

**МКУ «Слободская ЦБС»  
Центральная районная библиотека**

# **«На пороге взрослой ЖИЗНИ»**

*Час общения*

**2021**



В мире есть мало вещей, которые мы не можем выбрать. К ним относятся историческая эпоха, в которой мы живем, наши родители, события раннего детства. Все остальное в жизни в той или иной мере зависит от нашего выбора. И одним из наиболее ответственных, определяющих нашу судьбу, является выбор профессии. И есть смысл отнестись к этому как можно более серьезно.



Для того, чтобы правильно выбрать профессию, нужно ориентироваться в трех вещах.

**Во-первых:** определить, каковы Ваши профессиональные интересы и склонности. Кратко мы назовем их словом "хочу".



**Во-вторых:** оценить, каковы Ваши профессионально важные качества: здоровье, квалификация и способности, которые определяют, в конечном счете, Вашу профессиональную пригодность и возможности. Проще говоря, ответить на тот вопрос, какое у вас "могу".



**В-третьих:** узнать, какие профессии пользуются спросом на рынке труда, какие из них перспективные, по каким профессиям надо готовить специалистов, т.е. что сегодня обществу "надо".



Если совместить все эти три компонента, то профессиональный выбор будет удачен, и отдача от такого человека в процессе его трудовой деятельности составляет, как показали исследования, все 100%. Если же нет интереса к профессии, то 85%. А если нет интереса и способностей, а есть только отдельные умения и навыки в области профессиональной деятельности, то полезная отдача от такого человека лишь 30%.



**Профессия** (от лат. *profiteri* – «объявлять своим делом») – род трудовой деятельности, требующий определённой подготовки и являющийся источником существования.



Существуют определенные правила выбора профессии. Знание того, что вы хотите, и понимание того, как этого добиться – ключ к успеху.



## 1. Знания о профессиях и их востребованность.

Мир профессий обширен и многообразен, однако человек, как правило, имеет представление только о малой его части. Чем меньше их известно, тем уже поле для выбора. Кроме того, даже те виды деятельности, которые, казалось бы, хорошо известны, далеко не всегда соответствуют нашим представлениям. Поэтому прежде чем определиться в выборе профессии, надо постараться познакомиться со многими из них.



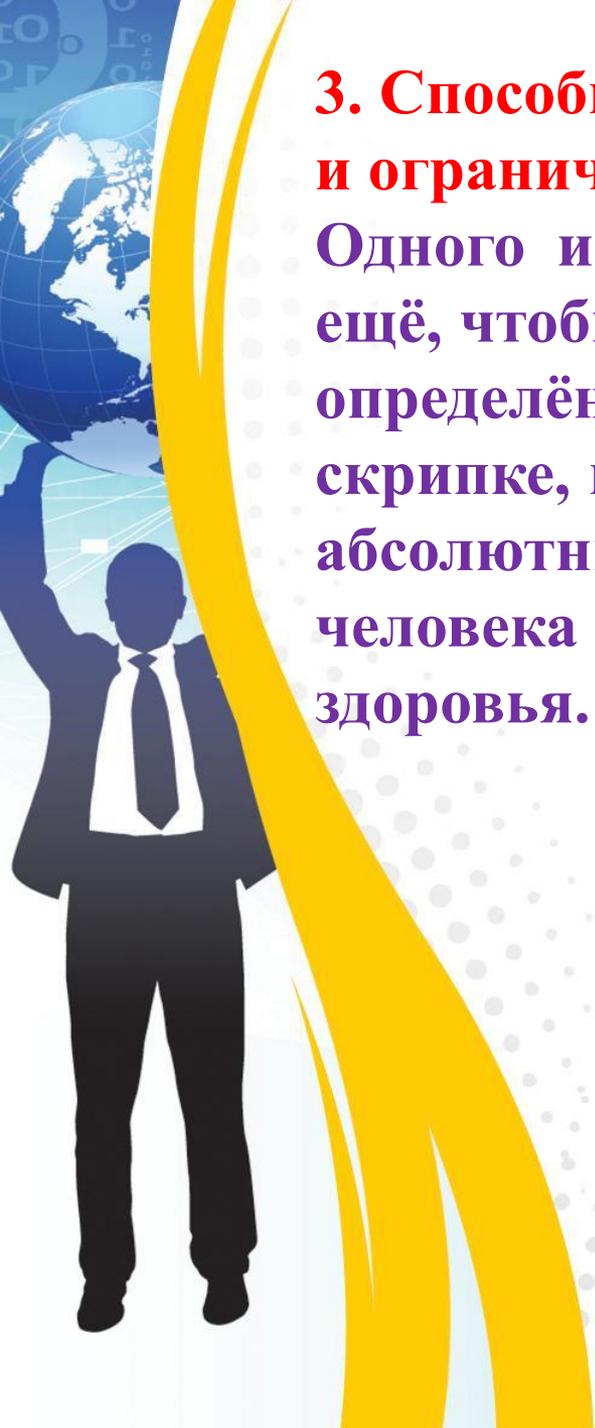
## 2. Склонности (интересы, мотивы труда).

