

Федеральная целевая программа
«КОМПЛЕКСНЫЕ МЕРЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЮ НАРКОТИКАМИ
И ИХ НЕЗАКОННОМУ ОБОРОТУ НА 2002-2004 ГОДЫ»

А. Г. Грецов
Е. Г. Попова

Выбери профессию сам



Санкт-Петербург
2004

УДК 159. 922. 8

Грецов А. Г., Попова Е. Г. **Выбери профессию сам** / Информационно-методические материалы для подростков. – СПб., СПбГАФК имени П. Ф. Лесгафта, 2004., - 44 с.

Редактор – С. В. Кораблев

Художник – Т. А. Бедарева

Выбор профессии – один из важнейших шагов в жизни человека, от которого, во многом, зависит вся его дальнейшая судьба. В первой части книги речь идет о том, как сориентироваться в многообразии профессий, сопоставить требования к ним со своими желаниями и способностями, и как избежать типичных ошибок на этом пути. Во второй части более подробно рассматриваются профессии, связанные со спортом.

Книга предназначена для молодых людей, выбирающих, кем быть.

Грецов Андрей Геннадьевич
Попова Екатерина Григорьевна

ВЫБЕРИ ПРОФЕССИЮ САМ

Информационно-методические материалы для подростков.

Подписано в печать 23.06.2004 г.

Печать офсетная. Формат 60x90^{1/16}

Усл. печ. л. 2,75. Усл. изд. л. 2,30. Заказ № _____ Тираж 1000 экз.

Отпечатано в типографии «Галей принт», Санкт-Петербург

ЛР □ 065527 от 27 ноября 1997 г.

© А. Г. Грецов, Е. Г. Попова, 2004

© Т. А. Бедарева – иллюстрации, 2004

© Федеральный экспериментальный физкультурно-спортивный центр по разработке и апробации технологий профилактики наркомании среди молодежи на базе СПбГАФК имени П. Ф. Лесгафта, 2004

Наступает время выбора

В жизни человека не так уж много ситуаций, когда ему приходится совершать глобальный выбор, влияющий на всю его дальнейшую судьбу. По большому счету, таких ситуаций всего две:

- Выбор того человека, с которым в дальнейшем предстоит совместно существовать: мужа или жены.
- Выбор дела, которому предстоит посвятить жизнь и которым зарабатывать деньги на свое существование: профессии.

С первым из этих выборов можно особенно не спешить – время, как говорится, терпит. Более того, время явно на стороне тех, кто с этим выбором не торопится – известно, что из браков, заключенных в раннем возрасте, больше 90% впоследствии распадаются. Те люди, которые стремятся как можно раньше создать собственную семью, редко бывают удовлетворены тем, что в результате получается.

А вот со вторым из главных жизненных выборов тебе, так или иначе, придется столкнуться еще в школе или сразу после ее окончания. Ведь тебе нужно будет или идти куда-то продолжать свое обучение, или искать работу. Скажем сразу, первый вариант предпочтительнее: не имея никакого другого образования, кроме 9 или 11 классов школы, ты сможешь претендовать лишь на очень небольшое число работ, которые, к тому же, не престижные, не очень интересные и весьма посредственно оплачиваются. Такая карьера привлекает мало кого. А значит – в школе твоё обучение не закончится, нужно будет определиться, куда идти учиться дальше, какую профессию получать.

Знаешь, в чем главная сложность этого выбора? В том, что его обычно приходится делать «вслепую», не зная по собственному опыту, что собой представляет та профессия, которую решаешь приобрести. Сначала выбираешь, на кого будешь учиться, тратишь на это обучение несколько лет жизни, и толь-



главная сложность

ко потом пробуешь себя в работе и выясняешь, насколько она тебе нравится и хорошо ли она у тебя выходит. Как гласит известная поговорка, это выбор «кота в мешке».

А как же быть?

