

Все люди о чем-то мечтают: одни — об успешной карьере, другие — о гармонии в семейных отношениях. Этих людей объединяет осознанный выбор в пользу того, что представляет для них наибольшую ценность.

Выбор профессии требует от каждого из вас серьезного подхода, ведь необходимо понимать, что ответственность за дальнейшую жизнь будет целиком и полностью лежать именно на ваших плечах. Поэтому вы должны тщательно обдумать все и только после этого принимать решение.

В этой книге вы найдете информацию о том, как грамотно выбрать профессию, как избежать типичных ошибок и построить жизнь в соответствии со своими склонностями, интересами и потребностями.

Оглавление

Введение	5
Глава 1. Для тех, кто пересекает экватор	9
§ 1. Не хочу учиться, а хочу... ..	10
§ 2. Почему так трудно выбирать профессию?	12
§ 3. Ошибки, которые мы совершаем, выбирая профессию	21
§ 4. Советы учащимся при выборе профессии	27
§ 5. Могут ли родители помочь в этом вопросе?	28
§ 6. «Я запутался в своих решениях...»	32
Глава 2. Переход от школьника к студенту с точки зрения возрастной психологии	35
§ 1. Ваше «прошлое», или Особенности подросткового возраста	37
§ 2. Ваше «настоящее»: особенности юности	41
§ 3. Немного сравнения не помешает	44
Глава 3. Университет — новая глава жизни	47
§ 1. Прощай, школа! Здравствуй, университет!	48
§ 2. Проблемы абитуриента	51
§ 3. Что делать, если поступить в университет не удалось	53
§ 4. Я передумал... ..	56
§ 5. Стоит ли бросать университет?	59
§ 6. Чем можно заняться параллельно с учебой	66
Глава 4. От чего же, от чего же, от чего же... зависит выбор профессии?	71
§ 1. Профессия и тип темперамента	71
§ 2. Факторы, влияющие на выбор профессии	78
§ 3. «Восьмиугольник» Е.А. Климова	87



Глава 5. Что включает в себя профессия	94
§ 1. Профессиональное самоопределение	95
§ 2. Профориентация	107
§ 3. Профессиональное становление личности	109
Глава 6. Тесты и методики по профориентации	117
§ 1. Тест «Тип темперамента»	117
§ 2. Опросник Голланда (Опросник профессиональных предпочтений)	123
§ 3. Тест «Склонность к артистизму»	140
§ 4. Психогеометрический тест	142
§ 5. Методика «Дифференциально-диагностический опросник (ДДО)»	150
§ 6. Диагностический тест «Способности школьника» ..	156
§ 7. Методика «Карта интересов» Голомштока	159
§ 8. Опросник карьерных ориентаций Э. Шейна	168
§ 9. Выбор профессии и нумерология	177
Заключение	202
Список литературы	204

Введение

Для человека, не знающего, к какой пристани плыть, ни один ветер не будет попутным.

Сенека

Выбор профессии — серьезный вопрос, который каждый человек решает индивидуально. Порой очень сложно определиться с направлением.

Основная проблема в том, что сейчас есть много различных специальностей, каждая из которых по-своему привлекательна. Но не каждый может с легкостью представить себя работником конкретной отрасли с определенными обязанностями.

При выборе профессии важны психологические особенности личности. Например, интроверту наверняка не подойдет работа, связанная с постоянным общением с клиентами: ему будет очень сложно привыкнуть к тому, что из замкнутого человека нужно превратиться в свою противоположность — коммуникабельного и приветливого.

Желание освоить ту или иную профессию способствует движению вперед и, как следствие, развитию личности. Любые стремления являются важной составляющей мотивов человека. Так что необходимо сразу четко обозначить свои мотивы, чтобы лучше понять себя и сделать верный выбор в пользу подходящей именно вам профессии.

Очень часто профессию выбирают на основе предпочтения школьных предметов. Но, увы, не каждый учитель может излагать материал ярко, интересно и увлекательно. Не замечали ли вы, что некоторых учителей вы слушаете



в буквальном смысле открыв рот и затаив дыхание, а уроки других педагогов кажутся вам нудными, и вы с нетерпением ждете звонка, поглядывая на часы? Каждый предмет по-своему интересен, но немаловажным фактором является и то, как он преподносится. То же самое в любой другой профессии: чтобы стать настоящим специалистом, необходимо выбирать ту сферу, которая вызывает у вас интерес, к которой у вас есть склонности и где вы сможете выразить себя.

Как правило, вопрос профориентации впервые серьезно встает перед школьником в 8 или 9 классе. Происходит это потому, что учащийся выбирает, пойти ли ему в училище (техникум, колледж) после 9 класса или же закончить 11 классов, а затем поступить в университет. По мнению некоторых психологов, к 15–16 годам (примерный возраст окончания «девятилетки») личность еще недостаточно созрела для того, чтобы принимать столь ответственные решения. Поэтому очень распространена ситуация, когда учащиеся суззов разочаровываются в выбранной ими специальности уже в процессе обучения. Учащиеся, закончившие 11 классов, имеют возможность плавно подготовиться к переходу во взрослую жизнь, так как за последние два года школы они могут подтянуть свои знания и пройти специальные курсы.

В настоящее время многие вузы предлагают сначала обучение в профильном колледже, а после этого — получение высшего образования. Кому-то хватает школьной подготовки, а для некоторых учеба в колледже имеет огромное значение, потому что она позволяет лучше узнать выбранную специальность и при необходимости изменить свое решение.

В данной книге будет приведена информация о выборе профессии на основе психологических особенностей человека, будут рассмотрены различные вопросы и проблемы выпускников школ и учащихся вузов — в общем, все то, что может помочь вам «найти себя».



Сразу хочу предупредить: возможно, кому-то после прочтения книги придется взглянуть на себя другими глазами и полностью пересмотреть свою позицию относительно дальнейшей жизни. Не бойтесь этого. Безусловно, самоанализ — вещь сложная, тем не менее вы увидите пользу этого занятия и, что немаловажно, сможете самостоятельно открыть в себе что-то новое, пока еще неизведанное, и при желании развить определенные качества.

Перед тем как вы приступите к чтению книги, кратко ознакомлю вас с ее содержанием.

Первая глава посвящена старшеклассникам, которые пока еще находятся на пороге профессионального образования. Вы читаете о проблеме выбора в жизни человека, об ошибках, которые совершают люди в момент принятия столь важного решения, а также о том, как их избежать и не «наломать дров».

Во второй главе рассматриваются особенности возраста, в котором многие из вас пребывают в настоящее время. С помощью данного материала вы сможете оценить и проанализировать свое поведение, состояние и отношение к окружающему вас миру. В конце главы приведено сравнение двух «переходных» возрастных периодов: подростковой и юности.

Третья глава адресована абитуриентам и начинающим студентам. Даже если вы еще учитесь в школе, вам будет полезно ее прочитать, чтобы заранее подготовиться к тому, что предстоит в дальнейшем.

Рассматриваются проблемы, с которыми сталкиваются многие юноши и девушки при поступлении в университет, а также в процессе обучения. Приведены примеры дополнительных занятий, параллельных учебе, которые могут оказаться весьма полезными для будущей профессиональной деятельности.

В четвертой главе вы ознакомитесь с тем, что может повлиять на выбор профессии. Материал изложен доступным языком, с учетом ваших индивидуальных особенностей.



Пятая глава позволит вам узнать, как человек начинает включаться в трудовую деятельность, где берет истоки профессиональное самоопределение, в чем ценность профориентационной работы, а также описан путь человека от школьника до профессионала высокого класса.

Заключительная, шестая глава — это сборник психологических и нумерологических тестов, опросников и методик, позволяющих познать себя и определить свой дальнейший путь. Вы сможете пройти их самостоятельно или в компании друзей. Если исследование будет коллективным, то у вас будет возможность сравнить и обсудить результаты, чтобы сформулировать свое решение относительно выбора профессии или уже окончательно утвердиться в нем.

Ну что ж, желаю вам приятного чтения!

Глава 1.

ДЛЯ ТЕХ, КТО ПЕРЕСЕКАЕТ ЭКВАТОР¹

Все ближе и ближе выпускные экзамены, на горизонте — вступительные в вуз. И каждого школьника переполняют различные чувства: кто-то с нетерпением ждет, когда же можно будет начать учебу в университете, кто-то менее уверен в себе, но есть и те, кому сама эта перспектива не кажется столь привлекательной, потому что определиться самостоятельно они так и не смогли.

Не всем удастся быстро и четко поставить перед собой цели относительно будущей профессии, ведь это требует очень серьезного подхода. Необходимость все тщательно обдумать и проанализировать ставит многих из нас в тупик. Некоторым удастся найти выход из положения самостоятельно, а тем, кто запутался, лучше всего обратиться за помощью — желательно к старшим родственникам или знакомым, у которых уже есть определенный опыт, или к профессиональным психологам-консультантам. Главное, не нужно стесняться — вас поймут, потому что все мы когда-то были подростками и так же проходили через периоды неопределенности, неуверенности в будущем, но, тем не менее, смогли все это пережить.

В данной главе будет рассмотрена проблема выбора, встающая перед большинством выпускников школы. Очень хочется оградить вас от тех ошибок, которые совершали другие, и помочь вам, направить по верному пути.

¹ Экватором здесь условно называется момент окончания школы и подготовка к вступительным экзаменам в вуз.



§ 1. Не хочу учиться, а хочу...

В данном параграфе мы рассмотрим наиболее распространенные продолжения этой фразы, чтобы понять:

1) чем чреваты «паузы» или же вовсе отказ от продолжения обучения;

2) какая возможна альтернатива.

«**Не хочу учиться, а хочу... жениться!**» — знаменитая фраза Митрофанушки из комедии Д.И. Фонвизина «Недоросль». Она была написана еще в XVIII в., но для кого-то такая позиция актуальна и в наши дни, особенно для девушек, хотя и некоторые молодые люди не прочь отсидеться дома. Здесь многое зависит от типа личности человека: есть домоседы, которым неинтересен карьерный рост и связанные с ним успехи и достижения — они готовы полностью посвятить себя домашним делам, воспитанию детей, заботе о близких.

Конечно, это не гарантия того, что после окончания школы потенциальная «домоседка» сразу выйдет замуж и с головой погрузится в семейный быт. Такие люди часто поступают в вузы, но обусловлено это не личным желанием, а давлением родственников и друзей. Так что в дальнейшем диплом будет пылиться на полке, но в графе «высшее образование» будет стоять галочка о его наличии. Не исключено, конечно, что со временем человек все же решит устроиться на работу в силу различных жизненных обстоятельств — ведь любой из нас может со временем изменить свои взгляды. Но работа для такого человека всегда будет второстепенна, на первом месте скорее всего останутся дом и семья.

Кто-то видит смысл в этом, другие, напротив, считают такой подход глупым и недальновидным. Здесь необходимо учитывать, что от постоянного сидения дома человек постепенно деградирует (при условии, что кроме бытовых вопросов он больше ничего не решает) и ему становится



сложнее общаться с людьми, которые работают, так как общих тем для разговора мало.

Если уж вы решили выбрать этот путь, то старайтесь хотя бы осваивать другие сферы жизни самостоятельно, чтобы с вами было интересно пообщаться на любые темы, а не исключительно на семейно-бытовые.

«Не хочу учиться, а хочу... работать!». Что ж, с одной стороны, конечно, вариант неплохой, но отнюдь не самый перспективный. Рано или поздно все равно придется поступить в вуз или другое учебное заведение. Но сам собой напрашивается вопрос: а стоит ли терять время? Ведь лучше сразу после школы продолжить обучение, пока свежи знания в голове и проще сдать вступительные экзамены.

Если трудности связаны с финансовыми вопросами, ищите альтернативу (заочное или вечернее отделение, дистанционный курс). Да, порой это сложно, но о будущем необходимо думать постоянно! Определите приоритеты и двигайтесь дальше в том направлении, которое вы хотите выбрать.

«Не хочу учиться, а хочу... отдохнуть от домашних заданий и контрольных!». Безусловно, это просто каприз. Как и в предыдущем варианте, такой «отдых» — пустая трата своего же времени. Но вот мотивы различаются. Если выше говорилось о том, что человек хочет зарабатывать деньги, то в этой ситуации никаких определенных целей не видно. Отдых отдыхом, но нужно и голову занять. Когда вы созреете до мысли, что пора браться за ум, придется снова прочитать кипы книг, чтобы освежить знания и поступить в университет.

Представьте, что ваши бывшие одноклассники уже устроятся на хорошую работу, тогда как вы все еще будете грызть гранит науки. Да, и подумайте о том, что, поступив в вуз через некоторое время после окончания школы, вы будете учиться уже не со своими сверстниками и станете самым старшим в группе. Давно замечено, что с возрастом в большинстве случаев усвояемость материала и скорость



его восприятия снижаются, а школьные азы будут уже порядком подзабыты.

Есть ли тогда смысл отсрочивать обучение, к которому так или иначе ведут практически все пути? Решайте сами, какой вариант вам ближе, ведь очень недальновидно некоторое время провести на диване, а затем все равно пуститься вдогонку за знаниями.

§ 2. Почему так трудно выбирать профессию?

Выбор — бремя и привилегия взрослого.

Д.А. Леонтьев

Прежде чем рассмотреть проблему выбора профессии, нужно разобраться, почему вообще бывает сложно принимать серьезные решения. Об этом и пойдет речь в данном параграфе.

Ежедневно нам приходится выбирать, что надеть, что съесть, куда пойти и т.п. Естественно, по сравнению с выбором будущей профессии это сущие пустяки. Тем не менее от нашего решения может зависеть очень многое. Кому-то выбор дается легко, другим — не очень, но от необходимости выбирать это никого не освобождает.

Так почему же сделать выбор порой так сложно? По мнению доктора психологических наук, профессора МГУ им. М.В. Ломоносова Д.А. Леонтьева, основная проблема заключается в том, что выбор — это, прежде всего, атрибут взрослости.

Ребенок может выбрать сам, что он будет кушать, в какие игрушки играть, с кем дружить, а все остальные вопросы решают родители. И отчасти это очень удобно: за тебя все продумают, обсудят, сделают выводы, останется только выполнить поручение старшего.



В подростковом возрасте возникает острое желание выбирать самостоятельно, потому что подросток считает себя уже достаточно взрослым для этого, но не учитывает того, что не во всех вопросах ему хватает опыта. Так как этот возраст сам по себе считается кризисным, позиция подростка часто бывает абсурдной, поэтому психологическая помощь требуется как детям, так и родителям. Но именно в подростковом возрасте перед молодыми людьми впервые серьезно встает вопрос о профессиональной ориентации. Некоторым подросткам, возможно, хочется вернуться в детство, когда все важные решения принимались взрослыми. Это желание вызвано тем, что они начинают осознавать сложность ситуации: в результате выбора в жизни произойдут изменения, которые повлияют на многое, в первую очередь, на их личность.

Попытка выбрать правильный путь — это как лотерейный билет: «повезет — не повезет». Мы всегда надеемся на лучший исход событий, но в душе все равно остаются сомнения: смогу ли я, достоин ли и т.д. Надежда на то, что в случае неудачи можно будет с легкостью изменить направление, — лишь иллюзия. Каждый о чем-то мечтает, но не у всех есть силы и возможности для осуществления своих планов. Если мы видим примеры того, что кто-то смог добиться успеха, пройдя путь буквально «из грязи в князи», это воодушевляет. Но если же мы то и дело встречаем примеры, свидетельствующие о неудачном выборе жизненного пути, это порождает сомнения, желание еще раз тщательно и взвешенно все продумать.

Датский философ С. Кьеркегор считал, что в ситуациях, требующих серьезного подхода, каждый человек путем самоанализа рассматривает возможные «версии» самого себя. К примеру, человек пытается представить себя в образе юриста, а затем воображает себя профессионалом в другой области, т.е. пытается примерить на себя множество профессий и определить те, в которых, по его мнению, он сможет добиться успеха.



Людам с низкой самооценкой сделать выбор сложно, потому что они часто не уверены в себе и своих силах. Им можно порекомендовать обратиться к психологу, который поможет поверить в себя и выйти из привычной «серости» плавно, с наименьшими потерями. Естественно, может потребоваться не одна консультация, а, возможно, целый курс, но результат будет стоить затраченного времени.

Безусловно, выбор может в той или иной степени изменить человека, ведь на принятие решения затрачиваются время и силы, оцениваются собственные возможности и, что немаловажно, обнаруживаются новые способности, стремление развить которые также влияет на выбор пути.

В принципе, при выборе профессии важны способности. Если школьник правильно их оценивает, то можно с большей вероятностью сказать, что он сумеет определить дальнейший путь самостоятельно.

Если выбор, сделанный кем-то другим, в результате не оправдал ожидания ребенка, то он может все «свалить» на того, кто решил за него. А взрослый человек изначально должен понимать, что если уж кого и можно будет обвинить в неправильном решении, то только себя. Ведь многие психологи утверждают, что во время консультаций они не скажут клиенту, как надо действовать в той или иной ситуации, но направят его. Обладая глубокими познаниями в области человеческой психологии, консультанты способны сделать это так, что человек воспримет их наставления как собственные мысли. Именно поэтому многие знакомые при просьбе «посоветовать что-нибудь» стараются быстрее ретироваться: эти люди боятся, что в случае неудачи человек обвинит их.

Психотерапевт Е.Р. Калитеевская поясняет, что избрание того или иного пути — это то, что человек уже делает, а не только то, чего он ожидает. Подумайте сами: вы выбрали несколько профессий, пытаетесь себя представить в роли профессионала, но ведь в процессе этого вы изучаете какие-то источники по специальностям и получаете ин-



формацию, т.е. вы знакомитесь и «примеряете» то или иное направление на себя. Значит, частично вы уже находитесь в этой деятельности.

Главное — точно обозначить, когда нужно придерживаться определенного курса, избегать поворотов и дорог, ведущих в никуда: если вы выбрали факультет и специальность, постарайтесь не изменить своего решения в последний момент, ведь переориентация впопыхах может сбить вас с толку и нарушить внутреннее спокойствие.

Нередко проблема выбора порождает депрессивное состояние. Почему? Потому что серьезные решения требуют долгого и тщательного обдумывания.

При выборе профессии выпускник не может быть уверен в том, что карьера будет успешной. А когда перед ним встает дилемма «выбрать это или то», причем между одной и другой специальностями нет совершенно никаких аналогий, то принятие решения тем более может затянуться и стать настоящим мучением для абитуриента. Он находится в состоянии постоянного внутреннего напряжения, и чем ближе день «Икс» (т.е. день, когда надо будет четко обозначить свое решение), тем выше уровень тревоги в его душе.

Возможность выбора — это еще и возможность проявить себя в разных видах деятельности. Этому предшествует примерное планирование дальнейшего развития событий. Хорошо, если у человека, помимо воображения, есть способность реально оценивать действительность: решая пойти определенным путем, он знает, к чему это может привести. Только не нужно пытаться одновременно делать выбор во всех сферах своей жизни: если нужно решить, какая специальность вам интересна, поставьте эту задачу на первый план, а, к примеру, решение проблем личной жизни постарайтесь отложить на некоторое время. Если пытаться решить все и сразу, можно запутаться, а если подойти к этому вопросу с позиции «котлеты — отдельно, мухи — отдельно», можно принять правильные решения.



Изначально возможность самостоятельного выбора профессии у старшеклассника может вызвать массу положительных эмоций, потому что это позволяет ему почувствовать себя взрослым и рассудительным человеком. Но со временем приходит осознание того, что это серьезная «головная боль» и без посторонней помощи он обойтись не сможет.

Когда школьник пытается выбрать между двумя, равноценными, по его мнению, специальностями, про него могут сказать: «Буриданов осел». Не подумайте, это не оскорбление. Французский философ XIV в. Жан Буридан предложил такое описание состояния принятия решения (на примере осла):

На определенном расстоянии друг от друга лежат два абсолютно одинаковых стога сена, а между ними, точно посередине, стоит осел. Бедное животное смотрит то на один, то на другой стог и никак не может определиться, к какому лучше подойти, чтобы полакомиться. Итог печален: осел умер, стоя на одном месте и так и не решив, где сено может быть вкуснее.

Конечно, вы от выбора не умрете, но помучиться можете прилично. Постарайтесь разграничить свои мотивы — это поможет вам быстрее принять решение.

Конечно, чем уже круг выбираемых специальностей, тем проще выбирать. Считается, что в подобной ситуации, согласно известной народной мудрости, человек старается «из двух зол выбирать меньшее», и происходит это именно потому, что нам свойственно стремление разрешать неопределенные моменты максимально быстро и безболезненно.

Как принять решение с наименьшими потерями для себя

Российский психолог Вит Ценев предлагает поэтапное решение данной проблемы¹, основные положения которого

¹ <http://psyberia.ru/psychodiary/buridano>



будут кратко изложены ниже и при необходимости адаптированы именно к ситуации выбора профессии.

1. За свой выбор вы должны сами нести ответственность. Конечно, вы можете слушать других людей и учитывать их мнения при принятии решения, но ваше «последнее слово» должно быть не «тем, что посоветовали родители (друзья, знакомые, учителя)», а четкой и аргументированной позицией, сформировавшейся у вас путем анализа всей полученной информации.

Попробуйте сесть и аргументировать свое решение: там должно обязательно присутствовать только ВАШЕ личное мнение, ВАШИ индивидуальные стремления. Если в качестве доводов вы говорите «мама (папа или другие родственники) хочет, чтоб я сделал так», то значит вы просто решили «не заморачиваться», переложив ответственность за свое решение на плечи другого человека. Подумайте о том, что в случае неуспеха в будущем вы скажете, что зря послушались совета, но винить можно будет только себя и никого больше. Вам давали возможность выбирать самостоятельно, но вы решили не делать этого.

2. Перед принятием решения «профильтруйте» все рассматриваемые варианты, все преимущества и недостатки той или иной профессии и отбросьте то, что для вас наименее важно. Здесь уместна теория фильтров А. Керкгоффа и К. Дэвиса, разработанная, правда, для выбора брачного партнера, но в данном случае она будет адаптирована для выбора специальности. Для этого вам понадобится 2 листка бумаги и ручка.

Начертите на первом листе таблицу (количество колонок зависит от количества строк). Перечислите все свои карьерные ожидания и предпочтения в первой колонке. Начиная со второй закрасьте маркером ячейки по диагонали (как показано в примере).



Пример:

Быстрый карьерный рост	■						
Работа с людьми		■					
Нормированный график работы			■				
Высокая зарплата				■			
Различные научные исследования					■		
Работа, не предполагающая постоянных разъездов						■	

Карьерных ожиданий может быть сколько угодно — в этом случае просто добавляйте для каждого из них по столбцу. Это будет таблица ваших личных предпочтений.

Теперь возьмите второй листок и напишите, какие преимущества вы получите, если пройдете обучение по одной из выбранных вами специальностей. К примеру, работа агентом по недвижимости предполагает довольно высокую зарплату, но частые разъезды, а вот у менеджера по продажам зарплата может быть ниже, зато в течение рабочего дня он находится в одном помещении. Возможно, потребуется немало времени, чтобы составить эти списки, но вас никто не торопит!

Когда вы закончите описывать преимущества и недостатки своих потенциальных специальностей, переходите к формированию своих истинных карьерных предпочтений. Для этого возьмите свой листок с таблицей и начните анализировать себя. На примере приведенной таблицы нужно задать себе вопрос: «Что для меня наиболее важно: быстрый карьерный рост или работа с людьми?» Если первое, то ставьте в ячейке единицу, если второе — ноль. Затем подставьте в вопрос вместо «работы с людьми» «нормированный график работы» и далее по списку, заполняя первую строку своей таблицы путем сравнения первого



своего предпочтения с последующими. Те же действия нужно повторить и с остальными строками.

Предположим, получились такие значения:

Быстрый карьерный рост		1	0	0	1	1	3
Работа с людьми	0		1	0	1	1	4
Нормированный график работы	0	1		1	1	1	4
Высокая зарплата	1	0	1		1	1	4
Различные научные исследования	0	0	0	0		0	0
Работа, не предполагающая постоянных разъездов	0	0	0	0	1		1

Можно сделать вывод, что в примерном мысленном «фильтре» наиболее значимые предпочтения — «Работа с людьми», «Нормированный график работы» и «Высокая зарплата». Фактор «Различные научные исследования» оказался совершенно незначимым — стало быть, при выборе профессии он не будет играть никакой роли.

Затем просмотрите, какие карьерные предпочтения набрали наибольшее количество баллов, выберите из них 4–5 с самым высоким показателем. Так вы получите «идеальные профессиональные предпочтения» лично для себя. Теперь возьмите свой листочек с описаниями потенциальных профессий и сравните, какой из них в большей степени соответствуют карьерные ожидания, набравшие максимальное количество баллов. В итоге вы сможете понять, какую профессию лучше выбрать.

3. Совершенствование личного алгоритма действий, или «Что это такое, и с чем его едят». В процессе жизни мы приобретаем опыт, изучая мир визуально (на глаз), аудиально (на слух), посредством прикосновений, запахов и т.д.



Рано или поздно каждый из нас усваивает, что нельзя опускать руки в кипятке, ведь в этом случае можно получить серьезный ожог. Таких ситуаций в жизни масса! и в каждой из них мы можем привести аргументы: почему нельзя, а что будет, если... Сразу же на ум приходят строки А.С. Пушкина:

*О, сколько нам открытий чудных
Готовят просвещенья дух,
И опыт, сын ошибок трудных,
И гений, парадоксов друг,
И случай, бог изобретатель...*

Безусловно, многие люди пытаются учиться на своих и чужих ошибках: у кого-то получается, а кому-то это никак не удается. Но именно так оттачивается «мастерство», и человек старается выбирать самостоятельно, защищая свою позицию. Достигая высшей степени вышеупомянутого «мастерства», личность способна принимать решения быстро и с пользой для себя. Конечно, здесь нельзя указать четкие временные рамки, потому что сказать «вы научитесь этому за полгода», нельзя. Бывает, что кому-то и жизни для этого не хватает. Постарайтесь найти в своем окружении людей, способных принимать решения быстро и опрометчиво, и понаблюдайте за ними: какая у них мотивация, что они могут привести в качестве аргументов и т.д.

4. Побольше оптимизма! Есть замечательный иностранный фильм — «Полианна». В нем главная героиня, маленькая девочка, говорит о том, что в любой плохой ситуации можно и нужно находить что-то хорошее. Не бойтесь возможных неудач — это ваш путь, и неуспех может вас чему-то научить. Смотрите на мир по-другому: если вам трудно принять решение, попробуйте выбрать наиболее близкую профессию, послушайте свой внутренний голос (уж что-то он обязательно подскажет). Избегайте мыслей о



прошлом (в частности, о школе): ведь этот этап **БЫЛ**, вы через него прошли и теперь вступаете в новый. Подумайте о том, что какое бы решение вы ни приняли, оно будет именно ваше, личное, а значит, соответствующее вашим стремлениям и ожиданиям. Реально оцените свой потенциал — и вперед, к новым вершинам!

В такой серьезный и ответственный период своей жизни, как окончание школы и начало профессионального обучения, почаще вспоминайте старую добрую поговорку: «Семь раз отмерь, один раз отрежь». Пока есть время, взвешивайте, анализируйте, представляйте, но главное — не затягивайте с этим. Все равно наступит момент, когда вам придется поступать в учебное заведение. И чем лучше вы подготовитесь, тем легче вам будет в дальнейшем.

§ 3. Ошибки, которые мы совершаем, выбирая профессию

Мы легко забываем свои ошибки, когда они известны лишь нам одним.

Франсуа де Ларошфуко

Всем людям свойственно ошибаться. Естественно, что какие-то ошибки в жизни станут частью жизненного опыта, но как не совершить фатальных? Регулярно мы слышим фразу «на ошибках люди учатся», но есть такие загадочные личности, которые предпочитают «биться лбом об одни и те же грабли».

Так как ни одна сфера жизни человека не исключает ошибок, в каждом конкретном случае можно предложить свой путь исправления. А еще лучше систематизировать чужой опыт и выделить основные моменты, недаром существует еще одна поговорка: «Глупые люди учатся на своих ошибках, а умные — на чужих». Именно этим мы с вами



сейчас и займемся: рассмотрим наиболее распространенные ошибки (выделенные русским психологом и психофизиологом Е.А. Климовым), которые совершают люди при выборе профессии.

1. Нередко старшеклассники воспринимают свою будущую профессию как **единственный возможный путь в жизни**. И именно эта «фатальность» губительна. Необходимо сразу прояснить для себя, что если вы вдруг разочаруетесь в своей специальности после получения диплома, то это еще не конец света. Можно будет освоить другую специальность. Да, безусловно, вы потратите на это время, но, в конце концов, еще Карл Маркс говорил о том, что для гармоничного развития личности необходимо через каждые пять лет менять вид деятельности. Конечно, постоянно переучиваться — дело весьма затратное (как по времени, так и по финансам), но впадать в уныние из-за понимания, что вы совершили ошибку в выборе профессии, не стоит. Лишь малое количество людей сразу и безошибочно может определить свое истинное призвание, и если вы не относитесь к этой группе, не расстраивайтесь: все поправимо!

2. Заблуждения о **непрестижности** некоторых профессий. К примеру, специальности юриста, экономиста, менеджера хотят освоить многие, а вот «рабочие» профессии (токарь, столяр, механик, тракторист и т.д.) не вызывают столь высокого интереса и считаются чуть ли не постыдными. Представьте себе такую ситуацию: на крупной фабрике по производству мебели работает целый штат менеджеров, но в то же время там наблюдается острая нехватка рабочих, изготавливающих мебель. Мало продукции — и, как следствие, низкая зарплата у «конторских» служащих. И какой тогда смысл от их работы? Конечно, престижнее устроиться на «чистую» работу в офисе, но толку-то от нее, если в цехах не будет специалистов? Должен ведь кто-то и «горшки обжигать». Кроме того, стоит отметить, что на рынке труда остродефицитными являются кадры именно рабочих специальностей, тогда как многие юристы и дру-



гие гуманитарии не могут найти работу и остаются невостребованными.

3. Анахроничные (устаревшие) и предвзятые понятия о рабочих специальностях. Это заблуждение можно связать с **непрестижными** профессиями. Многие думают, что рабочие на любом производстве денно и нощно стоят у станков в грязных робах, вдыхая вредные для организма пары, и глохнут от шума установок. С этим можно поспорить: конечно, некоторые специальности подразумевают исключительно ручной труд, но все же технический прогресс позволяет автоматизировать многие процессы и таким образом облегчить работу людей как в физическом, так и в психологическом плане. Именно поэтому все чаще мы слышим о том, что на заводах люди ходят в чистой спецодежде и следят за правильностью работы определенных агрегатов и установок, т.е. «не так страшен черт, как его малюют».

4. Выбор профессии «за компанию». Представьте, что ваш лучший друг с детства интересуется животными и хочет стать ветеринаром, а вы долго не можете определить себя (хотя обладаете хорошими способностями к математике). Периодически рассуждая о будущей профессии, вы решили, что раз уж особых предпочтений у вас нет, то пойдете учиться вместе с другом в ветеринарный институт. Стоп! Да, есть плюсы: вы сможете ежедневно общаться, по возможности помогать друг другу писать рефераты-контрольные... Но подумайте сами: он грезил этой профессией с младых ногтей, а вы? Данная профессия вызывает у вас интерес? Конечно, обсуждать свой профессиональный выбор с друзьями можно и даже нужно, но ведь это не значит, что следует идти за ними по пятам, если ничего конкретного лично вы пока не смогли для себя определить.

5. Связь индивидуальных качеств специалиста с самой профессией. Например, среди ваших работающих знакомых есть очень успешный и именитый юрист, но это не гарантирует того, что все представители данной специальности такие же успешные и авторитетные. Во-первых, при-



знания этому человеку пришлось добиваться в течение определенного времени, прилагая при этом усилия, а во-вторых, каждому из нас свойственны личные качества, позволяющие развить те или иные способности и проявлять себя как позитивно, так и негативно. Увы, не все люди общительны, любознательны, всесторонне развиты — так что не пытайтесь отождествлять одного человека со всей профессией. Копайте глубже! и среди юристов есть неудачники.

6. Выбор профессии, основанный исключительно на ее положительных аспектах. В рассказе о любой специальности можно кратко перечислить исключительно ее плюсы. Но ведь во всем есть свои тонкости и «подводные камни». К примеру, вам нравится археология: это романтично, масштабно, предполагаются путешествия по всему миру и великие открытия! Вот только есть ряд нюансов: для археологических раскопок (в результате которых вы и потрясете мир своими находками) на самом деле средства из бюджета «выбить» не так-то просто, а энтузиастов, готовых вкладывать в это свои деньги, немного. Для самого «великого открытия» вам придется проводить долгие исследования, тщательно изучать карты местности, различные исторические документы, в конце концов, копать-чистить-обрабатывать, т.е. выполнять нудную и длительную работу. Готовы ли вы к этому? После детального изучения специальности она по-прежнему кажется вам интересной и захватывающей? в общем, определяясь с профессией, старайтесь сразу же узнать все ее стороны, положительные и не очень, чтобы потом не разочароваться, узнав, что не так-то все романтично, как вы представляли вначале.

7. Одинаковая направленность школьных дисциплин и выбранной специальности. Многие учащиеся уверены в том, что будущая профессия фактически будет отражением того, чему их учили в школе. Не стоит забывать, что все получаемые там знания носят в большинстве своем теоре-



тический характер, ведь в преподавании применяются классические методы, а на практике требуется углубленное изучение многих вопросов. Эта проблема частично решается обучением в профильных классах, только не у каждого школьника есть возможность учиться в таком классе. Следовательно, если вас интересует какой-то конкретный школьный предмет, поищите информацию о работе по специальности, отождествляемой с этим предметом. Если после этого вы не изменили своего мнения относительно выбора профессии, значит, изначально вы определили свой путь грамотно.

8. Неспособность оценить свои способности при выборе профессии. Недооценка или переоценка своих возможностей может привести к разочарованию не столько в своем профессиональном выборе, сколько в самом себе и в своем решении. Следовательно, чем раньше вы начнете тщательное изучение самого себя, тем легче вам будет выбрать из многообразия профессий именно свою.

9. Хаотичность при принятии решения. Как уже говорилось выше, выбор профессии — дело очень серьезное и требует планомерности. Спонтанность тут ни к чему. Не стоит поверхностно знакомиться с будущей специальностью: необходимо внимательно изучить все достоинства и недостатки, чтобы к моменту, когда необходимо четко сформулировать свои предпочтения, вы могли бы грамотно аргументировать свой выбор, внутренне подготовившись к изменениям в своей жизни.

10. Надежда на психолога. Если вы для прояснения ситуации идете к школьному психологу, не ждите от него конкретных советов: он призван направлять, а не решать за вас. Причем от его квалифицированности во многом зависит успешность проводимой профориентационной работы. Он поможет вам отделить частное от общего, но выводы вы будете делать сами. Профессиональная консультация может считаться эффективной в том случае, если она построена именно на взаимодействии психолога и школьника. Ес-



ли же заинтересованность будет односторонней (только со стороны психолога), то надеяться на успех бесполезно.

11. Нежелание думать о перспективе той или иной специальности. Как правило, учащиеся смотрят статистику, относящуюся ко времени поступления. Представьте, что вы решили выбрать профессию инженера-технолога, так как увидели / услышали, что она в данный момент востребована, но подумайте: будет ли нуждаться общество в специалистах этого направления к тому времени, когда вы закончите университет? Конечно, есть профессии, нужные всегда (об этом есть информация на страницах данной книги), но ведь социально-экономическое развитие страны не стоит на месте. И если вы собираетесь осуществлять свои планы именно в нашей стране, не ленитесь прогнозировать, при всей сложности этого. Безусловно, четко расписать свою жизнь на много лет вперед невозможно, но подумать о перспективах нужно заранее. К примеру, если вы все-таки получите профессию инженера-технолога, сможете ли при необходимости освоить другое направление в рамках этой же специальности, пройдя дополнительные курсы?

Как видите, список главных ошибок и заблуждений при выборе профессии получился внушительным, но он составлен для того, чтобы другие люди, увидев эту информацию, задумались о правильности своих действий. Так что обязательно возьмите его себе на заметку, чтобы не «наступить на грабли», которые уже расшибли немало лбов.

В заключение хочется привести два высказывания российского юмориста Стаса Янковского: «Не можешь справиться с ошибкой — создай условия, при которых она станет единственно верным решением» и «Не надо пытаться исправлять все ошибки. Ошибки природы исправляются сами по себе, глупые ошибки исправляются умными, умные только гениальными, а гениальные ошибки уже не поправимы»¹.

¹ <http://syy.narod.ru/sovet.htm>



§ 4. Советы учащимся при выборе профессии

Каждый учащийся старших классов, безусловно, хочет легко и безболезненно поступить после школы в университет, сразу же выбрав интересную специальность. Хорошо, если именно так и получается. Но из всех правил бывают исключения, поэтому здесь будут приведены советы для тех, кто затрудняется в выборе своей профессии.

