



§ 26. Шляхи вибору та здобуття професії



Добре тому, хто радо робить свою справу.

Народна мудрість



1. Як ти розумієш вислів? Які твої інтереси або здібності могли б перетворитися на улюблену справу в майбутньому? Чи можна поєднати справу, яка подобається, і можливість заробляти на життя?

Як вибрати професію?

Сучасний світ пропонує безліч можливостей. Але саме ця різноманітність ускладнює вибір майбутньої професії. Важливо не просто вибрати “модну” чи прибуткову професію, а й знайти ту, яка відповідатиме твоїм інтересам, здібностям, темпераменту, цінностям і життєвим цілям. Для цього використовуй “формулу вибору професії”, яка містить компоненти “хочу”, “можу”, “треба”. Тобі вже відома ця формула з параграфа 21. Але тоді йшлося про твою самореалізацію. Вибір професії та самореалізація мають дуже тісний і глибокий зв’язок, адже професійна діяльність стає основним шляхом для розкриття твого потенціалу, досягнення цілей і відчуття сенсу життя.

“Хочу” — це твої інтереси, мотиви, плани та професійні наміри. Те, чим ти прагнеш займатися, робиш із бажанням, за власною ініціативою.

“Можу” — це твої можливості, стан здоров’я, особливості характеру, психофізіологічні якості, здібності до різних видів діяльності. Це те, до чого ти маєш нахил і можеш успішно виконувати.

“Треба” — це потреби суспільства, що відкривають перед тобою перспективи у певній сфері. Це знання й усвідомлення того, яка саме справа дасть можливість жити комфортно.

Вибір професії, зроблений з урахуванням “хочу”, “можу” й “треба” (перетин трьох кіл) забезпечує твій успіх у професійній сфері.



1. Радше хобі, ніж робота
2. Робота не до душі
3. Поки що мрія

Проте іноді людина вибирає професію на перетині тільки двох кіл: “хочу — можу”, “хочу — треба” або “треба — можу”.

- Удвох із однокласником/однокласницею обговоріть можливі наслідки вибору професії на перетині тільки двох кіл: “хочу” та “можу”, “хочу” та “треба” і “треба” та “можу”.
- Намалюй і заповни свою “формулу вибору професії”. Чи відбувається у тебе перетин трьох сфер? Якщо твій вибір професії перебуває на перетині тільки двох сфер, які кроки ти можеш зробити вже зараз, щоб наблизитися до балансу?

Як можна визначити твій професійний тип?

Іноді буває складно зробити вибір майбутньої професії самостійно. На допомогу придуть тести, консультації та опитування, які визначають твої схильності до певної професії. Корисним для тебе може бути опитувальник професійної спрямованості Голланда. Дж. Голланд вважав, що кожна людина має свій унікальний тип особистості, який добре “поєднується” з певними видами професійної діяльності. Психолог виділив шість основних типів особистості й рекомендовані для них професії.



Реалістичний (Realistic) — Я дію

механік, електрик,
будівельник, агроном,
лісник

Дослідницький (Investigative) — Я досліджую

біолог, аналітик,
програміст, хімік,
еколог

Артистичний (Artistic) — Я створюю

художник, дизайнер,
актор, журналіст,
музикант

Соціальний (Social) — Я допомагаю

учитель, психолог,
медсестра, тренер,
соціальний працівник

Підприємницький (Enterprising) — Я переконую

менеджер, підприє-
мець, політик, рієлтор

Конвенційний (Conventional) — Я впорядковую

бухгалтер, секретар,
діловод, банківський
службовець

- Пройди опитування Голланда. Чи згоден/згодна ти з отриманими результатами? Чи відображає результат твоє уявлення про твої професійні інтереси?
- Удвох з однокласником/однокласницею ознайомся із ситуаціями. До якої групи за опитувальником Голланда належать ці підлітки? Запропонуйте варіанти професій до кожної ситуації.

Іншим інструментом визначення власних професійних схильностей є опитувальник Л. Йовайші. Він складається з простих запитань або тверджень. Відповідаючи на них, ти формуєш свою карту професійних схильностей.

6. Пройди опитувальник професійних схильностей Л. Йовайші.



Схильність до роботи з людьми



Схильність до естетичних видів діяльності



Схильність до дослідницької діяльності



Схильність до екстремальних видів діяльності



Схильність до роботи на виробництві



Схильність до планово-економічних видів діяльності

- ☀ Чи відповідає отриманий тобою результат уявленню про твої професійні інтереси? Чи подібний він до результатів опитувальника Голланда? Зроби висновок.

Чому вибрати майбутню професію буває складно?

Професія — це сфера життя, де людина реалізує свої здібності, розвивається, відчуває свою користь і відповідальність. Розуміння, що від твого правильного вибору залежить майже все твоє подальше життя, може стати джерелом стресу та тривоги. Складність вибору професії пов'язана з певними викликами, що їх відображено нижче.