- Во-первых** Во-первых, как можно больше узнать о мире профессий, об их разнообразии. Чтобы выбрать – сначала нужно определиться, что есть на выбор. Когда спрашиваешь подростков, сколько профессий они знают – обычно перечисляют десяток-другой, и все. А ведь на самом деле их несколько тысяч! Как же выбирать, если не знаешь, из чего?
- Во-вторых** Во-вторых, ориентироваться не на внешнее впечатление от профессии, а на содержание труда в ней – т. е. на то, чем, собственно, предстоит заниматься в рабочее время. Обоснованно предположить, понравится ли тебе какая-нибудь профессия, можно только тогда, когда ты будешь хорошо представлять себе типичный рабочий день ее представителей. Сколько часов рабочего времени на что они тратят? Ведь важно не то, как называется работа, а то, чем конкретно предстоит заниматься.
- В-третьих** В-третьих, определиться со своими интересами и способностями. Жалкое зрелище представляет тот человек, которому собственная работа не интересна, который занимается ей «из-под палки», только чтобы заработать на кусок хлеба. Не лучше выглядит и тот, кто находится «не на своем месте», чьи способности не позволяют выполнять ту работу, за которую он взялся.
- В-четвертых** В-четвертых, учесть и то, насколько нужна твоя предполагаемая работа обществу. Даст ли она возможность достойно зарабатывать, кто и сколько будет за нее платить, от чего это зависит? От самой профессии, твоего места работы и должности, уровня профессионализма, отношений с начальством и еще много от чего, включая и общую экономическую ситуацию в стране. В принципе, возможности для неплохих заработков есть почти во всех профессиях, просто в одних воспользоваться этими возможностями относительно легко, а в других – куда сложнее. Но если будешь лентяем и бездельником, то ничего не заработаешь, даже получив самую престижную и высокооплачиваемую профессию.
- В-пятых** В-пятых, перейти от размышлений и намерений к конкретным действиям. Очень часто сложности у молодых людей возникают именно с этим: планируют они себе что-нибудь, однако это воспринимается как нечто очень далекое, отстра-

ненное, никак не связанное с тем, что происходит в их жизни в данный момент. Но чтобы мечты воплотились – нужно не только мечтать, а действовать!

Обо всем этом и пойдет речь в нашей книге. Сначала мы поговорим о том, какие вообще бывают профессии и как совершается их выбор, а потом более подробно поговорим про профессии, связанные со спортом, и про возможности для построения карьеры в этой сфере.

Какой выбор профессии следует считать успешным? Тот, при котором совпадут «Три В»: Влечение, Возможность, Востребованность.

□ **Влечение** – твое желание заниматься определенной работой, интерес к ней, увлеченность.

□ **Возможность** – наличие у тебя способностей именно к такой работе, отсутствие медицинских или психологических противопоказаний.

□ **Востребованность** – потребность общества в такой работе. Проявляется через спрос таких специалистов на рынке труда и готовность работодателей платить им достойные деньги.

Когда все это совпадает, человек доволен тем делом, которым он занимается, своим местом работы, должностью, достижениями, имеет перспективы для профессионального роста, зарабатывает на достойную жизнь. И окружающие тоже довольны таким человеком и его делами, он пользуется заслуженным уважением.

Среди наших знакомых есть несколько совсем еще молодых людей, которые сделали, на наш взгляд, очень удачный выбор профессии. Например, Даша – парикмахер. Пять лет назад она была практиканткой в салоне красоты. Старательная способная девушка училась парикмахерским премудростям с жадностью. Она блестяще освоила специальность, приобрела постоянных клиентов и теперь работает в высокооплачиваемом салоне, в прекрасных условиях. При этом все время продолжает осваивать какие-то новые технологии, от работы получает удовольствие. И клиенты получают удовольствие, когда ходят к ней стричься. Когда она перешла работать в другой, более престижный салон, располо-

Что такое успешный выбор профессии?



женный в другом районе, многие ее прежние клиенты оказались готовы тратить время на то, чтобы ездить к ней через весь город.