Многообразие специальностей, с одной стороны, позволяет будущим студентам подобрать себе свою профессию, но с другой, заставляет некоторых абитуриентов длительное время «плавать» от одного факультета к другому.

Итак, что поможет? Конечно, к каждому школьнику нужно находить индивидуальный подход, но все же есть так называемые универсальные советы, при помощи которых абитуриент сможет выбрать свое направление. Рассмотрим их подробнее.

1. При выборе той или иной профессии нужно тщательно взвесить все «за» и «против» будущей специальности. Постарайтесь не поддаваться минутному порыву, а подойти к решению этого вопроса со всей серьезностью и основательностью. Конечно, сейчас предоставлены возможности получения второго высшего образования (параллельно с первым, дистанционно и т.д.), но при этом ведь не хочется терять время (а возможно, и деньги) впустую.

2. Поговорите с родителями: что они думают о вашем выборе? Все-таки во многих вопросах они более опытные. Также можно обратиться к хорошим знакомым или тем, кто является для вас авторитетной личностью.

3. Найдите человека, который специализируется именно в выбранной вами области, и расспросите его обо всех плюсах и минусах этой профессии.

4. Посмотрите информацию в Интернете: насколько востребована выбранная профессия, какие перспективы



у специалиста в данной области. Если специальность имеет исследовательский характер, какую научную степень можно получить?

5. При выборе профессии постарайтесь узнать сразу, есть ли временные ограничения по работе в данной отрасли. К примеру, электрогазосварщики могут работать непрерывно 12,5 лет, потом желательно сменить профессию, чтобы не нанести непоправимый вред здоровью.

6. Учитывайте и свое состояние здоровья: позволит ли оно вам работать по специальности? Аллергикам следует избегать работы с некоторыми химикатами, а гипертоникам предпочтительнее выбирать работу, исключая частые дальние командировки.

§ 5. Могут ли родители помочь в этом вопросе?

Мечта каждого родителя — самостоятельный и целеустремленный ребенок, четко знающий, чего он хочет, и, чего уж греха таить, реализовавший их пожелания по поводу выбора профессии. Кто-то хочет, чтобы ребенок пошел по их стопам, следуя семейной традиции, кто-то готов предоставить школьнику возможность самостоятельно определиться. И, увы, есть такие мамы и папы, которым, откровенно говоря, все равно, куда пойдет учиться их чадо. Конечно, ждать результативной помощи в выборе в последнем случае бесполезно.

По данным опроса, проведенного институтом социологии РАН¹, современные родители (по данным на 2012 г.) прочат своим детям будущее в следующих специальностях: 29% опрошенных — в сфере финансов, образования, медицины, науки, культуры; 24% — за госслужбу; 21% —

¹ Комсомольская правда. — 2012. 5–12 июля. — С. 5.



IT-технологии; 16% — армия, силовые структуры, промышленность, транспорт, строительство; 8% — торговля, ЖКХ; 3% — сельское хозяйство; 2% мечтают о том, чтобы их дети вообще не работали. Разумеется, не всегда желания родителей совпадают с желаниями детей. Но иногда детям будет не лишним прислушаться к мнению родителей.

Родители неспроста пытаются помочь ребенку в выборе профессии: когда-то они сами были в таком положении, и от правильного или неправильного решения зависела их дальнейшая жизнь. Когда-то они сами так же нуждались в помощи и поддержке старших. Единственный нюанс здесь: дети и родители — представители разных поколений. Это тоже накладывает отпечаток на общение, представление о профессиях и выбор сферы деятельности.

Поколению, выросшему в Советском Союзе, приходится подстраиваться под изменения, происходящие в мире и обществе. Пусть не у всех это получается легко и успешно, но главное — было бы желание. Да, есть такие родители, которые полностью принимают все возрастные и личностные изменения, происходящие с их чадом (конечно же, при условии, что все в пределах разумного). Это «продвинутые» мамы и папы, идущие в ногу со временем. Они могут поддержать ребенка, подсказать ему что-то или посоветовать, к кому лучше обратиться за консультацией.

Немаловажную роль играет и то, сколько времени родители проводят со своим ребенком-старшеклассником. Увы, современная жизнь не всегда позволяет уделять близким достаточно внимания. Многие родители, желая дать ребенку самое лучшее, ограничиваются материальными благами и не всегда могут найти свободное время для того, чтобы просто с ним пообщаться. Поэтому часто ребенок, имеющий все, ищет поддержку взрослых на стороне, постепенно отдаляясь от тех, кто «хотел как лучше». В этой ситуации можно понять как родителей, так и детей.



Позиция родителя: «Я дам ребенку все необходимое. Он не будет ни в чем нуждаться. А пообщаемся мы чуть позже...»

Позиция ребенка: «У меня есть практически все, кроме самого главного — поддержки мамы и папы!»

Нередко, если ребенок избалован, он мыслит эгоистично: «Они меня не любят! Им лишь бы на работе подольше быть!» в силу неопытности он не может понять, что объяснение уходу с головой в работу в следующем: все усилия предпринимаются для его же блага. А если взрослые выберут общение с семьей, то уже не смогут обеспечить ее в достаточной мере.

Очень часто в общественных местах (магазины, кафе, транспорт и т.д.) можно услышать диалоги, смысл которых сводится к одному: взявшись за голову, родители с ужасом ждут того дня, когда «Машке (Ленке, Пашке и т.д.) в институт поступать». Почему-то у многих даже мысли о поступлении вызывают ужас, потому что сразу возникают ассоциации на тему: где взять столько денег (даже не будучи уверенным, что их точно придется искать, и не зная, в каком количестве).

Да, образование сейчас доступно не всем, умственные способности старшеклассника могут не позволить поступить на бюджетное отделение. Может, родителям стоит задуматься? Ведь ребенку нужны не только подарки и деньги на карманные расходы, ему необходима еще и моральная поддержка самых близких — мамы и папы. Особенно в такой переломный момент в жизни, как взросление, переход от подростковости к юности.

Ведь можно же найти время, чтобы просто поговорить с ребенком о том, какие предметы в школе ему наиболее понятны и приятны. Возможно, некоторые из них школьник хотел бы изучить подробнее — чем не повод для поиска репетитора? Возможно, именно один из этих «предметов-фаворитов» и ляжет в основу будущей профессии. Чем больше вариантов будет рассмотрено в старших классах,



тем больше будет круг потенциальных специальностей для ребенка. Пока он учится в школе, его представление о многих профессиях часто бывает поверхностным и даже ошибочным, потому что он видит работу со стороны, а тонкостей этой деятельности знать не может.

Дети часто пытаются равняться именно на родителей. Если они видят, что папа или мама — сильные, уверенные в себе и решительные люди, то стараются быть такими же. Корни этого — в детстве. Ребенок идеализирует поведение родителя и начинает его частично копировать. Причем у малыша нет разделения хорошего и плохого поведения — он считает правильным все, что делают родители.

Например, распространенная проблема сейчас: многие мамы и папы удивляются тому, что их трех-четырехлетний ребенок употребляет нецензурные выражения. Но вот на то, что они сами при нем так разговаривают, они внимания не обращают. А малыш впитывает в себя все, как губка, и говорит так, как его близкие, потому что для него это единственно правильный вариант изложения мыслей. В такой ситуации нет смысла бить ребенка по губам, наказывать — и продолжать материться. Лучше поговорить с ним: сказать, что так выражаться неприлично, постараться и самим всегда поддерживать культуру общения дома.

Родителям необходимо уяснить одно очень важное правило: то, что они дадут ребенку, начиная с младенчества, будет помогать или, напротив, вредить ему всю его жизнь.

Увы, не во всех семьях царит гармония и взаимопонимание. Подростковая взбалмошность часто перетекает в юношеский максимализм (состояние, когда юноши и девушки, сами того не осознавая, значительно переоценивают свои способности), и выбор профессии обусловлен протестом. Желание сделать назло выражается примерно так: «Предки меня не понимают! Хотят, чтобы я учился (-лась) на инженера. В принципе, мне это интересно, да и добиться я смог (-ла) бы многого, но я не хочу следовать их жела-



ниям и идти у них на поводу! Вот еще! Назло им пойду учиться на биолога (учителя, врача и т.д. — вариантов масса)...» в такие моменты человек не осознает, что действует не только назло родителям, но и во вред себе. Ведь этот протест может привести к тому, что выбранная профессия не будет интересна и не принесет никакого удовлетворения (в первую очередь, морального) в будущем. Прежде чем так поступать, необходимо тщательно обдумать, стоит ли игра свеч.

§ 6. «Я запутался в своих решениях...»

«Собрал как-то лев, царь зверей, всех животных и сказал: «Кто умный — отойдите направо, кто красивый — налево». Все звери расступились в разные стороны, а одна мартышка металась то вправо, то влево, потому что не могла сообщить, чем она обладает в большей степени: красотой или умом».

Анекдот

Многие 11-тиклассники находятся в положении этой мартышки из анекдота. Вроде и это интересно, и то, а что больше — непонятно. Особенно это актуально в среде отличников и хорошистов: им многие предметы даются легко, поэтому определить «фаворита» некоторые из них могут с трудом. Запутывает еще и тот факт, что зачастую медалистам приходят приглашения из разных вузов страны (при условии, что, будучи школьниками, они неоднократно участвовали в различных олимпиадах). И вот возникает дилемма: если я поступлю на один факультет, то придется «забросить» предметы, которые мне не менее интересны. Душевные терзания могут преследовать школьника долгое



время, но в конце концов ему придется сделать выбор в сторону определенной профессии и в дальнейшем реализовать себя именно в ее рамках.

А вот как лучше всего поступать тем, кто выбирает из специальностей, не привязанных к школьным дисциплинам? к примеру, психология: при поступлении необходимо сдавать биологию, но в учебной программе вуза эта дисциплина отсутствует, на замену ей придут физиология и анатомия (причем, как правило, данные науки изучаются только на 1–2 курсе). В этом случае нужно руководствоваться не столько способностями к той или иной школьному предмету, сколько привлекательностью профессии для себя лично.

При помощи психологических тестов и методик, приведенных в 4 главе, вы сможете сузить круг избранных вами профессий, а возможно, выделить для себя наиболее предпочтительную.

Если вы оказались в ситуации, когда выбрать только один вариант сложно, сядьте и подумайте, проанализируйте себя. Попробуйте представить себя в рамках каждой избранной специальности. Ведь ваш случай не уникален — в подобном положении находятся многие старшеклассники перед окончанием школы. Возможно, и среди ваших друзей встретится собрат по несчастью — так почему бы не объединить усилия и не попытаться помочь друг другу?

Когда нравится сразу несколько профессий, увы, человек начинает идеализировать каждую из них — поэтому и возникают сложности при выборе. Посторонние (имеются в виду незаинтересованные этими же специальностями люди) могут взглянуть на ситуацию более разумно, увидев минусы там, где вы их не замечали.

Главное, при возникновении затруднений старайтесь не тянуть до последнего, надеясь, что в самый ответственный момент вы быстро примете решение. Не примете или сделаете выбор в пользу одного факультета, а потом будете долго сомневаться в правильности своего решения.



Как выбрать профессию в 17 лет?

Также поможет информация о специалистах в том или ином направлении: просмотрите газеты с вакансиями, сайты в Интернете (ведь там можно найти не только много резюме, но и материал о том, какие перспективы возможны в рамках интересующей вас специальности).

Говорят, что «на войне все средства хороши». И к профессиональному выбору эту фразу можно смело применять: старайтесь узнать все и у всех — вот увидите, постепенно вы будете вычеркивать из своего списка желаемых профессий те, которые не прошли отбор, и отмечать наиболее перспективные для себя.

Глава 2. ПЕРЕХОД ОТ ШКОЛЬНИКА К СТУДЕНТУ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ВОЗРАСТНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Думаю, вы и сами уже догадались, что здесь речь пойдет о том, как подросток постепенно становится юношей. Говорить очевидные вещи вроде «16 лет бывает только раз в жизни» бессмысленно, ведь вы и так это знаете. Но вот ценность каждого года жизни можно определить, только когда вы пройдете этот период и станете старше.

Сейчас вы находитесь в одном из самых прекрасных и запоминающихся возрастов. Впереди у вас — целая жизнь, поэтому очень хочется, чтобы каждый из вас прожил ее достойно, добившись успеха во всех своих сферах деятельности.

Возраст — это не просто цифра в свидетельстве о рождении или паспорте, это ограниченная определенными рамками ступень психического развития, которую проходит личность.

Все трансформации, происходящие при переходе от одного возрастного периода к другому, дают каждому из нас возможность анализировать полученный ранее опыт и выработать такие стратегии поведения, которые будут более разумными и продуктивными. Конечно, об этом может идти речь только в сознательном возрасте: в младенче-



стве и раннем детстве ребенка вряд ли будут занимать такие мысли.

В этой главе вы встретите новые для себя понятия, поэтому необходимо сразу разъяснить вам каждое из них. Поскольку возраст имеет определенную структуру и динамику, вы узнаете, что такое социальная ситуация развития, ведущий тип деятельности, новообразования и возрастные кризисы с точки зрения психологии.

Социальная ситуация развития — это складывающаяся вокруг человека в конкретном возрасте значимая система отношений. Она обозначает все этапы развития личности в определенном периоде.

Ведущий тип деятельности обозначает такую деятельность, внутри которой под воздействием изменяющейся социальной ситуации развития дифференцируются качественно новые функции. В рамках ведущей деятельности происходит формирование или перестройка основных психических процессов, поэтому от нее во многом зависит развитие личности.

Новообразования — это психические изменения, свойственные тому или иному возрасту. При переходе от одного периода к другому эти изменения становятся «отправной точкой» для последующего развития личности.

Кризис — это переломный момент при переходе от одного возрастного периода к другому. Острота данного этапа заключается в том, что человек не успевает адаптироваться к быстро изменяющимся условиям, поэтому возможна так называемая «ломка». Чаще всего возрастной кризис наступает тогда, когда разрушилась старая ситуация развития, но еще не успела сформироваться новая.

Динамика возраста — это изменения, происходящие в личности в рамках одного периода.

Ниже вы сможете ознакомиться с тем, что с вами уже было (если вы переступили порог юности) и с тем, что происходит сейчас или предстоит в ближайшее время.



§ 1. Ваше «прошлое», или Особенности подросткового возраста

*...в структуре личности подростка
нет ничего устойчивого, окончательного,
неподвижного...*

Л.С. Выготский

Весь подростковый возраст — с 10–11 до 15–16 лет — считается кризисным. Предшествует ему младший школьный возраст (фактически — детство), а после него наступает юность. Получается, что подростка вроде как нельзя назвать ребенком, но и на взрослого он «не тянет» — это какое-то среднее состояние между двумя этими возрастными периодами. Социальная ситуация развития детства изнутри уже разрушилась, а формирование новой происходит очень медленно и порой болезненно.

Подростки стремятся вступить в мир взрослых, поэтому стараются ориентироваться на присущие им нормы и ценности. Под воздействием этого фактора строится поведение. Точнее, оно пока только копируется с взрослых, потому что ребенок пытается подобрать свой стиль, примерив на себя множество различных моделей. Чувство взрослости для них наиболее значимо, в центре развития — половое созревание, являющееся одним из центральных новообразований этого возраста. Девочки и мальчики начинают нравиться друг другу уже не как возможные друзья, а как потенциальные брачные партнеры.

Возникновение кризиса обусловлено тем, что в принципе подросток готов к изменению социальной ситуации развития, но не хочет этого делать, потому что чувствует свою неготовность к ответственности. Считается, что длительность и острота кризисного периода зависят от отношений подростка с родителями: если они смогли установить доверительную связь, то эмоциональные всплески



будут проходить легко. Если же между родителями и ребенком пропасть — кризис будет протекать очень тяжело как для одной, так и для другой стороны. Одна из главных причин кризиса заключается в том, что подросток чувствует разрыв между собой и взрослыми: по его мнению, людям старше его можно все, а у него самого есть масса запретов и правил, которые хочется нарушить. Именно это желание провоцирует его на агрессивность, подозрительность и возникновение мыслей вроде «меня никто не понимает».

Многие психологи считают, что подростковый кризис — это, прежде всего, кризис родителей, а не детей. Ведь у первых больше жизненного опыта и, стало быть, должно присутствовать понимание того состояния, в котором находятся подростки. Именно поэтому выше было сказано о важности гармоничных детско-родительских отношений.

Ведущая деятельность в подростковом возрасте — интимно-личностное общение со сверстниками, проекция «взрослых» взаимоотношений на себя. И тут как раз начинает проявляться желание ребенка подолгу находиться в компании друзей (и гулять допоздна в том числе), поэтому они сталкиваются с первым запретом — ограничением их прогулок по времени. Многие родители осознают, что совсем лишать подростка общения нельзя, потому что оно играет очень важную роль в развитии его личности. Тем не менее взрослые стараются заботиться о безопасности своего ребенка, поэтому следят за тем, в какой компании он находится, не употребляют ли там вредные для организма вещества (наркотики, алкоголь, табак и проч.). А подростки считают себя уже достаточно взрослыми, чтобы не быть на виду у родителей, и это порождает многочисленные конфликты. Важная роль общения заключается еще и в том, что в сверстниках подростки видят свое отражение. Через налаживание контактов они пытаются реализовать себя и добиться принятия обществом.

На определенном этапе развития у подростков возникает острое желание жить коллективной жизнью — быть ча-



стью определенного общества. Стремление занять высокое положение в своей группе приводит тому, что, если это не удастся сделать в одном коллективе, подросток переходит в другой.

Что касается общения со взрослыми, то тут важна именно эмоциональная сторона. Безусловно, подростки нередко сами провоцируют родителей на конфликт, но от последствий во многом зависит, разгорится он или будет потушен.

Как правило, из общества взрослых подростки выбирают тех, кто относится к ним доброжелательно, с пониманием. Увы, не всегда эти люди оказываются членами их семьи. Попытка найти поддержку на стороне — это всего лишь желание встретить понимание, одобрение и быть значимым для кого-то.

Порой даже сами подростки понимают, что не в состоянии управлять своими эмоциями. Им трудно где-то промолчать, где-то подстроиться под ситуацию, но это — особенности возраста. Чаще всего проблемы возникают именно из-за желания подростков казаться взрослыми: их выдают поступки и рассуждения, пока еще детские. Стремление взрослых направить, подсказать что-то нередко воспринимается в штыки, потому что подростки не осознают, что в некоторых вопросах они не разбираются и еще недостаточно опытны.

Отечественный психолог Л.И. Божович отмечала, что у подростков часто и без причины возникает «аффект неадекватности» — вид отрицательных эмоций, являющийся ответом на неудачу. Это защитная реакция, поэтому сам факт неудачи отрицается, подросток пытается «свалить» все на других, чтобы сохранить при этом осознание своей состоятельности.

Именно из-за этого подростков чаще всего характеризуют как агрессивных, недоверчивых, обидчивых и подозрительных. Нужно помнить, что это состояние временное. И если вовремя уделить ребенку время, то данный этап пройдет незаметно и безболезненно.



Подростковый возраст — это словно эксперимент над собой. Ведь изменения касаются как внешности, так и внутреннего мира человека. Подростки видят перед собой яркие примеры: родственников, друзей, знакомых, публичных людей. Они, как маленькие кораблики, следуют от одного берега к другому. И цель у этого одна: определить для себя наиболее подходящий и привлекательный имидж.

Значительные изменения происходят и в познавательной сфере, которая развивается произвольно: память становится в большей степени смысловой, мышление — вербально-логическим. Качественно новых сдвигов уже не будет, поэтому важно выработать все свойства именно в этом периоде. А потом просто закреплять, совершенствовать и при необходимости корректировать их.

Подростки становятся более самостоятельными (по сравнению с младшими школьниками), значительно расширяется сфера деятельности и круг общения (преимущественно со взрослыми), появляется личностная рефлексия (самоанализ), формируется самооценка (как правило, у многих подростков она занижена). Все время идет сравнение идеального и реального «Я».

Многие проблемы в этом возрасте связаны с телом. Внешность подростков — болезненная тема для них, ведь перестройка фигуры идет постепенно, и не всегда тело приобретает желаемую форму. Внешне многие подростки выглядят взрослыми, но ведут себя по-детски.

15–16-летние люди активно подражают внешним признакам взрослости: стилю и манере общения, умению подбирать одежду, прическу, макияж, виды отдыха.

Подросткам нравятся многие социальные функции взрослых, поэтому некоторые из них могут с удовольствием присматривать за маленькими детьми, а другие при необходимости с радостью заменят в магазине родственника-продавца.

В плане интеллекта также наблюдаются изменения: подростки активно интересуются модой, новыми компью-



терными программами и техническими новинками. В этом они пытаются выразить себя, чтобы доказать взрослым, что перед ними — умная и всесторонне развитая личность. Сейчас многие люди старшего поколения отмечают, что современные дети и подростки намного лучше них разбираются в технике и способны с легкостью управлять ею. А ведь если разобраться, это один из способов добиться признания со стороны взрослых: «Вот видите, я понимаю больше вас! Оцените меня по достоинству!»

Чем старше становится подросток, тем сильнее у него потребность в поиске нового «Я», так как проблема самопрезентации встает более остро. Путем тщательного обдумывания ребенок понимает, что рефлексия занимает значительное место в жизни, к тому же, она свойственна старшим! и постепенно он начинает анализировать себя «изнутри», таким образом приходя к выводу, что настала пора взрослеть.

§ 2. Ваше «настоящее»: особенности юности

...юность — период стабилизации личности...

Р.С. Немов

Юношеский возраст начинается в 16–17 лет (примерное время окончания школы) и продолжается до 21–23 лет (период окончания вуза). Его также можно назвать «переходом» — на этот раз от подростковости к зрелости.

Меняется социальная ситуация развития: если в подростковом возрасте ребенок всеми силами пытается приобщиться к миру взрослых, то в юности значительно усложняются социальные роли, так как человек уже вступил в этот мир. Требуется проявлять больше самостоятельности



сти, быть более ответственным. Фактически этот возрастной период — заключительная тренировка перед взрослой жизнью и последняя возможность иногда вести себя по-детски и не быть осужденным за это обществом. Вроде уже не школьник, но и взрослым можно назвать с натяжкой. Отношение старшего поколения к юным особам — как к большим детям. Многие ошибки прощаются и объясняются нехваткой опыта. Но в то же время приходится учиться на промахах, по необходимости советоваться с взрослыми и учиться отвечать за свои поступки самостоятельно. Основные переживания юных людей часто связаны с тем, что они еще не достигли социальной свободы: зависимость от родителей или других родственников кажется им непривлекательной. Поэтому многие из них находят выход в поступлении в университет в другом городе: по их мнению, так они смогут освободиться от родительских «оков».

Ведущей деятельностью в юношестве становится профессиональное самоопределение. Как правило, к началу этого возрастного периода многие уже определяют свою будущую специальность. Поэтому можно сказать, что основная задача возраста — поиск своей социальной роли (профессии) и ее освоение. На данном этапе отмечается необходимость не только профессионального выбора, но и определения своих ценностей. В это время активно строятся планы на будущее, формируется мировоззрение. Намерения приобретают все большую конкретику, ведь взрослая жизнь с каждым днем все ближе. Наилучшим вариантом является то, когда планка завышена (юношеский максимализм), ибо в этом случае у юного человека формируется больше стимулов. Если стремления незначительные, значит, даже малейшая неприятность может надолго выбить такую личность из колеи. В норме уровень притязаний должен быть окончательно сформированным и достаточно высоким.

К юношескому возрасту вырабатывается индивидуальный стиль жизни. Важные новообразования юношеского



возраста — определение жизненной перспективы и бурное развитие личности.

В большинстве случаев к 17–18 годам окончательно формируется самосознание. Как правило, людям юношеского возраста свойственна переоценка своих способностей — это нормальное состояние для данного периода. Центральное новообразование — законченный и цельный образ «Я». Под воздействием этого наконец вырабатывается индивидуальный стиль поведения, поэтому юные люди избегают тех, кто пытается навязать им свой авторитет — ведь они больше не нуждаются в примере для подражания.

В юношеском возрасте идет внутренняя работа над собой. Но при этом, если сравнивать с подростковостью, человек становится более открытым для помощи «извне». И одной из причин этой открытости можно назвать эгоцентризм. Юный максималист понимает, что ему будут помогать, если он создаст видимость рассеянности. Но у некоторых людей беспомощность естественная — они действительно не могут самостоятельно принимать решения и нуждаются в поддержке. И объясняется все непривычностью нынешнего состояния.

Большое значение отводится области чувств и переживаний. На переднем плане находится чувство влюбленности, которое способствует идеализации другого человека. Так как эмоции идут изнутри, на партнера буквально выплескивается нежность, привязанность, страстность. Но когда влюбленность проходит, юный человек начинает замечать недостатки объекта своих чувств и нередко разочаровывается в нем.

Также одно из главных мест занимает дружба. В этом возрасте практически у каждого человека появляется тот, кого можно назвать лучшим другом, и наблюдается тенденция к сужению круга приятелей. В принципе, знакомых у человека по-прежнему много, но теперь общение носит более интимно-личностный характер. В чем-то отноше-



ния с окружающими все же эгоистичны: юный человек только что разобрался в себе, поэтому не хочет быть вовлеченным в тайны чужого внутреннего мира. Ему интереснее рассказывать о себе, нежели слушать собеседника.

Юношеский возраст можно назвать кризисным потому, что, как и до этого, социальная ситуация развития, присущая подростковому возрасту, разрушается, а новая, взрослая, находится на стадии формирования. У человека может быть много энергии, но он не уверен в том, правильно ли выбрал направление для выхода этой энергии.

У юных людей заметно повышается самоуважение, так как они начинают лучше различать свои достоинства и недостатки. Что-то уже достигнуто, что-то пока еще в планах, но осознание своей значимости (ведь уже почти взрослый!) постепенно формирует у них независимость. «Школьники» наконец-то взрослеют...

§ 3. Немного сравнения не помешает

Итак, вы увидели особенности двух возрастных периодов — подростковой и юности. Один из них вы, возможно, уже прошли, поэтому будто заглянули в свое прошлое. Следовательно, можете проанализировать себя с целью дальнейшего развития личности. В двух предыдущих параграфах вы читали об особенностях личности постепенно, по отдельности, а теперь давайте попробуем их сравнить.

Очень интересные сравнения предложила профессор кафедры возрастной психологии факультета психологии образования МГППУ И.Ю. Кулагина:

«...в подростковом возрасте ребенок открывает для себя свой внутренний мир. В это же время он достигает уровня формально-логического мышления. Интеллектуальное развитие, сопровождающееся накоплением и систематизацией знаний о мире, и интерес к личности, реф-



лексия, оказываются той основой, на которой в ранней юности строятся мировоззренческие взгляды. Картина мира при этом может быть материалистической или идеалистической, или создаваться на базе религиозных представлений и т.д. Сам процесс познания окружающего мира имеет свою специфику в разные возрастные периоды. Подросток идет к познанию действительности во многом «от себя», через свои переживания. ...

...Юноша, наоборот, познавая окружающее, возвращается к себе и задается мировоззренческими вопросами: «Какой Я?», «А что я значу в этом мире?», «Какое место я занимаю в нем?», «Каковы мои возможности?». Он ищет четких, определенных ответов и в своих взглядах категоричен, недостаточно гибок. Недаром говорят о юношеском максимализме. ...

...Однако мировоззренческие проблемы не решаются один раз в жизни, раз и навсегда. Последующие кризисы, осложнения, повороты жизни приведут к пересмотру юношеских позиций...».

В подростковом и юношеском возрасте идет серьезная перестройка личности: дети стараются во всем равняться на взрослых и стремятся занять одинаковое положение с ними. Это и есть одна из общих черт, свойственная как первому, так и второму возрастному периоду. Но здесь есть и различие: если подростки стараются копировать старших практически во всем, то юные люди часто ведут себя по-детски, так как понимают, что в скором времени им придется осваивать новые социальные роли, и уже никто не будет относиться к ним снисходительно. Ошибки в юности допускаются и в отдельных случаях прощаются, но во взрослой жизни нужно быть более серьезными, ответственными и разумными.

Также можно отметить тождественную значимость общения у подростков и юных людей — разница лишь в его формах. Если подростки все же больше стремятся налаживать контакты со сверстниками, то в юности более



привлекательными собеседниками считаются люди постарше.

Юные люди крайне редко признают авторитеты, а вот подростки, напротив, находятся в постоянном поиске человека, на которого можно равняться. Оба возраста считаются переходными и поэтому кризисными. Проблемы профессионального самоопределения, остро встающие в юности, в подростковом возрасте еще не столь значимы, потому что они пока далеко. Но затем незаметно пролетает время, приближается час «Икс», и, не успев оправиться от периода взбалмошности и агрессивности, подростки сталкиваются с новым испытанием. Им кажется, что после окончания учебного заведения у них все пойдет легко и безболезненно. Именно поэтому все дети так стремятся стать взрослыми: они не всегда понимают, что в зрелости на их долю еще хватит проблем и переломных моментов. В этом кроется причина того, что многие психологи настоятельно рекомендуют родителям хотя бы постараться сблизиться с ребенком в этот сложный период. Их поддержка поможет ребенку преодолеть все трудности с наименьшими потерями для себя.

Глава 3. УНИВЕРСИТЕТ — НОВАЯ ГЛАВА ЖИЗНИ

Учиться или не учиться? Такой вопрос в духе Шекспира ставят перед собой некоторые выпускники после окончания школы. В данной главе мы постараемся рассмотреть этот вопрос со всех сторон, взвесить все «за» и «против» и помочь вчерашнему школьнику определиться с выбором.

Не хотелось бы говорить банальные вещи, но в современном мире высшее образование просто необходимо. В последнее время в России сложилась такая ситуация: многим из тех, кто еще в советское время получил среднеспециальное или среднетехническое образование (в училище или техникуме), руководство ставит условие: либо они получают высшее образование (по своей специальности), либо уходят. И при этом неважно, что этот человек — первоклассный специалист своего дела даже без высшего образования, так как уже обладает внушительным опытом работы по конкретному направлению. Внимание акцентируется на том, что нет пресловутых «корочек». Вот и получается, что в вузах заочные отделения переполнены теми, кому далеко за 30, 40 и т.д.

Еще одна проблема современного общества заключается в том, что у многих людей нет уверенности в будущем (имеется в виду именно карьера). Ведь так много примеров, когда человек получил высшее образование по определенной специальности, но устроиться на работу не может, в силу того что нет трудового стажа. Сейчас не каждый работо-



датель готов принять на работу специалиста, обладающего только теоретическими знаниями и не имеющего практического опыта.

Представители старшего поколения с восторгом рассказывают о том, что во времена Советского Союза каждый твердо знал, что, получив образование, обязательно устроится по специальности (причем сразу после получения диплома). Ведь в СССР действовала система профессионального распределения, которую позже, к сожалению, упразднили.

Да, сейчас некоторые вузы, к примеру, медицинские или педагогические, продолжают практиковать распределение, но предлагаемые условия работы не всех устраивают (часто это деревни и села, находящиеся далеко за пределами крупных мегаполисов и не отличающиеся высокоразвитой инфраструктурой). Выбор должен сделать сам выпускник: соглашаться ли ему ехать на несколько лет «в ссылку» или положить диплом на полку и искать работу не по специальности. Но для получения трудового стажа второй вариант также можно рассматривать.

Ниже будет приведена информация, которая, возможно, окажется полезной для тех, кто сомневается в необходимости получения высшего образования.

§ 1. Прощай, школа! Здравствуй, университет!

Вот и завершилось обучение в школе. Каждый из вас собирается начать взрослую жизнь по-своему: кто-то поступит в университет, кто-то решит получить средне-специальное или среднетехническое образование, а кто-то так и не сможет определиться.

Сразу вспоминается с улыбкой, что в школьные годы с нетерпением ждали, когда же выпускной, а после него



становилось немного грустно: детство закончилось, наступает взрослая жизнь, но далеко не каждый выстроил долгосрочные планы и внутренне готов к столь серьезным изменениям.

Приходит осознание того, что поменяется все: больше не будет рядом любимых и не очень любимых учителей, возможно, постепенно распадется компания друзей (потому что все выбрали разные направления учебы), придется осваиваться в новом коллективе... Но поверьте, ко всему этому со временем вы привыкнете. Зато представьте, с какой радостью некоторые из вас будут приходить в школу (даже если в годы «чудесные» таких чувств при посещении не испытывали)! Верно подмечено, что в школе мы мечтаем поскорее стать взрослыми, а после ее окончания жалеем, что детство так быстро закончилось. Безусловно, это так, но ведь жизнь не заканчивается.

Лучше всего не впадать в уныние, а смотреть на все глазами юного философа: в конце концов, через это проходят практически все, и «пострадавших» нет! Просто все относятся к окончанию школы по-разному.

Если у вас еще есть время (т.е. на момент прочтения книги вы учитесь в старших классах), не торопитесь взрослеть. Дайте себе возможность насладиться последними мгновениями детства! В университете, естественно, начнется другая жизнь: новые преподаватели и предметы, непривычный режим занятий, поначалу незнакомый коллектив однокурсников.

Как всегда, и здесь есть положительные моменты! Именно переход от школьной жизни к взрослой запоминается навсегда: студент — уже не ребенок, но еще и не взрослый, так что ему прощают мелкие шалости и проделки. Правда, недолго, примерно до третьего курса, но все же: почему бы не воспользоваться замечательной возможностью плавно подготовиться к жизни взрослых?

Первая сессия может вызвать стресс — объясняется это непривычностью такой проверки знаний. Ведь в школе вы



привыкли, что с определенной периодичностью проводились проверочные контрольные, а экзамены были только раз в год. Но в университете все совершенно по-другому. Сначала несколько месяцев (целый семестр) вы ходите на лекции и получаете знания, а затем в течение 2–4 недель вам нужно доказать, что эти знания усвоены.

Нередко позиция вузовских преподавателей примерно такая: «Забудьте все, чему вас обучали до этого, физике вас научу именно я!» Естественно, говорится это с юмором, чтобы снять у студентов-первокурсников напряжение. Ни для кого не секрет, что в педагогических вузах будущих преподавателей помимо основных предметов педагогической направленности учат еще и психологии, поэтому каждый из них вырабатывает свою стратегию того, как найти общий язык с учащимися. С годами эта стратегия может несколько измениться, но, как правило, педагог старается совершенствовать техники общения со студентами и методы преподавания своего предмета.

Возможно, некоторым в начале первого курса становится немного страшно, но поймите, это состояние со временем пройдет, и вы привыкнете ко всему новому. Вспомните поговорку: «Не так страшен черт, как его малюют». Даже если кто-то из старших друзей рассказывал вам «страшилки» про учебу в университете, это еще не значит, что вас там ожидает описанный в подобных историях «ужас».

Постарайтесь сразу усвоить правила того учебного заведения, в которое вы поступили. Соглашаться или нет — ваше личное дело, но от этого может зависеть, продолжится ли обучение там.

В общем, держите себя в руках, не паникуйте без причины, постарайтесь сразу зарекомендовать себя как умного и всесторонне развитого человека — это поможет вам легче адаптироваться к новым условиям и быстрее привыкнуть к началу взрослой жизни.



§ 2. Проблемы абитуриента

Как правило, при поступлении в университет у абитуриента есть определенные ожидания, которые не всегда соответствуют действительности. 17-тилетний школьник ждет слишком многого, а затем разочаровывается.

В юности нам всем кажется, что, освоив конкретную специальность, на работе мы сможем найти новые способы выполнения заданий, кардинально отличающиеся от придуманных. Но при прохождении практики приходит понимание, что в этом направлении уже выработаны определенные стереотипы поведения и мышления, которых необходимо придерживаться. Безусловно, следование правилам гарантирует стабильность и быстрое налаживание контакта с другими работниками. Но ведь порой так хочется выделиться!

Профессия буквально идеализируется. Нередко выбор специальности мотивируется следующими факторами:

- 1) престижность будущей работы;
- 2) характер выполняемой деятельности;
- 3) перспективность профессии;
- 4) уровень доходов.

Но пока все «там, далеко» (ведь минимальный срок обучения составляет 5 лет), это представляется в ярких красках. А если кто-то вдруг пожаловался, что специальность не принесла предвкушаемого удовольствия, сразу уходит настрой на учебу.

Проблемы могут начаться уже при поступлении: то документы не все собрал, то пришел невовремя... После небольшого отдыха от школьных выпускных экзаменов сложно настроиться на поступление в вуз. В этой ситуации не нужно нервничать и показывать все негативные проявления своего характера: в стрессовом состоянии в этот период находится не только абитуриент, но и члены приемной комиссии. Там сидят такие же люди, как вы, только



они старше, обладают более глубокими знаниями, и в конкретной ситуации от них многое зависит.