Человек более успешен в той деятельности, которая ему по душе. Поэтому, выбирая профессию, нужно обратить внимание на то, чем интересно заниматься, что доставляет удовольствие. Например, если человеку нравится организовывать других людей, быть лидером, скорее всего, ему подойдут профессии, предполагающие умение работать с коллективом (менеджер, педагог, тренер).



### 3. Способности, здоровье (внутренние возможности и ограничения).

Одного интереса к какому-либо делу мало, нужно ещё, чтобы оно получалось. А для этого необходимы определённые способности. Так, чтобы играть на скрипке, недостаточно любить музыку, нужен ещё и абсолютный музыкальный слух. Возможности человека ограничены также состоянием его здоровья.



#### 4. Уровень притязаний и самооценка.

Речь здесь идёт о той планке, которую человек сам себе устанавливает, прогнозируя своё будущее. При этом он либо оценивает себя адекватно, либо занижает свои возможности, либо переоценивает их. Самооценка и притязания - важный внутренний регулятор поведения человека в любых жизненных ситуациях, в том числе и в планировании карьеры.



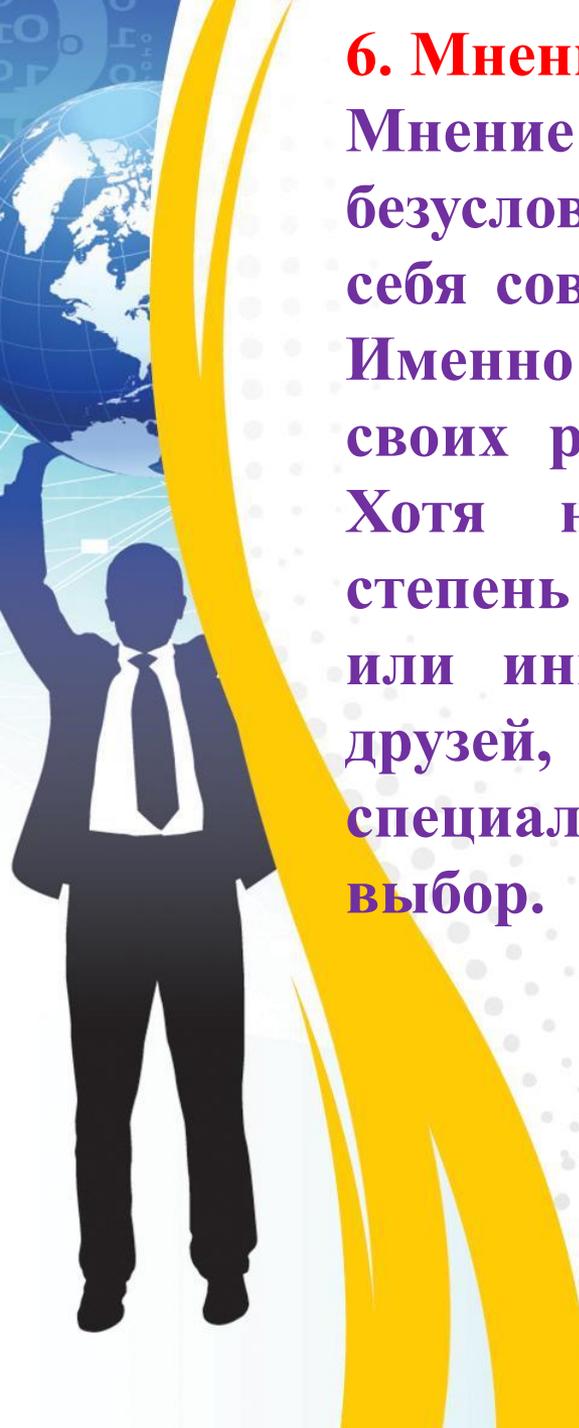
## 5. Мнение родителей, семьи.

Обычно близкие люди принимают активное участие в выборе профессии старшеклассником. Например, в семье, где несколько поколений посвятили свою жизнь медицине, родители хотят, чтобы и дети пошли по их стопам. Многие родители считают, что они лучше знают, чем их ребёнок должен заниматься в будущем. В этом случае велика вероятность навязывания своего мнения или прямое давление со стороны взрослых. К сожалению, чужой выбор часто бывает неудачен.



