. И это намного полезнее!

Литература для самообучения

14

- Гид по выбору карьеры. Иллюстрированное руководство по поиску профессии
- Еще 20 увлекательных книг о представителях разных профессий

<https://lifehacker.ru/knigi-o-professiyax/>



Личностный опросник Г. Айзенка

15

- Поможет вам узнать свой темперамент, определить тип темперамента с учетом интроверсии и экстраверсии личности, а так же эмоциональной устойчивости. Диагностика самооценки по Г. Айзенку является, пожалуй, классической методикой для определения темперамента и одной из самых значимых в современной психологии.
- 57 вопросов



Акцентуации характера Личко

16

- Каждый человек обладает устойчивыми особенностями личности, темпераментом, манерой поведения, стилем общения с окружающими и реакцией на различные обстоятельства. Все эти черты можно назвать одним словом – характер. Именно он наделяет индивида отличительными свойствами и делает его индивидуальностью. Акцентуация характера – чрезмерная выраженность отдельных его свойств. Эта особенность личности влияет на поведение и поступки, отношение к себе и окружающим
- Усиленные черты характера могут перейти в психопатию при неблагоприятных условиях, вызвать невроз, стать причиной алкоголизма и противоправного поведения. Зная эти особенности, Вы сможете вовремя покинуть негативную среду, либо снизить ее пагубное влияние до минимума. Некоторые акцентуации могут быть Вашими сильными сторонами. Вы сможете использовать их при общении с людьми или в своей деятельности, а так же выбрать профессию в соответ



«Карта интересов»

А.Е. Голомшток

17

- Предназначен для изучения интересов и склонностей школьников старших классов в различных сферах деятельности. Голомшток выделяет 23 таких сферы: физика, математика, химия, астрономия, биология, медицина, сельское хозяйство, филология, журналистика, история, искусство, геология, география, общественная деятельность, право, транспорт, педагогика, рабочие специальности, сфера обслуживания, строительство, легкая промышленность, техника, электротехника.
- 174 легких вопроса, ответы в виде «++», «+», «-», «—»
- Выявляет уровни выраженности от высшей степени и до отрицания интереса
<http://testoteka.narod.ru/prof/1/02.html>

Бланк ответов к опроснику "Карта интересов"

Ф.И.О. _____ возраст _____ дата заполнения _____

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58
59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87
88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116
117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145
146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174

Дифференциально- диагностический опросник Климова

18

- Предназначен для выявления предрасположенности человека, которая выражается в его ценностных ориентациях, к определенным типам профессий.
- Основан на предположении, что человек, пройдя необходимое и соответствующее профессии обучение, сможет выполнять любую работу, независимо от того, к какой категории из перечисленных ниже она относится. И вместе с тем, если бы у человека изначально была возможность выбора своего будущего и профессионального поприща, какой бы вид деятельности он на самом деле предпочел?
- 20 пар утверждений, которые раскрывают в сжатой форме тот или иной вид деятельности, ответы «+» и «-»

Ч-Ч — профессии типа «человек — человек»;

Ч-Т — профессии типа «человек — техника»;

Ч-П — профессии типа «человек — природа»;

Ч-З — профессии типа «человек — знаковая система»;

Ч-Х — профессии типа «человек — художественный образ».

Опросник профессиональной готовности (ОПГ) автор Кабардова Л.Н.

19

- Основу данного опросника положен принцип самооценки учащимися одновременно своих возможностей в реализации определенных задаваемых опросником умений (учебных, творческих, трудовых, социальных и т.д.), своего реального, пережитого и сформированного в личном опыте эмоционального отношения, возникающего всякий раз при выполнении описанных в опроснике видов деятельности и своего предпочтения или нежелания иметь оцениваемые виды деятельности в своей будущей профессии.
- 50 вопросов, нужно дать 3 ответа и оценить их в баллах (от 0 до 2).

<http://testoteka.narod.ru/prof/1/01.html>

Ч-З - человек - знаковая система
Ч-Т - человек - техника
Ч-П - человек - природа
Ч-Х - человек - художественный образ
Ч-Ч - человек - человек