Попытка показать себя только с лучшей стороны — тоже не самый удачный вариант. Лучше придерживаться «золотой середины»: не пытаться показать себя умнее или глупее, чем вы есть на самом деле.

Волнение при поступлении — обычное дело. И, как правило, основная масса абитуриентов пытается его скрыть от посторонних, надев на себя маску невозмутимости. Опытные преподаватели сразу могут распознать, кто действительно находится в уравновешенном состоянии, а кто, напротив, сидит на экзамене «ни жив ни мертв». И так, чем же объяснить то, что кто-то перед поступлением в вуз чувствует себя спокойно и уверенно, а кто-то, напротив, начинает паниковать и в прямом смысле трястись от страха? Возможно, этой проблеме можно дать объяснение с позиции того, что абитуриент стоит на пороге совершенно нового этапа своей жизни, который влечет за собой смену ведущего типа деятельности. И в этот момент он оказывается в сильнейшей стрессовой, а иногда и дистрессовой ситуации.

Разница между двумя этими состояниями заключается в том, что стресс — это прежде всего один из способов адаптации, позволяющий подготовиться к решению предстоящих сложностей, а дистресс — это особая форма стресса (предложенная канадским врачом и биологом Х. Селье), под воздействием которой у человека возникают негативные мысли и может значительно ухудшиться самочувствие (вплоть до развития серьезных болезней).

Очень часто бывает так, что перед поступлением многие абитуриенты «для верности» перечитывают материалы, которые могут им понадобиться на экзамене, но в «час Икс» с ужасом осознают: либо в голове каша из нужной и ненужной информации, либо там вообще пусто. Причина этого кроется в волнении: ведь даже абсолютно уверенные



в своих знаниях отличники в периоды повышенного нервного возбуждения (а именно так можно охарактеризовать переход в новую жизнь) могут растеряться и забыть абсолютно все. На других стресс может оказать обратный результат: они могут рассказать даже о том, что изучали несколько лет назад.

Важным моментом при поступлении является, как странно, питание. Современный ритм жизни не всегда позволяет принимать пищу по режиму и правильно. В периоды стрессов люди могут бросаться из крайности в крайность: либо не есть совсем, объясняя это тем, что «кусочек в горло не лезет», либо, напротив, опустошать все свои продовольственные запасы в короткий промежуток времени. Как первый, так и второй вариант очень вредны. При недостатке или переизбытке пищи в организме может произойти гормональный сбой, и это не самым лучшим образом отразится на ваших умственных способностях. Поэтому, несмотря на все ваши волнения и переживания, старайтесь следить за тем, что и когда вы едите. А еще лучше помимо здоровой пищи принимать витамины — так вы поможете не только своей нервной системе, но и всему организму в целом.

Хотелось бы закончить этот параграф словами известного вам с детства Карлсона: «Спокойствие! Только спокойствие!..» Это не должно быть полным безразличием к предстоящему поступлению, но и в панику впадать не стоит. Согласны?

§ 3. Что делать, если поступить в университет не удалось

Прошла пора вступительных экзаменов и собеседований, абитуриенты предвкушают удовольствие, которое они получают от учебы, а вы... не поступили. Что ж, бывает... По-



грустили немного, и ладно! в этой ситуации хочется винить всех и вся, но только не себя. Давайте разберемся, кто в этой ситуации на самом деле виноват, что делать дальше, а чего лучше избегать.

Кто виноват?

Конечно, преподаватели, принимавшие у вас экзамен! Ведь это из-за них вам не хватило знаний, и именно они «валили» вас элементарными вопросами, которые вы проходили еще в школе. Или, может, вам достались «бракованные» тесты, содержащие исключительно неправильные варианты ответов? Догадались, в чем причина вашего грандиозного поражения на вступительных экзаменах? Безусловно, проблема в вас самих.

Не хотелось бы запугивать и унижать, но согласитесь, что пробелы в знаниях — это результат именно вашего нежелания в прошлом изучать некоторые предметы углубленно, уже тогда думая о будущем. Вы ленились, прогуливали уроки и жили одним днем, а когда дело дошло до поступления, схватились за голову и судорожно начали «собирать» знания в кучу, тем самым поспособствовав тому, что к экзамену вся информация трансформировалась в непонятную кашу, из которой вычлениить что-либо оказалось невозможным. Если бы вы вовремя взяли за ум и подготовились к поступлению, эта ситуация могла бы не произойти вовсе.

Что делать дальше?

Во-первых, не впадать в уныние и не поддаваться надвигающейся депрессии (если таковая маячит на горизонте). Во-вторых, заполнять пробелы в знаниях, которые стали причиной «непоступления». Здесь может быть несколько вариантов:

1. Начните изучать литературу по дисциплинам, которые являются основными для вашей специальности. Ко-



нечно, самостоятельно это делать сложно, но при желании у вас все получится. В крайнем случае, можно нанять репетитора. Узнайте, есть ли в вузе подготовительные курсы и когда они начинаются — возможно, это позволит вам лучше подготовиться. Все это актуально, если на следующий год вы все-таки планируете поступить на тот же факультет.

2. Высшее образование — это, конечно, хорошо, статусно и престижно, но средне-специальное или среднетехническое менее длительно и дает знания немного в меньшем объеме. Поэтому рассмотрите и вариант поступления в колледж, техникум, училище — так хоть времени меньше потеряете.

3. Поступление на заочное отделение. Как правило, прием документов на заочное отделение осуществляется едва ли не до окончания первого семестра у «дневников». Подробно об этом вам расскажут в приемной комиссии.

4. Подумайте, может быть, ваша неудача — это знак свыше, посредством которого вам пытаются показать, что выбранная специальность — не ваш путь, поэтому в самом начале вас постигла неудача? Попробуйте пересмотреть свою позицию: так ли она крепка? Или уже появились мысли об альтернативных вариантах?

Чего делать точно не стоит?

Опускать руки! Об этом уже говорилось выше, но излишним будет повториться. Постарайтесь сделать так, чтобы предстоящий год был плодотворным (в плане наверстывания упущенного). Поверьте в свои силы! Если не получилось с первого раза, это еще не значит, что и последующие попытки будут неудачными. Если вы впадете в депрессию, то потеряете свое драгоценное время, которое впоследствии обратить вспять не удастся. Используйте все свои возможности по максимуму, и тогда этот год станет очень важным в развитии вашей личности.



§ 4. Я передумал...

А теперь давайте рассмотрим другую ситуацию: вы поступили и даже успели проучиться какое-то время, как вдруг пришло осознание: «не мое!». Безусловно, ситуация критическая, и из нее можно выйти двумя путями. Первый: вы в срочном порядке проходите профессиональную переориентацию (самостоятельно или при помощи посторонних) и переводитесь на другой факультет или в другой университет. Второй: вы с трудом преодолеваете в себе это состояние «отторжения» потенциальной профессии и продолжаете учебу там же.

Конечно, я немного лукавила: есть и третий путь, но его можно назвать деструктивным. С ним вы ознакомитесь в следующем параграфе. Но все это актуально только в том случае, если проблема заключается в несоответствии будущей профессии вашим стремлениям. А ведь причин может быть куда больше.

Давайте вместе попытаемся разобраться, что же стало причиной вашего упаднического настроения: почему вы вдруг передумали относительно уже получаемой специальности? Если вы найдете истоки проблемы, у вас появится больше шансов на ее мирное урегулирование.

1. Вы вдруг поняли, что вам неинтересно учиться на вашем факультете. Если вы студент 1–2 курса, то могу вас заверить, что так «неинтересно» может быть и в любом другом университете. Просто есть общий курс, который должны пройти все студенты. Примерно с третьего года обучения у вас начнется углубленное изучение своей специальности. Так что, может, стоит просто перетерпеть этот период?

2. Вы не смогли найти общий язык с однокурсниками и из-за этого чувствуете себя не в своей тарелке. Что ж, малоприятная ситуация... Но подумайте: почему она сложилась? Быть может, вы изначально слишком рьяно начали «качать права»? Поймите, у каждого абитуриента к мо-



менту поступления уже есть своя компания, но, начав обучение, он вынужден вливаться в новый коллектив, где каждый человек — индивидуальность, личность. У всех есть свои особенности, привычки, стиль поведения — следовательно, им приходится где-то подстраиваться друг под друга, где-то — идти на компромиссы. Понятное дело, что в группе может быть одновременно несколько лидеров, делящих между собой «территорию», или же один, но очень сильный. И, увы, не каждому удастся расположить его к себе. Если это именно ваш случай, то подумайте: с какого момента все пошло не так? Было ли ваше поведение причиной этому? Или же лидер группы изначально отнесся к вам недоброжелательно? Вероятно, вам удастся с ним поговорить и разрешить возникшую ситуацию, не дав разгореться конфликту. Если этот вариант не подходит, посмотрите: есть ли у вас в группе «братья по несчастью»? Возможно, вместе вы сможете создать что-то вроде оппозиции и отстоять свои права. Если причина все же кроется в вашем поведении (вы кого-то обидели, задели, оскорбили и т.д.) — усмирите свою гордыню и попросите прощения у этого человека. Конечно, неприятный осадок в душе может остаться и у вас, и у него, но, по крайней мере, вы хотя бы попытаетесь сделать первый шаг для своей реабилитации.

В случае вашей неспособности самостоятельно определить причину возникновения ситуации обратитесь в психологическую службу поддержки — сейчас это можно сделать анонимно, по телефону. Пойти по деструктивному пути, покинув университет, вы всегда успеете, но ведь в новом коллективе вам придется объяснять, почему вы вдруг перевелись. И там вы так же будете вливаться в новую группу с одной лишь разницей: возможно, случившееся вас хоть чему-то научило.

3. Вы не нашли общий язык с преподавателем. Опять же повторюсь: а в чем причина? Вы нелестно отозвались о его предмете? Или с самого начала прогуливали лекции?



Знаете, очень многие преподаватели настолько захвачены своей дисциплиной, что в буквальном смысле возводят ее на пьедестал. И если кто-то относится к его «святому» безразлично или по-хамски, естественно, это оскорбляет педагога. Может, стоит перед ним извиниться? Он человек взрослый, стало быть, у него уже есть определенный опыт общения со студентами и профессиональная мудрость. Подойдите к нему и попросите прощения за свое неуважительное отношение к его предмету. Не бойтесь, он вас не съест. Вероятно, вместе вы сможете найти оптимальное решение данной проблемы

4. Вам просто так захотелось, причину указать вы не можете. Глупости! Причина есть всегда! Возможно, вы просто не хотите признаваться самому себе и другим, что сподвигло вас на это решение. Быть может вам просто стыдно говорить об этом? Если не хотите довериться кому-то из людей, в конце концов, поговорите со своим зеркальным отражением или любимой детской игрушкой, изложите свою проблему на бумаге и сожгите это откровение (соблюдая технику пожарной безопасности при этом). Главное, старайтесь не держать проблему в себе, ибо она, погружаясь в ваше сознание, может поспособствовать формированию у вас комплексов и фобий. Выберите для себя наиболее приемлемый вариант из перечисленных выше и отпустите то, что терзает вас изнутри. Замкнуться в себе — далеко не самое лучшее решение. Эту ситуацию вы, вероятно, как-то переживете, но ведь в жизни возникнет еще немало трудностей: так зачем сдавать позиции на старте?

5. Вы услышали от кого-то о другой, более привлекательной специальности. Сначала разберитесь, чем она так «зацепила» вас. После этого найдите о ней как можно больше материала, чтобы у вас сформировалось четкое представление о будущей профессии. Да, кстати, а откуда вы о ней узнали? Вам кто-то посоветовал, или же вы сами нашли информацию? Подумайте, действительно ли эта профессия стоит того, чтобы переводиться?



В общем, вы, наверное, уже поняли, что прежде чем что-то предпринять, необходимо определить причину. Сумев сделать это, вы обязательно придете к какому-то выводу и наметите свой дальнейший курс. Каким бы сложным ни было принятие решения, будьте уверены: если такая ситуация возникла, значит, это не просто так — вам нужно через это пройти, чтобы получить опыт, стать мудрее и, что немаловажно, взрослее.

§ 5. Стоит ли бросать университет?

Для тех, кто решил бросить

Зачастую во время обучения в вузе недавний выпускник может испытывать желание бросить учебу. Такие случаи нередки и могут объясняться стрессом, усталостью, а также переоценкой ценностей и сменой жизненных ориентиров. Вся жизнь вчерашнего выпускника меняется столь радикально, что он может испытывать вполне объяснимую растерянность. Вот тогда и возникает вопрос: а правильный ли я сделал выбор? Может, стоит бросить учебу, пока не поздно?

На этот вопрос каждый должен ответить сам. Здесь не может быть правильного или неправильного ответа. Уместнее задать учащемуся следующие вопросы: а уверен ли он в необходимости такого поступка? может ли привести аргументы, доказывающие, что это единственный верный вариант и иного пути нет? Вот тут-то и возникнет необходимость сесть и задуматься: под влиянием чего вдруг возникло такое желание. Возможно, это обусловлено стремительным душевным порывом, временным кризисом, который скоро изживет себя, или найдется какая-то другая причина.

Представьте: вы уже потратили определенное количество времени (с момента поступления в университет и до



возникновения вопроса об уходе), получили какие-то знания, в некоторых случаях — заплатили деньги за обучение и т.д. Ведь это было сделано для чего-то, верно? Просто так, по глупости, перечеркнуть все очень легко. А вот вернуть назад время и деньги вы уже не сможете. Так давайте подумаем, почему у вас могли возникнуть такие мысли? Рассмотрим несколько ситуаций — потенциальных провокаторов:

1. Бросить учебу по глупости. Аргументов можно привести массу, но в их разумности можно усомниться.

Итак, что будет в случае ухода из вуза. Для наглядности все «за» и «против» будут помещены в таблицу, чтобы понять, «быть или не быть».

Таблица 1

«За»	«Против»
Я брошу университет и смогу, наконец, валяться на диване целый день, спать до обеда, общаться с друзьями!	Брошу университет... Ну и что дальше? Хорошо, спать буду в лучшем случае часов до 10. И то только первое время. А весь оставшийся день буду слоняться без дела и скучать... Друзья-то все на учебе!
Я брошу университет и отправлюсь в «свободное плавание» куда-нибудь! в мире столько всего интересного — необязательно учиться!	Ага, а куда именно «поплыву»? Чем конкретно заниматься-то буду? Сначала придумать надо....
Я брошу университет и пойду работать!	Хорошо, пока лицо юное и свежее, устроюсь, к примеру, промоутером. А дальше? Продавцом? Грузчиком?
Я брошу университет, потому что папа (мама, дядя и т.д.) и так устроят меня на хорошую работу в свою фирму.	А если фирма разорится? Куда я пойду без диплома?



Окончание таблицы 1

«За»	«Против»
<p>Я брошу университет, потому что родители и без образования могут меня содержать. К чему тратить время на какую-то учебу?</p>	<p>В жизни всякое бывает: и богатые могут потерять все. Нужно использовать все возможности, чтобы получить образование в престижном вузе сейчас и быть уверенным в будущем.</p>
<p>Я брошу университет, потому что мне неинтересна эта специальность!</p>	<p>Обучение не ограничивается одной специальностью, их масса. Поэтому бросать-то необязательно, можно перевестись на более интересный факультет.</p>

Список можно продолжать до бесконечности. Ведь тот, кто захочет найти объяснение своему поступку, всегда постарается «выкрутиться», думая, что его решение правильное. Так что уговаривать или принуждать не имеет смысла — пока человек сам для себя не определит приоритеты, вряд ли он послушает кого-то.

Что можно посоветовать потенциальному «бросальщику»:

а) сядьте, соберитесь с мыслями, стараясь не отвлекаться на посторонние вопросы. Т.е. желательно думать в тишине (без громкой музыки, фильмов и т.п.), ведь это очень важный вопрос;

б) проанализируйте ситуацию: взвесьте все «за» и «против» лично для вас. Если необходимо, возьмите листок бумаги и ручку и выпишите в два столбика возможные варианты. Также попробуйте заняться самовоспитанием (сознательное формирование у себя положительных качеств и устранение отрицательных черт): ведь если желание бросить учебу возникло из-за элементарной лени — ее можно и нужно искоренить;



в) тщательно обдумайте свои действия: почему возникла эта ситуация, почему необходимо принять такое решение;

г) если необходимо, посоветуйтесь с авторитетными для вас людьми (родственники, друзья, преподаватели и т.д.). Более опытные люди могут подсказать вам, где вы ошиблись. Как вариант — сходите к психологу: конечно, он не скажет, как нужно поступать (все-таки это ваша жизнь, а не его), но вместе вы сможете найти истоки и компромиссные пути решения этой проблемы;

д) только потом принимайте решение. Учитывайте, что от этого во многом зависит ваша дальнейшая жизнь.

2. Следующий вариант, из-за которого встает вопрос бросить учебу, это жизненная необходимость. К примеру, финансовое положение не позволяет продолжать обучение в университете. Но это не означает, что нужно «рубить сплеча». В этом случае возможен вариант, когда студент не отказывается от учебы вовсе, а переводится с дневного отделения на заочное или вечернее (последняя форма бывает не во всех вузах). В конкретной ситуации найден компромисс: больше материала придется осваивать самостоятельно, зато будет возможность работать.

Несомненно, в первое время может быть очень сложно, пока привыкнешь совмещать одно с другим. Но постепенно жизнь наладится! Для примера приведем реальную историю одного мальчика, назовем его условно Пашей.

Жил-был мальчик Паша, у него была очень хорошая семья: папа-бизнесмен, мама-домохозяйка и маленький брат. После школы Паша поступил в университет. Казалось бы, все прекрасно. Но вот пришла беда: на втором курсе у Паши внезапно умер папа. Конечно, это было ужасной, ни с чем несравнимой потерей для всей семьи. Парень лишился не только одного из самых близких людей, но и той жизни, которая была до этого печального события. Финансовое положение семьи резко ухудшилось, многие друзья отвернулись, посчитав, что Паша теперь «не их круга». Поэтому Павел принял решение перевестись на



заочное отделение и устроиться на работу, так как чувствовал ответственность за убитых горем маму и братишку. Он не опустил руки. Да, сначала ему было очень тяжело, но постепенно Паша смог добиться признания на работе и обеспечить семью всем необходимым. Параллельно он выучился и получил диплом, который в дальнейшем поспособствовал его повышению на работе.

Такая вот печальная, с одной стороны, история. Но в ней показывается ситуация, когда переход на заочное отделение был вынужденным, хотя была «перспектива» бросить. Главное — не упасть духом и взять себя в руки. Паша выдержал это испытание «на прочность» и смог достойно преодолеть все трудности, которые были уготованы ему судьбой. Весьма неприятная ситуация, когда отказываться от обучения приходится по состоянию здоровья. Серьезные травмы, обострившиеся заболевания также могут заставить человека принять такое решение. В этом случае, конечно, найти компромисс гораздо сложнее, но при желании через некоторое время можно будет вернуться к учебе. Приведем еще одну историю.

Маша росла здоровой и умной девочкой, закончила школу без троек, с легкостью сдала вступительные экзамены в вуз, с первого курса была активной студенткой, преподаватели ее очень хвалили и прочили серьезное будущее. Летом Маша поехала с друзьями на природу, чтобы отметить успешную сдачу сессии и окончание первого курса. До нового учебного года оставалось около месяца, поэтому ребята решили организовать небольшой поход с ночевкой в палатках. Привал устроили на отвесном берегу речки, ну и, само собой, пошли купаться. Кто-то отважился прыгнуть в речку прямо с обрыва (высота-то «небольшая» — всего 2–2,5 м), а вся компания решила повторить «подвиг». Маша должна была прыгать последней... Когда она ныряла, не заметила, что из воды торчит кусок железной трубы, и сильно ударилась спиной о нее. Двигаться Маша не смогла, поэтому друзья вытащили ее



на берег и вызвали «скорую» (благо, в черте города отдыхали). Диагноз врачей стал приговором: повреждение позвоночника, Маша вряд ли сможет вставать и двигаться — только лежать, потому что она частично парализована и вероятность восстановления двигательных функций ничтожно мала. Вот так рухнули все ее мечты. Друзья часто навещали ее дома, но продолжить учебу она уже физически не могла. В течение нескольких лет Машу ежедневно разминали массажисты, ее возили на процедуры, и она смогла сидеть, пусть неуклюже, но начали шевелиться руки. Все это время она очень переживала, но старалась держаться. Еще некоторое время изнурительных тренировок и болезненных процедур позволило Маше начать передвигаться на костылях. Естественно, ездить в институт, как все, она не могла, поэтому решила учиться дистанционно, некоторые преподаватели сами приезжали к ней на дом. Диплом Маша получала, уже стоя на своих ногах, без костылей.

В этой истории сразу заметна сила духа девушки — она достойно выдержала испытание и пусть через время, но все же вернулась к учебе. Сожалея о том, сколько лет потеряла из-за возникшего когда-то желания «нырнуть, как все»...

В этой ситуации отказ от учебы был действительно необходимостью, а не просто капризом. Маша не могла продолжить обучение сразу после травмы, но, тем не менее, сделала это, как только начала двигаться.

Найти объяснение тому, когда вуз бросают по глупости, крайне сложно. Да и сам «вчерашний студент» вряд ли сможет дать логический и содержательный ответ на вопрос, почему он это сделал. Так что прежде чем бросить, сядьте и подумайте: а стоит ли это делать?

Правильное ли это решение — бросить университет?

На этот вопрос нельзя ответить однозначно. Ответ, прежде всего, должен дать сам учащийся. Бывают случаи,



когда старшекласник с восторгом представляет свою будущую профессию, не зная ее тонкостей, а поступив в вуз, понимает, что специальность мало того, что неинтересна, так еще и не соответствует его представлениям. Конечно, в первые два года обучения в институте понять это сложно, так как в основном сначала идет общий курс, где помимо нескольких предметов, касающихся узкой специализации, изучаются те, которые в профессии в дальнейшем и не понадобятся, но по правилам должны быть пройдены. Поэтому у некоторых и возникает желание бросить учебу. Но не совсем уйти из вуза, а просто перевестись на другой факультет. С этим часто связывают кризис выбора профессии (о нем более подробно написано в разделе «Профессиональное становление»).

То, что специальность, как говорится, «не своя», нередко обнаруживается на 3–4-м курсах, когда начинается изучение тонкостей. У студентов есть такое поверье: «Если дожил до «экватора» (так называют третий курс — прим. автора), то дальше вообще забот не будет».

Хотя заботы в процессе обучения как раз начнутся после «экватора». В такие моменты нужно не расслабляться, а, напротив, углублять свои знания путем изучения литературы и других источников.

Кто-то может сказать: «Я лучше воспринимаю информацию на слух». Пожалуйста! Современный прогресс обеспечивает нас аудиокнигами, специальными компьютерными программами-«говорилками».

Так что у вас есть возможность не только слушать преподавателей на лекциях и семинарах, но и осваивать книги дома.

Напоследок можно сделать вывод: кто захочет учиться — будет учиться и достигнет хороших результатов после окончания вуза; кто решит бросить — рано или поздно выполнит задуманное, это просто вопрос времени, а о результатах такого поступка можно только гадать.



§ 6. Чем можно заняться параллельно с учебой

Учеба в университете не всегда дается легко, ведь сразу появляется много новых дисциплин, заданий и обязанностей. Тем не менее очень важно развивать свои способности, причем не только в рамках университетского образования — это могут быть и возможные увлечения (хобби), и посещение курсов, на которых вы получите дополнительные знания, которые обеспечат вам преимущества в будущем.

В настоящее время одним из требований работодателя к кандидатам является знание иностранного языка. Многие крупные фирмы расширяют свои границы, налаживая деловые отношения с зарубежными партнерами. Следовательно, им выгоднее принимать на работу людей хотя бы со средним (а в идеале — совершенным) уровнем знания иностранного языка, чтобы при необходимости не тратиться на переводчиков.

Международным языком сейчас по праву признан английский. Это наиболее распространенный язык, его преподают в современных школах. Вот только не каждый учитель может дать учащимся большой объем знаний: в рамках школьного курса английский преподается по классическим методикам, которые (если обучение проходит не в профильном классе или спецшколе) позволяют освоить язык лишь в общих чертах и благополучно забыть его после выпускного. Лишь небольшой процент школьников продолжает совершенствовать свое знание языка: кто-то выбирает лингвистический факультет, а кто-то идет на курсы. Знание языка никому не мешает — напротив, это поможет устроиться на престижную должность, а при постоянном повышении своего уровня удастся поработать за границей.

Так что, если вы не собираетесь поступать на лингвистический или международный факультеты, а выбранная вами



профессия не исключает возможности общения с иностранцами, запишитесь на языковые курсы. Вы не потратите на них много времени и запасетесь полезными знаниями.

В зависимости от собственных предпочтений и способностей вы можете выбрать либо индивидуальные занятия, либо групповые. Ниже будут приведены плюсы и минусы той или иной формы обучения.

Если уровень знания интересующего языка у вас очень низкий (или же вам предстоит освоить его, что называется, «с нуля»), то индивидуальные занятия с репетитором позволяют подробно изучить многие тонкости. Но, увы, разговорная практика при этом будет сравнительно небольшой, а еще индивидуальное обучение обычно дороже, чем групповое. На занятиях в группе можно будет практиковаться с однокурсниками, учиться рассказывать, поддерживать диалоги, но в этом случае к моменту начала обучения необходимо обладать хотя бы средним уровнем знаний. Минусом групповых занятий является то, что внимание преподавателя сосредоточено на всех учащих, а не на каждом из них в отдельности. Поэтому если один человек в группе что-то не понял, в то время как остальные усвоили урок, преподаватель вряд ли будет возвращаться к этой теме только из-за него.

Изучение языка по самоучителям тоже может дать результаты, но не всегда положительные — здесь необходимо приложить массу усилий. Ведь самому разобраться с ошибками сложно, а спросить будет не у кого.

Итак, что же нужно учитывать при выборе языковых курсов?

Для начала решите для себя, какой именно уровень знания иностранного языка вам необходим: общий, официально-деловой, технический, или же вы планируете уехать в другую страну (следовательно, нужны углубленные знания).

После этого подумайте о том, какими знаниями вы уже обладаете. Если вы изучали английский язык в школе



и можете читать тексты со словарем, но путаетесь во временах, формах глаголов и построении предложений, то вам можно пойти в учреждение, в котором проводятся курсы, и пройти там специальный тест.

По идее, перед тем как человек поступает на языковые курсы, он проходит тестирование с целью определения уровня знаний. И только после этого решается, в какую именно группу (или к какому преподавателю) его определить.

Давайте рассмотрим на примере английского языка, как определяется уровень знаний:

— *Full Beginner* (начинающий, или «полный ноль») — это означает, что человек прежде не изучал язык, и осваивать его придется со знакомства с алфавитом.

— *Elementary* (элементарный уровень) — это знания, полученные в обычной средней школе; человек при желании, пожалуй, вспомнит отдельные слова или выражения, но вот составить грамотно предложение, а уж тем более разговаривать на иностранном он не сможет.

— *Upper-Elementary* (высший элементарный уровень) — человек может частично понимать речь собеседника-иностранца, но только в том случае, если тот говорит медленно. В принципе, возможно и поддержание диалога, но круг обсуждаемых тем будет узким, так как знаний мало — фактически они ограничиваются пройденным в школе материалом.

— *Pre-Intermediate* (низший средний уровень) — в плане грамматики человек уже достаточно подкован, но словарный запас ограничен. Он говорит с акцентом и только на знакомые темы. Если иностранец примет его за своего и решит рассказать что-либо постороннее (специфической направленности), человек может растеряться.

— *Intermediate* (средний уровень) предполагает способность человека более-менее свободно разговаривать, читать и писать на иностранном языке, время от времени обращаясь к словарю.



— *Upper-Intermediate* (верхний средний уровень) — окружающими этот человек воспринимается как свободно владеющий языком. В принципе, это действительно обширные познания, но, тем не менее, это еще не предел.

— *Advanced* (продвинутый уровень) — даже из названия уровня можно понять, что степень овладения языком высокая, поскольку при наличии таких знаний человек может устроиться в зарубежную фирму, но при этом ему придется постоянно совершенствовать имеющиеся навыки и расширять свой словарный запас.

— *Post-Proficiency* (практический уровень) — знание иностранного языка можно сравнить со знанием родного: человек может не только разговаривать, читать и писать, но и думать по-английски. Поэтому этот уровень по праву можно назвать совершенным. Трудности могут возникнуть только из-за культурных различий (восприятие иностранцами «наших» шуток, поговорок и т.д.).

Эту систему можно применить и к другим иностранным языкам (французскому, немецкому, испанскому и т.д.) — все зависит от того, какой из них выберете вы. Главное, постарайтесь изучить такой язык, который вы действительно сможете освоить и применить в дальнейшем (некоторые языки являются малораспространенными).

Помимо языковых курсов, параллельно с учебой в университете можно закончить автошколу: в вакансиях, опубликованных в СМИ, часто указывают, что одно из требований к соискателям — наличие водительского удостоверения. А если к моменту окончания вуза вам удастся накопить определенный водительский опыт, у вас будет больше шансов на успех при устройстве на работу.

При желании вы можете самостоятельно выбрать себе такие дополнительные занятия, которые будут полезны вам в построении карьеры после получения диплома. Даже если на начальных этапах освоения того или иного предмета это будет больше похоже на хобби, не стоит забывать



Как выбрать профессию в 17 лет?

о том, что увлечение может превратиться в один из способов самореализации, а также позволит зарабатывать на жизнь.

В общем, если финансовые возможности позволяют вам заниматься дополнительным образованием в процессе университетской учебы, обязательно воспользуйтесь этим шансом. Ведь учеными уже давно доказано, что в юности и молодости осваивать новые знания гораздо легче, чем в старшем возрасте. В дальнейшем вы будете закреплять и совершенствовать свои навыки, достигая высшей степени мастерства в интересном вам деле.

Глава 4.

ОТ ЧЕГО ЖЕ, ОТ ЧЕГО ЖЕ, ОТ ЧЕГО ЖЕ... ЗАВИСИТ ВЫБОР ПРОФЕССИИ?

Каждый учащийся старших классов, определившийся с выбором специальности, может более-менее четко обосновать свою позицию. У каждого свои причины, но все же можно выявить общие закономерности и факторы, которые в той или иной степени влияют на профессиональную ориентацию.

§ 1. Профессия и тип темперамента

Немаловажным вопросом при выборе будущей сферы деятельности является то, существует ли взаимосвязь между профессией и типом темперамента. Безусловно, существует. Сангвинику сложно усидеть за монотонной работой в силу мощной внутренней энергии, бьющей через край. Поэтому ему подобная работа просто противопоказана.

Есть много примеров того, как тип темперамента помог или, напротив, вредил человеку в реализации профессиональных способностей. Но их мы рассмотрим ниже, а сейчас давайте разберемся, что же такое темперамент. Для этого обратимся к истории исследования этого свойства личности.



В переводе с латинского языка слово *temperamentum* означает «надлежащее соотношение частей»¹.

Древнегреческий врач Гиппократ считал, что физиологически темперамент основывается на гуморальной (от лат. *humor* — жидкость) системе организма: для поддержания здоровья кровь, слизь (лимфа), желтая и черная желчь должны сочетаться в теле человека в определенной пропорции, в ином случае возникают физические и душевные болезни. Мозг был признан Гиппократом главенствующим органом мышления и ощущений. Также он полагал, что доминирование одной из жидкостей в организме влияет на тип темперамента. Поэтому древнегреческая классификация выглядела примерно так: если больше всего крови — это подвижный сангвиник, слизи (лимфы) — спокойный и медлительный флегматик, желтой желчи — агрессивный и порывистый холерик, черной желчи — трусливый и печальный меланхолик. Его идеи поддержал позднее и римский врач Клавдий Гален, сумевший выделить девять типов темперамента (основываясь на разном соотношении «соков» в организме человека), но, увы, до наших дней сохранилась информация только о четырех (знакомые всем сангвиник, флегматик, холерик и меланхолик). Основываясь на учениях Гиппократа, Гален описал типы темперамента более подробно, и хотя данная трактовка была предложена еще в I в. н.э., она до сих пор не потеряла своей актуальности.

Великий русский физиолог И.П. Павлов разработал классификацию типов темперамента, основываясь на свойствах центральной нервной системы человека. Классификация базируется на таких качествах, как сила (высокая работоспособность индивида в течение длительного времени, несмотря на напряжение и постоянное присутствие слабых раздражителей, быстрое восстановление сил), урав-

¹ Кондаков И.М. Психология. Иллюстрированный словарь. — СПб.: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2003. — С. 353.



новешенность (даже в условиях стрессовой ситуации индивид сохраняет спокойствие и способен подавить возникающие неадекватные желания (здесь подразумевается срыв или вспышка агрессии)), подвижность (быстрая и легкая обучаемость, реакция на резкие перемены). При помощи этих компонентов Павлов нашел объяснение классификации темперамента, предложенной Гиппократом. Отсюда можно сделать вывод: согласно типам нервной системы, сангвиник — сильный, уравновешенный, подвижный; холерик — сильный, неуравновешенный, подвижный; флегматик — сильный, уравновешенный, инертный (от лат. *inertia* — неподвижность, бездеятельность); меланхолик — слабый, неуравновешенный, инертный.

Американский врач и психолог У. Шелдон в результате многолетних исследований также предложил свою классификацию типов темперамента, основанную на соматической системе. Она дополняла ранее предложенную типологию немецкого психиатра и психолога Э. Кречмера. Согласно этой классификации, существует определенная связь между темпераментом и телосложением человека. Условно люди делятся на эктоморфов с цеберотоническим темпераментом (высокие худые люди со слаборазвитой мускулатурой, не склонные к полноте — сдержанные, малообщительные, скрытные, быстро реагирующие на изменение ситуации, но отличающиеся повышенной утомляемостью), мезоморфов с соматотоническим темпераментом (люди спортивного телосложения, обладающие широкими плечами и грудной клеткой, а также большой головой — общительные, уверенные в себе, выносливые, энергичные, склонные к авантюрам, агрессивные) и эндоморфов с висцеротоническим темпераментом («пышные» люди с большим животом и преобладанием жира в области плеч и бедер, мускулатура слабо развитая — общительные, медлительные, терпимые, стремящиеся к похвале).

Э. Кречмер в своих исследованиях доказал, что телосложение может рассказать и о предрасположенности чело-



века к таким серьезным психическим расстройствам, как маниакально-депрессивный психоз и шизофрения. Согласно его типологии, пикническая конституция тела (эндоморф у Шелдона) говорит о склонности к маниакально-депрессивным психозам, а лептосомная (экторморф) — к шизофрении.

Доктор психологических наук профессор В.М. Русалов полагал, что темперамент формируется под воздействием внутренних энергетических ресурсов человека в раннем детстве и постоянен на протяжении всей жизни.

Из всего вышеперечисленного можно сделать вывод, что темперамент — это врожденные свойства индивида, оказывающие влияние на все психические процессы, протекающие в его организме. Именно под воздействием темперамента у человека формируется характер.

Если рассматривать темперамент с учетом процесса обучения, то становится очевидным следующий факт: ученики, обладающие теми или иными качествами, по-разному ведут себя на уроках, у каждого формируется своя особая реакция на задания и вопросы педагога, получаемые оценки и т.д.

Опытные педагоги могут помочь учащемуся развить в себе нужные качества: к примеру, научить флегматика быть более уверенным в себе, сангвиника — более усидчивым. Так что вполне возможно, что тип темперамента, заложенный природой, можно «подредактировать» при помощи опытных педагогов-наставников.

Конечно, «чистый» тип темперамента встретить практически невозможно. Как правило, в одном человеке одновременно преобладают качества, присущие, например, сангвинику и холерику, — можно говорить о смешанном типе. Поэтому на практике тип темперамента определяется по тем чертам, которые наиболее выражены. При помощи теста, приведенного в главе 6, вы сможете определить в процентном соотношении преобладание у вас того или иного типа темперамента.



Теперь рассмотрим, какие же качества свойственны представителям разных типов темперамента.

1. Сангвиник (от лат. *sanguis* — кровь). Такому человеку свойственна высокая активность, подвижность, моментальная реакция на изменения вокруг него, неприятности и неудачи не выбивают его из колеи надолго. Быстрая приспособляемость ко всему новому и общительность способствуют умению уживаться с окружающими и легко находить с ними общий язык, так как этот человек очень коммуникабелен. В силу своей эмоциональности сангвиник обладает богатой и разнообразной мимикой и выразительностью речи. По этой же причине он может быть непостоянным, неспособным сосредоточиться на предмете и поверхностным (в том числе в плане обучения), хотя ему свойственна легкая обучаемость новым видам деятельности, потому что сангвиник схватывает все на лету. В стрессовой ситуации сангвиник не теряет своего природного оптимизма и уверенности, старается приободрить окружающих. Ему очень сложно выполнять рутинную, монотонную работу, он моментально может переключиться с одного дела на другое, если последнее будет лично ему интереснее, часто такие люди переоценивают свои возможности. Яркие примеры: в истории — Наполеон Бонапарт, П. Бомарше, в литературе — А.И. Герцен, Д'Артаньян из романа А. Дюма «Три мушкетера».

