

# WORKSHOP ДЛЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ

## Обираємо професію

від практичного психолога  
ЦДЮТ  
Ірини Марціновської





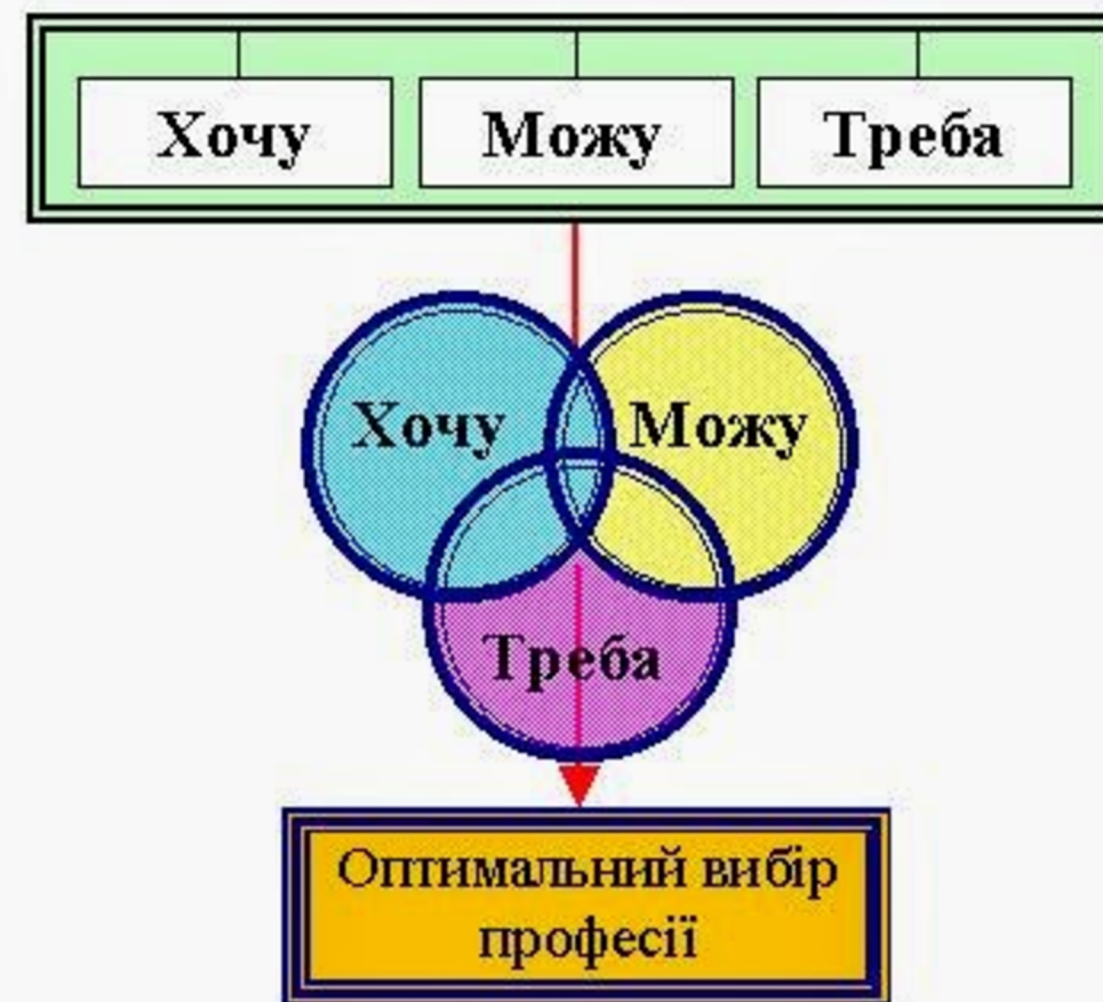
*Формула вибору професії  
“Хочу – Можу – Треба”.  
( “три кита” ).*





**Для прийняття правильного рішення при виборі професії тобі необхідно враховувати ряд факторів – власні побажання, психологічні особливості та можливості, не слід забувати й про потреби ринку праці. Для цього існує так звана “формула вибору професії”, яка в загальному вигляді показує первинний алгоритм прийняття оптимального рішення в поєднанні наступних компонентів: “хочу” – “можу” – “треба”. Розкриємо коротко суть цих компонентів.**

## Умови оптимального вибору професії



Умови оптимального вибору професії можна сформулювати так:

- “**ХОЧУ**” – бажання, інтереси, нахили особистості;
- “**МОЖУ**” – знання, здібності, стан здоров’я;
- “**ТРЕБА**” – потреби ринку праці в кадрах



# 1-й КИТ "Хочу"



*Намагання особистості, тобто, інтереси, нахили, мотиви, плани, професійні наміри, це те заняття, яке ти робиш з інтересом, з бажанням, за власною ініціативою (як у школі, так і в позаурочний час). Якщо вибрана справа подобається, то ти охоче будеш працювати, підвищувати свою кваліфікацію, користуватися авторитетом - і в результаті, більше зароблятимеш.*



## 2-й КИТ "Можу"



*Можливості особистості, тобто, стан здоров'я, наявний досвід (знання, вміння, навички), психофізіологічні якості, здібності до різних видів діяльності. Наприклад, в якихось справах ти більш успішний, довго можеш займатися цією справою не втомлюючись, а в інших, навпаки, швидко починаєш нервувати, сердитись, у тебе нічого не виходить.*