## 6. Мнение сверстников.

Мнение одноклассников, друзей, товарищей, безусловно, важно. Ведь часто человек представляет себя совсем не таким, каким его видят со стороны. Именно советы друзей могут подтолкнуть к анализу своих реальных возможностей и личных качеств. Хотя нередко взгляды сверстников отражают степень популярности в современном обществе тех или иных профессий. Прислушиваясь к советам друзей, важно помнить, что выбор будущей специальности — это ваш и только ваш личный выбор.



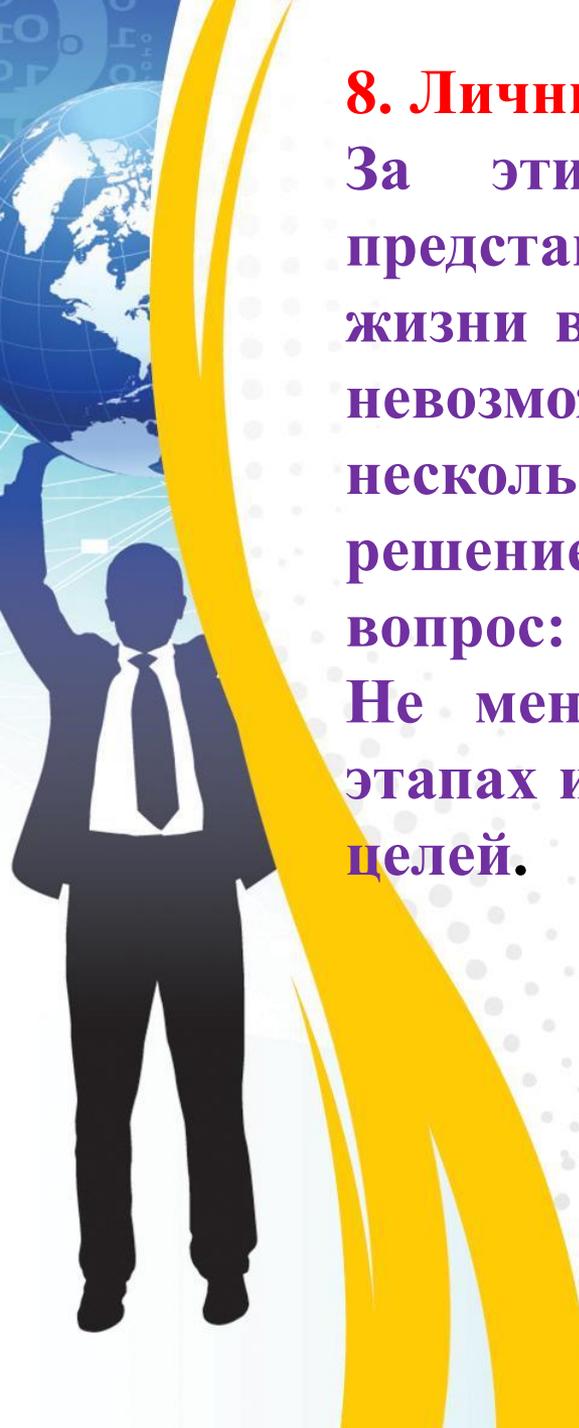
## 7. Позиция учителей, профессионалов.

Выбирая профессию, старшекласснику полезно учесть мнение школьных учителей о его возможностях. Случается, конечно, что оценка преподавателя может быть односторонней и необъективной. Так, учитель математики вправе судить о способностях ученика в области точных наук, но никак не в области литературы или истории. Однако опытом педагогов пренебрегать не стоит. Ведь они наблюдают за учениками в течение нескольких лет и неплохо знают их индивидуальные способности.



## **8. Личный профессиональный план (ЛПП).**

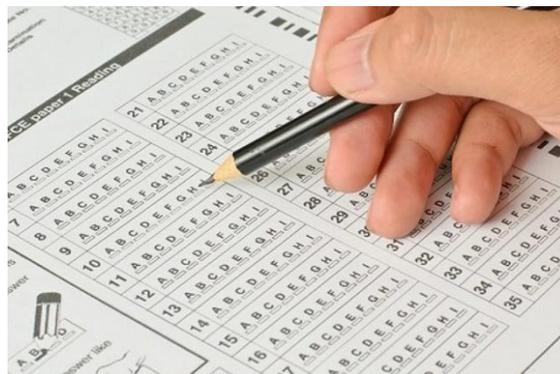
За этим непонятным названием скрываются представления о том, чего человек хочет достичь и жизни вообще и в профессии в частности. Конечно, невозможно точно спланировать свои действия на несколько лет вперед. Но чтобы принять какое-либо решение, каждый должен быть готов ответить на вопрос: для чего мне это нужно и нужно ли вообще? Не менее важны и представления об основных этапах и внешних условиях достижения намеченных целей.