2. Флегматик (от греч. *phlegma* — мокрота, слизь). Это, как правило, человек медлительный, сдержанный, имеющий определенные цели и относительно постоянное настроение. Все эмоции старается держать в себе, избегая их внешнего проявления при посторонних. Медленно вырабатывает новые формы поведения и старается всегда их придерживаться. Одновременно и плюсом, и минусом флегматика является то, что все свои действия он совершает обдуманно, способен проявлять терпение и усидчивость при выполнении своей работы, но для этого ему необходимо сначала «раскачаться». Проявление гнева у таких людей



бывает крайне редко, что объясняет их непредрасположенность к аффектам. Флегматики очень спокойны, невозмутимы, но нередко ленивы, апатичны и безразличны к происходящему. Яркие примеры: в истории и науке — И. Ньютон, М.И. Кутузов, в литературе — И.А. Крылов, Портос из романа А. Дюма «Три мушкетера».

3. Холерик (от лат. *chole* — желчь). Это человек стремительный, порывистый, готовый погрузиться в любимое дело с головой, но затем так же быстро охладеть к нему. Вместе с тем ему часто мешает собственная невыдержанность, предрасположенность к бурным эмоциональным всплескам, частые скачкообразные перемены настроения. Холерикам свойственна повышенная возбудимость и вспыльчивость. Было замечено, что некоторые холерики — бунтари. Яркие примеры: в истории — А.В. Суворов, Петр I, в литературе — А.С. Пушкин, Атос из романа А. Дюма «Три мушкетера».

4. Меланхолик (от греч. *melas* — черный, *chole* — желчь). Такой человек может быть очень ранимым, поэтому даже незначительная неприятность может надолго выбить его из колеи. Склонен к интроверсии — часто окружающие не подозревают, какие душевные терзания мучают человека. Действия меланхолика часто кажутся окружающим заторможенными, он не может в течение долгого времени концентрировать свое внимание на чем-то одном. Если такой человек находится под сильным давлением со стороны кого-то, то он может впасть в ступор. Очень мнительный, замкнутый, беспокойный. Все грядущие изменения в жизни воспринимаются меланхоликом со страхом. Но наряду с этим меланхолики — это тонко чувствующие других людей личности, способные долго любоваться предметами живописи, классическими музыкальными произведениями и просто красивыми пейзажами. Яркие примеры: в литературе — Н.В. Гоголь, А.А. Блок, Арамис из романа А. Дюма «Три мушкетера», в музыке — П.И. Чайковский.



Надеюсь, с типами темперамента вы разобрались. Теперь рассмотрим, какая профессия может подойти каждому из этих типов.

Из **сангвиника** может получиться прекрасный начальник. Природа наградила этого человека такими качествами, как умение расположить собеседника к себе (будь то клиент или работник), мягко и ненавязчиво убедить в своей правоте. Одна из важных черт — расчетливость, с которой такой человек подходит к любому вопросу. Сангвиник может стать «генератором идей» фирмы, но технические вопросы не его конек. Рутинная и монотонная работа человеку с таким типом темперамента противопоказана, так как он с трудом может долго акцентировать свое внимание на одном задании.

Сангвиникам рекомендуются профессии, связанные с постоянным общением: воспитатель в детском саду, врач, учитель, психолог, менеджер, организатор, официант, продавец, инженер-технолог и т.д.

Уравновешенность **флегматика** помогает ему спокойно и планомерно выходить из стрессовых ситуаций. Терпеливость и упорность позволяют такому человеку справиться с задачами, которые ставятся перед работниками «основательных» профессий (бухгалтер, экономист, врач-терапевт), но специальностей, требующих быстроты реакции и активности (менеджер, коммерсант, хирург, тележурналист, актер и т.д.) флегматику следует избегать.

Профессии, в которых флегматик сможет реализовать себя лучше всего: биолог, математик, физик, астроном, инженер, водитель, электрик, агроном, механик и т.д.

Энергичность и напористость **холерика** не позволяет такому человеку добиваться успехов в однообразной работе — он утомляется из-за невозможности выпустить свою энергию. Равно как и сангвиники, холерики — лидеры по натуре, обладающие такими актуальными в настоящее время качествами, как стрессоустойчивость и способность восстановить силы за короткое время. Профессии, требую-



щие терпения и усидчивости (разведение растений, бухгалтерия и т.д.), не подходят для холерика. Удовлетворение же могут принести специальности, в которых часто необходима молниеносная реакция: артист, тележурналист, дипломат, предприниматель, диспетчер, хирург, летчик, строитель, следователь, режиссер и т.д.

В силу своей замкнутости **меланхолику** проще работать с машинами (компьютерами), чем с людьми. Некоторая заторможенность в поведении способствует тому, что такому человеку стоит избегать профессий, где необходима постоянная концентрация внимания, а работа часто бывает напряженной в эмоциональном плане.

Меланхоликам прекрасно подходят профессии художника, швеи, писателя, геолога, бухгалтера, автослесаря, агронома, токаря и т.д. Комфортнее всего люди этого типа темперамента будут чувствовать себя там, где немногочисленно.

§ 2. Факторы, влияющие на выбор профессии

С влиянием типа темперамента на профессиональный выбор вы ознакомились, но нельзя утверждать, что только личностные качества могут «встать во главу угла» в этом деле. Важная роль при выборе профессии отводится мотивации. Мотивы могут быть внешними или внутренними. Чтобы разобраться, в чем разница между ними, рассмотрите примеры:

Если вы выбираете будущую профессию, исходя из того, что работа по ней будет приносить вам большие деньги, т.е. специальность рассматривается только с точки зрения материальной выгоды, — это внешняя мотивация. Сюда же можно отнести и выбор профессии по степени ее престижности и востребованности.



Если при выборе профессии вы руководствуетесь не столько зарплатными ожиданиями, сколько представлениями о тех благородных и значительных делах и целях, которые вы сможете осуществить и достигнуть в рамках специальности (например, будете проводить серьезные научные исследования и делать эвристические открытия, полезные для всего общества), — это внутренняя мотивация.

Итак, давайте представим, что же может сыграть определяющую роль при выборе профессии:

— «модная» или востребованная (вне времени) специальность.

— давление родственников и друзей.

— личная заинтересованность.

— желание выделиться / достичь успехов в неожиданной для других области.

— ограниченность средств.

— зарплатные ожидания.

— диплом «для галочки».

— оценка собственных способностей.

Быть может, некоторые из вас смогут назвать и другие факторы. Ниже все предложенные пункты будут рассмотрены более подробно.

«Модные» или востребованные (вне времени) специальности

Этот пункт был назван так потому, что время от времени возникает мода на ту или иную профессию. Беда лишь в том, что на выходе из вуза человек понимает: специалистов в данном направлении очень много, без стажа устроиться по специальности крайне проблематично, да и, увы, качество обучения не всегда бывает на высоком уровне. А что же может представлять собой модная специальность? Можно провести параллели с ее востребованностью, но у них будет одно существенное отличие: если к окончанию университета полученная профессия может стать уже не



такой модной, то вневременной вариант будет актуален всегда.

Бывает мода на одежду, на увлечения, на виды отдыха, но также время от времени появляется профессиональная «мода» — в зависимости от потребности общества в специалистах определенного профиля. Причем год от года она охватывает все больше сфер. Неудивительно, что в разные времена «модными» становились разные профессии. В середине XX в. наиболее востребованными были рабочие профессии: после войны стране нужно было восстанавливаться быстрыми темпами, поэтому авторитет таких специальностей, как слесарь, лесоруб, тракторист и т.д. был очень высок. Со временем жизнь стала входить в привычное русло, и на первый план стали выходить совершенно иные профессии. Это не означало, что заводы и крупные промышленные предприятия больше не нуждались в рабочей силе, просто темпы производства постепенно снизились.

В наше время рабочие специальности не утратили своей актуальности, но, к сожалению, они уже не так популярны и престижны в среде молодежи. Многим хочется работу «почище», а не «стоять смену у станка». Поэтому работодатели стремятся повысить авторитет именно рабочих профессий. Для этого на промышленных предприятиях создаются максимально комфортные условия, поднимается заработная плата — все силы направлены на то, чтобы в глазах молодого поколения статус этих нужных стране профессий вновь стал высоким.

Востребованные вне времени специальности — это те профессии, которые даже в процессе перестройки общества не теряют своей актуальности. В эту группу можно отнести самые перспективные на сегодняшнее время профессии.

1. *Сфера информационных технологий и телекоммуникаций.* Мы все живем во время активного технократического развития. Современный мир сложно представить без компьютеров, спутников и прочих технических новинок.



Именно поэтому данную сферу по праву считают одной из самых перспективных и выгодных с материальной точки зрения. Специалисты, умеющие не только налаживать и регулировать оборудование, но и при необходимости писать программы, будут востребованы всегда, так что, если у вас есть способности в данной области, попробуйте усовершенствовать свои навыки.

2. *Архитектура и строительство.* Рост темпов строительства обусловлен потребностями общества, но нехватка людей, способных проектировать объекты и качественно проводить строительные работы, делает невозможным удовлетворение всех людей в плане нового жилья, рабочих помещений и т.д. В настоящее время «кризис» в данной области наблюдается именно из-за недостатка квалифицированных руководителей, прорабов, архитекторов, проектировщиков. Отдельно здесь можно выделить дизайнеров со знанием основных правил проектирования: часто представляются поистине впечатляющие своей красотой проекты, которые невозможно воплотить в жизнь из-за несоответствия замысла дизайнера и предложения инженера.

3. *Сфера маркетинга, PR и рекламы.* Это учебное направление пока молодое, поэтому высококвалифицированных преподавателей-практиков там немного. Количество предприятий и фирм год от года неуклонно возрастает, и многие из них нуждаются в рекламе — естественно, спрос на «рекламщиков» всегда есть. Создание спецпроектов, рекламных плакатов, генерирование идей, слоганов, концепций — это лишь небольшой перечень услуг, которые могут понадобиться начинающим компаниям.

4. *Медицина, фармацевтика.* К сожалению, даже современные открытия в области медицины и фармацевтики не могут поспособствовать полному выздоровлению нации от всех болезней. Хотя ведутся постоянные разработки новых препаратов, мало высококлассных специалистов, способных проводить подобные исследования и создавать эти лекарства. Врачи различных направлений востребованы



всегда. Также весьма высокий спрос на квалифицированных провизоров-фармацевтов.

5. *Сфера финансов и бухгалтерия.* Специалисты данных направлений также востребованы «вне времени». Даже в периоды кризиса экономисты и статисты ценятся очень высоко, потому что умеют строить финансовые планы для организаций и четко их соблюдать.

6. *Банки и инвестиции.* Сколь бы ни стращали нас всевозможными кризисами и крахами финансовой системы, перед нами четко вырисовывается картина: практически все банки как стояли, так и стоят, а области, куда можно инвестировать свой капитал, расширяются год от года. Банковская сфера — это сфера услуг (вложение средств, получение кредитов, внесение платежей), многим людям удобно осуществлять все финансовые операции именно в банках — значит, необходимо усовершенствовать уже налаженную систему.

7. *Кадровые службы.* Квалифицированные HR-менеджеры (менеджеры по подбору персонала) — это люди, умеющие грамотно подбирать персонал для организации. Благодаря знанию человеческой психологии (в случае высокого уровня мастерства) они умеют грамотно подбирать слова при общении с потенциальными работниками, качественно оценивать, подойдет ли человек конкретной фирме или нет. Эту сферу обычно выбирают те, кто любит и умеет общаться с людьми, хочет помогать другим устроиться на работу. В какой-то степени менеджеры по подбору персонала — это маленькие руководители, потому что именно от их решения зависит, кто будет работать на предприятии, а кто нет.

8. *Стилисты, визажисты, парикмахеры.* Многие люди (в особенности женщины) хотят выглядеть красиво ежедневно. Но не всегда удается самостоятельно подобрать себя подходящий имидж (не у каждого человека есть вкус), сделать прическу и макияж для торжественного мероприятия — именно тут на помощь могут прийти мастера «сферы



красоты». Такую профессию выбирают творческие люди, обладающие вкусом. Они дарят людям ощущение праздника, ведь даже новая прическа иногда может значительно поднять настроение, стать одной из ступенек к началу «новой» жизни и т.д.

Давление родственников и друзей

Часто будущий абитуриент вынужденно поступает в институт. Профессия навязывается различными способами, вплоть до шантажа («Если ты не поступишь учиться на того-то, то...»). Естественно ни сам процесс обучения, ни будущая специальность в этом случае не представляются человеку интересными, поэтому никакого удовольствия он не получает. Помимо этого мало шансов на то, что в дальнейшем он будет работать по специальности.

Также бывает, что родители пытаются реализовать свои мечты через ребенка. Например, мама в молодости хотела поступить в театральное училище, но по каким-то причинам у нее это не получилось. Своего ребенка-выпускника она заставляет поступать именно в театральное училище, считая, что только там он сможет получить достойное образование — это одна из самых главных ошибок. Пытаться так осуществить мечты своей юности глупо. Время родителя прошло, он не смог реализовать свои планы в молодости, поэтому стоит дать своему чаду возможность основываться на его предпочтениях.

В принципе, если родители — люди умные, они могут продуктивно направить ребенка в нужное им русло, заинтересовав его. Но делать это необходимо осторожно, так, чтобы юный и не обладающий значительным опытом человек не догадался, что это не столько его желание, сколько мечта родителей. В этом может помочь отличное знание психологии. В зависимости от того, с какого возраста начнется «обработка», школьник может действительно заинтересоваться «навязанной» профессией, а при желании — достичь в ней определенных высот!



Также среди нас с вами немало людей, склонных быть ведомыми. Это такие личности, которые в течение всей своей жизни зависят от мнения других. Часто окружающие пользуются этим и внушают «ведомым», какого образа жизни им необходимо придерживаться, какую профессию выбрать. Конечно, глядя на такого человека со стороны, можно испытывать по отношению к нему жалость — ведь невооруженным глазом заметно, что у него практически отсутствует собственное мнение и им легко манипулировать.

Личная заинтересованность

Это, пожалуй, самый лучший вариант! Если будущего абитуриента еще в школе «зацепил» тот или иной предмет и он поступает в университет, где будет изучать именно интересные дисциплины, то шансов на успех в дальнейшем у него значительно больше по сравнению с теми, у кого при выборе профессии была другая мотивация.

Конечно, не исключены взлеты и падения, восторг и разочарование, но стремление углубить знания поможет освоить профессию в совершенстве. А при постановке серьезных целей он добьется значительных высот и реализует себя в полной мере.

Желание выделиться / достичь успехов в неожиданной для других области

Как правило, это желание возникает у тех, кого в школе часто обижали, дразнили и выставляли «крайними».

Посредством достижения каких-либо успехов этот человек стремится доказать себе и миру, что он — личность, способная заявить о себе. Между прочим, очень часто такая позиция стимулирует человека на успех. С одной стороны, он делает это кому-то назло, но с другой — он прилагает массу усилий для того, чтобы его признали, заметили, им гордились и восхищались. В признании он видит свою цель, поэтому старается использовать все свои воз-



возможности на максимально доступном уровне. Этот человек прекрасно понимает, что в жизни перед ним будут то и дело вставать препятствия, но он готов бороться за свой успех. Единственный минус: нередко такие люди становятся озлобленными и нелюдимыми, потому что в окружающих видят врагов и соперников, стремящихся их обидеть или унижить.

Но если трудное детство не сильно повлияло на человека, то в дальнейшем он может вполне адекватно общаться со своими сверстниками и коллегами.

Очень часто подобное стремление возникает у людей, которых в свое время отвергли возлюбленные, родственники или просто знакомые. Таким образом отвергнутые хотят доказать им, что могут добиться успеха.

Ограниченность средств

Да-да, такое тоже не редкость в настоящее время! Выбор профессии аргументируется не тем, насколько она интересна, а тем, хватит ли средств, чтобы ее получить. Сразу вспоминается тост из советского фильма «Кавказская пленница»: «Имею желание купить дом, но не имею возможности; Имею возможность купить козу, но не имею желания...» Далеко не у всех желания и возможности совпадают. И, как это ни прискорбно, школьник не всегда может самостоятельно заработать крупную сумму денег на образование, о котором мечтает. Конечно, практически в каждом учебном заведении есть бюджетные места, но поступить туда сложно из-за большого конкурса. Вот абитуриент и вынужден выбирать из того, что по карману, постепенно принимая специальность и примеряя ее на себя. Перспектива здесь, безусловно, есть: получив образование, человек устроится на работу и при желании сможет накопить на свою профессиональную мечту (точнее, на учебу) — вопрос только в том, будет ли избранная в школьные годы специальность привлекать его по прошествии нескольких лет. Встречаются в современном мире энтузиасты, готовые



пусть медленно, но все же двигаться к поставленной цели. Так что в случае возникновения этой проблемы не стоит расстраиваться: быть может, не все еще потеряно?

Зарплатные ожидания

Вот вам и яркий пример внешней мотивации. Конечно, все мы знаем, что в настоящее время почти все строится на деньгах. От финансового благополучия во многом зависит то, как человека будет принимать общество, какие дороги перед ним будут открыты. Но, увы, за деньги не купишь знания — поэтому мало поступить на престижный факультет, нужно, чтобы и в голове что-то откладывалось. А когда единственная цель обучения — обогатиться в будущем, мозг может просто не справиться с освоением информации, необходимой в желаемой «денежной» профессии.

Определяя для себя мотивы, подумайте о том, что мир меняется практически ежедневно: специальность, престижная сейчас, может стать маловостребованной к моменту окончания вуза. И немаловажным фактом является то, что если все пойдут учиться только на «денежные» профессии, то рабочих мест в будущем может просто не хватить.

Диплом «для галочки»

Это, пожалуй, один из самых печальных факторов. К сожалению, некоторые идут учиться, «потому что надо». Еще до поступления человек осознает, что через несколько лет (в зависимости от длительности обучения) у него будет диплом о высшем образовании. При этом неважно, будет ли реальная рабочая специальность совпадать с той, которая указана в дипломе. Главное, высшее образование получено! Хотя бывает и так, что профессия становится интересной в процессе обучения.

Оценка собственных способностей

Один из ключевых моментов в выборе профессии — грамотная оценка собственных способностей. Учитывать их не-



обходимо хотя бы потому, что значительно проще совершенствовать уже имеющиеся у вас таланты, а вот заниматься развитием новых — более длительных и сложный вопрос.

Способности — это система психологических свойств личности, благодаря которым обеспечиваются условия для будущего успеха или неудачи. Способности могут быть врожденными (их еще называют задатками) или приобретенными в процессе научения.

Как правило, люди путают способности со знаниями и навыками. Это заблуждение весьма распространено, потому что оценивается не то, с какой скоростью и насколько хорошо человек осваивает материал, а то, умеет ли он, к примеру, решать задачки или писать сочинения. Но ведь если всерьез задуматься о способностях, то можно прийти к выводу, что от них во многом зависит качество выполняемой работы и уровень, которого удастся достигнуть, осуществляя определенные виды деятельности. Поэтому можно сказать, что в процессе школьного обучения дети развивают в себе в большей степени те задатки, которые у них имелись от рождения, а также получают дополнительные знания и навыки. Если у вас есть способности грамотно и красиво излагать свои мысли на бумаге, значит, вы при желании сможете добиться значительного успеха в деятельности писателя или журналиста. В последней главе этой книги вы сможете определить, какие способности у вас более развиты, и уже на основе этого выбрать себе подходящую специальность.

Если же у вас есть стремление развивать в себе новые способности, что ж, дерзайте! Если вы готовы к трудностям, которые неизбежны в этом случае, то вполне возможно, сможете добиться успеха!

§ 3. «Восьмиугольник» Е.А. Климова

Итак, чем же, как правило, руководствуются люди при выборе профессии? Российский психолог и психофизиолог



Е.А. Климов предложил три важных составляющих этого решения: «хочу», «могу», «надо». Если рассматривать их более подробно, то «хочу» подразумевает именно желания учащегося относительно будущей специальности, «могу» — это оценка индивидом своих возможностей, способностей и навыков, «надо» — анализ потребностей современного рынка труда (это и есть так называемая «модность» профессий). Конечно, со временем могут меняться все эти три составляющих, потому что жизнь не стоит на месте. Но все же, учитывая их, к вопросу профессионального самоопределения можно подойти более серьезно и обдуманно.

Также при выборе профессии Е.А. Климов рекомендовал обращаться к созданному им «восьмиугольнику» (рис. 1) основных факторов выбора профессии. Вполне вероятно, что он не сразу будет понятен некоторым учащимся, поэтому ниже будут приведены «углы» и их краткая расшифровка.

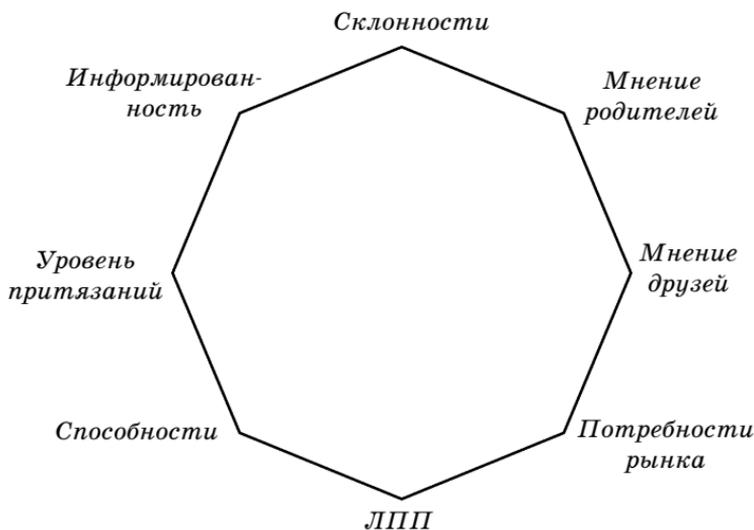


Рис. 1. «Восьмиугольник» Е.А. Климова (линии между факторами проведены для обозначения углов-факторов)



1. ЛПП — это личная профессиональная перспектива. Она является главным фактором в представленном восьмиугольнике, потому что именно от построения этой перспективы зависит правильность выбора профессии. Все остальные факторы считаются дополнительными, но не менее важными.

2. Способности: от того, насколько верно учащийся оценивает свои способности, зависит, сможет ли он в дальнейшем не только освоить выбранную специальность, но и добиться в ней чего-то значительного. Если школьник грамотно оценивает себя, то между фактором «ЛПП» и фактором «Способности» чертится сплошная линия, если же выбор не совсем соответствует уровню способностей учащегося, — пунктирная линия, в случае, когда способности вообще не учитываются — между «углами» линия отсутствует.

3. Уровень притязаний выражается в желании учащегося достичь сложной цели, которая соразмерна с его способностями. Во многом этот фактор зависит от самооценки человека и образуется под влиянием личностных переживаний собственных побед и поражений. Адекватность уровня притязаний определяется тем, насколько способности соответствуют стремлениям человека. Заниженный или завышенный уровень притязаний считается неадекватным.

4. Информированность о будущей профессии также является очень важным фактором, который необходимо учитывать. Если учащийся неграмотно или недоброкачественно ознакомился с выбранной им профессией, есть все основания утверждать, что в будущем его может постигнуть разочарование.

5. Склонности учащегося должны быть учтены для того, чтобы выбрать специальность. Если школьник гуманитарий, то ему не рекомендуется выбирать профессии, требующие технических навыков, и наоборот.



6. Мнение родителей рассматривается в данном восьмиугольнике с точки зрения авторитетности и опытности людей старшего поколения. Ведь не всегда молодые люди могут сами хотя бы примерно спрогнозировать свое будущее. В качестве авторитета могут выступать не только родители, но и другие старшие члены семьи, педагоги, друзья, врачи.

7. Мнение друзей: выбор каждого сугубо индивидуален, но все же лучше обсуждать с товарищами свои предпочтения относительно специальности. При этом необходимо четко разграничивать свои предпочтения и предпочтения товарищей, чтобы не получилась ситуация, когда вы поступаете в университет «за компанию», или, напротив, тянете кого-то за собой.

8. Потребности рынка: как уже говорилось ранее, современный мир не стоит на месте, поэтому и рынок труда меняется в зависимости от экономической, социальной и политической ситуации в стране. Перед поступлением следует ознакомиться со статистикой, дабы убедиться в том, что профессия, которая будет освоена, перспективна и будет актуальной к моменту получения диплома.

Итак, факторы рассмотрены, теперь давайте разберемся, как же пользоваться данным «восьмиугольником» на практике. Как уже вкратце было описано в пункте «Способности», если между факторами есть связь, то рисуется сплошная линия, если факторы учитываются неграмотно — пунктирная линия, если факторы вообще не учитываются, то линия между ними отсутствует.

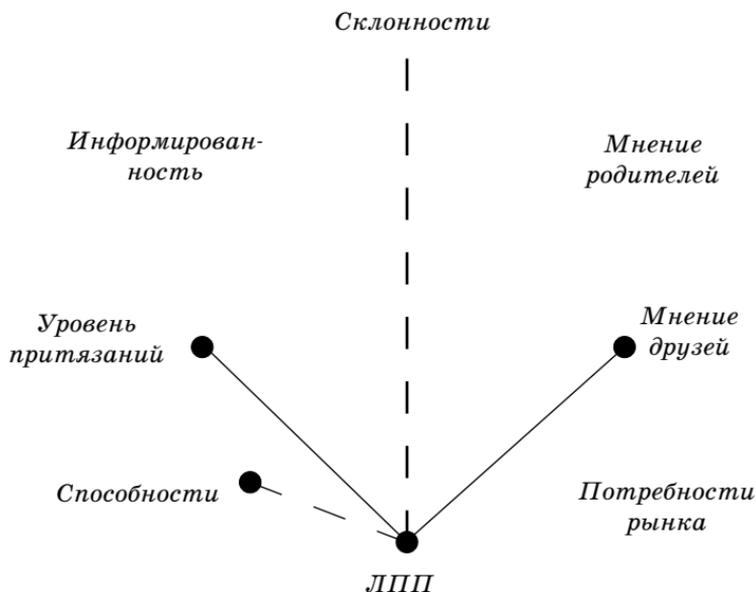
Чтобы вы смогли лучше разобраться в работе с «восьмиугольником», попробуйте проанализировать приведенную ниже историю.

Валя с детства была общительной девочкой. В 5 классе она перешла в новую школу и сдружилась с небольшой компанией пятерых ребят, которые больше всего любили уроки математики. Вале математика давалась с трудом, но она все равно общалась со своими друзьями. В 11



классе, когда все ребята уже определили свое будущее направление, Валя была на распутье: она не знала, куда поступить, хотя чувствовала, что ее привлекает наблюдение за растениями. Друзья предложили девочке пойти в вуз (на физико-математический факультет) с ними «за компанию», пообещав, что помогут разобраться в сложных задачах. И Валя согласилась: ей очень хотелось добиться больших высот и сделать так, чтобы ее имя вошло в историю. Она практически не представляла, кем станет после выпуска, но это ее не пугало. С родителями Валя советоваться не стала: решила, что она должна сделать этот выбор самостоятельно, потому что уже достаточно взрослая для принятия столь важного решения в жизни.

Вы прочитали историю. А теперь подумайте: все ли факторы учла Валя при выборе профессии? Или все же где-то она допустила ошибку? Наглядно ее «восьмиугольник» можно изобразить так:





Давайте вместе проанализируем, насколько правильно Валя сделала свой выбор.

Пунктирная линия «ЛПП» — «Способности». Первая ошибка, которую совершила девочка — это несоответствие ее способностей с избранной специальностью. Как вы могли заметить, математика давалась ей с трудом (а ведь это одна из основных дисциплин на физмате!), но все же она «отважилась», понадеявшись на помощь друзей.

Сплошная линия «ЛПП» — «Уровень притязаний». Валя знает, что она — гуманитарий, но, тем не менее, хочет добиться успеха в области, где явно не блещет талантом. Ее стремление можно объяснить: «Мне это дается сложно, но я все равно смогу».

Отсутствие линии «Способности» — «Уровень притязаний». Это вторая ошибка Вали — она не учитывает, что успех гарантирован в том случае, если есть способности к конкретным наукам.

Отсутствие линии «ЛПП» — «Информированность». Валя не знает, каким именно специалистом она будет. Профессия-«сюрприз» — вариант странный. Хотя бы с позиции того, что, не имея представления о своей будущей профессии, надеяться на успех в ней по меньшей мере глупо.

Пунктирная линия «ЛПП» — «Склонности». Валя прекрасно понимает, что ее больше интересует ботаника, но при этом решает пойти на физико-математический факультет (а ведь между этими науками ничего общего нет).

Отсутствие линии «ЛПП» — «Мнение родителей». С родителями Валя советоваться не стала, потому что в ней «выиграло» подростковое стремление быть взрослой. Старшие при желании смогли бы ей объяснить, почему не стоит поступать на выбранный факультет.

Сплошная линия «ЛПП» — «Мнение друзей». Вот этот фактор Валя учла. Только она не подумала о том, что ее друзья уже давно начали углубленно заниматься математикой и решили продолжать совершенствовать свои зна-



ния. Они предложили ей пойти учиться «за компанию» из-за связывающей их дружбы.

Отсутствие линии «ЛПП» — «Потребности рынка». Валя не знает ни кем она станет, ни какие перед ней откроются перспективы после окончания вуза. Можно говорить о неграмотном подходе к выбору будущей специальности.

Как видим из примера, Валя явно сделала неправильный выбор, и если ей хватит сил и желания, необходимых для освоения столь сложной для нее дисциплины, как математика, то, возможно, она сможет реализовать себя в будущем. В худшем случае она доучится до первой сессии и, несмотря на уговоры друзей, уйдет из вуза, поняв, что со своим решением она поторопилась, поступив необдуманно, и потеряла время.

Теперь, если вам удалось разобраться с тем, как пользоваться «восьмиугольником», попробуйте самостоятельно определить, насколько грамотен ваш выбор и насколько осознанно вы подошли к этому вопросу. Время здесь не ограничено. Но не забывайте о том, что вы можете потерять его, если совершите ошибку на этой стадии своего профессионального развития.

Глава 5. ЧТО ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ ПРОФЕССИЯ

Задумывались ли вы когда-нибудь о том, что еще в дошкольном возрасте начали примерять на себя различные профессии? Смотрите: впервые с этим дети сталкиваются, когда видят работу родителей — малыши начинают ее идеализировать.

Именно поэтому ребенок пяти-шестилетнего возраста с уверенностью говорит, что будет «как папа — строителем» или «как мама — экономистом». Конечно, профессия родителя является столь привлекательной для малыша именно потому, что мама и папа для него — самые лучшие люди, независимо от того, каких успехов они добились (если добились вообще). Дети играют друг с другом в «ролевые» игры, самостоятельно решая, кто из них будет водителем, кто — продавцом, а кто — врачом. Именно эту примерку можно назвать первым шагом в профессиональном самоопределении.

Профессиональное становление личности начинается позже, примерно в подростковом возрасте, и в связи с ним человек проходит через ряд испытаний — кризисов. При удачном стечении обстоятельств и применении усилий он добивается успеха и звания профессионала.

Важную роль играет и профориентация — попытка специалистов направить личность по тому пути, который ей подходит в большей степени. В данной главе вы прочитаете об этом подробно, сможете проанализировать себя (учиты-



вая ситуации прошлого и настоящего), а при желании — рассмотреть все на примере ваших близких.

§ 1. Профессиональное самоопределение

Как это ни странно звучит, но «примерка» профессии длится всю жизнь. Рано или поздно некоторые понимают, что поторопились, поступив на тот или иной факультет, и для себя решают, что необходимо освоить другую, более подходящую специальность. Так методом «проб и ошибок» люди стремятся определить свое место в жизни и найти тот путь, который гарантированно приведет их к успеху и признанию.

Играет ли профессиональное самоопределение большую роль в жизни человека? Конечно! Ведь именно в рамках этого процесса все мы планируем и прогнозируем свое будущее. В зависимости от того, насколько грамотно человек подходит к вопросу, можно говорить о легкости или сложности его дальнейшего становления как специалиста.

Ниже профессиональное самоопределение будет рассмотрено «во всех ракурсах», а также вы сможете ознакомиться с его влиянием на жизнь каждого из нас в разные возрастные периоды.

Для начала стоит разобраться, что означает понятие «самоопределение». Многие ученые в области психологии, педагогики и философии занимались исследованием этого вопроса.

Советский педагог, философ, культурный и общественный деятель Г.П. Щедровицкий трактовал профессиональное самоопределение как анализирование человеком самого себя, умение планировать и воплощать в жизнь задуманное, тем самым формируя личность.



Один из основоположников гуманистической психологии А. Маслоу сравнивал самоопределение с самоактуализацией и самореализацией, т.е. считал это желанием человека совершенствовать свои знания и умения, чтобы достичь определенных высот в любимом деле.

По мнению русского психолога и психофизиолога Е.А. Климова, профессиональное самоопределение «уместно понимать в общем виде как деятельность человека, обретающую то или иное содержание в зависимости от этапа его развития как субъекта труда»¹.

Доктор педагогических наук профессор факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова Н.С. Пряжников, посвятивший многие годы исследованию вопросов профессионального самоопределения личности, высказал мысль о том, суть данного процесса заключается в самостоятельном и разумном обнаружении человеком ценности определенной деятельности в рамках культурно-исторической или социально-экономической картины мира.

Посредством данного процесса строится не только отношение человека к интересной ему специальности, но и к миру профессий в целом. Важным моментом в профессиональном самоопределении является то, насколько осмыслен выбор: учитываются ли при этом собственные способности, возможности, требования. Данный процесс нельзя четко обозначить временным промежутком: он состоит из нескольких этапов, но развитие человека идет в течение всей жизни. Наиболее важные события могут поспособствовать тому, что вопросы профессионального самоопределения встают острее (в момент окончания школы, вуза, ссуза и т.д., повышения квалификации, переезда, увольнения).

О социально-психологической зрелости личности можно судить именно по ее профессиональному самоопределению.

¹ Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2004. — С. 27.



Н.С. Пряжников предложил содержательно-процессуальную модель этого процесса развития личности:

— ценностно-нравственная основа самоопределения, т.е. понимание важности общественно-полезной деятельности и необходимости профессионального обучения;

— оценка социально-экономической ситуации в стране и примерное прогнозирование престижности избранной специальности;

— знание мира профессий и акцентирование внимания на одной из них — профессии-мечте;

— самостоятельная постановка «ближних» профессиональных задач для планомерного и последовательного достижения главной цели — высокого уровня профессионализма;

— ознакомление с различными профессиями, учебными заведениями и местами трудоустройства;

— разумный взгляд на мир: понимание того, что на пути к профессии-мечте возможны препятствия, и, как следствие, анализ своих способностей и навыков, задействовать которые понадобится для достижения этой цели;

— рассмотрение «запасных» вариантов — профессий, которые можно будет освоить, если «мечта» не оправдывает себя;

— начало работы по специальности и регулярная коррекция поставленных задач с учетом изменения социально-экономической ситуации.

Также Н.С. Пряжников выделил семь типов самоопределения личности, которые обязательно нужно рассматривать при учете потенциала человека.

1. *Самоопределение в конкретной трудовой функции.* Реализовать себя индивид может только в рамках одной строго регламентированной деятельности. Такая работа однообразна, и в качестве перспективы может быть только усовершенствование уже имеющихся навыков (скорость и качество выполнения, к примеру).



2. Самоопределение на конкретном трудовом посту.

В силу того что функций у работника может быть много, он реализует себя именно в той сфере, где задействован. Если деятельность резко меняется, человек может болезненно отреагировать на это.

3. Самоопределение на уровне конкретной специальности. В рамках отдельной специальности человек может занимать различные трудовые посты, поэтому можно говорить о перспективе самореализации в широкой сфере деятельности.

4. Самоопределение в конкретной профессии. Человек способен реализовать себя, выполняя не один конкретный вид деятельности, а сразу несколько близких по типу.

5. Жизненное самоопределение. Практически каждый человек вправе выбирать тот образ жизни, который ему нравится: кто-то мечтает построить карьеру, а кто-то видит себя только в качестве примерного семьянина (задействованным исключительно в непрофессиональной деятельности).

6. Личностное самоопределение. Это достаточно сложный тип, потому что он предполагает нахождение, развитие и утверждение человеком индивидуального образа «Я». Утверждение происходит за счет становления личности не только в качестве профессионала в своей области, но и как авторитетного человека для окружающих.

7. Самоопределение личности в культуре. Считается самым сложным типом и по сути высшей степенью личностного самоопределения. Это значит «войти в историю», оставить в ней след.

