

Как выбрать профессию. Профориентация. Хочу, могу, надо

*Тот, кто не знает, в какую гавань он плывёт,
для того нет попутного ветра.
(Сенека)*

Уважаемые старшеклассники!

Многое в жизни в той или иной мере зависит от нашего выбора. А одним из наиболее ответственных, определяющих нашу судьбу, является выбор профессии. В мире существует более 50 тыс. профессий. Как найти среди них свою? Сколько из них мы себе более или менее представляем?

Профориентация (лат. *professio* — род занятий и фр. *orientation* — установка) — система мер, направленных на оказание помощи молодёжи в выборе профессии.

В основе профессионального успеха, удовлетворённости работой лежат три компонента — желание человека заниматься выбранным делом («**хочу**»), его способность выполнять данную работу («**могу**») и востребованность этого вида деятельности на рынке труда («**надо**»).

Формула выбора профессии «Хочу — Могу — Надо»

Главная деятельность взрослого человека — трудовая. Работа занимает большую часть жизни. Естественно, хочется заниматься любимым делом, но так бывает не всегда. Не каждый человек находит баланс между «хочу», «могу» и «надо». Но психологи утверждают, что это возможно. Стать счастливым может каждый человек. Наверняка Вы уже встречали известную формулу выбора профессии «Хочу – Могу – Надо», но знаете ли Вы, что именно скрывается за каждым из этих слов?

Хочу, могу, надо: что значит

Каждое слово само по себе вроде бы понятно, но давайте подумаем, как именно они определяются и взаимодействуют между собой:

- **Хочу** – это то, что вы любите делать.
- **Могу** – это то, что вы умеете делать или чему можете научиться; то, что получается.
- **Надо** – то, что от вас требуется; за что хорошо платят или хвалят, вознаграждают, социально одобряют.

Другими словами, это характеризуется так:

- «хочу» определяет интересы и склонности;
- «могу» – знания, умения, навыки, способности, возможности, в том числе физические и психические особенности;
- «надо» – социальные ожидания, требования общества, спрос окружения, рынка труда.

Какие результаты дают разные соединения этих элементов:

- **Хочу + могу** = счастлив, но беден.
- **Хочу + надо** = жизнь в мечтах.
- **Могу + надо** = богатая, но несчастная, скучная жизнь.
- **Хочу + могу + надо** = успех и счастье в жизни.

Этот принцип актуален для любой сферы: семья, работа, жизнь в целом. Но особое внимание правилам выбора отводится в сфере профессионального определения.

ХОЧУ

Необходимо чётко знать свои интересы, желания и цели. Ни одним из пунктов формулы пренебрегать нельзя, но этим особенно, так как правильная мотивация и интерес это основа всей будущей жизни как профессионала в своём деле. Работа должна приносить удовольствие и никакая мотивация со стороны в виде заработной платы или социального пакета не смогут

изменить тот простой факт, что придётся ходить на работу как на каторгу и каждый день с нетерпением ожидать когда же, наконец, наступит пятница. Понятно, что с таким отношением достичь значительных высот в карьере вряд ли удастся или будет стоить несоизмеримых с наградой физических и эмоциональных затрат.

Не спорим, это очень сложный вопрос для самостоятельного решения, но от него зависит многое, поэтому стоит поднапрячься и приложить максимум усилий. В этом могут помочь разнообразные тесты на профориентацию, которые доступны как в интернете, так и в печатном виде. Поможет определиться со специальностью матрица выбора профессии Г.В. Резапкиной. Абсолютно все профессии найти на ней не получится, но общее направление поисков будет очевидным. Подробнее познакомиться с заинтересовавшими направлениями и специальностями можно в атласе профессий. <http://atlas100.ru/>

МОГУ

Разобравшись с интересами и желаниями, переходим к не менее важному компоненту формулы решения вопроса «Как выбрать профессию» – своим возможностям, как физическим, так и психологическим. Для того, чтобы сделать правильный выбор профессии необходимо тщательно разобраться в себе, узнать свои сильные и слабые стороны. Если при выборе профессии исключить эту часть формулы или не придать ей должного внимания, то значительно увеличивается вероятность не поступить в вуз или техникум на выбранную специальность или устроиться на работу в хорошую компанию. Если же удалось отучиться и трудоустроиться, то для достижения профессиональных успехов, а значит повышения заработной платы и продвижения по службе придётся прилагать намного больше усилий, чем окружающим коллегам, у которых имеются соответствующие задатки и предрасположенности. Даже просто держаться на одном с ними уровне может оказаться затруднительным и требующим большого количества сил.

Можно выделить несколько основных направлений, которые помогут определить собственные возможности.

Состояние здоровья

Самый банальный пункт, который, тем не менее, часто забывают. Для одних профессий состояние здоровья не играет большой роли, для других же такие особенности как слабое зрение, дальтонизм, плоскостопие или общая физическая подготовка играют решающую роль, и дорога к профессии будет закрыта навсегда. В снайперы не возьмут человека, который носит очки, а людям с дальтонизмом вряд ли получится стать всемирно известными дизайнерами или даже просто получить водительские специальности.