А вот, например, Евгений. То, что его жизнь будет связана с железной дорогой, понял очень рано, еще в 5 классе, когда пошел в кружок юных железнодорожников (сам пошел, никто его туда не «толкал»). Потом железнодорожный институт, аспирантура, блестящее знание компьютера. Предложений по работе очень много. Он может выбирать и выбирает то, что дает больше шансов для профессионального (и материального!) роста. Работает много и с интересом, хорошо зарабатывает. Женился, растит дочь, помогает маме-пенсионерке.

Трудолюбивые и надежные везде требуются.

Андрею, рабочему, специализирующемуся на ремонте квартир, – 23 года. Он выглядит настолько молодо, что сначала было трудно поверить, что это он – бригадир, отвечающий за проведение ремонта большой квартиры у наших соседей. Опыт ремонтных работ 6 лет. Три года работал подсобником у отличного мастера, потом тот доверил ему работать самостоятельно. Андрей – хороший маляр-штукатур, но при этом прекрасно может общаться и привлечь к работе нужных специалистов. Очень ответственный, трудолюбивый, честный. Скорее всего, клиентурой будет обеспечен всерьез и надолго. Ну, а будет ли всю жизнь работать в таком качестве, или решит получить высшее образование и станет, например, архитектором или прорабом на крупной стройке – время покажет. Трудолюбивые и надежные везде требуются.

Николаю сейчас 29 лет. В детстве он увлеченно занимался гимнастикой, а потом еще и борьбой, получил звание мастера спорта. Имеет два высших образования – физкультурное и экономическое, защитил кандидатскую диссертацию. Сейчас работает в престижном фитнес-центре тренером-инструктором. Вполне достойно зарабатывает и имеет карьерные перспективы, обоснованно планирует со временем стать директором фитнес-центра.

Невостребованный труд лишен смысла.

Обрати внимание, что во всех этих примерах интерес людей к определенной деятельности и желание заниматься ей совпадает с потребностями окружающих в результатах их работы. Если такого совпадения нет – труд остается невостребованным и, как следствие, в конечном итоге оказывается

бессмысленным. Вот пример из знаменитого романа Ильи Ильфа и Евгения Петрова «Двенадцать стульев». «Отец Федор начинал варить стирочное мыло; наваривал его пуды, но мыло, хотя и заключало в себе огромный процент жиров, не мылилось и вдобавок стоило втрое дороже ... Мыло долго потом мякло и разлагалось в сених, так что Катерина Ивановна, проходя мимо него, даже всплакивала. А еще потом мыло выбрасывали в выгребную яму». Хорошие работники не уподобляются отцу Федору с его «коммерческими начинаниями» и умеют соизмерять свои интересы и желания с потребностями окружающих. И гораздо чаще именно такие люди достигают вершин карьерного роста.



Карьера

Давай поговорим о том, что такое карьера, раз уж речь пошла о карьерном росте. Карьера – это путь человека в избранной им сфере деятельности. Ну, например, путь может быть таким: строительный рабочий – бригадир – прораб – главный инженер строительной фирмы – директор строительной компании. Или таким: лаборант – ассистент – доцент – профессор – академик. Или: портной – закройщик – бригадир – модельер – владелец Дома Мод. Или: хоккеист – игрок ведущих зарубежных клубов – тренер престижной команды – президент спортивной федерации. Карьерный рост предполагает продвижение по «службе», переход вверх по служебной лестнице. Всегда ли успешные люди проходят все возможные ступени? Совсем нет. Подавляющее большинство людей не достигают самых высоких ступеней, а остаются где-то на промежуточных, и их такая ситуация вполне устраивает, они хорошо и добросовестно делают свое дело.

Важно хорошо и добросовестно делать свое дело.