Но для этого необходимо внести большой вклад в развитие культуры общества (независимо от того, в рамках какой деятельности это произойдет).

В каждом из этих типов можно выделить уровни самореализации личности — как и с какой целью человек занимается деятельностью:



- враждебное отношение к своей деятельности (разрушительный уровень);
- желание уклониться от деятельности без вступления в конфликт с окружающими;
- выполнение работы по установленным ранее правилам и образцам (пассивный уровень);
- желание модернизировать (усовершенствовать) отдельные этапы выполнения деятельности;
- желание усовершенствовать деятельность в целом (творческий уровень).

Как вы уже поняли, профессиональное самоопределение — это постепенное развитие и становление личности, следовательно, оно проходит в несколько этапов, каждый из которых по-своему важен для человека. Итак, рассмотрим эти этапы.

1 этап — дошкольное детство (с 3 до 6 лет)

В процессе игр «Аптека», «Больница», «Магазин» и т.д. В детстве ребенок примеряет на себя ту или иную роль. И нередко именно эта роль способствует появлению желания малыша в будущем освоить избранную профессию. Стремление подражать взрослым реализуется как раз в сюжетно-ролевых играх, посредством которых дети осваивают сначала простые трудовые функции — уход за растениями, больными и т.д.

Вокруг ребенка масса примеров труда, поэтому он хочет «испытать на себе», насколько та или иная профессия может быть интересна лично для него. Именно знания о трудовой деятельности взрослых положительно влияют на профессиональное становление ребенка в будущем. Наблюдая за работой родителей, ребенок формирует представление об их профессиях и, как следствие, в играх пытается следовать правилам и обязанностям, которых должны придерживаться в своей деятельности взрослые. Пусть первые шаги неуклюжи — посредством этого малыши могут различать виды деятельности и сравнивать их между собой,



формируя тем самым положительное или отрицательное мнение о них.

***2 этап — младший школьный возраст
(с 7 до 10–11 лет)***

В первые годы школьного обучения у ребенка расширяется круг значимых для него взрослых: помимо родственников и знакомых его семьи появляются учителя. Психологическая особенность детей этого возраста — более активное подражание взрослым. Но к подражанию прибавляется еще и мотивация личных достижений в новой деятельности — учебе. Ребенок постепенно отмечает свои способности (например, математика ему нравится, а вот чтение — не очень) и, основываясь на полученном ранее опыте (в играх, простом труде и учебе), выстраивает примерный образ своей будущей профессии. К 10–11 годам у каждого ребенка уже четко сформированы индивидуальные способности, поэтому спектр профессиональных предпочтений значительно расширяется. Но пока еще рано говорить о том, что эти предпочтения окончательно оформлены — возможно, они неоднократно будут корректироваться в будущем под воздействием различных обстоятельств и факторов.

Деятельность, которой занимается ребенок, развивает его воображение. А это, в свою очередь, способствует обогащению знаниями о содержании видов труда и представлению себя в качестве профессионала в определенной области. На этом этапе все выражается в фантазиях, но они уже имеют профессиональную окраску, поэтому их влияние на будущее самоопределение велико.

***3 этап — подростковый возраст
(с 10–11 до 14–15 лет)***

В подростковом возрасте ребенок вступает на стадию первичной оптации (выбора). Это очень серьезный этап в жизни каждого человека, потому что именно в это время



формируется система ценностей и отношение индивида к различным видам деятельности с точки зрения ответственности. В результате подростки начинают оценивать профессии избирательно (пока еще с детской позиции: «что такое хорошо, а что такое плохо»).

Также подростки стремятся показать окружающим, что они уже взрослые. Но чаще всего это выражается только внешне, а не внутренне: девочки активно начинают пользоваться косметикой и одеваться по-взрослому одежду, мальчики — заниматься в спортивных секциях и т.д. Половое разделение приводит к тому, что девочки ориентируются на профессии «настоящих женщин» (топ-модель, телеведущая, певица), а мальчики — на профессии, свойственные «настоящим мужчинам» (автогонщик, футболист, спасатель). Такие профессии, по мнению подростков, не лишены романтичности и относятся к разряду «настоящих взрослых» видов деятельности, так как о них часто пишут в прессе, говорят по радио и телевидению. Это порождает в подростках стремление к самоутверждению и самовыражению.

Учебно-профессиональные намерения формируются у подростков в связи с посещением кружков и курсов, разграничения школьных предметов в зависимости от их интересности и полезности (для себя лично). Наряду с намерениями появляются профессионально-ориентированные мечты, ведущие к порождению профессионально-ориентированных учебных мотивов. На основе этого подростки начинают самостоятельно развивать в себе качества и способности, которые понадобятся в будущей специальности. Все это способствует разработке примерного плана своей дальнейшей жизни и поэтому играет важную роль в профессиональном самоопределении, несмотря на то что мечты пока расплывчаты.

4 этап — ранняя юность (с 14 до 15–16 лет)

В этом возрасте выбор профессии приобретает все большее значение, ведь личность вступает в новый для себя пе-



риод — стадию «реалистической оптации». Постоянная примерка на себя привлекательных профессий, увы, не всегда помогает сделать обоснованный выбор. Остроту данного этапа чувствуют по большей части те, кто решает закончить свое школьное обучение после 9 класса. Эти подростки идут в училища или колледжи или (что тоже бывает) начинают работать.

Сложность этого периода объясняется аморфностью намерений в отношении будущей професс. Приходит осознание того, что мечты так и останутся нереализованными из-за отсутствия возможностей. Это, в свою очередь, формирует у подростка неудовлетворенность положением вещей и самим собой, он пытается заниматься самоанализом, чтобы разобраться в сложившейся ситуации и найти оптимальные пути решения. Вопросы, которые чаще всего задают себе юноши и девушки в данной ситуации: кто я? на что я способен? к чему я стремлюсь? какую профессию мне выбрать?

В процессе получения начального профессионального образования идет жесткая переоценка ценностей и жизненных ориентиров, потому что подросток пытается найти в себе какие-то «потаянные» способности. Несмотря на то что он вроде бы уже определил свое профессиональное будущее (ведь уже получает специальность), его выбор психологически не обоснован, отсюда и неудовлетворение, и резкие перемены в стремлениях.

Те, кто получает полное среднее образование (заканчивает 10–11 классы), в психологическом плане становятся более подготовленными к будущему, так как у них плавно происходит вычленение приемлемых и реальных вариантов профессий из всего разнообразия желаемых и воображаемых. Они осознают необходимость серьезного подхода к выбору профессии, понимая, что от этого во многом будет зависеть их успех в будущем.

В 11 классе подростки грамотнее оценивают свои способности, склонности, возможности. Профессия рассма-



тривается с точки зрения престижа, материальной выгоды (так как социально-экономическая ситуация сейчас известна каждому). Продумываются всевозможные варианты профессионального обучения (в том числе и «запасные» на случай неудачи).

Можно сделать вывод, что для старшеклассников учебно-профессиональное самоопределение — это, как правило, осознанное решение о выборе профессии и путях ее получения.

5 этап — юношеский возраст (с 16 до 21–23 лет).

Почти все люди в юности получают первое профессиональное образование и проходят практику на предприятиях и в учреждениях.

Школьные годы в прошлом, а в настоящем — попытка реализовать свои профессиональные мечты. Именно на этом этапе некоторые юноши и девушки разочаровываются в своем выборе учебно-профессионального поля. И неудовлетворенность заставляет многих из них внести «правку» в свое профессиональное становление и сменить направление, пока не поздно. Те, кто и в процессе получения образования уверен в своем выборе, медленно, но верно проходит процесс кристаллизации профессиональной направленности личности (получается что-то вроде «закрепления» результата) и со временем начинают отождествлять себя с участниками конкретной профессиональной группы. Новая социально-профессиональная роль сначала воспринимается с некоторым страхом (а смогу ли я? а получится ли?), но через некоторое время крепнет уверенность в своих силах и в том, что все задуманное удастся, так как все сделано верно и назад путей нет.

6 этап — молодость (с 21–23 до 27 лет).

После окончания учебных заведений наступает период социально-профессиональной активности. Неоднократное прохождение практики во время учебы способствует тому,



что вливание в рабочий коллектив проходит относительно безболезненно. При удачном стечении обстоятельств часть выпускников устраивается на хорошую работу по специальности, другие стараются найти вакансии, хотя бы немного приближенные к их профилю. Последние, естественно, испытывают психологический дискомфорт, ведь несколько лет назад, при поступлении, будущая жизнь представлялась им радужной, перспективной и благополучной.

Происходит значительная корректировка «Я-концепции»: попытка проанализировать себя (в частности, где, когда и почему все пошло не так, как планировалось), неудовлетворенность своей профессиональной жизнью (это и «бег» на месте, выражающийся в рутинной работе, а не резком взлете, как хотелось, и расплывчатость перспектив, если они вообще возможны). Постоянные раздумья приводят к нарастающему чувству тревоги. Для того чтобы преодолеть ее, многие стремятся обозначить для себя новые цели и задачи, достижение которых — весьма значимое событие. Как правило, для движения вперед предпринимаются попытки повысить квалификацию, добиться подъема по служебной лестнице, а если это невозможно, выносятся решение о смене рабочего места. В крайнем случае, как вариант рассматривается освоение новой профессии.

В 27–28 лет начинается возрастной кризис, связанный с переоценкой ценностей и соответствием «Я желаемого» и «Я реального». Часть жизни за плечами, получен определенный опыт. В зависимости от выводов, которые делает человек в этот период, возникает либо чувство удовлетворенности жизнью, либо ощущение пустоты и разочарования в самом себе. Чаще всего дальнейшая жизнь идет по двум путям: либо человек постепенно добивается статуса профессионала в своей трудовой области, либо он решается на «профессиональную миграцию» — меняет работу или вновь идет учиться, но уже на другую специальность.



7 этап — зрелый возраст

(в некоторых периодизациях продолжительность данного возраста — с 22 лет и до выхода на пенсию, но здесь рассматривается период, начинающийся с 27–28 лет)

В профессиональном самоопределении зрелость — самый длительный и продуктивный этап. Человек реализует себя как личность и старается использовать свои возможности по максимуму. Это время исполнения профессиональных желаний и оправдания надежд. Конечно, не всем удастся осуществить задуманное, но можно хотя бы попробовать использовать шанс: выработать свой собственный стиль работы, чтобы достичь определенной степени мастерства в профессиональном плане и стать Личностью (именно с большой буквы), авторитетной для окружающих. Многие люди именно в зрелом возрасте достигают звания профессионала, поражая всех своей активностью и выполняя работу очень качественно и быстро.

Если у человека сформировалось чувство удовлетворенности своей профессией, выработалась определенная позиция и он постоянно убеждается в том, что его профессиональная деятельность приносит пользу, то пребывает в состоянии профессионального оптимизма. Он погружен в свою работу, получает удовольствие от самого процесса и признание окружающих — казалось бы, сбылась мечта! Но, увы, не всем удастся достигнуть такого устойчивого положения. Есть много людей, которые в зрелом возрасте (примерно в 35–40 лет) начинают вновь пересматривать свою жизнь, потому что не удовлетворены положением вещей. Этот переломный момент влечет за собой возникновение мыслей о переходе на новую работу или освоении совершенно другой профессии. Сложность кардинальных корректировок заключается в том, что уже накоплен определенный профессиональный опыт и уход со «старой» работы не гарантирует легкого перехода на новую. А если речь заходит об обучении, то в этом плане профессиональ-



ная миграция зачастую становится еще более пугающей: после 35 лет, да еще и без официального стажа работу по новой специальности найти будет крайне сложно. Тщательно все обдумав, человек приходит к выводу, что лучше остаться на прежнем месте работы и снова попытаться добиться признания со стороны коллег и продвижения по службе. При удачном стечении обстоятельств у него это получается. В ином случае личность просто некоторое время пребывает в депрессивном состоянии, а затем возвращается к привычному образу жизни.

8 этап — пожилой возраст (с 55–60 лет до момента естественного ухода, хотя некоторые специальности предполагают более ранний уход на пенсию)

Уход на пенсию для многих становится крахом в прямом смысле этого слова. К этому возрасту люди обычно остаются энергичными, активными и способными продолжать работу. Страх перед сменой образа жизни, материального положения и сужением круга общения порождает нарастающее чувство тревоги. Человек чувствует, что еще может передать свой опыт молодежи, но оказывается «не у дел» и, как следствие, впадает в депрессию, обусловленную приближением старости. Кому-то удастся удержаться на своем профессиональном посту, занимаясь менторингом (наставничеством), и тогда еще какое-то время эти люди чувствуют свою нужность и полезность. В то время как другие, менее удачливые, растеряны и находятся в состоянии «профессиональной беспризорности».

Постоянные переживания выводят на передний план проблему социально-трудового самоопределения. Одни находят выход в погружении в семейные дела, другие стремятся переселиться поближе к природе (на дачу), а третьи продолжают работать. Некоторые пенсионеры, не желая мириться с ухудшением материального положения (все-таки пенсии значительно ниже зарплат), устраиваются на



менее престижную работу: вахтерами, охранниками, уборщицами и др.

В пожилом возрасте каждый человек вправе выбрать: уйти ли ему на пенсию или работать, «пока бьется сердце». Есть люди, которые с нетерпением ждут своего последнего «рабочего» юбилея и с удовольствием представляют, чем они займутся на пенсии. Все зависит от самого человека, степени его психологической усталости от трудовой деятельности, а также от индивидуальных стремлений и желаний.

Надеюсь, теперь вам понятно, что суть профессионального самоопределения заключается не только в правильном выборе профессии в подростковом и юношеском возрасте, но и в длительном и поэтапном развитии личности человека. Каждый из нас по-своему проходит все эти стадии, но можно сделать вывод: если человеку удастся достигнуть своей профессиональной цели, развитие считается адекватным, если нет, то он идет по деструктивному пути, находится в состоянии неопределенности и неудовлетворенности своей жизнью и периодически пытается что-либо изменить.

§ 2. Профорентация

Само слово «профессия» происходит от лат. *profiteor* — «объявляю свой делом», а профессиональная ориентация означает установку на то, что «объявляется своим делом».

Важную роль в становлении профессиональной ориентации играет школа: ведь именно там закладываются основы представлений о профессиях.

С точки зрения психологии, профорентация — это ряд мер, направленных на помощь молодым людям при построении карьеры. Она способствует более быстрому и лег-



кому профессиональному самоопределению, так как учитывает способности и потребности личности, а также существующий рынок профессий.

При помощи профориентационной работы можно подобрать такую профессию, которая будет соответствовать ожиданиям человека и удовлетворять всем его требованиям (материальным, моральным, творческим и т.д.), а кроме того, будет подходить ему с учетом индивидуальных особенностей характера, темперамента, мировосприятия.

Как правило, выделяют три последовательных этапа профориентации:

1. *Профпросвещение, или ознакомление с миром профессий.* На данном этапе учащимся предоставляется возможность узнать о многообразии специальностей, иногда — посмотреть со стороны на работу некоторых людей, чтобы у школьников сформировалось свое представление о будущей трудовой деятельности. Этот этап также называют подготовительным. Длится он в течение всего периода обучения в школе. В рамках профессионального просвещения идет активное изучение личности учащегося, его склонностей, стремлений, интересов, предрасположенности к тому или иному предмету.

2. *Профессиональное воспитание* направлено на формирование у учащихся психологических качеств, которые понадобятся им в будущей работе (ответственность, исполнительность, серьезность и т.д.).

3. *Профконсультирование* также является одним из важных мероприятий, посредством которого психолог может помочь учащемуся сделать правильный выбор специальности и спланировать, как может строиться его будущая карьера. В процессе консультации можно проанализировать психологические и физические особенности школьника с целью определения как общих, так и профессиональных стремлений и интересов последнего, уровня его способностей и подготовки к конкретной специальности. Также на профессиональной консультации рассма-



тривается, насколько профессия подойдет индивиду: соответствует ли он ей по медицинским показаниям, какие варианты трудоустройства могут быть в дальнейшем. Профессиональная консультация может быть проведена не только психологом, но также и родителями, знакомыми — в этом случае ее называют стихийной. Если все же за дело берется дипломированный специалист, это должен быть человек, знающий методы психодиагностики и прошедший специальную подготовку по проведению подобных консультаций.

В процессе жизни человек может столкнуться с профессиональной переориентацией, при которой идет коррекция выбора специальности (если изначальное решение все же было принято неверно). Это позволяет заново проанализировать личность с учетом произошедших в ней за несколько лет изменений, а также предполагает выяснение причин, повлекших за собой необходимость в переориентации.

§ 3. Профессиональное становление личности

Успешную карьеру невозможно построить в короткий промежуток времени, она требует планомерного и постепенного развития. В редких случаях бывают исключения в виде стремительных взлетов и падений, но, как правило, большинство людей идет по определенному алгоритму (от новичка до высококвалифицированного специалиста). Именно этот путь называют профессиональным становлением личности.

Давайте подробнее рассмотрим, что такое профессиональное становление личности, с точки зрения психологии: это процесс корректировки индивидом своих качеств и навыков под влиянием социальной и профессиональной сферы. В ходе профессионального становления человек



стремится к самосовершенствованию, если этого требует его работа.

Профессиональное становление — процесс длительный: сначала идет ознакомление с профессией, затем изучение тонкостей и далее поэтапное освоение трудовой сферы.

В профессиональном становлении можно выделить стадии, через которые человек проходит постепенно. Причем у некоторых профессиональное становление протекает легко и непринужденно, а кому-то суждено «прорываться через тернии к звездам», время от времени преодолевая кризисы. В этом разделе вы сможете рассмотреть весь процесс поэтапно, а также ознакомиться с особенностями кризисных периодов каждой стадии становления.

Итак, можно выделить следующие этапы профессионального становления.

1. *Формирование профессиональных намерений, или стадия оптации.* Как мы уже говорили раньше, профессиональное самоопределение начинается у школьников (оптантов) примерно в 14–16 лет. В этом возрасте большинство учащихся имеет четкое представление о многообразии специальностей, а также знает, какие из них наиболее интересны. Каждый школьник самостоятельно или при помощи родителей определяет, как ему действовать: доучиться до 11 класса или же поступать куда-то (в училище, колледж и т.д.) после окончания девятилетки. Возникает необходимость определить, что предпринять для получения профессии — это означает, что мотивация меняется и подстраивается уже под новую деятельность. Если в 10–11 классе идет ориентация на ту или иную профессию с точки зрения познания, то во время учебы в вузе начинается подготовительный этап, предполагающий именно изучение профессии. Кризис этого периода связан с тем, что происходит смена ведущего типа деятельности (она выражается в переходе от учебно-познавательной к учебно-профессиональной деятельности) и социальной ситуации развития



(вокруг оптанта складывается такая система отношений, при которой желаемое не всегда совпадает с действительным). С кризисом учебно-профессиональной ориентации может столкнуться как 9-тиклассник, решивший продолжить свое образование в ссузе, так и 10–11-тиклассник, планирующий поступать в университет после школы.

В основе кризиса — неспособность (в силу неопытности) быстро решить, в каком именно учебном заведении и по какой специальности получить желаемую профессию. Из этого можно сделать вывод, что часто процесс обучения направляется не на определенную специальность, а на развернутое профессиональное поле. К примеру, выбор пал на юриспруденцию, но она подразделяется на адвокатуру, нотариальное дело, криминалистику и т.д.

Путем самоанализа корректируются профессиональные устремления. К раннему юношескому возрасту уже более-менее сформированы представления о себе (реальное, динамическое и фантастическое «Я» — «Я-концепция»), но под воздействием кризиса осуществляется их корректировка.

Деструктивный (разрушительный) путь выхода из кризиса предполагает ориентированность на профессию с учетом ситуации, частичную или полную потерю связи с адекватным (стандартным) обществом и преобладание в поведении асоциальных черт. Все это происходит из-за возникновения чувства собственной никчемности, неполноценности, бесцельности жизни, оптанта ощущает себя чужим в привычной, казалось бы, среде.

2. Профессиональная подготовка. Этот этап охватывает все время обучения профессии (с момента поступления до получения диплома). Некоторые студенты разочаровываются в специальности, которую решили получить. Как правило, все начинается с мелкого недовольства какими-либо учебными дисциплинами. А это, в свою очередь, влечет за собой снижение интереса к учебе и возникновение сомнений в том, «правильная» ли профессия выбрана. В со-



вокупности все это приводит к кризису выбора профессии. По сравнению с предыдущим кризисом этот протекает легче. Наиболее ощутимо напряжение на первом и последнем курсе учебы, и этому можно дать логическое объяснение. Чаще всего в первый год обучения студентам приходится осваивать так называемый «общий курс», включающий в себя некоторые школьные предметы и ознакомительные дисциплины по выбранной специальности. Вот именно это «знакомство» учащихся и не устраивает: хочется сразу узнать побольше о профессии, а тут такая преграда! Если речь идет о вузе, то более подробно и глубоко профессия изучается, как правило, с третьего курса, поэтому есть большая вероятность «возрождения» интереса к учебе и, как следствие, быстрого выхода из кризиса.

Возникновение сомнений в последний год обучения — следствие того, что у некоторых студентов появляется неуверенность в будущем (смогут ли они найти работу именно по своей специальности, применить полученные знания на практике и т.д.). Естественно, наилучший вариант выхода из этого критического положения — прохождение преддипломной практики, подразумевающей общение с представителями аналогичной специальности и возможность примерки на себя новой роли: «Я — специалист» вместо «Я — студент». Как видно, пережить данный кризис «сложно, но можно». Уместно вспомнить в такие моменты знаменитую фразу Карлсона: «Спокойствие! Только спокойствие! Пустяки, дело житейское!». Ну и нелишним будет совет: имейте терпение.

3. Привыкание к профессии, или адаптация. Учебное заведение окончено, найдена работа по специальности, и тут начинается самое интересное. Снова происходит смена социальной ситуации развития и ведущего типа деятельности. На этот раз все выражается во вхождении в незнакомый коллектив, освоивании новой роли — создании образа работающего человека, привыкании к профессиональным отношениям и изменении системы ценностей.



Сложности нередко возникают с первого дня работы. В процессе обучения у студента складываются определенные представления о выбранной специальности, но при устройстве на работу выясняется, что его ожидания и реальная профессиональная деятельность далеки друг от друга. Именно эти различия приводят к кризису профессиональных ожиданий (ожиданий).

Часто провоцирующими факторами являются: выполнение не соответствующих специальности должностных обязанностей, низкая заработная плата, оставляющие желать лучшего отношения в коллективе, неправильно построенная или, что еще хуже, отсутствующая организация труда. Неудовлетворенность со временем приводит к внутреннему конфликту (смириться или действовать), разрешить который можно либо по пути созидания, либо по пути разрушения. В первом случае молодой специалист отбрасывает внутреннее недовольство и старается как можно быстрее привыкнуть к работе, используя ранее полученные и обретенные новые знания, с целью получения опыта. Во втором, увы, путь не самый приятный: разочарование приводит к наплевательскому отношению к своей работе или нежеланию трудиться по этой специальности в дальнейшем — к смене профессии.

4. Начальная профессионализация. За первые три-пять лет работы человек набирается опыта. К концу этого срока он уже определил свое положение в трудовом коллективе, а также овладел необходимыми навыками и умениями. Столь длительная практика способствует желанию подняться выше по карьерной лестнице, но, если рост на нынешнем месте работы невозможен, специалист стремится найти более перспективную вакансию или поменять профессию, чтобы избавиться от нарастающей неудовлетворенности. Это явление называется кризисом карьерного роста. Выйти из него можно, если попробовать на некоторое время отвлечься на хобби или радикально поменять специальность. А для кого-то удобнее просто смириться



с положением вещей и равнодушно относиться к своему социально-профессиональному статусу.

5. Вторичная профессионализация. Здесь период уже не оговаривается, так как каждому человеку требуется свое количество времени, чтобы из обычного специалиста превратиться в профессионала. Вырабатывается свой личный, уникальный подход к работе и стиль ее выполнения — яркое свидетельство очередной внутренней перестройки. Оценка себя в качестве профессионала на данном этапе уже стабильна, поэтому иногда возникает ощущение того, что человек «перерос» профессию (т.е. занимает не ту должность, которая заслужена в действительности). Как следствие, снова формируется неудовлетворенность. Мысленно индивид прокручивает различные сценарии: можно ли реализовать себя именно в этой профессии, как это лучше сделать или стоит вообще поменять род деятельности. Возникновение подобных идей способствует выработке стремления как можно быстрее определиться, чтобы достичь высокого уровня самоорганизации (это комплекс врожденных и приобретенных качеств человека, благодаря которым происходит регуляция поведения и деятельности, а также находится объяснение многих поступков).

Если желаемое не совпадает с действительным, назревает новый внутренний конфликт, приводящий к кризису профессионализма. Как и ранее, «Я-концепция» частично перестраивается вместе с профессиональной ситуацией развития. Психологически личность испытывает множество внутренних противоречий, но, приложив некоторые усилия, может с достоинством выйти из сложившегося положения. Вариантов может быть несколько:

- уволиться;
- занять должность повыше;
- не уходя из конкретной профессии, освоить новую отрасль в ней же;
- усовершенствовать и систематизировать полученные знания и перейти на этап мастерства.



6. *Мастерство.* На данном этапе о человеке говорят: «ас», «высококласный специалист» и т.д. Большой опыт позволяет индивиду выработать совершенно иной подход к работе: новаторство, качественные творческие решения. На первое место выходит желание полностью реализовать себя и осуществить задуманное. Но учитывая то, что часто потребность в самореализации проявляется через эгоцентризм («весь мир вертится вокруг меня»), постепенно нарастает недовольство собой и коллегами. Когда оно достигает высшей точки, наступает кризис социально-профессиональной самоактуализации, или кризис нереализованного потенциала. Индивид понимает, что в конкретной ситуации он не может совершенствовать свои знания и навыки (быть может, его уровень достаточен для этого учреждения или сам по себе уже очень высокий). Путь выхода из этого кризиса может быть либо продуктивным (предложение инноваций и претворение их в жизнь, очень быстрый подъем по карьерной лестнице, выполнение большого объема работы качественно и в сжатые сроки), либо разрушительным (пренебрежительное отношение к работе, частые конфликты с окружающими, увольнение, депрессия, алкоголизм, развод и новый брак и т.д.).

7. *Уход на пенсию.* Уже ожидание этого «страшного» дня, когда предстоит уйти на пенсию, у некоторых вызывает панику. Человек не знает, что будет дальше: дадут ли ему возможность поработать еще на этой же должности или придется привыкать к роли и поведению пенсионера. Период до дня достижения пенсионного возраста сам по себе является кризисным. Состояние неопределенности, отсутствие поддержки со стороны близких и коллег усиливает и без того непривычное положение. Волнение обусловлено еще и тем, что приходит горькое осознание своего будущего: ухудшится финансовое положение, круг общения сузится и т.д. Как правило, работникам физического труда пережить кризис утраты профдеятельности легче по сравнению с «интеллектуалами», потому что к определен-



ному моменту они начинают ощущать усталость от своей работы и появляется желание отдохнуть. Также на степень напряжения в этом периоде влияет семейное положение и состояние здоровья. Хороший вариант в предпенсионном возрасте — посещение специальных подготовительных курсов, рассчитанных на облегчение психологического состояния будущего пенсионера, а также встречи с «товарищами по несчастью» (вроде «клуба по интересам»).

8. *Старение.* Как ни странно звучит, но это тоже один из этапов профессионального становления. Точнее, его завершение. Обостряются заболевания, все новое воспринимается с подозрением, в отдельных случаях наблюдается снижение умственных способностей, человек живет воспоминаниями о прошлой жизни. Большинство людей пенсионного возраста пытаются проанализировать свою жизнь и приходят к выводу, что многое не успели, а времени при этом остается все меньше. Губительнее всего кризис старости отражается на одиноких пожилых людях. Но и эту проблему можно (и нужно!) решать: если есть возможность, стоит попробовать применить свои профессиональные знания в повседневной жизни, заняться рукоделием — в общем, постараться не опускать руки, а жить, как и прежде, активно.

Вот и рассмотрены все этапы профессионального становления. Здесь были описаны типичные случаи, но все же нельзя сказать, что это обязательно будет у каждого — ведь все мы индивидуальны. Главное, постараться в кризисные моменты действовать разумно — тогда все пройдет гладко и без последствий.

Глава 6.

ТЕСТЫ И МЕТОДИКИ ПО ПРОФИОРИЕНТАЦИИ

Вот мы с вами и подошли к самой интересной части книги — исследованию личности при помощи тестов, опросников и методик.

С двумя методиками вы уже встречались в предыдущих параграфах: в отрыве от текста они стали бы менее понятными.

Ниже собраны и максимально доступно изложены наиболее интересные и полезные способы познания себя. Возможно, кому-то из вас потребуется пройти два-три теста, а кому-то — все. Главное, отнеситесь к процессу самоисследования серьезно — в этом случае вы добьетесь желаемого результата.

Посредством приведенных методик и тестов вы сможете не только правильно подобрать профессию, но и рассмотреть свою личность с разных ракурсов. Итак, приступим!

§ 1. Тест «Тип темперамента»

Темперамент имеет большое значение при выборе профессии. Поэтому для правильного выбора сферы деятельности и будущей специальности необходимо знать свой темперамент.

В настоящее время существует множество тестов, позволяющих определить тип темперамента. Так как «чи-



стных» типов практически не существует, мы предлагаем вам пройти тест, который позволит рассчитать в процентном соотношении преобладание или, напротив, слабую выраженность того или иного типа.

Этот тест поможет вам определить, черты какого именно типа темперамента преобладают в вас в большей степени.

Инструкция: вашему вниманию предлагается тест из четырех частей, в каждой из которых представлены 20 утверждений. В предложенном бланке ответов ставьте знак «+» напротив тех утверждений, которые могут вас охарактеризовать; «-» — напротив тех, с которыми вы не согласны.

Часть 1

1. Я склонен к неусидчивости и суетливости.
2. Я часто бываю несдержан и могу вспылить по любому поводу.
3. Мне свойственна нетерпеливость.
4. Я предпочитаю говорить людям правду «в лоб», потому что очень резкий.
5. Я очень настойчив.
6. В споре я всегда нахожу множество аргументов.
7. Я с трудом могу придерживаться определенного графика при выполнении какой-либо деятельности.
8. Я люблю рисковать.
9. Мне не свойственна обидчивость.
10. Моя речь очень быстрая и эмоциональная.
11. Часто даже небольшая мелочь может разозлить меня.
12. Меня раздражают недостатки окружающих.
13. Иногда мне нравится передразнивать окружающих.
14. Я могу принять решение молниеносно в любой ситуации.



15. Я обладаю очень выразительной мимикой.
16. Я люблю все новое.
17. Я двигаюсь очень резко и стремительно.
18. Если я поставил цель, то всегда упорно ее добиваюсь.
19. Часто я беру инициативу в свои руки, когда нужно организовать мероприятие.
20. Мне свойственны резкие, частые и беспричинные смены настроения.

Часть 2

1. Я оптимист.
2. Я активен и всегда направляю свою энергию в правильное русло.
3. Иногда я не довожу до конца начатое мной дело.
4. Нередко бывают моменты, когда я понимаю, что сильно переоценил себя.
5. Я легко усваиваю новую информацию.
6. Я не могу долго увлекаться одним и тем же.
7. Я не сильно переживаю из-за собственных неудач.
8. Мне не страшны никакие обстоятельства — я легко приспосабливаюсь почти ко всему.
9. Если я начинаю чем-то заниматься, это увлекает меня очень сильно.
10. Если мне что-то становится неинтересным, то я это бросаю.
11. Я с легкостью могу включиться в новую деятельность или переключиться с одной работы на другую.
12. Я падаю духом от одной мысли о том, что мне придется выполнять монотонную работу в течение длительного времени.
13. Я очень коммуникабельный и добрый человек, поэтому у меня большой круг друзей.
14. Я неутомим, поэтому считаю, что обладаю высокой работоспособностью.



15. Моя речь, как правило, быстрая, громкая и внятная.

16. Я держу себя в руках, даже попав в критическую ситуацию.

17. Я всегда приветлив с окружающими.

18. Я быстро засыпаю и легко просыпаюсь.

19. Я не всегда обдумываю свои решения, часто поступаю под воздействием порыва.

20. Бывает так, что я не вникаю в суть того, что мне говорят.

Часть 3

1. Чаще всего я бываю спокойным и невозмутимым.

2. Перед тем, как приступить к какому-либо делу, я составляю определенный алгоритм, которого всегда придерживаюсь.

3. Осторожность и рассудительность — одни из моих главных качеств.

4. Я стараюсь молчать, если мне нечего сказать.

5. Я говорю неторопливо и спокойно, мою речь нельзя назвать эмоциональной.

6. Мне свойственны терпение и сдержанность.

7. Я стараюсь доводить начатое дело до конца.

8. Я не размениваюсь по пустякам, но если дело стоит того, то могу быть очень выносливым и работоспособным.

9. Я привык во всем придерживаться определенной схемы.

10. Я способен сдерживать эмоции, даже когда меня нарочно провоцируют.

11. Мне безразлично, хвалят меня или критикуют.

12. Я спокойно воспринимаю шутки в свой адрес.

13. Я всегда верен своим интересам.

14. Я не могу быстро вникнуть в новую работу и переключиться с одного дела на другое.

15. У меня одинаково спокойные отношения со всеми.



16. Мне свойственна аккуратность и любовь к порядку во всем.

17. Я нелегко приспосабливаюсь к незнакомой ситуации.

18. Мне свойственна выдержанность.

19. Если необходимо, я могу очень долго ждать.

20. Я не могу быстро наладить контакт с незнакомым человеком.

Часть 4

1. Я постоянно робею и стесняюсь.

2. Я теряюсь в незнакомой обстановке.

3. Мне трудно идти на контакт с незнакомым человеком.

4. Иногда я не верю, что смогу справиться с заданием.

5. Одиночество дается мне легко.

6. Я очень расстраиваюсь, если меня постигла неудача.

7. Я часто замыкаюсь в себе.

8. Я очень быстро устаю.

9. Моя речь тихая, часто больше напоминает шепот.

10. Я предпочитаю подстраиваться под собеседника.

11. Я очень впечатлительный, поэтому иногда могу заплакать.

12. Я очень восприимчив к похвале или критике в свой адрес.

13. Я очень требователен к себе и окружающим.

14. Мне свойственны мнительность и недоверие к окружающим.

15. Многие вещи я принимаю очень близко к сердцу.

16. Я могу обидеться на любую мелочь.

17. Я стараюсь не распространяться о том, что творится в моей душе.

18. Я очень застенчивый, поэтому редко проявляю инициативу.

19. Я предпочитаю выполнять чьи-то приказы.

20. Мне очень хочется, чтобы окружающие жалели меня.



Бланк ответов

№ вопроса	Часть 1 (холерик)	Часть 2 (сангвиник)	Часть 3 (флегматик)	Часть 4 (меланхолик)
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
Сумма положительных ответов				

Ключ: Посчитайте количество плюсов в каждой части (A_1, A_2, A_3, A_4). Затем суммируйте все положительные ответы (A).



Вычислите процент плюсов в каждой части по формуле:

$$(A_n : A) \times 100\%,$$

где A_n — сумма положительных ответов в каждой отдельной части.

Например, вы ответили «да» на шесть вопросов из части 1, общая сумма положительных ответов по тесту у вас 30, значит $(6 : 30) \times 100\% = 20\%$, и можно говорить о том, что вы соответствуете холерику на 20%. Остальные типы темперамента просчитываются так же. Данные, полученные при расчетах, позволят вычислить, насколько вам свойственны черты того или иного типа темперамента.

Интерпретация результатов

Если вы набрали менее 9%, то можно смело говорить о том, что вам не свойственны черты конкретного типа темперамента.

От 10 до 19% — свидетельство слабо выраженных черт конкретного типа темперамента.

От 20 до 29% — характерные конкретному типу темперамента качества выражены у вас средне.

От 30 до 39% — черты конкретного типа темперамента у вас ярко выражены.

От 40% и выше — признак доминирующего типа темперамента.

Все характеристики типов темперамента вы можете посмотреть в первом параграфе Главы 3.

§ 2. Опросник Голланда (Опросник профессиональных предпочтений)

Индивидуальные особенности так или иначе влияют на выбор профессии. Учеными уже давно доказано, что люди делятся на группы, принадлежащие к тому или иному ти-



пу. Одну из этих типологий предложил американский профессор Дж. Голланд. По его мнению, условно можно выделить шесть типов:

- А-тип (артистический);
- И-тип (исследовательский, или интеллектуальный);
- К-тип (конвенциональный);
- П-тип (предпринимательский);
- Р-тип (реалистический);
- С-тип (социальный).

Каждому из этих типов присущи свои качества, учитывая которые человек может не только подобрать подходящую профессию, но и быстро адаптироваться в коллективе (особенно если в нем также будут преобладать люди этого типа). Обусловлено все тем, что очень часто в трудовых коллективах людям свойственны похожие профессиональные качества.