Даже если в требованиях к той или иной профессии не указаны противопоказания по здоровью, старайтесь соотнести свои физические особенности с процессом будущей работы.

Личностные качества и психологические особенности

Темперамент, особенности характера и прочие личностные качества, как положительные, так и отрицательные относятся именно сюда. Выявить их помогут психологические тесты, беседы с психологами-профконсультантами или простые вопросы к друзьям и знакомым.

При выборе профессии такие особенности личности играют значительную роль в удовлетворении от работы и её комфортности. Замкнутым людям не стоит выбирать профессии, связанные с большим количеством общения с другими людьми или бурными рабочими процессами. Активные люди вряд ли смогут полноценно реализовать себя на однообразной, монотонной работе.

Профессиональные предрасположенности и способности

Сюда относятся любые умения, которые получаются лучше других людей и проще для освоения именно Вам: рисование, пение, тонкая работа руками, чувство стиля, идеальный слух и другие подобные. Тот факт, что для освоения каким-либо навыком требуется меньше усилий для большего результата может сыграть огромную роль в выборе идеальной профессии.

Профессиональная квалификация и опыт

Для тех, кто уже получил образование и работал по выбранной специальности, возможно, имеет смысл не менять сферу деятельности кардинально, а выбрать что-нибудь смежное, где можно применить уже имеющиеся знания, умения, навыки. С имеющимся наработанным опытом проще устроиться на работу и достигнуть успехов.

Учитывая всё вышеперечисленное, при знакомстве с той или иной профессией будет несложно определить, какие подходящие профессиональные качества уже имеются, а над какими стоит поработать для их развития.

НАДО

Согласитесь, будет не очень умно выбрать профессию, которая не востребована на рынке труда или, что ещё хуже, постепенно теряет свою значимость и уходит в небытие. В формуле выбора профессии компонент «НАДО» выступает в качестве востребованности профессии на рынке труда. Точно предсказать перспективность профессии через несколько лет довольно сложно, но общие тенденции вполне возможно. Для этого можно почитать мнения специалистов, посмотреть государственные образовательные планы, найти соответствующую аналитику и составить своё мнение.

Рынок труда всегда находится в движении, с развитием технологий появляются новые профессии и постепенно отмирают старые. Даже после получения образования и успешной работы необходимо совершенствоваться и повышать свою квалификацию, чтобы оставаться конкурентоспособным и успешным специалистом в своей профессиональной области. Если же исключить «НАДО» при выборе профессии, то найти работу по специальности может оказаться затруднительно.

Результат формулы выбора профессии

Правильно оценив все компоненты формулы «МОГУ – ХОЧУ – НАДО» по отношению к себе шанс неправильного выбора профессии значительно уменьшится, а достигнуть профессионального успеха и стать востребованным специалистом будет проще. Вы найдёте такую профессию, которая будет одновременно:

- Интересной для вас (ХОЧУ)
- Лёгкой и приятной в освоении (МОГУ)
- Пользоваться спросом на рынке труда (НАДО)

Исключение же хоть одного из параметров формулы приводит к различным неблагоприятным последствиям, от невозможности получения удовлетворения от работы до значительно затруднённого трудоустройства по специальности.

Простые шаги выбора профессии

Для тех, кто любит хорошо структурированные пошаговые инструкции предлагаем воспользоваться алгоритмом выбора профессии и за семь несложных шагов значительно сузить перечень возможных профессий.

1. Составить список требований к идеальной профессии.

Чем больше требований получится придумать, тем лучше и точнее получится определить желаемую профессию. Можно начать с нижеперечисленных требований и расширить список своими.

- Условия работы
- Направление деятельности
- Уровень заработной платы
- Уровень требуемого обучения
- Содержание и характер работы
- Сложность трудоустройства по специальности
- Сфера деятельности
- Любые другие важные для Вас требования

2. Определить степень значимости каждого требования.

Проранжировать каждое требование по шкале от 1 до 10 или разбить любым другим удобным для себя способом на те, которые являются жизненно важными и те, которыми можно пренебречь в пользу других. Возможно получится избавиться от тех или иных требований, которые показались важными лишь на первый взгляд.

3. Составить список интересных профессий

Для знакомства с миром профессий можно использовать наш Каталог профессий или воспользоваться любым другим. В книжных магазинах продаются специальные справочники с подробным описанием существующих на рынке труда профессий. Основной отбор должен идти опираясь на интересность профессии, учитывая насколько хотелось бы получить такую специальность и начать карьеру в этой сфере.

4. Соотнести свой список требований с каждой из заинтересовавших профессий

Следует помнить, что кроме списка Ваших требований к идеальной профессии существуют и требования самих профессий. Учитывайте свои личные таланты и способности, а также физические особенности. Возможно, что в какие-то профессии путь окажется закрыт по объективным причинам, а справиться с другими будет заметно проще.