# Тест «Профпригодность»

**1. Новогодняя ночь для тебя - лучшее время, чтобы:**

- а) выспаться;**
- б) посмотреть телевизор вместе с семьёй;**
- в) оказаться в кругу друзей.**



**2. Из трёх подарков ты предпочёл бы:**

- а) удочку или набор для вышивания;**
- б) коньки или лыжи;**
- в) турпутевку или билет на интересное представление.**



### **3. Отправляться в путешествие лучше всего:**

- а) в одиночку;**
- б) с семьёй или друзьями;**
- в) с незнакомой группой, чтобы была возможность обрести новых друзей.**



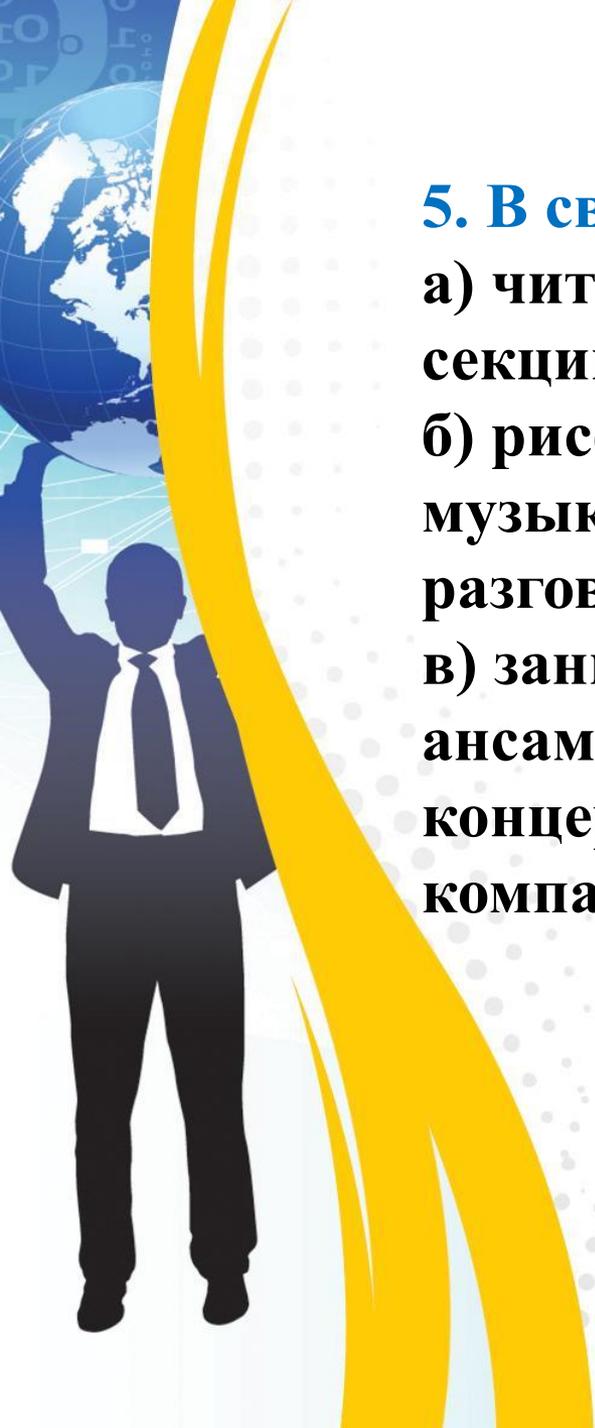
### **4. Если бы ты оказался в одиночестве на острове или в лесу, то:**

- а) почувствовал бы полную свободу;**
- б) занялся бы поиском выхода или каким-нибудь делом;**
- в) ощутил бы тоску, неприкаянность, страх.**



## **5. В своё свободное время ты любишь:**

- а) читать, посещать библиотеку, шахматную секцию, зоопарк, лес, ловить рыбу, мечтать;**
- б) рисовать, читать, заниматься спортом, музыкой, шитьём или вязанием, ходить в походы, разговаривать по телефону, смотреть телевизор;**
- в) заниматься спортом, танцами, играть в ансамбле, петь в хоре, участвовать в спектаклях и концертах, путешествовать с друзьями, ходить с компанией в кино.**