Предлагаем вам подобрать подходящую специальность, исходя из ваших личностных качеств.

1 этап

Инструкция: вам будут предложены утверждения, посредством которых необходимо представить себя в рамках той или иной специальности, «примерить» каждую из них на себя.

Оценивать утверждения следует по четырехбалльной шкале, где 1 — абсолютно верно, 2 — скорее верно, 3 — неверно, 4 — не знаю.

Утверждения

Утверждение 1 (А-тип)

Вас привлекает работа с гибким графиком. Вы стремитесь развивать свое воображение, совершенствуя свои творческие способности. Вам с легкостью удастся создавать «шедевры» (литературные, музыкальные, художественные), но только в те моменты, когда «муза стоит за спиной». Принудительная работа вводит вас в уныние.



Утверждение 2 (И-тип)

Более всего вас интересует теория: исследования, изыскания, получение новых знаний... Вы с азартом стремитесь туда, где предстоят эвристические открытия, где можно анализировать и систематизировать полученную информацию, расширять кругозор за счет новых данных.

Утверждение 3 (К-тип)

В жизни вы стараетесь не привлекать к себе слишком много внимания, поэтому и в работе хотели бы отгородиться от окружающих.

Ваш девиз: «Лучше работать с документами, бумагами, цифрами и отвечать только за себя». Вы стараетесь не «разбрасывать» свою энергию, а выполнять лишь то, что предусмотрено вашей специальностью. В работе используете такие качества, как аккуратность, усидчивость, точность.

Утверждение 4 (П-тип)

Если необходимо организовать какое-либо мероприятие, то вы будете в числе первых, кто возьмется за это дело.

В работе стремитесь быть ответственным, относительно свободным, самостоятельным, предприимчивым. Принимая решения, вы готовы пойти на риск, потому что уверены, что «овчинка стоит выделки».

Утверждение 5 (Р-тип)

Вы любите подходить ко всему с точки зрения практики, поэтому наиболее привлекательной для вас является работа, приносящая осязаемые результаты. Вы спокойно относитесь к физическому труду, так как понимаете, что это принесет пользу не только вам, но и окружающим. Вы считаете, что работать с техникой интересно, потому что именно в этой области можно применить все ранее полученные знания на практике.



Утверждение 6 (С-тип)

Общение с людьми занимает главное место в вашей жизни. Вы видите перспективы именно в работе, напрямую связанной с помощью людям посредством коммуникации. Самые привлекательные специальности для вас — педагог, психолог, воспитатель, менеджер и т.д.

2 этап¹

Данный этап представляет собой объединение трех тестовых блоков, так как целью является исследование наиболее привлекательных видов деятельности, оценка собственных способностей и карьерных предпочтений. К каждому субтесту будет предложена отдельная инструкция.

1 субтест «Виды деятельности»

Инструкция: вам предлагаются различные виды деятельности. Для удобства интерпретации они разбиты на группы, каждая из которых соответствует описанным выше типам. Наиболее привлекательные для себя пункты отметьте знаком «+», если вид деятельности не кажется вам интересным, то поставьте знак «-». Все свои положительные ответы внесите в графу «Вид деятельности» бланка ответов № 1.

Списки видов деятельности

Деятельность А-типа

1. Инструментальное исполнение музыкальных произведений.
2. Написание статей для сайтов, газет, журналов, книг и других информационных источников.
3. Создание литературных произведений.
4. Участие в музыкальных или танцевальных коллективах.

¹ Использованы материалы сайта <http://brunner.kgu.edu.ua/index.php/cv/168-opp-holland>



5. Конструирование одежды, мебели.
6. Фотографирование людей, природы или зарисовка.
7. Обучение дизайнерскому мастерству.
8. Издание газет или журналов.
9. Рисование или живопись.
10. Сочинение стихов, песен или рецензирование чужих поэтических произведений.
11. Изготовление элементов декора (выжигание, резьба по дереву, чеканка и т.д.).

Деятельность И-типа

1. Проведение научных исследований в лаборатории.
2. Решение практических задач с применением математики.
3. Изучение научных теорий.
4. Чтение научной литературы.
5. Подготовка рекомендаций и предложений, основанная на анализе имеющейся информации.
6. Поиск новых путей решения проблем.
7. Посещение научных музеев.
8. Распределение информации по категориям и группам.
9. Изучение математической статистики.
10. Обдумывание научных проблем и загадок.
11. Изучение незнакомых наук.

Деятельность К-типа

1. Поддержание порядка на рабочем месте и в служебных помещениях.
2. Работа при помощи вычислительной техники.
3. Четкий контроль имеющихся материальных ценностей.
4. Запись расходов.
5. Проверка ошибок в документации, а также наличие нужных бумаг.
6. Подготовка математических расчетов для бухгалтерии или бизнеса.



7. Ведение деловой переписки.
8. Управление всеми видами оргтехники в организации.
9. Заполнение анкет и стандартных форм документов.
10. Прохождение обучения на курсах бухучета, анализа и аудита.
11. Полная подготовка документов в организации.

Деятельность II-типа

1. Руководство крупными проектами и мероприятиями.
2. Посещение тренингов / семинаров для руководителей.
3. Изучение материалов о руководящем составе крупных предприятий и правительства.
4. Управление политическими кампаниями.
5. Учреждение собственной фирмы и управление ею.
6. Обдумывание и принятие важных решений.
7. Воздействие на подчиненных.
8. Посещение торгов и аукционов.
9. Управление деятельностью других людей.
10. Наблюдение за состоянием рынка труда.
11. Подготовка и координация предвыборных кампаний.

Деятельность P-типа

1. Обучение работе с деревом.
2. Работа водителем.
3. Самостоятельная починка хозяйственных построек.
4. Ремонт электроприборов.
5. Регулирование музыкальной стереосистемы.
6. Изготовление предметов для дома.
7. Обработка сада или огорода.
8. Обучение на курсах автомехаников.
9. Самостоятельное проведение ремонтных работ в жилье.



10. Рассмотрение возникающих проблем с техникой.
11. Регулировка, реставрация и ремонт старинных механических устройств и приборов (швейных и пишущих машинок, часов и т.д.).

Деятельность С-типа

1. Работа в сфере соцзащиты и поддержки населения.
2. Изучение психологии взаимоотношений между людьми.
3. Исследование причин нарушения закона лицами, не достигшими совершеннолетия.
4. Обсуждение вопросов человеческих взаимоотношений.
5. Обучение других определенным видам деятельности.
6. Изучение социологической литературы.
7. Помощь инвалидам.
8. Поддержка и оказание помощи тем, кто попал в сложную жизненную ситуацию.
9. Работа преподавателем в учебном заведении.
10. Опека над детьми и пенсионерами (т.е. социально незащищенными слоями населения).
11. Освоение специальности экскурсовода и / или гида.

2 субтест «Оценка своих способностей»

Инструкция: вам предлагаются списки, в которых приведены навыки и умения. Отметьте знаком «+» имеющиеся у вас способности, знаком «-» — те умения, которых у вас нет или которые у вас плохо развиты. Все получившиеся плюсы внесите в графу «Оценка своих способностей» бланка ответов № 1.

Списки способностей

Способности А-типа

1. Я умею писать повести и рассказы.
2. Я могу самостоятельно подготовить рекламный плакат.



3. Я умею рисовать акварелью и красками, лепить скульптуры.

4. Я могу так описать внешность человека, что его с легкостью можно будет узнать.

5. Я могу написать сценарий для театральной постановки.

6. Я могу написать такое объявление, которое привлечет массу клиентов.

7. Я могу предложить дизайнерский проект для упаковки продукции.

8. Я могу подобрать элементы декора для служебных помещений.

9. Я могу играть на сцене.

10. Я умею делать украшения для своего дома.

11. Я могу делать высокохудожественные фотографии, а потом помещать их в слайд-шоу.

Способности И-типа

1. Я могу исследовать научную проблему, используя компьютер.

2. Я могу классифицировать многие вещества по их физическим свойствам.

3. Я умею разбирать несложные химические формулы.

4. Я могу проводить научные исследования при помощи логарифмической линейки или калькулятора.

5. Я могу решить научную задачу, используя микроскоп.

6. Я могу рассмотреть научную проблему, используя математическую статистику.

7. Я могу рассказать об основных функциях организма человека.

8. Я умею пользоваться логарифмическими таблицами.

9. Я могу подготовить доклад по заданной теме.

10. Я могу перечислить блюда, в которых высокое содержание углеводов.

11. Я могу коротко и ясно объяснить какую-либо научную теорию.



Способности К-типа

1. Я умею работать с документами и корреспонденцией.
2. Я могу узнать всю нужную мне информацию по телефону.
3. Я могу вести книгу доходов и расходов.
4. Я могу анализировать информацию по бизнесу при помощи компьютера.
5. Я умею быстро набирать тексты на компьютере.
6. Я умею писать деловые письма и коммерческие предложения.
7. Я умею пользоваться редактором текстов на компьютере.
8. Я могу организовать деловые переговоры.
9. Я умею пользоваться ксероксом.
10. Я могу проверять тексты и расчеты на предмет ошибок.
11. Я умею быстро и продуктивно просматривать каталоги.

Способности П-типа

1. Я могу координировать деятельность людей.
2. Я умею рассчитывать свои силы.
3. Я умею привлекать людей к работе.
4. Я могу руководить кампанией по продажам.
5. Я умею продавать товары и услуги.
6. Я могу составить четкий план действий для достижения поставленной цели.
7. Я умею выступать на публике, завораживая слушателей своим красноречием.
8. Я могу научить человека, как стать лидером и достичь значительных результатов.
9. Я могу с легкостью обосновать свое мнение по тому или иному вопросу.
10. Я могу открыть свою фирму.



11. Я умею формировать в себе нужные качества, если это требуется.

Способности Р-типа

1. Я могу сам отремонтировать телевизор или радиоприемник, если поломка не слишком серьезная.

2. Я умею чинить мебель.

3. Я умею пользоваться электромеханической техникой (дрелью, лобзиком, пилой, токарным станком и т.д.) для работы с деревом.

4. Я умею читать схемы, чертежи и эскизы.

5. Я умею менять электрически розетки и выключатели.

6. Я могу самостоятельно поставить автомобильную шину или заменить масло.

7. Я могу подготовить масштабный чертеж.

8. Я умею работать со столярными инструментами.

9. Я могу самостоятельно отрегулировать водопроводный кран, повесить настенную полку, т.е. осуществить легкую слесарную работу.

10. Я могу посчитать, сколько материалов нужно для ремонта квартиры.

11. Я умею пользоваться электроизмерительной техникой.

Способности С-типа

1. Я умею оказывать теплый прием своим гостям.

2. Я могу дать дельный совет другу в тяжелой ситуации.

3. Я могу проводить благотворительные акции.

4. Я умею доступно объяснять другим тонкости того или иного дела.

5. Я могу выступить куратором в групповых обсуждениях.

6. Я умею поднимать настроение окружающим.

7. Я умею быстро находить общий язык с людьми.



8. Я могу с легкостью помочь человеку построить планы на будущее.

9. Я могу тренировать других людей.

10. Я могу быстро определить, что представляет из себя человек.

11. Я умею учить других людей.

3 субтест «Карьерные предпочтения»

Инструкция: вам предлагаются списки профессий, относящихся к той или иной области. Отметьте знаком «+» профессии, которые вам хотелось бы освоить в будущем, знаком «-» — те, которые не представляют для вас интереса. Все ответы со знаком «+» внесите в графу «Карьерные предпочтения» бланка ответов № 1.

Списки профессий

Карьерные предпочтения А-типа

1. Автор художественной литературы.
2. Артист.
3. Архитектор.
4. Исполнитель песен.
5. Писатель.
6. Дизайнер.
7. Художник.
8. Фотограф.
9. Издатель СМИ.
10. Музыкант (игра на музыкальных инструментах).
11. Музыкант-аранжировщик.
12. Художник-копиист.
13. Журналист.
14. Специалист по живописи.

Карьерные предпочтения И-типа

1. Антрополог.
2. Дендролог (ботаник).
3. Биолог.
4. Физик.



5. Химик.
6. Врач-хирург.
7. Инженер-конструктор.
8. Семейный врач.
9. Техник медицинской лаборатории.
10. Синоптик.
11. Научный работник лаборатории при институте исследований.
12. Социальный научный работник.
13. Редактор-составитель научно-популярной литературы.
14. Издатель научной или научно-популярной литературы.

Карьерные предпочтения К-типа

1. Работник архива.
2. Библиотекарь.
3. Банковский инспектор.
4. Банковский кассир.
5. Специалист по выдаче кредитов.
6. Бухгалтер.
7. Нотариус.
8. Оператор ПК.
9. Судебный пристав.
10. Секретарь.
11. Налоговый инспектор.
12. Инспектор-ревизор.
13. Экономист.
14. Аудитор.

Карьерные предпочтения П-типа

1. Руководитель предприятия.
2. Заведующий магазином.
3. Директор гостиницы.
4. Руководитель отдела маркетинга.
5. Руководитель агентства по рекламе.
6. Судья.



7. Адвокат.
8. Риелтор.
9. Руководитель телерадиокомпании.
10. Заведующий распродажей.
11. Биржевой брокер.
12. Официальный дилер (посредник).
13. Работник торговли, менеджер по продажам.
14. Наставник спортивной команды.

Карьерные предпочтения Р-типа

1. Автомеханик.
2. Электрогазосварщик.
3. Фермер.
4. Водитель.
5. Плотник.
6. Оператор энергоустановки.
7. Инженер-конструктор на производстве инструментов.
8. Инженер-механик.
9. Экономист-плановик.
10. Ювелир.
11. Егерь.
12. Гравировщик, изготовитель штампов, отисков и печатей.
13. Инженер радиотехники.
14. Мастер электронной аппаратуры.

Карьерные предпочтения С-типа

1. Священник.
2. Психолог.
3. Школьный педагог.
4. Преподаватель вуза, ссуза.
5. Социальный работник.
6. Социолог.
7. Вожатый в лагере.
8. Семейный консультант.
9. Врач-логопед.
10. Специалист по профориентации.



11. Работник службы «телефон доверия».
12. Преподаватель социологии, психологии, философии и других общественных наук.
13. Инспектор по делам несовершеннолетних.
14. Сотрудник службы социальной поддержки населения.

Ключ

Бланк ответов № 1

Тип	Вид деятельности	Способности	Карьерные предпочтения
А-тип			
И-тип			
К-тип			
П-тип			
Р-тип			
С-тип			

Бланк ответов № 2

Тип	Количество положительных ответов по субтесту «Вид деятельности»	Количество положительных ответов по субтесту «Оценка своих способностей»	Количество положительных ответов по субтесту «Карьерные предпочтения»	Общая сумма положительных ответов
А-тип				
И-тип				
К-тип				
П-тип				
Р-тип				
С-тип				
КОД				



На первом этапе, как уже говорилось выше, каждое утверждение соответствует конкретному типу. Выпишите на листок номер наиболее предпочтительного для себя утверждения с указанием соответствующего ему типа.

Второй этап состоит из трех субтестов, в каждом из которых шесть списков. Выпишите положительные ответы по каждому из этих списков в соответствующую графу бланка ответов № 1.

Интерпретация результатов

Подсчитайте общее количество плюсов по видам деятельности, способностям и профессиям каждого типа. Запишите результаты в бланк ответов № 2.

Теперь сложите все плюсы А-типа, И-типа, К-типа и т.д. Получившиеся числа внесите в колонку «Общая сумма положительных ответов» бланка ответов № 2.

Выпишите начальные буквы трех типов, набравших наибольшее количество «плюсов» в последнюю строку таблицы бланка ответов № 2. Вписывать буквы следует в порядке убывания их числовых значений.

Например, у вас получились значения: А-тип — 28, И-тип — 12, К-тип — 22, П-тип — 23, Р-тип — 14, С-тип — 21. Следовательно, в строке «Код» будет записано «АПК».

Если по двум типам у вас получились одинаковые значения, то вносить их можно в любом порядке (неважно, ИК или КИ)

Это ваш личный код, который говорит о том, каким типам вы соответствуете. Первая буква кода (с наибольшим значением) — соответствие высокого уровня, Вторая буква — среднее соответствие, Третья — незначительное соответствие. Отсутствие букв-типов в коде свидетельствует о том, что их составляющие вам неинтересны.

Следующий этап интерпретации — определение однородности личности (все-таки в каждом из нас присутствуют в той или иной степени качества всех типов). Однород-



ность личности можно определить по первым двух буквам полученного Кода:

- сочетание АИ, АС, ИА, ИР, КП, КР, ПК, ПС, РИ, РК, СА, СП — признак высокой однородности личности;
- сочетание АП, АР, ИК, ИС, КИ, КС, ПА, ПР, РА, РП, СК, СИ — признак средней однородности личности;
- сочетание АК, ИП, КА, ПИ, РС, СР — признак низкой однородности.

Считается, что если код человека в результате означает высокую или среднюю однородность, то можно смело подбирать профессии, соответствующие главенствующим типам личности.

Если же однородность средняя, то специальность подобрать значительно сложнее — как вариант можно рассматривать только те карьерные предпочтения, которые соответствуют первой букве кода.

Теперь сравните, соответствуют ли значения второго этапа опросника результату, полученному на первом этапе исследования.

Для того чтобы лучше понять, действительно ли вы отвечаете (по своему личному мнению) полученным в ходе исследования типам, прочтите краткие характеристики каждого из них еще раз, учитывая числовые показатели.

Человек артистического типа

Это весьма оригинальные личности, решающие все возникающие проблемы самостоятельно, невзирая на возможное осуждение со стороны. Люди артистического типа, как правило, очень эмоциональны, следуют интуиции, у них хорошо развито воображение. Они очень коммуникабельны и гибки в общении с окружающими. Творчество является неотъемлемой частью их жизни, поэтому представители А-типа во всем стараются быть креативными.

Подходящие профессии: актер театра и кино, художник, фотограф, музыкант и т.д.



*Человек интеллектуального
(исследовательского) типа*

У такого человека аналитический склад ума, в своем мнении он чаще всего независим. Развитые математические способности дают ему возможность легко решать сложные логические задачи. Представители И-типа умеют грамотно и четко формулировать мысли, но общение не является для них главной целью в жизни.

Подходящие профессии: все виды деятельности научно-исследовательского характера: философ, физик, химик, биолог и т.д.

Человек конвенционального типа

Конкретность, практичность, упорство — вот главные характеристики такого человека. Он стремится выбирать такие специальности, где поручения дают другие, а работа связана больше с документацией и текстами, чем с людьми.

Подходящие профессии: бухгалтер, аналитик, статист, нотариус, редактор и т.д.

Человек предпринимательского типа

Представители данного типа предпочитают занимать руководящие должности как в работе, так и в жизни. Развитые вербальные способности позволяют им находить общий язык со многими людьми и убеждать их в своей правоте. Они могут быстро реагировать на изменение обстановки и столь же стремительно принимать решения. Таким людям нужна «подвижная» работа, требующая постоянного движения и общения.

Подходящие профессии: управляющий, директор, режиссер, продюсер, менеджер и т.д.

Человек реалистического типа

Такой человек предпочитает деятельность, результат которой заметен невооруженным глазом. Они готовы прилагать физические усилия, потому что считают серьезной



и практичной именно такую работу. Речевые навыки у них развиты средне, поэтому возникают проблемы в общении с окружающими (иной раз люди просто с трудом формулируют мысли). Представителей данного типа привлекает работа с техническими устройствами.

Подходящие профессии: агроном, автомеханик, сварщик, электрик, пчеловод, повар и т.д.

Человек социального типа

Этому человеку свойственен гуманизм и способность сопереживать. Представители данного типа любят общение, потому что считают его одним из способов помощи людям. Как правило, стремятся стать для других наставниками и учителями и готовы жертвовать собой ради окружающих. Они искренне любят людей и стараются их защитить от болезней, неприятностей и т.п.

Подходящие профессии: врач, социальный работник, психолог, преподаватель, учитель, медсестра, сиделка, воспитатель и т.д.

§ 3. Тест «Склонность к артистизму»

В настоящее время создано множество тестов и методик, помогающих определить склонность человека к той или иной деятельности.

Сегодня мир шоу-бизнеса манит многих, и немало молодых людей хотят стать актерами или певцами. Этот тест поможет определить, есть ли у вас способности к подобным профессиям.

Как правило, люди, склонные к искусству, являются тонкими ценителями происходящего вокруг (здесь имеется в виду классическая музыка, театральные постановки и т.д.). Остальные же, напротив, относятся ко всему этому равнодушно.



Инструкция: вам предлагается тест, состоящий из 24 вопросов. На каждый из них ответьте «да» или «нет», а затем подсчитайте количество баллов при помощи ключа.

Вопросы

1. Как вы думаете, тон и нюанс — это одно и то же?
2. Смогли бы вы жить в неуютном доме, не обращая внимания на отсутствие ярких и оригинальных вещей?
3. Любите ли вы рисовать (картины, рисунки и т.д.)?
4. Собственный вкус, а не модные тенденции является для вас основным при выборе одежды?
5. Знакомы ли вам имена Тициана Вечеллио, Эдуарда Мане, Джотто ди Бондоне, Антониса Ван Дейка?
6. У вас плохой почерк?
7. Можете ли вы сказать, что в вашей одежде преобладает один цвет?
8. Часто ли вы ходите в музей?
9. Может ли красивый закат стать причиной вашей остановки в пути?
10. Часто ли вы чертите геометрические фигуры?
11. Любите ли вы посещать художественные салоны?
12. Есть ли у вас склонность долго гулять по улицам, любуясь красивыми зданиями, пейзажами и т.д.?
13. Часто ли вы хотите побыть в одиночестве?
14. Считаете ли вы ненормальным человека, часто декламирующего стихи?
15. Считаете ли вы, что прослушивание музыки — один из видов развлечения?
16. Можете ли вы запомнить надолго увиденный вами красивый пейзаж?
17. Как вы считаете: морские камни очень красивы?
18. Стремитесь ли вы часто встречаться и знакомиться с людьми?
19. Любите ли вы читать вслух стихи?
20. Хотели бы вы самостоятельно нарисовать на стенах в своем доме картины?



21. Склонны ли вы к частой смене прически?
22. Часто ли вы делаете дома перестановку мебели?
23. Сочиняли ли вы когда-нибудь песни?
24. Вы пишете стихи?

Ключ

За каждый ответ «да» на вопросы 1, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 16, 17, 19, 20, 21, 22, 23, 24 и «нет» на вопросы 2, 6, 10, 14, 15, 18 засчитайте себе по 1 баллу.

Результаты

0–4 балла — вы вряд ли будете долго любоваться красивым пейзажем, потому что это не представляет для вас особого интереса.

5–16 баллов — вы склонны к мечтаньям, небезразличны ко всему прекрасному, но все же больше рациональны.

17 и выше баллов — вы имеете склонности к артистизму, потому что обладаете в полной мере чувством прекрасного.

§ 4. Психогеометрический тест

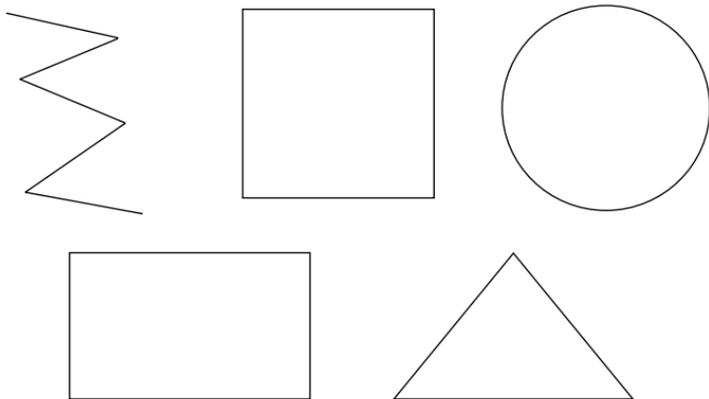
Автором данной методики является С. Деллинджер — американский психолог, специализирующийся на социально-психологической подготовке руководящего состава. Считается, что точность психогеометрического теста достигает 85%.

Благодаря отечественным психологам тест адаптирован для россиян, поэтому с его помощью можно проанализировать себя с нескольких ракурсов: здесь не только проводится распознавание типа личности, но также детально рассматриваются все особенности человека. Это, в свою очередь, делает возможным прогнозировать его поведение в различных обстоятельствах.



На основе данной методики, помимо анализа личности, можно выбрать примерный тип будущей профессии, потому что каждая фигура в той или иной степени отражает наклонности и черты человека.

Инструкция: ниже приведены пять геометрических фигур (зигзаг, квадрат, круг, прямоугольник и треугольник).



Внимательно посмотрите на них и выберите ту фигуру, которая, по вашему мнению, соответствует вам (о ней вы можете сказать: «Это я»). Если у вас возникли трудности при решении данной задачи, выберите из них самую привлекательную.

Выпишите название избранной вами фигуры на листок, отметьте ее цифрой 1. Оставшиеся четыре фигуры распределите в порядке ваших предпочтений со второго по пятое место.

Фигура под цифрой 1 — это ваша субъективная форма, которая отражает ваши основные качества и особенности поведения.

Фигуры 2–5 — это «окраска», т.е. механизмы, благодаря которым строится ваше поведение, но выражены они в незначительной степени. Также фигура, которой вы присвоили цифру 5, свидетельствует о том, что с людьми, у ко-



торых она главенствующая, вам будет сложнее всего осуществлять совместную деятельность.

Например, вы сделали следующий выбор: 1 — квадрат, 2 — прямоугольник, 3 — треугольник, 4 — круг, 5 — зигзаг.

Можно сделать вывод, что в вас доминируют качества, присущие «квадратам», свойства остальных фигур в той или иной степени поддерживают основной тип поведения, но вот с людьми-«зигзагами» вам работать трудно, так как вы по-разному смотрите на способы выполнения деятельности.

Если вам не удалось выбрать фигуру-доминанту, не расстраивайтесь: посредством других форм вы сможете составить собственный портрет и проанализировать свою личность.

Психологические характеристики форм личности **Зигзаг**

Это единственная «открытая» форма, отличающаяся своей уникальностью. Так и человек-«зигзаг» — истинный мыслитель, предпочитающий творчество и креативность во всем (типичный правополушарник¹) и не всегда понятный другим «фигурам». Экспрессивность, интегративность, интуитивность — эти качества развиты у «зигзага» очень сильно. Глядя на саму геометрическую фигуру, делаем вывод, что такого человека может в прямом смысле «кидать» из стороны в сторону. Это эстеты, ценящие красоту окружающего мира и строящие гармоничные образы, основываясь на целостной картине мира. «Зигзаг» порой связывает несовместимые вещи и посредством этого генерирует нестандартные и оригинальные идеи. Но в отличие от своего собрата-правополушарника («круга») он не избегает

¹ Правополушарники — люди, способные понимать информацию в целом, детали могут запутать их. Эмоциональность играет важную роль для них, чаще всего это творческие люди, у которых множество идей и хорошо развита интуиция.



конфликтов, а напротив, заостряет их, что способствует построению новой концепции, и разногласия сходят на нет. «Зигзаг» обладает развитым красноречием, остроумием и язвительностью, но последнее чаще всего применяется для того, чтобы окружающие поняли необходимость рассмотрения новых путей решения привычных проблем. Все изменения, происходящие вокруг, такой человек замечает очень быстро, поэтому его тяготят шаблоны, инструкции, консервативность во взглядах. Он не верит в статус-кво, потому что понимает, что в любой момент человек может потерять свое положение.

Четко выстроенные алгоритмы не для «зигзага»: он не сможет выполнять свою работу качественно, зная, что придется придерживаться определенных норм и правил. Разнообразная деятельность и независимость от кого бы то ни было привлекает такого человека гораздо больше. Если обеспечить «зигзагу» такие условия, он сразу взбодрится и выдаст множество разнообразных идей, выработав для себя свою личную систему.

Такой человек редко придерживается старых или современных способов решения задач — он постоянно придумывает что-то новое. Он исследует свои возможности, но иногда не сопоставляет их с действительностью. Мечтатель, считающий мир иллюзий таким же реальным, как мир вещей. Именно поэтому негативными качествами «зигзага» считаются некоторая оторванность от жизни, наивность и неблагоразумие.

«Зигзаг» — яркий энтузиаст, готовый поделиться с окружающими своими интересными идеями уже в момент их возникновения. Он, словно миссионер, пытается донести свои мысли до каждого и таким образом организовать возле себя группу единомышленников. Но в этом ему часто мешает вспыльчивость, желание всем и всегда говорить правду в глаза и собственная чудаковатость, которая многими людьми воспринимается в штыки. «Зигзагу» не хватает усердия и усидчивости: он редко вдается в подроб-



ности и может бросить свое занятие, если оно утратит прелесть новизны.

Квадрат

Если на первое место вы поставили квадрат, вы энергичны, способны доводить все начатые дела до конца, усердно работаете и отличаетесь завидным трудолюбием. Выносливость помогает «квадрату» работать без усталости в течение долгого времени, а методичность и терпение — выполнять задания качественно. Постоянная тяга к знаниям обусловлена тем, что «квадрат» испытывает потребность в информации. Все полезные сведения он тщательно классифицирует, поэтому при необходимости быстро может ответить на интересующие других людей вопросы (но только в той области, которая для «квадрата» является ведущей).

«Квадрату» удастся качественно анализировать поступающую информацию, потому что, как правило, он относится к левополушарникам. Он склонен вычислять результаты, а не пытаться предугадать исход дел. Этому человеку необходимо вникать в мелкие подробности той или иной деятельности, чтобы понять, как действовать.

Порядок стоит у такого человека едва ли не на первом месте. Наиболее предпочтительная деятельность для него — четко спланированная, постоянная, организованная и легко прогнозируемая. Он не любит неожиданностей и резких перемен. О таком человеке иной раз говорят, что он слишком «правильный» и живет словно по шаблону.

«Квадрат» может добиться успеха в работе администратора или исполнителя, но вот руководящие должности не для него. К сожалению, быстро принимать решения он не умеет, потому что всегда уделяет внимание мелочам и старается как можно подробнее разобраться во всем. Жизнь по правилам приводит к долгому обдумыванию, особенно если дело достаточно рискованное. Этому человеку непросто налаживать отношения с окружающими, так как он



чаще всего спокоен, холоден и рассудителен. В ситуациях неопределенности «квадрат» может растеряться и действовать малоэффективно.

Круг

В мифологии круг символизирует гармонию, поэтому человек, выбравший данную фигуру в качестве основной, уделяет особое внимание отношениям с окружающими. Благополучие людей для «круга» стоит на первом месте, потому что это доброжелательный и отзывчивый человек, часто выступающий связующим звеном для других, стабилизатор напряжения в отношениях. Человек-«круг» — отличный слушатель, поэтому собирает вокруг себя много людей. Он отлично разбирается в людях и моментально может вычислить нечестного или опасного человека. «Круг» способен искренне помогать всем и каждому в своем коллективе, и коллеги очень ценят это, но вот в качестве управленца или директора ему лучше не выступать, так как для такой работы ему не хватает твердости. Беда «круга» — попытка угодить всем. Из-за своей миролюбивости они время от времени могут менять свою точку зрения. Конфликт — это самое страшное для такого человека, он — ярый борец за «мир во всем мире». Следовательно, при возникновении каких-либо разногласий «круг» чаще всего уступает первым.

Преимущественно «круги» нерешительны, поэтому часто они не умеют преподнести себя и свой коллектив. Вопросы власти для «кругов» малозначительны, поэтому над ними бывает множество начальников. Но если «круг» заметит несправедливость или аморальность по отношению к кому-либо, то он становится похожим на скалу — таким же твердым и непреклонным. С большой вероятностью можно утверждать, что человек-«круг» — правополушарник. Он не может мыслить последовательно, как, например, «квадрат», педантичность не является для него первостепенной задачей. «Круг» ориентируется на оценки, чув-



ства, ценности и пытается обобщить все. Из «круга» может получиться отличный психолог, но для серьезных проектов ему не хватает организованности и строгости.

Прямоугольник

«Прямоугольник» — это нечто среднее между остальными формами личности, так как в разные периоды жизни его качества могут преобладать у всех. Человек, находящийся в этом «коридоре», ищет пути, ведущие к лучшей жизни, потому что нынешняя его не удовлетворяет. В основном, такое состояние говорит о том, что грядущие изменения представляют для человека большую значимость.

Одно из психических состояний «прямоугольника» — это растерянность, потому что он не может расставить приоритеты и распутать клубок накопившихся проблем. Ему свойственны неожиданные, а подчас и противоречивые поступки, частая смена как настроения, так и поведения — все это происходит именно из-за аморфного состояния, в котором находится человек в определенный период.

Чаще всего у «прямоугольника» заниженная самооценка, он постоянно пытается исправить себя в лучшую сторону, ищет новую дорогу в жизни. В зависимости от ситуации «прямоугольник» может вести себя как «круг», «квадрат» и т.д. — так он пытается подобрать для себя оптимальный вариант.

Внезапные и резкие перемены в образе действий могут напугать окружающих, поэтому, к сожалению, это часто приводит к тому, что «прямоугольник» попадает в положение, которого ему необходимо избегать, — одиночество. Но не все в «прямоугольнике» так плохо, есть и положительные моменты: он пытливый, смелый и интересуется всем вокруг, пробует браться за совершенно новые для себя дела. Он непринужденно учится всему новому, открыт для этого, но неупорядоченные личности могут воспользоваться



его наивностью, внушаемостью и доверчивостью — он может стать марионеткой в чужих руках. Радует то, что это не постоянная форма личности, а временная.

Треугольник

Как правило, «треугольник» — прирожденный лидер, он ставит перед собой цель и для ее достижения сосредоточивает на ней все свое внимание. Это очень энергичная и сильная личность. Он также является левополушарником (как «квадрат»), поэтому может быстро проанализировать сложившуюся ситуацию, но все же его больше волнует суть вопроса, а не детали. Благодаря осторожности и приземленности ему удается находить продуктивные и впечатляющие способы решения задач. Уверенность в себе, присущая «треугольнику», способствует тому, что он всегда стремится «быть у руля», руководить кем-то, контролировать работу других — следовательно, этот человек всегда борется за «место под солнцем».

«Треугольник» всегда программирует себя на успех, поэтому готов рисковать, но бывает жестким по отношению к тем, кто долго все обдумывает, и нетерпеливым. Свои ошибки «треугольник» признает с трудом, так как привык быть уверенным в своей правоте. Если он принял какое-то решение, то практически никогда его не меняет, поскольку видит и слышит только то, что хочет, остальное его мало интересует. Он может выслушать мнение другого человека, даже создаст видимость того, что принял совет, но сделает все по-своему. Порой эта твердость ему мешает.

Всю поступающую информацию «треугольник» сортирует на «нужную» и «лишнюю»: первую воспринимает лучше, потому что понимает, что она весьма полезна для его дальнейшего развития. Как правило, «треугольник» — карьерист, подходящий к любому вопросу с позиции собственной выгоды. Он может стать высококлассным топ-менеджером. Он старается преподнести руководству



собственную работу и работу своих подчиненных в самом выигрышном свете. Выгоду видит издали, поэтому может «натравить» конкурентов друг на друга, лишь бы стать победителем.

Очень большой минус «треугольника» — свойственная ему позиция «весь мир крутится вокруг меня, а я — в центре». Если у него возникло желание взойти на пьедестал и никто не сможет его вовремя осадить, он будет безжалостно «топить» своих конкурентов, не отличаясь особой деликатностью. Именно благодаря таким людям жизнь никогда не будет скучной, потому что они привносят в общество пикантность и остроту.

Конечно, в данном тесте вы не увидели, какие конкретно профессии вам подходят. Тем не менее посредством него вы смогли лучше разобраться в себе, поэтому сделали еще один шаг на пути познания своей личности. Следовательно, учитывая свои поведенческие особенности, вы сможете самостоятельно выделить те профессиональные области, в которых реализуете себя.

§ 5. Методика «Дифференциально-диагностический опросник (ДДО)»

Эта методика составлена на основе классификации профессий Е.А. Климova. При помощи опросника можно определить тип потенциальной профессии. Это может быть:

I. «Человек — природа» — круг специальностей, связанный с растениеводством, лесным хозяйством и животноводством.

II. «Человек — техника» — работа, напрямую связанная с техническими устройствами и машинами.

III. «Человек — человек» — профессии, охватывающие обслуживание людей и общение с ними.



IV. «Человек — знак» — специальности, подразумевающие расчеты, оперирование буквенными и числовыми знаками, а также музыкальные профессии.

V. «Человек — художественный образ» — профессии, требующие от человека проявления творческих способностей.

Инструкция: представьте, что вы уже получили высшее образование и можете выполнять различные виды работ. Что для вас будет наиболее привлекательным, если допускается выбор только из двух вариантов?