Знаешь, откуда происходит слово «карьер»? От французского слова «carrière», которое буквально означает «самый быстрый бег лошади». Кстати, отсюда происходит и пословица «с места в карьер»: сразу окунуться в самую гущу событий, очень активно и оперативно включиться в какое-либо дело. Вот только дело в том, что такой режим езды доступен лишь очень умелому всаднику и хорошо тренированному коню. Если так ехать попытается неумелый наездник, то получится конфуз (кстати, слово тоже французское, означает «неловкое положение»).

Гораздо чаще и надежнее успешная карьера строится постепенно, по мере накопления у человека знаний, опыта, зас-

Наберись терпения

луг, профессиональных связей. Стремление достичь максимального успеха в избранной профессии присуще не всем людям. Здесь все зависит от индивидуальных особенностей человека. Кто-то на всю жизнь остается простым лаборантом или обыкновенной портнихой, не испытывая при этом отрицательных эмоций в виде зависти к более успешным коллегам или обиды на судьбу. А кто-то обладает таким ненасытным стремлением к общественному признанию, известности и славе, что никакие достижения не приносят удовлетворения, потому что всегда находится кто-то, кто достиг большего.



Бывает и так, что человек сильно мечтает о «звездной» карьере, но не умеет ничего добиться даже при выполнении самых обыкновенных «земных» дел. «Хочу быть президентом, великой актрисой, рок-звездой, директором банка и т. д. и т. п. А учиться и трудиться не хочу. И делать ничего не хочу. Хочу, чтоб само и сразу, как в сказке «по щучьему велению»». Если это так, то продолжай хотеть. Хотеть не вредно. Но учти, что населения на земле больше 6 миллиардов, но из них 5 миллиардов 999 миллионов – вовсе не президенты и не эстрадные звезды. И при этом счастливых людей очень много. Ищи свое счастье. Оно в тебе самом, но ощущается счастье тогда, когда ты что-то делаешь. Ведь работа нужна не только как источник средств к существованию. Большинство людей, даже оказавшись в условиях, когда материальная нужда трудиться не заставляет, все равно не желает вести праздный образ жизни и ищет работу, ориентируясь на свои интересы и способности. Потому что без этого собственная жизнь кажется им скучной, пустой и бессмысленной.

Компас в мире профессий



Известно несколько тысяч профессий. Как же в них сориентироваться? Для этого нужно хорошо понимать, чем они отличаются друг от друга. Обсудим несколько таких «осей измерения», по которым можно классифицировать профессии и о которых имеет смысл подумать, чтобы совершить адекватный выбор.

Во-первых Во-первых, объект труда – то, на что направлена работа. Выделяют такие группы объектов труда и соответственно им классифицируют профессии:

□ Другие люди. Это все те профессии, которые связаны пре-

имущественно с общением между людьми, с влиянием людей друг на друга. Например, это учитель, врач, менеджер, психолог, социальный работник, продавец, тренер.

□ **Техника.** Профессии, связанные с созданием или эксплуатацией технических устройств, такие как водитель, специалист по обслуживанию компьютерных сетей, инженер-технолог. Сюда же относится большая часть так называемых «рабочих» специальностей: токарь, слесарь, сварщик, станочник, крановщик и т. п.

□ **Знаковые системы.** В этих профессиях преобладает работа с текстами, документами, различными базами данных, математическими выкладками и т. п. (все это психологи называют «знаковые системы»). Примеры таких профессий: переводчик письменного текста, программист, бухгалтер, корректор, делопроизводитель, эксперт-аналитик.

□ **Природа.** Такая работа направлена на природные объекты, как, скажем, у агронома, фермера, кинолога (профессионального собаководы, дрессировщика собак), ветеринара.

□ **Художественные образы.** Например, это такие профессии, как художник, скульптор, писатель, режиссер, дизайнер, реставратор художественных произведений.

□ **Сам человек.** Это профессии, в которых основной труд сводится к самосовершенствованию, и деньги человек получает за демонстрацию того, что в итоге получается. Таких профессий немного, зато их представители часто находятся на виду у широкой публики. Например, это спортсмен, каскадер, актер кино и театра, фотомодель, цирковой артист.



