Сайты, где можно узнать о профессиях, изучить профессиограммы и пройти профориентационные тесты.

- Учеба.ру. Профессии http://www.ucheba.ru/prof
- Моё образование http://www.moeobrazovanie.ru/
- Центр тестирования и развития «Гуманитарные технологии» http://www.proforientator.ru/ctr
- ПрофГид –Центр профориентации Эльмиры Давыдовой http://www.profguide.ru/professions
- Атлас новых профессий http://atlas100.ru
- «В помощь школьнику.ру» http://www.shkolniky.ru
- Что такое профессиограмма? http://profigrama.ru
- Профессиограммы http://profigrama.ru/profession/all
- Профессии, профессиограммы и профориентация http://effecton.biz/index.html
- Электронный музей профессий ПрофВыбор.ру. Здесь есть каталог видеопрезентаций профессий http://www.profvibor.ru

Рекомендации психолога старшеклассникам

Выбор профессии:

• Выбор профессии — не минутное дело, оно может оказаться самым трудным выбором в твоей жизни.
• Постарайся не поддаваться на уговоры родителей стать непременно юристом или врачом. Ты можешь стать самым несчастливым юристом на свете.
• Подумай, чем бы хотелось заниматься именно тебе. Обязательно размышляй над тем, как осуществить свою мечту. Не останавливайся на мысли: "Я буду бизнесменом, у меня будет сотовый телефон и мерседес!".
• Не старайся поступать туда, куда хотят поступить твои друзья. Поверь, ты найдешь себе новых друзей, тем более что вы будете заниматься тем, что вам интересно.
• Разузнай больше о той профессии, какую хочется тебе выбрать. Если это возможно, побывай в том месте, где, как ты предполагаешь, тебе придется работать впоследствии,

поговори с людьми, которые уже занимаются этим делом.
• Отдавай себе отчет, что решение не может быть абсолютным и что в любое время в твоей жизни могут произойти перемены.
• Попробуй протестироваться у психолога школы. Тесты могут помочь выбрать правильное направление.
• Постарайся не заблуждаться по поводу своих возможностей. Лучше осознавать свои реальные силы, чем падать с высоты, которую наметил, но не осилил.
• Не поддавайся чувству страха — это нормальное состояние, которое испытывают все люди перед выбором.
• Иногда полезно начинать свою карьеру с практики, а не с теории. Например, многие удачливые врачи начинали работать медсестрами или медбратьями.
• Постарайся обратить особое внимание на те предметы, которые необходимы для поступления в выбранное учебное заведение.
• Не откладывай на завтра то, что можно узнать сегодня. Пытайся узнать все: как поступают, как учатся, как устраиваются работать после окончания обучения. Это поможет сложиться представлению о том, что делать дальше.
• Старайся участвовать во внеклассных мероприятиях — это поможет тебе научиться общению и правильному поведению в коллективе.

Уважаемые учащиеся 8-11-х классов, вы вступили в период жизни, когда необходимо принять решение по выбору своей будущей профессии.

ВЫБОР ПРОФЕССИИ - один из самых важных и решающих шагов в жизни каждого человека, от которого будет зависеть его дальнейшая деятельность.

Как не стать заложником необдуманного, опрометчивого профессионального выбора? Молодому человеку ответы на эти вопросы важно получить еще за школьной партой. Кто-то найдет их самостоятельно, кто-то обратится к близким людям. Но наиболее правильно поступит тот, кто учтет при этом рекомендации специалистов по профориентации и обучению. Сегодня нужно учитывать не только личностные склонности и желания, но и особенности рынка труда, потребность общества в специалистах.

Чтобы правильно выбрать профессию, не ошибиться в правильности выбора, необходимо прежде всего знать самого себя.

Знаешь ли ты себя?

Перед тем как ты начнешь целенаправленно себя изучать, проверь, что ты знаешь о себе. Если самому тебе это сделать сложно, посоветуйся со школьным психологом, почитай психологическую литературу, которая имеется во всех библиотеках. А главное, начни думать о себе, прислушайся к своим чувствам и желаниям и попытайся осознать их. Попробуй хоть иногда посмотреть на себя как бы со стороны, — каким тебя могут увидеть люди, соответствует ли это тому, каким ты сам считаешь себя.

Нарисуй схему, в центре, куда сходятся все стрелки-вопросы, поставь свое «Я». Внутреннее «Я» — самая глубокая, самая тонкая и труднодоступная для понимания сущность человека. «Я» — это целый мир, принадлежащий именно тебе или только

тебе. Ты по-своему ощущаешь и воспринимаешь окружающий мир, у тебя свои особенности памяти, мышления, внимания; у тебя своеобразное воображение, способности, интересы, потребности, симпатии, привязанности, особенности настроения; тебе присуща большая или меньшая сила эмоциональных переживаний. У тебя сильная или слабая воля, «легкий» или «трудный» характер, своя мера доброты, обаяния, чистосердечия, бескорыстия, благородства; свой жизненный опыт, свои наблюдения, свои разочарования, обиды, печали и радости, привычки, наконец, своя судьба.