Ниже приведены 20 пар утверждений, каждое из которых кратко характеризует выполняемую деятельность. Внимательно прочитайте каждую пару и выберите только одно утверждение. На листе бумаги фиксируйте свои ответы примерно так: 1б, 2а, 3б и т.д.

Текст опросника

1а. Заботиться о животных.

или

1б. Регулировать приборы и машины и следить за их правильной работой.

2а. Помогать больным.

или

2б. Писать программы и алгоритмы для компьютеров, подготавливать схемы и таблицы для них.

3а. Осуществлять контроль качества иллюстраций в книгах, рекламных плакатов и растяжек, открыток, дисков.

или

3б. Ухаживать за растениями и следить за их правильным развитием.

4а. Работать с различными материалами (деревом, металлом, тканью, кожей и т.д.).



или

4б. Помогать потребителям выбирать и покупать товары.

5а. Дискутировать на тему научно-популярных статей, журналов и книг.

или

5б. Заниматься обсуждением художественных произведений (пьес, постановок).

6а. Заниматься разведением породистых животных.

или

6б. Тренировать друзей (как своего возраста, так и младше), обучать их каким-либо действиям (спортивным, трудовым, учебным).

7а. Перерисовывать изображения / настраивать музыкальные инструменты.

или

7б. Управлять крупным транспортным средством — грузовиком, подъемным краном, электровозом и т.д.

8а. Проводить экскурсии, давать справки людям по интересующим их вопросам.

или

8б. Заниматься оформлением витрин, выставок / готовить декорации для концертов, спектаклей, пьес.

9а. Осуществлять ремонт изделий (техники, одежды), вещей, жилья.

или

9б. Редактировать и корректировать тексты, проверять таблицы и рисунки.

10а. Лечить животных.

или

10б. Проводить расчеты и вычисления.



11а. Выращивать новые сорта растений.

или

11б. Конструировать и проектировать новые образцы изделий промышленности (продукты, одежду, машины, приборы и т.д.).

12а. Выступать судьей в спорах, вразумлять людей, пояснять, наказывать, награждать их.

или

12б. Проверять и приводить в порядок таблицы, чертежи, схемы, диаграммы.

13а. Инспектировать кружки художественной самодеятельности (танцевальные, музыкальные и т.д.).

или

13б. Проводить лабораторные исследования микробов и вирусов.

14а. Заниматься обслуживанием и настройкой медицинских аппаратов и приборов.

или

14б. Оказывать людям первую медицинскую помощь при ожогах, порезах, ушибах и т.д.

15а. Готовить художественные описания и изображения различных ситуаций (как реальных, так и воображаемых).

или

15б. Готовить отчеты о наблюдаемых событиях, явлениях, объектах и т.д.

16а. Исследовать лабораторные анализы в клинике.

или

16б. Принимать и осматривать больных, диагностировать заболевания и назначать медицинские препараты и процедуры.



17а. Окрашивать стены или поверхность изделия, или заниматься их художественным оформлением.

или

17б. Подготавливать детали и осуществлять сборку агрегатов, устройств, приборов, машин.

18а. Организовывать культурные мероприятия для сверстников или младших детей (поход в театр, музей, на выставку, экскурсию, в туристический поход и т.д.).

или

18б. Выступать на сцене (с музыкальными номерами или в театральных постановках), участвовать в концертах.

19а. Работать с чертежами и готовить по ним различные изделия, детали, строить здания.

или

19б. Чертить, копировать чертежи, карты.

20а. Борьба с болезнями и вредителями растений, деревьев (комнатных, садовых, лесных).

или

20б. Работать за компьютером и другими клавишными машинами.

Ключ:

I. «Человек — природа»: 1а, 3б, 6а, 10а, 11а, 13б, 16а, 20а.

II. «Человек — техника»: 1б, 4а, 7б, 9а, 11б, 14а, 17б, 19а.

III. «Человек — человек»: 2а, 4б, 6б, 8а, 12а, 14б, 16б, 18а.

IV. «Человек — знак»: 2б, 5а, 9б, 10б, 12б, 15, 19б, 20б.

V. «Человек — художественный образ»: 3а, 5б, 7а, 8б, 13а, 15б, 17а, 18б.



Интерпретация результатов:

Сравните свои ответы с ключом (каждый предложенный вариант в тексте опросника соответствует тому или иному типу профессий) и выясните, специальности какого именно типа вам лучше всего выбрать.

Ниже будет приведен примерный перечень профессий по Е.А. Климову :

— профессии типа «Человек — природа»: семеновод, овощевод, агроном, мастер-животновод по крупному рогатому скоту, ветеринарный фельдшер, пчеловод, тракторист-машинист широкого профиля, биофизик и т.д.;

— профессии типа «Человек — техника»: оператор швейного оборудования (швея), прессовщик пластмасс, слесарь-инструментальщик по изготовлению приспособлений, оператор сверлильных и токарных станков с числовым программным управлением, электросварщик, фрезеровщик, наладчик машин и технологического оборудования, формовщик, оптик, химик-аналитик и т.д.;

— профессии типа «Человек — человек»: воспитатель дошкольных учреждений, секретарь, продавец непродовольственных товаров, проводник пассажирского вагона дальнего следования, менеджер, медицинская сестра, эвакуатор (диспетчер) службы скорой помощи, философ-религиовед и т.д.;

— профессии типа «Человек — знак»: корректор, делопроизводитель, почтальон, чертежник-конструктор, наборщик ручного набора, программист, экономист, математик и т.д.;

— профессии типа «Человек — художественный образ»: дизайнер (художник-конструктор), живописец (по росписи фарфора), альфрейщик (маляр по художественной отделке зданий и помещений), цветовод-декоратор, ретушер, художник-реставратор, историк-искусствовед и т.д.

¹ Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учреждений. — М.: Издательский центр «Академия», 2004. С. 260–299.



§ 6. Диагностический тест «Способности школьника»

Этот тест разработал доктор психологических наук профессор кафедры психологии МГПУ В.И. Петрушин.

При помощи диагностического теста можно обозначить направленность способностей человека (начиная с возраста 10 лет) и уже на основе этого определять, в каких профессиональных сферах он сможет применить свои качества.

Инструкция: для начала приготовьте бланк ответов, представленный ниже:

I		II		III		IV		V	
1		2		3		4		5	
10		11		12		13		14	
19		20		21		22		23	
28		29		30		31		32	
37		38		39		40		41	

VI		VII		VIII		IX	
6		7		8		9	
15		16		17		18	
24		25		26		27	
33		34		35		36	
42		43		44		45	

Вам будут предложены 45 утверждений, разбитые на пять блоков, начинающихся определенной фразой. Каждое утверждение является продолжением фразы, поэтому то, что вам соответствует, отмечайте в бланке ответов знаком «+», а если вы не согласны с утверждением, ставьте знак «-».



Текст диагностического теста

В детстве вы больше всего любили:

1. Подолгу играть в подвижные игры (догонялки, салки и т.д.).
2. Придумывать игры и быть в них «капитаном».
3. Играть в шахматы и шашки.
4. Разбирать игрушки, чтобы увидеть их устройство.
5. Петь песни и декламировать стихи.
6. Беседовать с незнакомыми людьми или спрашивать у них что-либо.
7. Слушать музыку и танцевать.
8. Изображать что-либо или смотреть, как рисуют другие.
9. Слушать или придумывать истории и сказки.

Нравится ли вам сейчас:

10. Выполнять физические упражнения на уроках физкультуры или в спортивной секции.
11. Заниматься организационными делами добровольно.
12. Помогать одноклассникам решать задачи по математике, алгебре, геометрии.
13. Читать материалы о знаменитых изобретениях и открытиях.
14. Принимать участие в художественной самодеятельности.
15. Помогать другим в нахождении оптимальных путей решения проблем.
16. Интересоваться новинками в мире искусства (посредством радио, телевидения, СМИ и Интернета).
17. Посещать изокружок или изостудию.
18. Писать сочинения на произвольную тему.

Получаете ли вы особое удовольствие:

19. Если принимаете участие в спортивных соревнованиях и боретесь за победу.



20. Если вы можете самостоятельно организовать работу группы людей, назначив каждому определенную роль.
21. Если решаете сложные задачи по математике.
22. Если чините бытовые радио- и электроприборы.
23. Если играете на сцене.
24. Если общаетесь с большим количеством людей.
25. Если обучаетесь игре на музыкальных инструментах и слушаете новинки музыки.
26. Если посещаете выставки художников.
27. Если пересказываете кому-либо увиденное или прочитанное.

Часто ли вам хочется:

28. Подолгу выполнять физические упражнения.
29. Проявлять инициативу и настойчивость в делах, которыми занимается коллектив.
30. Решать математические ребусы и шарлады.
31. Изготавливать какие-либо модели.
32. Принимать участие в подготовке театральных постановок (например, на школьной сцене).
33. Помогать и сочувствовать людям, нуждающимся в этом.
34. Играть на музыкальном инструменте.
35. Рисовать карандашами или красками.
36. Писать стихи, рассказы или отмечать наиболее яркие события своей жизни в личном дневнике.

Нравится ли вам подолгу:

37. Выполнять физические упражнения или заниматься делами, требующими применения физической силы.
38. Работать с другими людьми, отдавая делу всю свою энергию.
39. Что-либо чертить или играть в шахматы.
40. Разбираться в устройстве механизмов и приборов.
41. Проявлять заботу о тех, кто младше и слабее вас, или о больных людях.



42. Думать о судьбе других людей.
43. Исполнять музыкальные пьесы.
44. Заниматься лепкой или рисованием, фантазируя при этом.
45. Готовиться к докладу, сочинению или сообщению.

Интерпретация результатов: для того чтобы понять, какие способности у вас наиболее развиты, подсчитайте количество плюсов в каждом столбце.

Соответствие «колонка — способности» приведены ниже:

- I. Физические.
- II. Организационные.
- III. Математические.
- IV. Конструкторско-технические.
- V. Эмоционально-изобразительные (артистические).
- VI. Коммуникативные.
- VII. Музыкальные.
- VIII. Художественно-изобразительные.
- IX. Филологические.

Если при выборе профессии вы будете руководствоваться не только привлекательностью специальности, но и тем, какими способностями вы обладаете, у вас будет больше шансов на успех в реализации себя в будущем.

§ 7. Методика «Карта интересов» Голомштока

Эта методика позволяет грамотно определить свои интересы. Она подходит не только тем, кто выбирает профессию впервые, но и людям, желающим поменять свое профессиональное поле. Оригинальный вариант методики состоит из 174 утверждений, но здесь будет приведен сокращенный — 144 утверждения.



Инструкция

Приготовьте бланк ответов, приведенный ниже.

Бланк ответов:

						+	-	Количество баллов
1	25	49	73	97	121			
2	26	50	74	98	122			
3	27	51	75	99	123			
4	28	52	76	100	124			
5	29	53	77	101	125			
6	30	54	78	102	126			
7	31	55	79	103	127			
8	32	56	80	104	128			
9	33	57	81	105	129			
10	34	58	82	106	130			
11	35	59	83	107	131			
12	36	60	84	108	132			
13	37	61	85	109	133			
14	38	62	86	110	134			
15	39	63	87	111	135			
16	40	64	88	112	136			
17	41	65	89	113	137			
18	42	66	90	114	138			
19	43	67	91	115	139			
20	44	68	92	116	140			
21	45	69	93	117	141			
22	46	70	94	118	142			
23	47	71	95	119	143			
24	48	72	96	120	144			



Вам будут предложены 144 утверждения. Необходимо отмечать знаком «+» те из них, которые вам наиболее симпатичны, знаком «-» — неприемлемые варианты, «0» — те утверждения, которые вы не можете отнести ни к привлекательным, ни к неинтересным. Тщательно думайте, прежде чем отмечать то или иное утверждение в бланке ответов.

Текст карты интересов.

Любите ли вы, нравится ли вам, хотели бы вы?

1. Уроки физики.
2. Уроки математики.
3. Уроки химии.
4. Изучать материалы по астрономии.
5. Изучать научные материалы о различных опытах и о мире животных.
6. Читать биографии и монографии светил медицины.
7. Читать литературу о животных, растениях и сельском хозяйстве.
8. Читать о лесе и деревьях.
9. Перечитывать классические произведения мировой литературы.
10. Получать информацию из средств массовой информации (журналы, газеты, радио и телевидение).
11. Уроки истории.
12. Ходить в музеи, театры и на художественные выставки.
13. Изучать литературу о наиболее ярких геологических экспедициях.
14. Изучать материалы о других странах, их экономическом положении и государственном устройстве.
15. Собирать своих друзей для выполнения какой-либо общественной деятельности и руководить этим коллективом.
16. Знакомиться с информацией о работе полиции.
17. Читать о летчиках / летчиках-испытателях.



18. Читать о деятельности воспитателя в детском саду.
19. Узнавать все об устройстве и работе станков.
20. Заниматься приготовлением пищи.
21. Читать о строительстве.
22. Заниматься благоустройством помещения, в котором вы подолгу находитесь (живете, учитесь, работаете).
23. Знакомиться с материалами о технических новинках.
24. Знакомиться с устройством бытовых и радиоприборов.
25. Изучать научно-популярную литературу об открытиях в области физики.
26. Изучать научно-популярную литературу о достижениях в математике.
27. Узнавать из СМИ об открытиях в области химии.
28. Смотреть по телевизору передачи о космонавтах.
29. Изучать биологию.
30. Исследовать причины болезней и подбирать возможные варианты лечения.
31. Изучать ботанику.
32. Подолгу гулять в лесу.
33. Читать статьи критиков о литературных произведениях.
34. Принимать активное участие в жизни класса, школы.
35. Изучать исторические книги о значимых для общества событиях.
36. Слушать симфонии.
37. Интересоваться разработкой новых месторождений полезных ископаемых.
38. Узнавать о географических открытиях.
39. Обсуждать с окружающими текущие дела и события.
40. Организовывать своих друзей или младших детей.
41. Путешествовать по стране.
42. Объяснять одноклассникам, как решить сложную задачу, грамотно составить предложение и т.д.



43. Осваивать работу различными инструментами.
44. Уроки труда.
45. Быть в курсе новшеств в сфере строительства.
46. Ездить на фабрики и заводы.
47. Изучать устройство и механизмы машин.
48. Читать научно-популярную литературу о достижениях в радиотехнике.
49. Исследовать различные теории физических явлений.
50. Решать трудные математические задачи.
51. Проводить химические опыты и следить за ходом протекания химических реакций.
52. Наблюдать за небесными телами.
53. Наблюдать за ростом и развитием растений и отмечать это в специальном дневнике.
54. Оказывать первую медицинскую помощь при ушибах, порезах, травмах, делать перевязки.
55. Выращивать животных и заботиться о них.
56. Собирать коллекцию растений.
57. Писать стихи и рассказы.
58. Наблюдать за жизнью и поведением людей.
59. Принимать активное участие в жизни исторического кружка, искать материалы о ярких событиях прошлого.
60. Читать стихи вслух, петь в хоре, играть на сцене.
61. Собирать минералы и искать информацию об их происхождении.
62. Изучать природу родного края.
63. Заниматься организацией школьных мероприятий.
64. Проявлять повышенное внимание к поведению людей.
65. Посещать кружок автолюбителей и заниматься обслуживанием машин.
66. Проводить время с маленькими детьми (читать им книги, рассказывать сказки и истории, помогать в чем-либо).
67. Заниматься изготовлением деталей и предметов.



68. Заведовать кухней во время туристических походов.
69. Посещать строительные площадки.
70. Кроить и шить одежду.
71. Заниматься сборкой и ремонтом механических частей велосипедов, часов, швейных машинок и т.д.
72. Чинить бытовые радио- и электроприборы.
73. Ходить на дополнительные занятия по физике.
74. Ходить на дополнительные занятия по математике.
75. Подготавливать химические растворы и взвешивать реактивы.
76. Ходить в планетарий.
77. Посещать кружок биологии.
78. Помогать больным и вести за ними наблюдение.
79. Проводить наблюдения за природой и фиксировать это в специальном дневнике.
80. Заниматься посадкой деревьев и последующим уходом за ними.
81. Работать с литературными источниками, словарями и библиографическими справочниками.
82. Быстро переключаться между разными видами деятельности.
83. Подготавливать доклады на тему истории и выступать с ними.
84. Играть на музыкальных инструментах, заниматься резьбой по дереву или рисованием.
85. Подробно описывать минералы.
86. Принимать участие в экспедициях, связанных с географическими исследованиями.
87. Выступать с речью о международном положении.
88. Помогать полицейским.
89. Посещать кружок юных моряков.
90. Заменять при необходимости воспитателя, выполняя все его обязанности.
91. Уроки домоводства.
92. Помогать знакомым и друзьям при выборе одежды и аксессуаров.



93. Наблюдать со стороны, как работают строители.
94. Изучать швейное производство.
95. Самостоятельно изготавливать модели кораблей, самолетов, планеров.
96. Заниматься сборкой электроприборов и радиоприемников.
97. Принимать участие в олимпиаде по физике.
98. Принимать участие в олимпиаде по математике.
99. Решать задачи по химии.
100. Посещать астрономический кружок.
101. Ставить опыты на животных.
102. Исследовать функции человеческого организма и причины возникновения болезней.
103. Выращивать новые сельскохозяйственные культуры путем проведения опытов и исследований.
104. Принимать активное участие в работе общества охраны природы.
105. Принимать участие в обсуждениях книг и конференциях на эту тему.
106. Исследовать явления и события жизни и пытаться дать логическое объяснение каждому из них.
107. Изучать историю своей страны.
108. Интересоваться теорией и историей искусства.
109. Принимать участие в сложных, длительных походах, работая напряженно по заданному плану.
110. Чертить географические карты и накапливать интересные географические материалы.
111. Интересоваться политикой разных стран.
112. Работа в области юриспруденции.
113. Посещать кружок юных космонавтов.
114. Работа педагога.
115. Посещать заводы и фабрики.
116. Оказывать людям посильные вам услуги.
117. Участвовать в строительных работах.
118. Изучать технологию изготовления промышленных товаров.



119. Читать технические схемы и чертежи.
120. Использовать точные измерительные приборы и производить расчеты по полученным данным.
121. Ставить физические опыты.
122. Заниматься деятельностью, для которой необходимы знания большого количества правил и формул математики.
123. Помогать учителю проводить опыты по химии.
124. Собирать материалы о других планетах.
125. Изучать монографии и научные статьи знаменитых биологов.
126. Принимать активное участие в деятельности санитарной дружины.
127. Работать при помощи различных орудий труда или машин.
128. Знакомиться с ведением лесного хозяйства.
129. Собирать материалы о происхождении слов и словосочетаний.
130. Вести дневник, готовить статьи для школьной или городской газеты.
131. Изучать историю других стран.
132. Несколько раз посещать театр для просмотра одной и той же пьесы.
133. Изучать биографию и научные труды именитых геологов.
134. Изучать географию нашей планеты.
135. Читать биографии наиболее ярких политических деятелей.
136. Грамотно оценивать поступки своих друзей, литературных персонажей и т.д.
137. Изучать материалы о различных транспортных средствах.
138. Заниматься воспитанием и обучением детей.
139. Наблюдать за работой специалиста высокого класса.
140. Ежедневно общаться с большим количеством людей.



141. Заниматься проектированием строительных объектов.

142. Бывать на выставках легкой промышленности.

143. Подготавливать чертежи и проектировать машины.

144. Хорошо ориентироваться в радиосхемах.

Интерпретация результатов

Посчитайте количество плюсов и минусов в каждой строке, а затем вычтите вторую сумму из первой. К примеру, в первой строке у вас получилось 4 плюса и 2 минуса — следовательно: $4 - 2 = 2$, именно эту цифру и следует записать в графу «Количество баллов». Если после вычитания у вас получается отрицательное число, его также следует записать.

В итоге вы получите 24 положительных и отрицательных числа, каждое из которых соотносится с определенным видом деятельности. Внимательно просмотрите свой список и выберите только те строки, которые набрали наибольшее положительное число (как правило, это 2–3 вида деятельности).

В случае, если у нескольких видов деятельности получилось одинаковое количество баллов, отмечайте для себя те строки, в которых меньше всего отрицательных ответов.

При помощи предложенного ниже ключа вы сможете определить те виды деятельности, которые вам подходят (точнее, которые могут быть вам интересны).

Ключ:

1. Физика.
2. Математика.
3. Химия.
4. Астрономия.
5. Биология.
6. Медицина.
7. Сельское хозяйство.



8. Лесное хозяйство.
9. Филология.
10. Журналистика.
11. История.
12. Искусство.
13. Геология.
14. География.
15. Общественная работа.
16. Право.
17. Транспорт.
18. Педагогика.
19. Рабочие специальности.
20. Сфера обслуживания.
21. Строительство.
22. Легкая промышленность.
23. Техника.
24. Электротехника.

§ 8. Опросник карьерных ориентаций Э. Шейна

Эта методика позволяет определить ценностные ориентации человека в плане интересующей его профессии. Опросник подходит как для старшеклассников, так и для тех, кто уже начал осваивать профессию в специализированном учебном заведении.

Инструкция

Вам будет представлен список утверждений, отражающих различные карьерные ориентации. Внимательно прочитайте их и отметьте, насколько важно для вас то или иное утверждение. Фиксировать свою оценку необходимо по 10-тибалльной шкале, где 1 — совершенно неважно, 10 — исключительно важно.



Текст опросника

1	Добиваться профессиональных успехов в определенной технической или научной области.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
2	Наблюдать за людьми, контролировать их и влиять на них на всех уровнях.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
3	Выполнять работу по-своему и не ограничиваться правилами, установленными в организации.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
4	Иметь постоянное место работы с полным соцпакетом и стабильной оплатой.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
5	Помогать и приносить другим пользу, используя свое мастерское умение общаться.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
6	Разрешать сложные проблемы, которые другим кажутся безвыходными.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
7	Установить для себя такой жизненный порядок, чтобы семья и карьера гармонично дополняли друг друга.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
8	Создать или построить то, что будет плодом исключительно моих мыслей.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
9	Работать в своей профессиональной области, а не стремиться вверх по карьерной лестнице в другой профессии.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
10	Быть главой фирмы или предприятия.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
11	Иметь работу с гибким графиком, избегать при этом ограничений, накладываемых профессией.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Как выбрать профессию в 17 лет?

12	Работать в организации, обеспечивающей мне стабильность в течение длительного времени.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
13	Направлять все свои способности и навыки на улучшение окружающего мира.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
14	Соперничать с коллегами и выходить победителем из этих «соревнований».	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
15	Строить карьеру так, чтобы мне не пришлось менять привычный образ жизни.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
16	Организовать новое коммерческое предприятие.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
17	Отдать всего себя выбранной профессии.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
18	Достичь должности генерального директора.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
19	Иметь работу, предоставляющую максимум свободы и независимости в плане времени выполнения, выборе вида деятельности и т.д.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
20	Оставаться на одном месте жительства, а не переезжать из-за повышения.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
21	Иметь возможность применять свои таланты и навыки в служебной значимой цели.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
22	Моя основная профессиональная цель — найти и разрешить сложные проблемы вне зависимости от области их возникновения.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
23	Я стараюсь уделять своей семье и карьере одинаковое внимание.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



24	Я постоянно ищу новые оригинальные идеи, для того чтобы открыть свою собственную фирму.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
25	Я соглашусь на должность руководителя только при одном условии: она обязательно должна находиться в сфере моей профессиональной компетенции.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
26	Моя мечта — добиться в компании такого положения, при котором я смогу наблюдать за другими людьми и организовывать их деятельность.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
27	В своей работе я буду заботиться о полной свободе и независимости.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
28	Для меня важнее остаться на своем месте жительства, чем подняться по служебной лестнице или устроиться на новую работу в другом городе.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
29	Я всегда мечтал о работе, выполняющую которую я могу быть полезным для окружающих.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
30	Соперничество и победа — вот самые значимые и волнующие стороны моей карьеры.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
31	Работа имеет смысл только тогда, когда она не мешает жить так, как нравится.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
32	В моей карьере предпринимательская деятельность имеет первостепенное значение.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
33	Я предпочту уйти из компании, чтобы не выполнять работу, не связанную с моей специальностью.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Как выбрать профессию в 17 лет?

34	Я смогу утверждать, что добился успеха в карьере, только тогда, когда займу должность руководителя высокого уровня в престижной компании.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
35	Я не хочу, чтобы мир бизнеса или какая-либо отдельная компания ущемляла мои интересы.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
36	Я бы отдал предпочтение той компании, которая обеспечит мне длительный контракт.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
37	Я мечтаю посвятить свою профессиональную деятельность достижению значимой и полезной цели.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
38	Я ощущаю себя успешным только при вовлечении в решение сложных проблем или в ситуации соперничества.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
39	Выработать определенный образ жизни и следовать ему намного важнее, чем достичь профессиональных высот.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
40	Мечта всей моей жизни — создать свою собственную компанию.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
41	Я предпочитаю не связанную с командировками и разъездами работу.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ключ

Карьерная ориентация	Номера вопросов	Количество вопросов
Профессиональная компетентность	1, 9, 17, 25, 33	5
Менеджмент	2, 10, 18, 26, 34	5



Карьерная ориентация	Номера вопросов	Количество вопросов
Независимость (автономия) и свобода	3, 11, 19, 27, 35	5
Стабильность работы		
Стабильность места жительства	4, 12, 36	
20, 28, 41	3	
3		
Служение	5, 13, 21, 29, 37	5
Вызов	6, 14, 22, 30, 38	5
Интеграция стилей жизни	7, 15, 23, 31, 39	5
Предпринимательская деятельность	8, 16, 24, 32, 40	5

Интерпретация результатов

При помощи ключа подсчитайте количество баллов (сложите все цифры, получившиеся в результате вашей оценки) по восьми представленным карьерным ориентациям, а затем сумму каждой ориентации разделите на количество вопросов к группе (в основном их пять, исключение составляет только ориентация на Стабильность).

Например, по ориентации «Профессиональная компетентность» у вас получились следующие значения: 1–8, 9–4, 17–6, 25–9, 33–10. Сложите получившиеся баллы: $8 + 4 + 6 + 9 + 10 = 37$. Полученное число разделите на 5 (количество вопросов по данному пункту): $37 / 5 = 7,4$ — это и есть показатель вашей ориентированности на профессиональную компетентность.

Так как получившееся число больше 5, можно сделать вывод, что эта карьерная ориентация является для вас одной из ведущих в жизни. Затем проведите расчеты по другим пунктам и после этого проанализируйте, чем вы ру-



ководствуетесь в большей степени при выборе своей будущей профессии.

Проведя все необходимые расчеты, вы определите свою ведущую карьерную ориентацию (их может быть несколько), которая будет обозначена числом в диапазоне от 5 до 10.

Если после проведения расчетов вы обнаружили, что ни по одной из предложенных карьерных ориентаций вы не набрали высоких баллов, значит, работа не занимает центрального места в вашей жизни. Тем не менее это не является свидетельством того, что в будущем вы не измените свою позицию.

Описание карьерных ориентаций

Профессиональная компетентность

Если вы набрали высокие баллы по этой ориентации, значит, вы поставили перед собой цель: достичь успеха в определенной профессиональной деятельности. Для этого вам необходимо развивать свои способности именно в избранной области, постоянно совершенствуя навыки — ведь это часть вашего призвания. Если работа не позволит вам развиваться (достичь высшего уровня профессионализма), вы можете потерять к ней интерес. Управление работой других в пределах своей профессиональной компетентности не является ключевым моментом в жизни, хотя готовность к этому есть.

Если по этой карьерной ориентации вы набрали низкие баллы, можно сделать вывод, что профессиональная компетентность для вас не столь важна при выборе будущей профессии.

Менеджмент

Высокие баллы свидетельствуют о вашей направленности на управление деятельностью других людей путем их объединения, группирования и распределения между ними функциональных обязанностей. Вы готовы брать на се-



бя ответственность за результат этой деятельности. Для достижения успеха вам необходимо быть эмоционально уравновешенным и развивать в себе аналитические навыки межличностного общения в группах, ведь такая работа подразумевает периодически возникающие стрессовые или конфликтные ситуации, умение избежать и сгладить которые помогает руководителям различных уровней грамотно организовать деятельность коллектива.

Независимость (автономия) и свобода

Высокие баллы свидетельствуют о вашем желании быть независимым в плане работы: самостоятельно определять свой рабочий график и выбирать варианты осуществления своей деятельности. Вы стремитесь избежать установленных кем-либо организационных правил и готовы отказаться даже от получения высокой должности ради сохранения свободы.

Стабильность

Если вы набрали высокие баллы по ориентации «Стабильность», значит, вы стремитесь к постоянству работы и защите от непредвиденных обстоятельств. Стабильность работы подразумевает деятельность в такой компании, которая гарантирует длительный срок службы, имеет хорошую репутацию и обладает надежностью в своей области. Вы являетесь «человеком организации», предпочитающим, чтобы вся ответственность за вашу карьеру лежала на плечах работодателя. При необходимости вы даже можете переехать в другой город, чтобы не лишиться чувства уверенности в завтрашнем дне.

Высокие баллы по стабильности места работы говорят о вашей направленности на жизнь и работу в одной местности и способности поменять компанию-нанимателя, если в нынешней вам будет предложено переехать куда-либо.

Безопасность, как правило, играет для вас огромную роль. Вы талантливы и можете подняться вверх по служеб-



ной лестнице. Но если вышеупомянутая стабильность места работы и места жительства для вас не менее важны, то возможные риски и неудобства, сопровождающие переезды или повышения, поспособствуют отказу от предложенных вам возможностей, так как постоянство для вас выше всего.

Служение

Высокие показатели по этому пункту характеризуют вас как человека, готового преданно служить своей цели, отражающей круг ваших личностных ценностей. Вы с радостью будете помогать окружающим, разрешать конфликты, пытаться сделать мир лучше и т.д. И для этого используете все свои возможности. Если вы устроитесь на работу в компанию, не признающую ваших ценностей и идеалов, то долго там не задержитесь. Вы предпочтете такую работу, которая позволит служить людям.

Вызов

Если у вас высокие баллы по ориентации «Вызов», значит, вы внутренне готовы к постоянной борьбе в работе: заниматься решением сложных проблем, соревноваться с коллегами и выходить победителем, преодолевать препятствия. Вам важна не сама область деятельности, а именно процесс борьбы и победы. Простая однообразная жизнь для вас невыносима. Вам постоянно нужно ощущать прелесть новизны, разнообразие, возможность бросать вызов и рисковать.

Интеграция стилей жизни

Высокие показатели в данном случае свидетельствуют о том, что вы — человек, стремящийся объединить все стороны своей жизни в единое целое, чтобы они не мешали, а, напротив, дополняли друг друга. Вы не карьерист, но и не домосед. Для вас важен баланс между семейными и рабочими интересами, поэтому вы выбираете те компании, ко-



торые позволяют вам поддерживать это равновесие. Можно сказать, что для вас наибольшее значение имеет то, какой образ жизни вы ведете в целом, где проживаете и как развиваетесь. А работа — это что-то вроде увлечения, приносящего доход.

Предпринимательская деятельность

Высокие показатели по этому пункту говорят о том, что ваша основная цель — создание нового оригинального проекта, ради которого вы готовы рисковать и преодолевать препятствия. Работа под чьим-то началом для вас не представляет интереса, а вот достижение высокого положения путем построения собственной организации является вашим стремлением.

Вы готовы посвятить всего себя делу и реализовать самые смелые мечты, осознавая, что для этого необходимо приложить усилия. При этом вас не пугают возможные неудачи — ведь внутренне вы всегда надеетесь на успех предприятия, хотя понимаете, что Фортуна не всегда поворачивается к человеку лицом.

§ 9. Выбор профессии и нумерология

Исследуйте все вещи с помощью чисел, проникните в эту тайну и размышляйте. Постигнув мудрость чисел, сами станете мудрыми.

*Авторство приписывают
библейскому патриарху Еноху,
автору «Книги Творения»*

Психологические тесты позволяют нам выявить склонность к той или иной специальности, если самостоятельно определиться сложно. Но есть такая наука — нумерология



(наука о числах), при помощи которой можно узнать свое истинное предназначение.

Основоположителем европейского учения о числах считается Пифагор, сказавший: «Все есть число» и связавший астрологию и нумерологию. Но дошедшие до наших дней исторические источники свидетельствуют о том, что тайные знания Пифагор получил от египетских жрецов. Помимо Пифагора «миром чисел» в разные времена занимались Гераклит, Аристотель, Джордано Бруно, Рене Декарт, Папюс, Е. Блаватская, П. Глоба, А. Подводный, С. Вронский. Поэтому можно с уверенностью говорить о том, что нумерология складывалась веками, и есть все основания доверять полученным данным.

В этом параграфе будут рассмотрены три нумерологических метода определения будущей профессии: по числу жизненного пути, по числу выражения и по Золотому Алхимическому числу личности. Удобство данных методов заключается в том, что для вычисления своих данных не надо обладать глубокими познаниями в математике — все расчеты элементарны.

Нумерологи считают, что имя, данное родителями при рождении — это отражение жизненной цели человека, отчество — это адаптация к условиям обитания, фамилия — традиции, к которым мы подключены через эгрегора (покровителя) рода, а полное имя (число выражения) — это реакция на жизненные обстоятельства. Дата рождения (число жизненного пути) — то, где и как мы можем себя реализовать (но имя свидетельствует о направлении этой реализации), сумма даты рождения — программа действия. Золотое Алхимическое число — это индивидуальная сила воздействия на окружающий мир.

Получается, что вся информация о вашем будущем заложена в вас с момента появления на свет! а если сложить все эти качества с вашими психологическими особенностями и способностями, то можно провести более глубокий анализ своей личности.



Профессия по числу жизненного пути

Свое предназначение можно рассчитать на основе числа жизненного пути. Делается это очень просто: сложите все числа даты своего рождения.

Например, вы родились 3 ноября 1994 года. Путем несложных математических манипуляций сложите числа дня, месяца и года рождения: $3 + 11 + 1 + 9 + 9 + 4 = 37$. Полученное число посредством сложения нужно привести в однозначное: $3 + 7 = 10 = 1 + 0 = 1$ (число жизненного пути).

Важный момент, который нужно учитывать при вычислениях: есть три числа, которые в нумерологии называются господствующими — 11, 22 и 33. По сравнению с другими числами они обладают большей энергией и составляют магический треугольник. Господствующие числа направлены именно на духовное самосовершенствование и саморазвитие, поэтому в профессиональном плане они отвечают за религиозные и нравственные специальности: Учитель (именно с большой буквы), священник и т.д. В обычной жизни эти числа нередко превращаются в 2, 4 и 6, потому что «дорости» до высокого уровня духовности может далеко не каждый из нас. Если при расчетах у вас получится одно из них, то приводить его в однозначное не следует — сначала посмотрите именно его значение, а уже потом — возможный сокращенный вариант.

Теперь рассчитайте свою дату рождения. Ниже приведена трактовка значений чисел жизненного пути, которые могут получиться у вас.

Описание значений

Число жизненного пути 1

Если в сумме у вас получилась единица, это говорит о том, что в вас от рождения заложены качества лидера. Вы сильный и решительный человек, который нуждается в повышенном внимании к себе. Творчество и оригинальность во всем — вот те качества, которые выделяют вас из общей



массы. Благодаря врожденной смелости вы с легкостью готовы стать первопроходцем в той или иной области, несколько ни пугаясь результата. Хотя в то же время собственные неудачи могут вызывать у вас раздражение и нервозность. Стремление к успеху во всех сферах жизни заставляет вас расти, расширяя свой кругозор. Отрицательные качества, имеющиеся у «единицы», — эгоизм, агрессивность, тщеславие и необузданность, однако при желании вы можете научиться контролировать себя. Самый лучший вариант для вас — организовать собственный бизнес (в идеале — строительную фирму или компанию по производству оригинальных дизайнерских вещей). Успеха в жизни вы добьетесь в том случае, если будете энергичны, оригинальны и напористы.

Лучше всего вам подходят те виды деятельности, в которых вы сможете контролировать и направлять других людей и все будет зависеть именно от вашего решения: бизнес, служба в государственных и военных структурах.

Число жизненного пути 2

Если в сумме у вас получилась двойка, значит, вы — миротворец с развитой интуицией. Склонны к осторожности и восприимчивы ко всему, что вас окружает. Эти качества могут как помочь вам, так и навредить. В силу присущей вам интуиции вы стараетесь быть предельно тактичным в процессе общения с окружающими. Обладаете таким качеством, как дипломатия. Также у вас есть способности для работы в большом коллективе, так как вы умеете продуктивно сотрудничать. От природы вы истинный ценитель искусства и всего прекрасного. Можете исцелять людей посредством акупунктуры, физиотерапии, массажа и стать хорошим психотерапевтом. Главное, не пытайтесь выложиться «на все сто» — так вы навредите себе и потом долго будете восстанавливать силы. Вам свойственна замкнутость и нежелание впускать в свой внутренний мир других людей. Этим можно объяснить возникающие время от време-



ни обидчивость и гневливость. Часто вы принимаете точку зрения собеседника, пытаясь избежать конфликта.