Некоторые профессии невозможно отнести к одной из этих групп, они находятся на стыке нескольких. Взять, например, такую профессию, как кассир-операционист в банке. Он общается с клиентами, следит за состоянием их счетов и вносит изменения в базу данных при поступлении и снятии денег (т. е. взаимодействует со знаковой системой), активно использует в работе компьютер. Парикмахер взаимодействует с клиентами и создает модельные прически — художественные образы. Работа секретаря (офис-менеджера, помощника директора) включает взаимодействие с посетителями организации и ответы на телефонные звонки, оформление документации, и выполняется с использованием компьютера. А еще он, являясь «лицом фирмы», должен иметь презентабельную внешность и уметь представлять себя в выигрышном свете.

Есть такие профессии, которые требуют самых разнообразных знаний и умений.

Во-вторых

исполнительский либо творческий характер. Исполнительские работы подразумевают, что ты будешь действовать в более или менее предсказуемых ситуациях, по четко заданным правилам, инструкциям. Типичные примеры таких профессий: кассир, бухгалтер, работник справочной службы. Когда человек занимается подобной работой, проявления творчества с его стороны могут быть нежелательны и даже опасны. Представь себе, к каким последствиям может привести ситуация, когда медсестра, вместо того чтобы четко выполнять назначения врача и строго придерживаться инструкций по приготовлению препаратов для внутривенных инъекций, погрузится в творческий поиск и начнет испытывать на больном новые способы приготовления лекарств.



Творческие же профессии подразумевают значительную свободу действий, работать приходится в ситуациях неопределенности. В них нет, да и не может быть четких инструкций, которые бы однозначно предопределяли способы выполнения работы. Допустим, тренер футбольной команды готовит игроков к чемпионату Европы. Никто не выдаст ему точных рецептов для отбора игроков, построения динамики тренировочных нагрузок, техники и тактики тренировок и прочих действий. Он будет «конструировать» процесс подготовки спортсменов, опираясь на все достижения мирового футбольного опыта, но исходя из конкретных условий. Это очень большая ответственность – творчество в управлении другими людьми.

Если творческий человек работает на такой должности, которая требует от него чисто стереотипных, шаблонных действий (например, кассир в магазине), то это может превратиться для него в настоящую пытку. Впрочем, если человек, который по натуре исполнитель, оказывается на творческой работе, это для него ненамного лучше. Необходимость действовать в ситуациях неопределенности, без четких инструкций, превращается для него в постоянный источник стресса.

Если хочешь, чтобы именно тебе досталась творческая работа – нужно уметь делать ее очень хорошо.

Хотелось бы, чтобы ты понимал: большинство видов работ, в которых нуждается общество, не творческие, а исполнительские. По признаку востребованности именно эти профессии находятся на первом месте. Так что если хочешь, чтобы именно тебе досталась творческая работа – нужно уметь делать ее очень хорошо. И проявлять активность в ее

поиске. Посмотри как-нибудь на досуге объявления в газетах или в Интернете о приеме на работу. Кого ищут работодатели? В основном, исполнителей. И почти не встречаются объявления о поиске на работу актеров, живописцев или писателей.

В-третьих, требования к уровню образования. Есть профессии, в которых существует четко обозначенный образовательный ценз: обязательно требуется среднее или высшее образование по специальности. Так, человек не имеет права работать в должности врача или психолога, если у него нет, соответственно, высшего медицинского или психологического образования. И при этом не важно, что он с детства лечил свою больную бабушку или обоснованно считает себя прекрасным «знатоком душ человеческих». Иногда этот ценз ограничен не столь четко, однако без соответствующего уровня образования практически закрыты карьерные перспективы. Скажем, учителем формально можно быть и со средним педагогическим образованием, а преподавателем в университете – с любым высшим образованием. Однако крайне мало шансов, что школьный учитель без высшего образования или университетский преподаватель без ученой степени кандидата наук когда-нибудь продвинулся в карьерном плане – скажем, станут учителем высшей категории, доцентом или профессором. Наглядным показателем требований к уровню образования является трудоустройство наших соотечественников за границей. Без наличия высокого образовательного статуса – солидных, признаваемых в других странах дипломов и реальных достижений в своей профессии кандидат на должность не удостоится внимания нанимателей.