5. Проанализировать результаты

На основе предыдущих пунктов определите несколько наиболее подходящих профессий и познакомьтесь с ними поближе. Найдите больше информации, сходите на экскурсию, дни открытых дверей или ярмарки вакансий. Совсем хорошо, если удастся побеседовать со специалистом в данной отрасли.

6. Проверить результаты

Обсудите свой выбор с родителями, друзьями, учителями, психологом-профконсультантом. Узнайте их мнение и аргументы в пользу той или иной профессии. Можно пройти профориентационные психологические тесты для подтверждения правильности выбора.

7. Определить шаги к получению профессии

Если удалось твёрдо определиться с одной или несколькими идеальными профессиями, то можно смело начинать искать информацию о том, в каком учебном заведении можно получить желаемую специальность, что требуется для поступления, какие профессиональные требования и навыки стоит развить, как повысить свою конкурентоспособность на рынке труда и т.д.

Ещё один простой способ выбрать профессию

Приведём ещё один несложный способ как выбрать подходящую профессию. Для него потребуется всего лишь чистый лист бумаги и ручка.

Нарисуйте в центре листа себя или большую красивую букву «Я». Затем, как лучи от солнца, напишите вокруг свои любимые занятия и увлечения. Это могут быть уроки, хобби, просто приятные и простые занятия, совсем не обязательно связанные с миром профессий. Чем больше таких лучиков получится, тем лучше.

Дальше самое сложное, но и самое интересное – к каждому получившемуся лучу придумайте несколько подходящих профессий. Если возникнут сложности, то можно поискать информацию в интернете, журналах, газетах, спросить совета у друзей и родителей.

Таким нехитрым образом получится список профессий, которые могут Вам подойти. Выберите из них от 5 до 10 наиболее интересных и узнайте о них как можно больше: необходимое образование, средний уровень зарплаты, требования компаний-работодателей и т.п. Можно добавить список подходящих учебных заведений и подходящих курсов для развития профессионально важных качеств.

Проверьте правильность выбора с помощью мнения значимых для Вас людей (родители, учителя, друзья и т.п.), прохождения тестов на профориентацию, консультацией с хорошим психологом-профконсультантом.

Хочу, могу, надо в профессии

Существует немало методик для определения профессионального «хочу, могу, надо». Для диагностики «хочу», то есть интересов и склонностей можно использовать следующие методики:

- Карта интересов в модификации А. Е. Голомштока. Тест из 96 вопросов позволяет точно и всесторонне определить интересы личности.
- Тест профессиональных склонностей Л. Йовайши. Опросник из 24 вопросов позволяет определить сферу профессий, к которым человек склонен.

• Методика О. Ф. Потемкиной для определения социально-психологических установок. Тест из 40 вопросов позволяет определить мотивы личности: направленность на результат или содержание, альтруизм или эгоизм, материальные или духовные блага и т. д.

Для определения «могу», то есть личностных особенностей подойдет любой тест на определение темперамента, например, Формула Белова. Для определения способностей подойдет Оксфордский тест на определение способностей личности.

Для определения «надо» придется заняться аналитикой. Если мы говорим о профессии, то нужно оценить рынок труда, спрос, составить список востребованных профессий, изучить их особенности, требования к кандидатам. А затем сравнить требования профессии со своими интересами и способностями.

Все представленные методики подходят как для первичного определения подростков, так и для переподготовки, вторичного профессионального определения взрослых людей.

Психолог Соломин Игорь Леонидович разработал единую методику диагностики «хочу, могу и надо» – анкета «Ориентация».

Чтобы быть счастливым в жизни, мало правильно выбрать профессию. Нужно, чтобы «хочу», «могу» и «должен» совпадали во всем.

Заключение

Не забывайте, что решение вопросов «Как выбрать профессию», «Кем стать?» и подобных это только первый шаг на пути к успешной карьере, но именно от него зависит будущая успешность и востребованность как профессионала.

Также не стоит забывать, что многие профессии находятся на стыке разных дисциплин и необходимо хорошо разбираться во всех из них. Ещё одним немаловажным фактором, который стоит учитывать, является то, что профессиональные требования и обязанности значительно меняются по мере карьерного роста. Несомненно, можно попробовать себя сразу же в роли руководителя, но это будет менее эффективно, чем пройти весь путь до него с низов и зная всю работу изнутри. Помните, что на кону будут стоять Ваши репутация, время и деньги.

Любой самостоятельный выбор стоит проверить и обсудить с практикующими профессионалами. В каждом городе и почти каждом учебном заведении есть отделы профориентации, куда можно обратиться за беседой или прохождением специализированных профориентационных тестов.

Станете ли Вы человеком, который получает удовольствие от работы, стремительно растёт по карьерной лестнице и успешно реализует себя в условиях современного общества зависит только от Вас и Ваших первых шагов в выборе желаемой и перспективной сферы деятельности. От всей души желаем удачного определения трудового пути!