Наиболее подходящие профессиональные сферы: учитель, советник, целитель, музыкант, архитектор, аграрий, дизайнер, модельер, рекламный агент, политик, юрист.

Число жизненного пути 3

Если в сумме у вас получилась тройка, то для успешной работы в будущем вам придется постоянно заниматься самоконтролем и самодисциплиной. Найти себя сможете в сфере выразительных искусств: музыке, актерском мастерстве, поэзии, писательстве. Ваш оптимизм позволяет преодолевать жизненные трудности с наименьшими потерями для себя. Но в то же время необходимо держать себя в руках: излишняя эмоциональность порой делает вас раздражительным и язвительным, а это может привести к тому, что окружающие отвернутся от вас. Если вы будете реализовывать свои таланты исключительно в благих целях, то сможете добиться успехов во всем.

Число жизненного пути 4

Если в сумме у вас получилась четверка, значит, благодаря таким положительным качествам, как организованность, решительность, методичность, практичность, приземленность и упорство вы сможете стать высококлассным статистом, менеджером или организатором различных мероприятий. Также успех возможен в банковском деле, науке, сельском хозяйстве и строительстве. Попробуйте создать свой бизнес, так как у вас есть хорошие задатки для этого. Единственное, что необходимо постоянно совершенствовать в себе, — это гибкость характера, благодаря которой вы сможете искоренить в себе излишний консерватизм. В целом вас можно охарактеризовать, как человека справедливого, честного и любящего свою работу. Не исключено, что значительных карьерных высот вы достигнете в молодости.



Число жизненного пути 5

Если в сумме у вас получилась пятерка, это является свидетельством того, что у вас есть дар оратора. Ваше умение выступать перед большой аудиторией позволяет вам выбрать в качестве профессиональной сферы шоу-бизнес. Также есть все шансы реализовать себя в торговле, финансовых структурах, науке, медицине, сфере обслуживания, туристическом бизнесе. Вы очень свободолюбивая личность, обладаете пытливым умом, поэтому отчасти ваша жизнь напоминает длительное и объемное исследование. Вас привлекает все новое, поэтому, увы, вы не всегда доводите начатое до конца.

Однако вашим несомненным плюсом является то, что вы можете пробудить и вдохновить окружающих. Для достижения значимых результатов вам необходимо найти свое место в жизни — тогда все ваши старания окупятся сполна. Кстати, при желании вы с легкостью освоите оккультные науки, но помните, что в этом случае нужно соблюдать предельную осторожность.

Число жизненного пути 6

Если в сумме у вас получилась шестерка, значит, природой в вас заложены артистические таланты, но для их развития придется усердно работать. Также есть задатки бизнесмена. Ваше исключительное обаяние и харизма способствуют привлечению людей и умению грамотно вести дела. Задача, которая вам уготована судьбой, — помогать людям не только своим сочувствием и умением выслушать, но также принимать участие в решении их проблем. У вас хорошо развита грациозность и плавность движений. Но, к сожалению, это не гарантирует того, что вы всегда останетесь стройным и подтянутым — за фигурой придется постоянно следить. Вам необходимо избегать мыслей о том, что вы «спаситель мира», иначе ваша гордость и чувство собственного превосходства оттолкнут от вас людей. Если вы будете развиваться по законам гармонии, то весьма



успешно может сложиться карьера в области целительства, менеджмента, преподавания, дизайна и государственной службы. Вам также подходят все профессии, связанные с животными.

Число жизненного пути 7

Если в сумме у вас получилась семерка, то вы можете, посвятив себя науке, религии, бизнесу, страхованию, изобретательству. Подходят сферы труда, которые предполагают постоянную исследовательскую работу. Вам свойственно искать истину там, где все таинственно, неизведанно. По натуре вы необщительны, поэтому, как правило, новые контакты налаживаете неохотно. Но уединение вам необходимо для того, чтобы тщательно все обдумать и сформулировать свои идеи.

Старайтесь избегать длительного одиночества — оно может спровоцировать излишнюю подозрительность и циничность. Также не считайте себя центром Вселенной — проявление эгоцентризма прощается детям, но в мире взрослых людей оно может в значительной степени навредить.

Число жизненного пути 8

Если в сумме у вас получилась восьмерка, то вам подходят все профессии, связанные с управлением, особенно в сфере финансов. Имеются хорошие задатки бизнесмена. Если соберетесь открывать свою фирму, это должен быть проект, в основе которого поставлены серьезные задачи. Вам также подходит работа, связанная с законодательством, изданием литературы, наукой (больших успехов можете добиться в археологии, истории, физике), недвижимостью, журналистикой, образованием, общественной и социальной деятельностью, спортом, политикой. Но в карьере нужно избегать состояния, при котором о человеке говорят, что он раб денег: можно погрязнуть в жадности, меркантильности и в одночасье лишиться всего.



Число жизненного пути 9

Если в сумме у вас получилась девятка, значит, при желании вы сможете добиться успеха в юриспруденции, медицине, законодательстве и политике, ведь вы ориентированы на социум. В вашей жизни вопрос судьбы человечества занимает одно из главных мест, поэтому вы пытаетесь улучшить окружающий мир (даже если просто соблюдаете элементарные правила гигиены и выбрасываете мусор в специально предназначенные для этого контейнеры). Ваши негативные качества — непредсказуемость и склонность к излишней мечтательности. Вам необходимо учиться жить в гармонии с самим собой, тогда удастся избежать уныния, замкнутости и обидчивости. Благодаря своему развитому творческому воображению вы легко можете освоить такие профессии, как эколог, ландшафтный архитектор, фотограф, дизайнер интерьера. А умение сострадать, сочувствовать и сопереживать поможет стать хорошим специалистом в областях, имеющих социальную направленность.

Число жизненного пути 11

Если в сумме у вас получилось 11, это свидетельствует об отличных артистических способностях. Если будете развивать имеющиеся таланты, то у вас есть шансы «войти» в историю. Особая интуиция поможет вам стать пророком, религиозным лидером, а вкупе с любознательностью — изобретателем. Есть только одно «но»: гарантированного успеха можно добиться только после 35 лет. Свыше вам послан дар исцелять душу и тело человека, поэтому можете стать хорошим психо- или физиотерапевтом, массажистом. При выборе специальности можете рассматривать также профессии, подходящие тем, число жизненного пути которых — двойка.

Число жизненного пути 22

Если в сумме у вас получилось 22, то вы сможете очень продуктивно работать в сфере политики и бизнеса, но де-



лать это необходимо именно в коллективе. Вы можете воплотить в жизнь самые смелые мечты, объединяя и вдохновляя окружающих.

Конечно, результат будет зависеть от того, сколько усилий приложите и вы сами. Вы предпочитаете контролировать работу других, поэтому нужно научиться воспринимать чужие мнения и оценки происходящего, а не основываться только на своих личных убеждениях. Также вам подходят профессии, соответствующие числу жизненного пути 4.

Число жизненного пути 33

Если в сумме у вас получилось 33, значит, вы пришли в этот мир с невероятно сложной целью: стать лидером нации или крупного религиозного движения — Мастером, Учителем, Мессией.

Вы можете вдохновлять людей на совместную творческую деятельность, потому что обладаете особыми талантами, значительным творческим потенциалом и добиваетесь успеха, только находясь в коллективе, а не в одиночку. Все ваши замыслы, как правило, масштабны, но для их осуществления вам необходимо заниматься своим духовным развитием.

Если этого не происходит, то вы ощущаете внутреннюю неудовлетворенность, тоску по чему-то высокому, далекому и таинственному. Человеку, у которого число жизненного пути 33, подходят не только духовные профессии (для этого надо достичь определенного уровня развития), но и специальности, соответствующие числу 6.

Профессия по числу выражения

Многие нумерологи именуют персональное число выражения числом судьбы, так как оно отражает цель, которой человек добивается на протяжении всей своей жизни, а также описывает качества, присутствующие в каждом из нас.



Каждой букве алфавита соответствует определенное нумеричное значение (используются однозначные числа от 1 до 9). В таблицах, приведенных ниже, вы увидите эти соответствия, называемые гематрическим кодом.

Таблица 1 отражает наработки западной нумерологической школы.

Таблица 1

1	2	3	4	5	6	7	8	9
А	Б	В	Г	Д	Е (Ё)	Ж	З	И (Й)
К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т
У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы
Ь	Э	Ю	Я					

В разных школах нумерологии подобные девятиарканные системы могут немного отличаться. Ниже (табл. 2) будет приведена раскладка, используемая в русской нумерологической школе.

Таблица 2

1	2	3	4	5	6	7	8	9
А	Б	В	Г	Д	Е (Ё)	Ж	З	И (Й)
К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т
У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы
Ь	Э	Ю	Я					

Число выражения вычисляется на основе последовательного сложения чисел вашего полного имени, данного при рождении (все расчеты производятся именно по тому имени, которое указано в свидетельстве о рождении). Рассмотрим на примере человека по имени Иван Иванович Иванов (используя таблицу 1):



Иван

9314

Иванович

93145395

Иванов

931453

Под каждой буквой написана соответствующая ей цифра (из таблицы). Теперь сложите по отдельности цифры для имени, отчества и фамилии (при этом двузначные числа нужно приводить путем сложения в однозначные). В нашем примере это будет выглядеть так:

$$\text{Иван} = 9 + 3 + 1 + 4 = 17 = 1 + 7 = 8$$

$$\text{Иванович} = 9 + 3 + 1 + 4 + 5 + 3 + 9 + 5 = 39 = 3 + 9 = 12 = 1 + 2 = 3$$

$$\text{Иванов} = 9 + 3 + 1 + 4 + 5 + 3 = 25 = 2 + 5 = 7$$

Следующий шаг: сложение полученных чисел и при необходимости приведение их в однозначное число (кроме чисел 11 и 22).

$8 + 3 + 7 = 18 = 1 + 8 = 9$ — это и есть число выражения Ивана Ивановича Иванова. Теперь выпишите на листок бумаги свои имя, отчество и фамилию и найдите свое число выражения, произведя все действия, описанные в примере. При расчетах вы можете использовать либо таблицу 1, либо таблицу 2 — на ваше усмотрение. Обе они были приведены для того, чтобы вы могли рассмотреть сразу два варианта и подобрать наиболее приемлемый для себя.

Ниже приведена краткая информация по каждому из чисел (более подробно можно ознакомиться с трактовками в соответствующей литературе по нумерологии).

Внимание: если в результате сложения у вас получились числа 11, 22 или 33, то их не нужно редуцировать до однозначных чисел!

Число выражения 1

Природа наделила вас замечательными качествами лидера, новатора и исследователя. При хорошей подготовке



можете открывать свое дело или работать управляющим на предприятии. Необходимо подавлять в себе такие качества, как эгоизм и гордость — они могут значительно навредить вашей карьере. Подходящие профессии: военный, политик, художник, бизнесмен.

Число выражения 2

Ваши интуиция и тактичность помогут вам в работе социальной направленности, поэтому как вариант можно рассматривать профессию дипломата. Если вы будете совершенствовать свои положительные качества, то сможете добиться успеха в медицине, политике, педагогике, научной работе, многоуровневом маркетинге, секретных службах и в сфере развлечений. Качество, с которым придется бороться в себе всю жизнь, — повышенная чувствительность и ранимость: старайтесь контролировать свои чувства и эмоции. По натуре вы не являетесь лидером, но, тем не менее, можете стать правой рукой руководителя, так как имеете дар психолога и способны вовремя давать дельные советы.

Число выражения 3

Оптимизм и активность — вот одни из ваших главных качеств. Вы можете вдохновлять других людей. При желании освоите профессию актера, музыканта, изобретателя или писателя. Но для этого нужно развивать самодисциплину, упорство и сосредоточенность на каком-либо конкретном деле и подавлять в себе поверхностность, болтливость и цинизм. Учитесь ставить цели — сначала небольшие — и добиваться их честным и праведным путем. Именно так вы сможете достичь значительных результатов в выбранной вами сфере деятельности.

Число выражения 4

Организаторские способности помогают вам реализовать свои самые смелые мечты. Но при этом необходимо



постоянно расширять кругозор и исследовать новые направления. Умение обращаться с деньгами способствует успешной карьере бухгалтера. Осторожность и консерватизм помогут в работе юриста, менеджера, государственного служащего. Также можно попробовать себя в сфере музыки и искусства.

Число выражения 5

Вы — любитель путешествий и частых перемен в жизни. Стараетесь избегать ограничений и можете находить общий язык практически со всеми. Для построения успешной карьеры вам необходимо развивать в себе основательность и умение сосредотачиваться на предмете. Старайтесь доводить все начатые дела до конца — так вы дисциплинируете себя и выйдете на новый уровень развития. Подходящие профессии: министр, юрист, политик, продавец, социальный работник, изобретатель.

Число выражения 6

Надежность и ответственность помогают вам устанавливать контакты с людьми, но часто вы можете действовать в ущерб собственным интересам. Вам очень подходят творческие профессии, также можете стать весьма успешным бизнесменом (особенно, если работа будет носить социальную направленность), воспитателем, консультантом, врачом, психологом, социальным работником, дизайнером, художником. Также можете попробовать реализовать себя в профессиях, связанных с сельским хозяйством, будь то животноводство или разведение растений.

Число выражения 7

Вас привлекает все неизведанное, поэтому подходят профессии преподавателя, философа или ученого. Периодически вы нуждаетесь в уединении, потому что именно так можете восстановить свои силы. Старайтесь избегать цинизма и излишне критического отношения к окружаю-



щим. Вот некоторые профессии, в которых вы сможете реализовать себя в полной мере: администратор, аналитик, педагог, исследователь, изобретатель, теолог, банкир, юрист, священник, часовщик.

Число выражения 8

Во всех делах вы стараетесь достигать совершенства, поэтому стоите на своем, пока не используете все возможные средства для достижения поставленной цели. Вы умеете планировать, ответственно подходите ко всем делам, но проработка мелких деталей не ваш конек, поэтому лучше доверять ее другим. В вас заложены отличные лидерские качества, поэтому вы с легкостью сможете работать администратором, менеджером, организатором, банкиром, тренером, дилером, директором, строителем, офицером, инженером, пилотом, капитаном (к примеру, пассажирского лайнера). Также есть способности к работе детективом. Можете стать страстным коллекционером или игроком, но постарайтесь при этом не «утонуть» в мире азарта и иллюзий. Путь к вершине, возможно, будет нелегок, так как придется пройти через испытания на разных жизненных этапах, но не бойтесь этого — вы обретете колоссальный опыт, внутренние силы и стойкость. Важное предупреждение: не злоупотребляйте спиртным!

Число выражения 9

У вас в большей степени гуманитарный склад ума, нежели технический. Вы стараетесь помогать всем обделенным или обиженным, поэтому можете попробовать силы в юриспруденции, политике, педагогике, медицине или защите окружающей среды — сферах, которые могут принести пользу людям. С окружающими вы нередко бываете холодны, но они все равно тянутся к вам. Было замечено, что у многих гениев было такое число выражения. Вы обладаете талантами, которые раскрываются в искусстве: стоит попытаться счастья в актерском мастерстве, литера-



туре, живописи. Главное, чему вам необходимо учиться, — быть более открытым и не делать культа из служения людям.

Число выражения 11

У вас часто возникают поистине грандиозные идеи, но вот уверенности в себе явно не хватает. Нужно постоянно заниматься самоконтролем, чтобы научиться чувствовать себя защищенным и стать более решительным. Старайтесь воспринимать мир таким, какой он есть на самом деле, ведь идеализация рано или поздно приведет к разочарованию. Если удастся приучить себя к дисциплине, вы сможете стать учителем «от Бога» в любой области знаний или великим духовным Лидером.

Число выражения 22

Ваши планы грандиозны, потому что вам хочется войти в историю — и все внутренние ресурсы могут этому поспособствовать. Но порой в силу некоторых обстоятельств вы можете отказаться от своих желаний, объяснив это трудностью их исполнения. Безусловно, это может выбить вас из колеи, но совсем ненадолго. Из вас получится отличный руководитель (неприменно на большом предприятии!). Не исключено, что работать вы сможете и за границей. Ваша дальновидность открывает перед вами поистине фантастические возможности: ведь вы можете выбрать любую профессию и стать «золотым» работником в любой организации. Если говорить о духовности, то ваше предназначение — Мастер, несущий в материальный мир божественные законы.

Число выражения 33

Если при сложении у вас получилось «число Творца», значит, перед вами стоит серьезная жизненная задача: служение людям и передача им знаний о том, что жизнь — это, в первую очередь, счастье, рука об руку с которым идет лю-



бовь. Вы сможете реализовать себя в любой сфере, где можно подчеркнуть значимость озарения, творчества и радости. Порой вы можете быть крайне эмоциональными, но знайте: в вас есть силы, чтобы научиться контролировать себя. При развитии в себе духовных качеств вы станете целителем души — психологом, психотерапевтом. Но для этого вам необходимо сначала самому научиться искренне любить людей, чтобы впоследствии передать им свой опыт.

Профессия по Золотому Алхимическому числу личности

В предыдущих разделах параграфа вы вкратце ознакомились с тем, как правильно подобрать профессию, учитывая свою дату рождения и свое полное имя, но в обоих случаях полученные данные можно считать лишь примерными, потому что они обрисовывают вашу личность лишь частично. Если профессия выбирается на основе вашего числа жизненного пути, то такие же результаты будут у всех, кто родился именно в этот день. То же самое касается и полного имени: «тезки» обладают одинаковыми качествами. Все это ведет к необходимости нахождения такого числа, которое отразит именно ваши индивидуальные склонности. Об этом и пойдет речь далее.

Золотое Алхимическое число в нумерологии отражает наиболее близкие вам вибрации, позволяет понять свою личность более полно, точно и качественно.

Если вы уже воспользовались данными о выборе профессии по числу жизненного пути и числу выражения, то вычислить «золото» вам будет легко и просто. Рассмотрим это на примере упомянутого выше Ивана Ивановича Иванова, рожденного 3 ноября 1994 года.

Полученное число жизненного пути равнялось единице, число выражения — девятке.

Теперь нужно просто сложить два этих числа:

$$1 + 9 = 10.$$



При редуцировании числа 10 получаем 1 — это и есть Золотое Алхимическое число.

Теперь найдите свое Золотое число, а затем прочтите его трактовку ниже.

Примечание: в этом случае господствующие числа можно редуцировать до однозначных (11 — 2, 22 — 4, 33 — 6).

Значения

Золотое Алхимическое число 1. «Карьерист».

В любом деле человек-«единица» готов проявить индивидуальность. Способность самостоятельно принимать решения помогает ему привлекать к своей деятельности других людей. Если он чем-либо заинтересовался, то постарается использовать все свои возможности для достижения высоких результатов. При этом главными минусами «единицы» является напыщенность, бестактность и нетерпимость к недостаткам других.

Подходящие профессии: руководители разного уровня, менеджер, экономист, писатель, редактор, комментатор, литературный критик, политик, актер, режиссер, сценарист, дизайнер, художник, декоратор, научный работник, архитектор, изобретатель, невролог, хирург, врач-диагност, биржевой брокер, офицер, летчик, посол, преподаватель, священник.

Реализовать себя «единица» сможет, открыв свое дело, работая в крупной организации, вузе, НИИ, музее, церкви, художественной галерее или у себя дома (если избранная профессия связана с творчеством).

Золотое Алхимическое число 2.

«Интуитивный трудоголик».

«Двойка» относится к работе ответственно, поэтому посвящает ей всего себя. Медлительность позволяет ему вникать в детали. Многие действия человека-«двойки» основаны на интуиции. Это очень надежный работник, поэтому ему спокойно можно доверить серьезную работу. Коммуни-



кабельность, свойственная таким людям, помогает им работать в больших коллективах. Но также она делает его робким и зависимым от мнения других. Это, скорее, ведомый, нуждающийся в постоянном общении и руководстве со стороны.

Подходящие профессии: служитель закона (судья, юрист, следователь), работник издательства (писатель, корреспондент, репортер, журналист, корректор, редактор, верстальщик, книготорговец), сферы искусства (скульптор, художник, хранитель музея, певец, музыкант, танцовщик), сферы науки и образования (школьный учитель, преподаватель вуза, исследователь, психолог), сферы финансов (банковский клерк, статист, экономист), медицинской отрасли (нейрохирург, а также врачи других направлений, целитель), производственной отрасли (инженер, конструктор, проектировщик, рабочий), а также секретарь-референт, стенографист, политик, дипломат, оратор, посол, проповедник, менеджер, риелтор, повар, официант.

Реализовать себя «двойка» сможет в образовательном учреждении (школе, училище, вузе), больнице, лаборатории, издательстве, церкви, НИИ, госучреждении, посольстве, турфирме, шоу-бизнесе, на промышленном предприятии и в мастерской (если рассматривать сферу искусства).

Золотое Алхимическое число 3.

«Способный к самовыражению энтузиаст».

Энергичность и развитые умственные способности помогают «тройкам» создавать нечто новое (имеются в виду различные идеи). Такие люди предпочитают интеллектуальную работу, и готовы выложиться полностью, если она им интересна. В ином случае они могут просто-напросто забросить занятие. «Тройки» стараются избегать монотонности, потому что усидчивость не является их отличительным качеством. Им не терпится скорее увидеть результат



своей деятельности (в том числе и в плане вознаграждения), поэтому, как правило, они работают напряженно и по возможности быстро.

Подходящие профессии: потребность в общении можно удовлетворить, выбрав работу адвоката, судьи, метрдотеля, предпринимателя, администратора ресторана, священника, учителя, политика, парикмахера, косметолога, архитектора, дизайнера, декоратора, художника, фотографа, артиста, драматурга, продюсера, режиссера, писателя, продавца, врача, садовника, няни, модельера, организатора развлекательных мероприятий.

Реализовать себя «тройка» сможет в театре, ресторане, магазине, санатории, салоне красоты, детских образовательных учреждениях, издательской деятельности, на бирже и даже в собственном доме.

Золотое Алхимическое число 4.

«Дисциплинированный реалист».

Серьезный подход к делу — вот главная характеристика такого человека. Он готов брать на себя ответственность, поэтому отличается надежностью.

Благодаря своей организованности «четверки» трудятся упорно, планомерно и способны участвовать в длительных проектах. Как правило, они не любят «скакать» с одного места на другое, но если их не устраивает сумма и порядок оплаты, то предпочитают найти более привлекательную работу, так как очень высоко ценят свое благополучие. Качества, мешающие «четверкам», — это бескомпромиссность, критичность и «командирский тон» в общении с окружающими.

Подходящие профессии: археолог, биолог, геолог, садовод, аграрий, изобретатель, ученый, организатор, строитель (все специальности от каменщика до архитектора), инструктор, военный, охранник, контролер, маг, астролог, целитель, врач, бухгалтер, экономист, банкир, преподаватель экономических дисциплин, электрик, дизайнер.



Реализовать себя «четверка» сможет, работая на открытом воздухе, в отделе кадров или рекрутинговом агентстве, астрологическом или магическом центре, магазине, министерствах и офисах.

Золотое Алхимическое число 5.

«Коммуникабельный любитель перемен»

Особые коммуникативные способности позволяют человеку-«пятерке» преподнести себя «во всей красе». Неисчерпаемая активность требует для него работу подвижную, разнообразную и интересную. Для достижения хороших результатов «пятеркам» необходимо вдохновение, поэтому они предпочитают гибкий график работы. Если муза их не посещает, то они могут не выполнить или задержать свою работу, подвести других. Такие люди стремятся ко всему новому: знакомствам, вещам, сферам, поэтому нередко меняют свой профессиональный профиль несколько раз в жизни. Они любят работать в коллективе, потому что нуждаются в постоянном признании. Увы, они могут пострадать от собственной мании величия и честолюбия.

Подходящие профессии: все, связанные с движением и постоянными переменами, — актер, редактор, репортер, писатель, художник, фотограф, литературный или театральный критик, режиссер, обозреватель, литературный агент, комментатор, музыкант, танцовщик, учитель, исследователь, психолог, философ, изобретатель, спортсмен, пластический хирург, археолог, адвокат, судья, продавец, шпион, детектив, политик, водитель, курьер, модельер, менеджер туристического агентства, работник воздушных, водных и наземных путей сообщения (аэропорты, морские порты, железная дорога), советник, коммивояжер, религиозный лидер, служащий социальных организаций.

Реализовать себя «пятерки» смогут, работая в сфере транспортных перевозок, парках, литературных агентствах, журналах, газетах, цирке.



Золотое Алхимическое число 6.

«Ответственный человек, готовый заботиться о ком-то»

Дисциплинированность и интеллектуальность таких людей позволяет им доводить все начатые дела до конца, они достаточно надежны. «Шестеркам» присущи дипломатические качества, поэтому они часто выступают в роли примирителя противоборствующих сторон. Это миролюбивые и искуснейшие посредники, ставящие общественные интересы выше личных. Окружающие люди иной раз пользуются этим. Большие коллективы привлекают «шестерок», ведь посредством общения они проявляют многие свои качества. Но в то же время им мешает собственная пассивность, стремление избегать риска и повышенная чувствительность (выбить такого человека из колеи может даже незначительная неудача). Лучший вариант для «шестерки» — это наличие хобби, дела, позволяющего отвлечься от работы и получить истинное удовольствие от того, что нравится.

Подходящие профессии: психолог, психиатр, учитель, воспитатель, философ, священник, врач, целитель, сиделка, адвокат, судья, работник кадровой службы, благотворительной организации, историк, бактериолог, зоолог, геолог, физик, иллюстратор, декоратор, редактор, составитель детской или научной литературы, актер, исполнитель музыки и песен, танцовщик, поэт, драматург, костюмер, модельер, стилист, косметолог, фермер, садовник, шахтер.

Реализовать себя «шестерки» смогут в вузах, школах, детских садах и центрах, больнице, ресторане, театре, санатории и т.д.

Золотое Алхимическое число 7.

«Вечный студент — собиратель знаний»

Это аналитик, уверенный в себе и своих силах. На протяжении всей жизни такой человек стремится познать что-



то новое. Но делает это не порывисто, а основательно, анализируя поступающую информацию. Это человек, способный убедить в своей правоте, но делает он это настолько мягко, что окружающие практически не замечают, как начинают мыслить так же. Он может делиться своей энергией с другими, но также бывает резким и раздражительным. Интуиция помогает выбирать именно те сферы, где можно заработать реальные деньги, потому что собственное обогащение всегда стоит на переднем плане. В жизни «семерке» мешает скрытность и ранимость. Тем не менее несомненными достоинствами является умение сосредоточиваться и тщательно все взвешивать.

Подходящие профессии: музыкант, писатель, ученый-исследователь, психолог, парапсихолог, психиатр, изобретатель, преподаватель, лаборант, химик, астроном, историк, священнослужитель, теолог, хирург, модель, критик, биржевой брокер, детектив, шпион, антиквар, ювелир, нумизмат, дизайнер, адвокат, судья, фотограф, ткач, бухгалтер-экономист, банкир, законописец, посредник, криминалист, министр, страховой агент, резчик, музыкант, техник, инженер, консультант, нейрофизиолог.

Реализовать себя «семерки» могут в кафе, ресторанах, вузах, религии, лаборатории, полиции и правовых организациях, а также в своем доме (если речь идет о коллекционировании).

Золотое Алхимическое число 8.

«Надежный интеллект»

Стремление классифицировать, систематизировать, упорядочивать является главным для «восьмерки». Поэтому такому человеку подходит участие в масштабных проектах. Если он ставит перед собой цель, то идет к ней медленно, но верно. Рассуждает, как правило, логически и поэтому в своих промахах никогда никого не винит, полагаясь полностью на свои силы. Талант руководителя помогает ему управлять большими коллективами, но для этого нуж-



но научиться совмещать собственные интересы с общественными. Увы, «восьмерку» его может бросать в крайности — либо сорит деньгами, либо жаден до невозможности. Также ему нужно следить за тем, чтобы не переступить рамки дозволенного и не злоупотреблять своей властью.

Подходящие профессии: антиквар, философ, ветеринар, филантроп, политик, исследователь, изобретатель, банкир, биржевой брокер, писатель, редактор, издатель, военный, спортсмен, библиотекарь, госслужащий, организатор мероприятий, инструктор, врач, руководитель, лекционер, экономист, критик, тренер, архитектор, сиделка, контролер, независимый эксперт, советник, режиссер, следователь, химик, менеджер, механик, страховой агент, альпинист, искусствовед, корреспондент, финансист, парапсихолог, драматург.

Реализовать себя «восьмерки» смогут в издательском деле, правительстве, инвестиционных компаниях, музеях, на бирже, заводе или большом предприятии.

Золотое Алхимическое число 9.

«Генератор креативных идей»

У такого человека развито воображение, чувство гармонии и красоты. Интересуется многим, поэтому может свободно говорить как о политике, так и о приусадебных работах. Способен понять, насколько предстоящее дело перспективно, благодаря богатой интуиции. Выносливость позволяет ему трудиться долго и упорно, но при этом нужно подавлять в себе невнимательность, ведущую к ошибкам. Он предпочитает гибкий график работы, потому что трудится чаще всего по настроению. При необходимости может помочь другим решить проблемы и найти выход из сложных ситуаций. Но если бы у «девятки» была лучше развита организованность, решительность и основательность, результаты были бы лучше.

Подходящие профессии: PR-менеджер, покровитель нуждающихся (работник благотворительной организа-



ции), учитель, психиатр, парапсихолог, проповедник, философ, медсестра (-брат), врач, адвокат, комментатор, редактор, писатель, актер, публицист, композитор, лектор, историк, парикмахер, дизайнер, геолог, археолог, оратор, модельер, политик, реформатор, советник, администратор, хирург, научный работник, косметолог, детектив, художник.

Реализовать себя «девятки» смогут в издательском деле, вузе, благотворительных или общественных организациях, театре, больнице, клубе по интересам.

Какие же числа отвечают за успех в карьере? Внимательно просмотрите, какие цифры в расчетах у вас преобладали (при вычислении чисел имени, отчества, фамилии и даты рождения). Как правило, в нумерологии выделяют числа, отвечающие именно за карьеру человека: это 1, 3, 7, 9, 10 и 12.

Цифра 1 отвечает за активность человека, а также свидетельствует о наличии у него твердого характера.

Цифра 3 отражает способность реализоваться в будущем.

Цифра 7 наделяет человека таким качеством, как понимание себя, своих интересов и склонностей, также она позволяет построить удачную карьеру.

Цифра 9 дает человеку возможность не только получать знания, но и с умом применять их на практике.

Цифры 10 и 12 свидетельствуют о наличии у человека способностей к деятельности руководителя или организатора.

Считается, что наличие первых четырех цифр говорит о том, то человек с легкостью сможет выбрать профессию и достигнуть успеха в интересующей его отрасли.

Если цифры 3 и 7 отсутствуют, то в будущей профессиональной жизни возможны неудачи, потому что человек живет своими идеалами, и это приводит к недовольству происходящим вокруг. Ему не хватает активности и под-



вижности, но при желании он может измениться, тщательно проанализировав себя и свою жизнь и начав работать над ошибками прошлого.

Если вас заинтересовали данные, которые были получены в результате вычислений, найдите дополнительную информацию по нумерологии и рассмотрите свою личность более подробно (так вы узнаете, какие еще качества нужно развивать в себе, а какие, напротив, подавлять). Если собрать все воедино, сравнить и тщательно проанализировать, то вы сможете сделать правильный выбор и еще один шаг на пути своего становления.

Заключение

Вот и подошла к концу эта книга. Надеюсь, что прочитанный материал был для вас полезен и поучителен.

Найти себя порой оказывается очень непросто. Увы, не каждый из нас сразу может определить, что та или иная профессия — это истинное призвание, дело, в котором человек сможет реализовать себя и достичь значимых результатов.

Почему-то многие из тех, кто затрудняется в выборе профессии, считают себя неудачниками, неспособными определить свое предназначение. С этой позицией можно поспорить: эти люди просто стараются подходить к нахождению своей роли обстоятельно, поэтому им требуется немного больше времени, чем остальным.

В такие моменты любая помощь и, самое главное, моральная поддержка очень важны для юного человека. Каждый взрослый это понимает и старается по возможности направить свои силы на то, чтобы оказать содействие в решении столь важного жизненного вопроса.

Как уже говорилось выше, вы находитесь в прекрасном, уникальном и интересном возрасте! у вас есть возможность строить грандиозные планы и прилагать усилия для их реализации. Возможно, став старше, вы неоднократно будете пересматривать свою жизнь, но знайте, что к тому моменту вы уже будете обладать определенным опытом и серьезностью, поэтому сможете принимать решения быстрее и выбирать что-либо для себя более осознанно.

Я не буду утверждать, что каждый из вас гарантированно добьется успеха в своей профессиональной жизни. В конце концов, все вы индивидуальны и по-разному пред-



ставляете «шкалу благополучия»: кому-то и работа простым секретарем кажется весьма привлекательной.

Безусловно, среди вас есть карьеристы — люди, для которых их работа всегда будет стоять на первом месте. Если вы причисляете себя именно к такому типу, то помните, что вне зависимости от вашего стремления бороться за «место под солнцем» необходимо придерживаться элементарных правил морали и нравственности. «Идти по головам» иногда, возможно, удобно, но ведь при этом вы можете навредить кому-то. Или такой же карьерист в будущем попытается вам отомстить.

Если же карьера не является для вас главной ценностью, то, освоив профессию, просто получайте удовольствие от процесса работы. Не воспринимайте ее как неинтересное и неизбежное занятие — ведь это еще один шаг на пути вашего личностного развития.

В общем, учитесь, развивайтесь, совершенствуйте себя — вот увидите, вы обязательно достигнете значимых для себя результатов! Просто для этого сейчас вам нужно приложить усилия.

Список литературы

1. *Абрамова Г.С.* Возрастная психология. Учебное пособие для студентов вузов. — М.: Издательский центр «Академия», 2000.

2. *Альгин А.П.* Нумерология помогает познать себя (Нумерологический гороскоп, или Как по дате рождения определить характер и судьбу). — СПб.: Радар, 1993.

3. Большая энциклопедия психологических тестов / под ред. А.А. Карелина. — М., 2003.

4. *Вачков И.В., Битянова М.Р.* Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников. — СПб., 2009.

5. *Вронский С.* Нумерология, или наука о числах // Наука и религия, 1990, № 7–9.

6. Детская психодиагностика и профориентация / ред.-сост. Л.Д. Столяренко. — Ростов н/Д.: Феникс, 1999.

7. *Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А.* Психологический словарь-справочник. — Минск: Харвест, 2004.

8. *Зеер Э.Ф.* Психология профессий: Учебное пособие для студентов вузов. — М.: Академический проект; Фонд «Мир», 2003.

9. *Зюрняева Т.Н.* Защитная сила слова. — СПб.: Тимошка, 2002.

10. *Климов Е.А.* Введение в психологию труда: Учебник для вузов. — М.: Юнити, Культура и спорт, 1998.

11. *Климов Е.А.* Психология профессионального самоопределения: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2004.

12. *Кон И.С.* Психология юношеского возраста (проблемы формирования личности). Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов. — М.: Просвещение, 1970.



13. *Кондаков И.М.* Психология. Иллюстрированный словарь. — Минск: Харвест, 2007.

14. *Кулагина И.Ю.* Возрастная психология. — М.: УРАО, 1998.

15. *Леонтьев Д.А.* Выбери себя // Психология, 2008, № 25.

16. *Малкина-Пых И.Г.* Возрастные кризисы: Справочник практического психолога. — М.: Эксмо, 2004.

17. *Немов Р.С.* Психология. Учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений. В 3 кн. Кн. 2. Психология образования. — 2-е изд. — М.: Владос, 1995.

18. Практическая психология в тестах, или Как научиться понимать себя и других. — М.: АСТ-Пресс, 2006.

19. *Пряжников Н.С.* Профорientация в школе: игры, упражнения, опросники (8–11 классы). — М.: Вако, 2005.

20. *Пряжникова Е.Ю., Пряжников Н.С.* Профорientация: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — 3-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2007.

21. *Рогов Е.И.* Выбор профессии: Становление профессионала. — М.: Владос-Пресс, 2003.

22. *Русалов В.М.* Теоретические проблемы построения специальной теории индивидуальности человека // Психологический журнал, 1986, т. 7, № 4.

23. *Ханц Декоц, Том Монте.* Нумерология, или Магическая сила чисел. — М.: Крон-Пресс, 1998.

Интернет-источники:

1. Материалы сайта «Секреты и советы» <http://www.secreti.info/24-14dd.html>.

2. Материалы сайта «А. Я. Психология» <http://azps.ru>.

3. Материалы сайта «Нумерология» <http://numerology.yaxu.ru/avsd.html>.

4. Материалы сайта Psyberia.ru (авторский проект психолога Вита Ценева <http://psyberia.ru>).