Швидкість змін на ринку праці

- Нові професії з'являються щороку, а деякі традиційні спеціальності зникають.
- Навички, які були цінними вчора, сьогодні можуть виявитися неактуальними.
- Технології змінюють сутність багатьох професій до невпізнаності.



Інформаційне перевантаження

- Величезна кількість освітніх можливостей і напрямів.
- Складність оцінити перспективність різних галузей.
- Розбіжність між порадами експертів і реальними потребами ринку.



Психологічний тиск

- Страх помилитись у виборі професії.
- Тривога через невизначеність майбутнього.
- Завищені очікування з боку суспільства та родини.





7. Ознайомся з інформацією про сучасні виклики у виборі професії. Чи всі виклики вказані? Чи вважаєш ти ці виклики актуальними для себе?

Які помилки можуть виникати на шляху до вибору професії?

У підлітковому віці вибір професії часто супроводжується сумнівами, впливом друзів, батьків або тиском обставин. Через брак досвіду молоді люди іноді обирають не той шлях, що відповідає їхнім здібностям, інтересам чи цінностям. У результаті — втрачені роки навчання, розчарування, зміна фаху або професійне вигоряння. Щоб уникнути негативних наслідків, варто заздалегідь ознайомитися з найпоширенішими причинами помилок у виборі професії.



8. Разом з однокласником/однокласницею ознайомтеся з інфографікою. Чи всі чинники помилок у виборі професії на ній позначено? Які помилки ви вважаєте найсуттєвішими? Чи можна змінити професію в дорослому віці? Це ознака поразки чи розвитку?

ЧИННИКИ ПОМИЛОК У ВИБОРІ ПРОФЕСІЇ

1. Вплив батьків або оточення Нав'язування сторонніх мрій чи стереотипів	2. Мода, престиж або соціальний тиск Вибір популярної професії	3. Неправильна самооцінка Завищення або применшення своїх здібностей	4. Недостатня поінформованість Вузьке уявлення про зміст роботи
5. Ігнорування особистих інтересів і цінностей Вибір тільки через можливий заробіток	6. Страх і невпевненість Боязнь труднощів, невдач, відповідальності	7. Ілюзії про професію (романтизація) Рожеві мрії або нереалістичні сподівання	8. Вибір “на автоматі” — бо треба Несвідомий і поспішний вибір професії

Значну й часто негативну роль у виборі професії відіграють суспільні стереотипи. Це стійкі, спрощені уявлення про певні професії або про те, хто має ними займатися. Вони можуть обмежувати твій вибір.



9. Ознайомся з найпоширенішими стереотипами щодо вибору професії. Вибери один із них і наведи приклади реальних людей або фактів, які спростовують цей стереотип. Зроби висновок про шкоду стереотипу.

Боятися помилки у виборі професії не варто, адже страх паралізує і заважає вирішувати правильно. У будь-якій сфері діяльності людина, здобуваючи досвід і кваліфікацію, змінює заняття і посади. Твоя перша професія може бути лише стартовою точкою, а не фінальним пунктом



призначення, отже твоя помилка може відчинити нові двері. Часто саме невдалий досвід змушує замислитися, шукати себе, експериментувати і врешті-решт знаходити своє справжнє покликання.

Найбільша помилка — не вибирати, не пробувати, а залишатися на місці через страх зробити хибний крок. Будь сміливим/смисловою у своїх рішеннях і пам'ятай, що життя дає багато шансів на зміни й самореалізацію, а невдачі — це лише сходинки до успіху. Важливо не боятися рухатися вперед, адже саме активність і готовність ризикувати відкривають нові можливості й формують твою унікальну історію.



- 10.** У деяких закладах професійної освіти на етапі вступу абітурієнтів просять написати листа з описом своїх мотивів до здобуття вибраної професії. Це не проста формальність, а потужний інструмент, який може суттєво підвищити твої шанси на успіх під час вступу до закладу освіти. Якщо ти вже визначився/визначилася зі своєю майбутньою професією, потренуйся в написанні мотиваційного листа. Поради щодо цього ти знайдеш у е-додатку.



1. Для вдалого вибору роду занять необхідно вивчити свої інтереси, можливості і запити ринку праці. “Формула вибору професії” орієнтована на досягнення балансу між “хочу”, “можу”, “треба”. Ідеально, коли вибрана професія перебуває на перетині трьох сфер.
2. Зрозуміти свою професійну спрямованість допоможуть діагностичні методики, орієнтовані на визначення твоїх професійних схильностей і потенціалу.
3. Професійне визначення — один із найвідповідальніших етапів у твоєму житті. Розуміння того, що “модне” не завжди означає “твоє”, допомагає зосередитися на пошуку справи, яка справді приноситиме задоволення.
4. На вибір професії впливають такі чинники:
 - швидкі зміни на ринку праці;
 - перевантаження інформацією про різні можливості у сфері працевлаштування;
 - страх не виправдати своїх сподівань або очікувань родини.

Помилка у виборі професії насправді буде твоїм досвідом і відкриє можливості для опанування нової професії.

