



**Лайфхак №1** Спросите совета у окружающих

**Лайфхак №2** Изучите как можно больше вариантов

**Лайфхак №3** Определите, как лучше применить ваши навыки

**Лайфхак №4** Рисунок/цвет/тем, как предпочитаете работать

**Лайфхак №5** Подумайте о себе

**Лайфхак №6** Выберите профессию

## СПОСОБНОСТИ

- Интерес - способность о профессионального
- Любимое дело - в профессионального
- Своеобразие способностей - в профессионального
- Достижения в разнообразных видах деятельности
- Что у тебя получается лучше всего?
- Какие из своих умений ты считаешь самыми главными?
- По каким признакам можно объединить профессии между собой?
- На какие группы можно разделить профессии по предмету труда? Какие профессии относятся к типу «Человек-человек»?



## ПОТРЕБНОСТИ РЫНКА ТРУДА

- Динамика рынка труда
- Текущая ситуация на рынке
- Структурные изменения в профессиональной сфере
- Какая профессия, по твоему мнению, наиболее востребована на данный момент?
- Какие специальности, на твой взгляд, «уходят в прошлое» и становятся «не нужны»?
- Какие профессии будут востребованы через 10 лет?
- Какие новые профессии появятся к этому времени?
- Какие ресурсы ты можешь использовать для этой информации?

## 6 ФАКТОРОВ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ

- Ответственность родителей
- Участие семьи в профессиональном выборе ребенка
- Профессиональные династии
- Важный, но не единственный фактор выбора
- Хотелось бы тебе пойти по стопам отца, матери, бабушки в выборе профессии?
- Обсуждают ли родители твой выбор профессии?
- Что они думают о твоём выборе? Какую из профессий ты бы выбрал: которая не престижна, по мнению твоего друга, но тебе по душе или престижную, по мнению твоего друга, но малопоприятную для тебя?

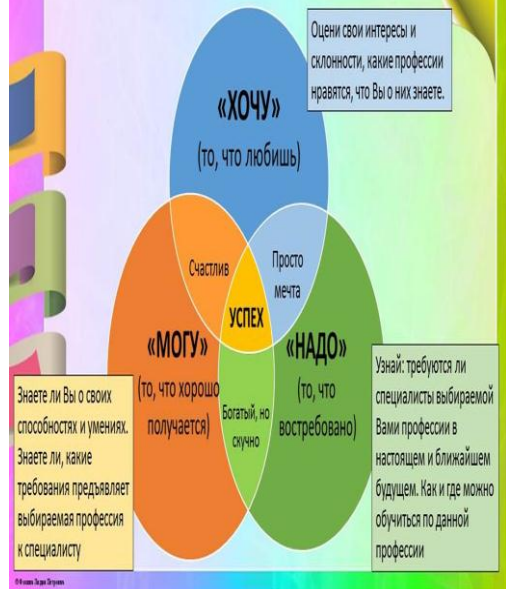
## СЕМЬИ

- Приоритет общения в подростковом возрасте
- Справедливое мнение друзей на выбор профессии
- Профессиональный выбор - это свободный и личный выбор
- Найти привлекательное - попробовать
- На данный момент?
- Какое специализированное направление профессиональной деятельности?
- Какую профессию, по твоему мнению, наиболее востребована на данный момент?
- Какие специальности, на твой взгляд, «уходят в прошлое» и становятся «не нужны»?
- Какие профессии будут востребованы через 10 лет?
- Какие новые профессии появятся к этому времени?
- Какие ресурсы ты можешь использовать для этой информации?

## Глоссарий понятий:

- Профессиональное самоопределение - это процесс выбора и приобретения профессии человеком.
- Профессиональное становление - это продуктивный процесс развития и саморазвития личности, освоения и самопроектирования профессионально ориентированных видов деятельности.
- Колесо баланса - наглядный инструмент, который позволяет оценить ситуацию и принять решение в какой сфере наиболее актуальны изменения.

## Формула выбора профессии



## Интернет-ресурсы по профориентации

- Навигатум**  
Федеральный образовательный проект. Игровые инструменты профессионального и личного самоопределения.
- Смартия**  
Данный ресурс позволяет тренировать ключевые умения, собирать для себя содержательные коллекции учебных материалов.
- Профилум**  
Сервис профессиональной навигации, помогает сориентироваться в мире новых профессий, предлагает круг профессий на основе компетенций.
- Профориентатор**  
Центр тестирования и развития. Тесты, методики, консультации.
- Электронный музей профессий ПрофВыбор.ру**  
На сайте содержится каталог профессий, тематические статьи о профессиях, профориентационные тесты.
- Учеба.ру**  
Профессии крупнейший каталог учебных заведений, помогающий не только определиться с выбором вуза, но и с будущей профессией.

**Выбор. Профессия. Баланс**

НРАВИТСЯ

ПОЛУЧАЕТСЯ

ПЛАКАЕТ

SWOT-анализ

Strength Сильные стороны

Weakness Слабые стороны

Opportunities Возможности

Threats Угрозы

«Я хочу это сделать!»  
«Я могу это сделать!»  
«Я люблю это!»  
«Я не хочу этого делать!»  
«Я не буду этого делать никогда!»