Предмет: Психология.

8, 9 класс. Вторая неделя обучения (13.04.2020 – 17.04.2020)

«Формула выбора профессии «ХОЧУ-МОГУ-НАДО». Правила выбора профессии»

Ребята, тема нашего занятия: «Формула выбора профессии. «ХОЧУ-МОГУ-НАДО». Правила выбора профессии».

**2. Изучение нового материала.**

Как сделать правильный выбор? Какая профессия будет соответствовать? Что мне надо? И ещё многими вопросами мучаются многие молодые специалисты. К сожалению, ответы на них может дать только тот же, кто их задавал. Другими словами – сам себе. Никто не сможет сделать выбор за тебя. Только ты в ответе за принятие решения по выбору специальности. Помочь тебе разобраться? Есть одна универсальная формула, что поможет любому сделать выбор «в яблочко». **Хочу + Могу + Надо = Профессия для меня,**

Где, **Хочу** – это твои Интересы и Склонности.

Уточнение: всё, что ты делал или делаешь в школе по собственной инициативе и желанию. Это твои разнообразные хобби и интересы, чем ты занимаешься в свободное время. Таким образом, если и от выбранной профессии ты будешь получать удовольствие, то охотнее и эффективнее будешь  выполнять свою работу. Так ты сможешь быстрее стать профессионалом, и у тебя появится больше возможностей получения престижной и высокооплачиваемой работы.

**Могу** – твои Способности, Возможности здоровья и Профессиональная квалификация.

Уточнение: включает в себя рассмотрение тех видов деятельности, которые тебе по силам не только в соответствии с состоянием здоровья. Также надо учитывать уровень своих знаний, умений  и навыков в разных сферах деятельности. Всегда найдётся что-то, что тебе даётся легко без особых усилий и с хорошими результатами, вот за подобную профессию и стоит браться. А то, что тебе делать тяжело, сложно и не приносит удовольствия – оставь другим.

**Надо** **–** возможность трудоустроиться, уровень спроса на рынке труда.

Уточнение: к сожалению, кроме пожеланий существуют ещё и условия, которые от нас не зависят. Например, к этому относиться реальная ситуация спроса на выбираемую профессию на рынке труда. Может оказаться так, что возможность трудоустройства на подходящую по «хочу» профессию низка – это способствует внутреннему конфликту. В этом случае надо смотреть, что лучше: выбрать. 2 варианта: престижную профессию и всю жизнь жалеть об утраченной возможности или все-таки выбрать любимую работу, но тогда увеличится возможность безработицы, а это не самое лучшее начало профессиональной карьеры. Используя эту формулу, будь предельно осторожен, ты можешь сделать ошибки. Самые распространённые из них:

На этапе **«Хочу»:** Решение принимается не самостоятельно.

Тебе стоит серьезно подумать над тем, правда ли это твой выбор? Не согласился ли ты с аргументами родителей из-за давления. Да, у них больше опыта и мыслят они практично, но ведь это тебе предстоит работать по этой специальности, уверен ли ты? Или может, хочешь работать вместе с другом и выбираешь профессию за компанию? Подумай, чего же действительно хочешь именно ты?

На этапе **«Могу»:** Не незнание своих способностей, не понимание их соотношения с профессией. Еще раз подумай, ведь мечтать можно о чём угодно (полётах в космос, ходить по подиуму и т.д.). А сможешь ли ты выполнять все требования, что ставит перед тобой специальность? Может, ты не учитываешь своих психологических качеств? Ведь любить животных и быть ветеринаром – разные вещи.

На этапе **«Надо»:** Игнорирование конкурентоспособности профессии. А знаешь ли ты, нужен ли на рынке реально специалист твоего профиля? Может та престижная профессия, что ты себе подобрал, совсем не нужна на рынке? Может специалистов этого профиля переизбыток? В таком случае ты окажешься без работы. Тогда, может, стоит пойти на компромисс и заняться другой работой, зато твой труд будет необходим и ты всегда, найдёшь работу. Используй эту формулу при выборе профессии и работы. Не забывай про ошибки и возможность появления подводных камней. Разберись в себе, будь внимателен и осторожен.

**3. Закрепление пройденного материала.**

Для закрепления теоретического материала предлагаю вам такое задание, цель которого осознание разницы между желаемым и необходимым «Хочу» и «должен».

|  |
| --- |
| ***Практическое задание:*** Напишите на листке пять утверждений, начинающихся словами «Я должен…». Теперь напишите те же самые утверждения, заменив слово «должен» на слово «хочу». Посмотрите на эти утверждения со словом «хочу» и отметьте плюсом те, с которыми вы готовы согласиться. |

**3.** Правила выбора профессии.

1. Изучить как можно больше профессий, определить, какие профессии и специалисты необходимы в городе, районе, где проживает человек, выбирающий профессию.
2. Изучить самого себя (интересы, склонности, способности, темперамент, черты характера, здоровье и др.).
3. Выбрать наиболее привлекательную профессию.
4. Подробно изучить выбранную профессию.
5. Сравнить полученные знания о профессии со своими профвозможностями, посоветоваться с родителями, учителями, психологом, врачами.
6. Если есть какие-либо ограничения для реализации именно данной профессии, иметь запасной вариант.
7. Выбрав для себя профессию, необходимо проявлять настойчивость в реализации профессионального намерения и овладения профессией в совершенстве.

**Золотое правило выбора профессии:** При выборе профессии надо учитывать три параметра: «хочу», «могу», «надо», что означает «Хочешь ли Ты заниматься этим?», «Посильно ли это Тебе?» и «Нужна ли эта профессия на рынке труда?». Идеальна та профессия, которая соответствует всем трем параметрам (ЗОНА ОПТИМАЛЬНОГО ВЫБОРА ПРФЕССИИ).