# 3-й КИТ "Треба"



*Потреби суспільства, тобто, уявлення про обов'язок, моральні установки, ціннісні орієнтації, знання світу професій і про перспективні спеціальності, які користуються попитом на ринку праці, і вірогідність працевлаштування за обраною професією. Слід врахувати, що отримання статусу безробітного – невиграшний початок трудової кар'єри. Тому, вибираючи професію, потрібно узгодити свій вибір з потребами суспільства в кадрах, кон'юнктурою ринку праці.*





**Як тобі уже стало  
зрозуміло, вибір професії –  
це складний і відповідальний  
крок у житті кожного,  
тому його потрібно робити  
свідомо й обдуманно.**

**Ти вже ознайомився з  
формулою вибору професій,  
яка показує первинну логіку  
вибору професії.**

**Досягнути ж своєї мети  
тобі допоможе  
детальніший алгоритм  
цього вибору, який  
передбачає наступні кроки.**



**Подумай, що тебе цікавить  
у житті, до чого ти  
прагнеш, чим тобі  
подобається займатися, що  
б ти хотів робити, які  
професії тобі подобаються,  
які умови праці тебе  
приваблюють, що ти хотів  
би отримувати від своєї  
майбутньої професії?  
(звернись до “Словника  
професій”) Давши відповідь  
на ці запитання ти зробиш  
перший крок до  
правильного, свідомого  
вибору професії.**



**Крок 1**





Якщо ти не можеш визначити професії, які тобі подобаються, тоді уважно вивчи класифікацію професій за предметом, метою, знаряддями і умовами праці (звернись до пункту "Класифікація професій") і щоб звузити поле пошуку "своїї" професії, зупинись на одному з п'яти типів і трьох класів професій (скористайся диференційно-діагностичним і професійно-діагностичним опитувальником) і запиши формули "своїх" професій (див. мал. Яруси "Класифікації професій"). Звернись до психолога за розшифровкою твоїх формул і запиши назви професій, які зашифровані в них та ознайомся з ними (звернись до "Словника професій" чи відповідної літератури).



*Ти вже знаєш, що одним із компонентів формули вибору професії є “хочу”, тобто це твої інтереси, нахили, мотиви, наміри, та “можу” – це психічні якості, здібності, характерологічні риси, воля, темперамент тощо. Тому тобі потрібно навчитись їх визначати. Допоможуть тобі в цьому методики, які можна пройти за посиланнями:*

**<https://kariera.in.ua/vibrati-profes%D1%96yu/viznachiti-sxiln%D1%96st/#bg-img886>**

**Крок 2**







**На основі відмінностей у предметах праці всі професії запропоновано поділити на п'ять типів:**

**“людина - природа”,**

**“людина - техніка”,**

**“людина – людина”,**

**“людина - знакова система”,**

**“людина - художній образ”.**

**Детальний опис усіх типів професій та пройти тест на визначення Вашої схильності можна за посиланням:**

**<https://kariera.in.ua/vibrati-profes%D1%96yu/pro-profes%D1%96%D1%97/akordeon-menyu1/klasif%D1%96kacz%D1%96ya-profes%D1%96j-za-%D1%94.o.kl%D1%96movim/>**

**КРОК 3**



# Крок 4



*Вивчи детально описи відібраних професій, поговори, по можливості, з представниками цих професій та з'ясуй, в чому зміст їхньої праці. Познайомся з характером і умовами їх праці, поцікався, де вони отримували цю професію і які реальні можливості працевлаштування за ними. Спробуй, по можливості, випробувати себе в цих професіях, хоча би в змодельованих професійних ситуаціях.*



## КРОК 5



*Склади перелік вимог, які висувують визначені тобою професії до людини, до її психофізіологічних і фізичних якостей та запиши їх (звернись до “Словника професій”). Визнач, наскільки всі записані тобою вимоги важливі – можливо є менш важливі вимоги, які, за великим рахунком, можна і не враховувати.*



Вивчи самого себе якомога глибше, тобто, визнач свої задатки, здібності, темперамент, риси характеру, вольові якості («Визначення своїх можливостей стосовно професії» – методики: Спеціальні здібності людини, Загальні творчі здібності, Опитувальник Айзенка, Характерологічні риси особистості, Професійно важливі риси характеру особистості, Вольова організація особистості), трудові навички (за результатами вивчення шкільних предметів та занять у гуртках, секціях, спецшколах тощо), визнач свій фізичний розвиток і стан здоров'я.

Посилання для самовивчення:

<https://kariera.in.ua/vibrati-profesiю/viznachiti-sxilu%D1%9bst/>

КРОК 6



Перед тим, як прийняти остаточне рішення, не забудь порадитися, також, з батьками, рідними, друзями, вчителями, психологом, профконсультантом, шкільним лікарем та іншими дорослими, які добре знають тебе.

Зробивши остаточний вибір, розроби план самопідготовки до зустрічі з майбутньою професією, включаючи вибір навчального закладу. Не відступай перед труднощами, будь наполегливий у досягненні поставленої мети.

КРОК 1





Визнач основні практичні кроки до успіху:  
у якому навчальному закладі ти можеш  
отримати професійну освіту (звернись до  
сторінки “Де отримати професію”), як  
розвивати у собі професійно важливі  
якості (звернись до профконсультанта,  
педагогів), як можна отримати  
практичний досвід роботи за “своєю”  
спеціальністю (займатись у відповідних  
гуртках, секціях, МАН тощо), як підвищити  
свою професійну майстерність та  
конкурентоспроможність на ринку праці.

КРОК 8





Приємної  
подорожі на  
шляху  
професійного  
самовизначення!