А еще часто встречаются ситуации, когда работодатели на любую должность, даже уборщицей в офис, приглашают людей с высшим образованием. Не принципиально важно, с каким именно, главное, чтобы оно было. Как ты думаешь, почему? Да потому, что любое образование, а особенно высшее, дает не только профессию, но и прививает общую культуру, учит общаться с людьми, в известной мере служит показателем общеинтеллектуального уровня развития человека. А любые солидные работодатели рассчитывают на то, что этими качествами будут обладать все их подчиненные, даже занимающиеся самой «черновой» работой.

В-третьих

Любое образование прививает общую культуру.



Иногда умения и навыки важнее образования.

В то же время, есть и такие профессии, где уровень образования как таковой работодателей не очень интересует, а важны, в основном, умения и навыки человека. Сюда относятся многие профессии, объектом труда в которых выступает техника или художественный образ. Если кто-то хочет, например, трудоустроиться автослесарем, работодатель будет выяснять не столько то, какие дипломы у него есть, сколько то, что он умеет делать. Да и не на словах выяснять, а подведет к машине и попросит найти и устранить ее неисправность. А если кто-нибудь, например, считает себя художником и предложит свои услуги издательству в качестве оформителя книг – будут смотреть его рисунки, а не диплом об окончании художественного училища. Другой вопрос, что человек без некоторых технических познаний вряд ли сможет хорошо чинить автомобили, а лучше рисует, как правило, все-таки тот, кто окончил художественное училище. Хотя бывают и исключения.

В-четвертых

В-четвертых, скорость карьерного роста. Как ты думаешь, до какого возраста человека можно считать молодым? Оказывается, ответ на этот вопрос очень сильно зависит от профессии человека. Взять, скажем, возраст 33 года. Если этот человек будет претендовать на должность, например, менеджера по продажам, то ему почти наверняка откажут, поскольку сочтут безнадежным стариком. Ведь на подобные должности обычно берут людей возрастом не старше 30 лет. А если человек такого возраста занимается научной работой и претендует, например, на должность профессора? Скорее всего, и ему откажут. Почему? По прямо противоположной причине: его сочтут слишком молодым ученым для такой работы. «Молодой ученый» — это не разговорное словосочетание, а вполне официальный термин. В частности, человек возрастом до 35, а иногда даже до 40 лет может официально участвовать в программах поддержки научного творчества для молодежи.



«Молодой ученый» — это официальный термин.

Как правило, в тех профессиях, для которых свойственен быстрый карьерный рост, столь же быстро наступает и «увядание». Например, это большинство профессий в сфере бизнеса. Стариков там почти не увидишь, а на некоторых видах работы в этой сфере даже возраст 30 лет уже считается глубокой старостью. А некоторые виды спорта в этом

плане вообще уникальны: так, в гимнастике максимальные достижения обычно приходится на возраст 15-19 лет, а к возрасту 22-24 года карьера действующего спортсмена подходит к завершению. В то же время, в профессиях с медленным карьерным ростом «у руля» находятся представители старшего поколения. Особенно показательна в этом плане российская наука, где средний возраст работников превысил пенсионный.