**Подсчитайте количество набранных баллов,  
учитывая, что ответы на вопрос с буквой**

**«а» - 1 балл,**

**«б» - 2 балла,**

**«в» - 3 балла.**



**Если вы набрали от 5 до 8 баллов - советуем подумать о профессии, где вам не придётся общаться с большим числом людей. Вам подойдёт работа, связанная с растениями, животными, потому, что вы цените тишину, не любите шумных, незнакомых компаний. Вы чуть-чуть стеснительны и замкнуты, встречи с незнакомыми людьми вам доставляют беспокойство.**



**Если вы набрали от 8 до 12 очков, то считайте - вам крупно повезло. Вы относитесь к людям, которым не страшно одиночество и которые прекрасно чувствуют себя в любой компании. Вы не боитесь новых знакомств и спокойно обходитесь без общения длительное время. Выбор профессии здесь практически разнообразен.**



**Если у вас от 12 до 15 очков, задумайтесь над выбором: стоит ли вам, человеку общительному, легко вступающему в контакт, вам можно выбирать профессию, связанную с общением с людьми.**



# Источники:

[https://yandex.ru/images/search?text=шаблоны%20для%20презентации%20профессии&stype=image&lr=46&source=wiz&p=23&pos=718&rpt=simage&img\\_url=http%3A%2F%2F900igr.net%2Fup%2Fdatas%2F81148%2F002.jpg](https://yandex.ru/images/search?text=шаблоны%20для%20презентации%20профессии&stype=image&lr=46&source=wiz&p=23&pos=718&rpt=simage&img_url=http%3A%2F%2F900igr.net%2Fup%2Fdatas%2F81148%2F002.jpg) – **шаблоны для презентации**

<https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/369634-trening-po-proforientacii-na-temu-na-poroge-v> - **текст**

[https://yandex.ru/images/search?text=картинки%20написание%20личного%20плана&stype=image&lr=46&source=wiz&pos=8&img\\_url=https%3A%2F%2Fsun9](https://yandex.ru/images/search?text=картинки%20написание%20личного%20плана&stype=image&lr=46&source=wiz&pos=8&img_url=https%3A%2F%2Fsun9)

[14.userapi.com%2Ffc633731%2Fv633731759%2F2b799%2FzTnRhFGMwXk.jpg&rpt=simage&rlt\\_url=http%3A%2F%2Fthumbs.dreamstime.com%2Fz%2F%25D0%25BF%25D0%25BE%25D0%25B4%25D0%25B3%25D0%25BE%25D1%258](https://14.userapi.com%2Ffc633731%2Fv633731759%2F2b799%2FzTnRhFGMwXk.jpg&rpt=simage&rlt_url=http%3A%2F%2Fthumbs.dreamstime.com%2Fz%2F%25D0%25BF%25D0%25BE%25D0%25B4%25D0%25B3%25D0%25BE%25D1%258)

[2%25D0%25B0%25D0%25B2%25D0%25BB%25D0%25B8%25D0%25B2%25D0%25B0%25D0%25B9%25D1%2582%25D0%25B5-%25D0%25B4%25D0%25BB%25D1%258F-%25D0%25BF%25D0%25B8%25D1%2581%25D0%25B0%25D0%25BD%25D0%25B8%25D1%258F-4757192.jpg&ogl\\_url=https%3A%2F%2Fsun9-14.userapi.com%2Ffc633731%2Fv633731759%2F2b799%2FzTnRhFGMwXk.jpg](https://2%25D0%25B0%25D0%25B2%25D0%25BB%25D0%25B8%25D0%25B2%25D0%25B0%25D0%25B9%25D1%2582%25D0%25B5-%25D0%25B4%25D0%25BB%25D1%258F-%25D0%25BF%25D0%25B8%25D1%2581%25D0%25B0%25D0%25BD%25D0%25B8%25D1%258F-4757192.jpg&ogl_url=https%3A%2F%2Fsun9-14.userapi.com%2Ffc633731%2Fv633731759%2F2b799%2FzTnRhFGMwXk.jpg) - **картинки**

<https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/369634-trening-po-proforientacii-na-temu-na-poroge-v> - **текст**



Центральная районная библиотека

адрес: Кировская обл.,

Слободской район,

д. Стулово, ул. Тракторная 42

Тел/факс (83362) 4-05-39

Сайт: <http://slobcbs.ru/>

Группа в контакте:

<https://vk.com/slobbib>

e-mail: [slobcbs@mail.ru](mailto:slobcbs@mail.ru)

Составитель: Е.Е. Гнатюк

**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**