В-пятых

В-пятых, условия труда. Любая профессия предполагает нахождение человека в каких-то определенных условиях внешней среды. Например, бухгалтер работает в кабинете в офисе, строительный рабочий – на улице, автослесарь – в гараже, машинист метро – под землей, моряк – в море и т. д., и т. п. И при выборе профессии обязательно нужно учесть, подходит ли для тебя то место, где работают люди предполагаемой профессии. Нужно оценить не только свои предпочтения, но и свое состояние здоровья. Ведь твоя будущая работа должна быть тебе во благо, а не во вред. Как ты думаешь, хорошо будет, если человек с хроническим заболеванием печени выберет для себя профессию химика – фармацевта и будет работать с препаратами, которые могут усилить его заболевание? Или человек, которому из-за проблем с сердцем противопоказано перегревание, пойдет работать банщиком?

Если противопоказаний по состоянию здоровья нет – выбирай то, что больше по душе.

Есть профессии, для обучения которым предусмотрен строгий медицинский отбор, например, это военные профессии или авиация. Но есть и профессии, обучаться которым возьмут практически любого подростка. И этому «любому» надо среди прочих моментов, связанных с выбором профессии, не забыть подумать о том, а в каких же условиях работают представители той или другой специальности. Температура и качество воздуха, влажность, шум, вибрации, освещенность и прочие факторы могут для некоторых подростков служить противопоказанием к выбору определенного рода деятельности. Если никаких противопоказаний по состоянию твоего здоровья нет, то смело ориентируйся на те условия труда, в которых ты себя чувствуешь на своем месте, «как рыба в воде». Но если тебе какие-то внешние условия не нравятся, то и не выбирай те профессии, которые предполагают работу в них. Типичный «домосед» вряд ли станет хорошим лес-



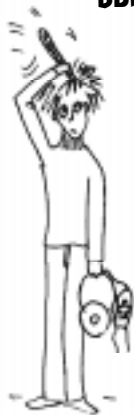
ником или фермером, а из любителя проводить все время на природе вряд ли получится успешный офис-менеджер.

В-шестых

Высоко оплачиваемые работы не всегда самые интересные.

В-шестых, потенциальная доходность. Почему не просто доходность, а лишь возможная, потенциальная? Да потому, что оплачивается не профессия, а конкретная работа! Нет такой профессии, выбор которой сам по себе гарантировал бы тебе хороший доход. Все зависит от того, где именно ты будешь работать, каковы окажутся твои профессиональные возможности. Кстати, высоко оплачиваемые работы далеко не всегда самые интересные – люди идут на них сугубо ради денег, за маленькую зарплату заниматься ими никто бы не стал. А интересные, творческие работы часто оплачиваются весьма скромно – ведь люди занимаются ими не столько потому, что это выгодно, сколько потому, что им это нравится. Например, уже много лет политики всех рангов говорят о необходимости резкого повышения зарплаты учителям. Однако реально эта зарплата если и повышается, то совсем ненамного. И весьма вероятно, что такая ситуация сохранится еще не один год: кто ж будет платить им больше, если они и так работают?! Попробовали бы платить такую зарплату водителям мусоровозов – и город за неделю превратился бы в гигантскую свалку. А вот школы пока не закрылись, ведь учителя обычно считают свою работу очень интересной и отмечают, что выбирают ее не ради денег, а потому, что чувствуют к этому призвание и интерес.

Направленность выбора



А как, собственно, выпускники школ выбирают профессии, на что они при этом ориентируются? Оказывается, выбирается-то зачастую не профессия, а уровень образования или место учебы! Выделяют такие варианты направленности профессионального выбора:

На специальность. «Хочу быть врачом!» — «А куда поступать будешь?» — «Ну, еще подумаю, где лучше учат и куда у меня больше шансов поступить». Как правило, лучшие специалисты получаются именно из таких людей. Естественно, при том условии, что специальность действительно выбрана ими осознанно, с учетом своих интересов и способностей.

На уровень образования. «Я хочу высшее образование!» —

«А где ты его хочешь получать, по какой специальности?» — «Да не суть важно! Все равно по специальности сейчас мало кто работает. Так что пойду туда, где проще и интереснее». Многие из тех, кто руководствуется таким принципом, в дальнейшем пополняют ряды студентов-«троечников», учатся спустя рукава и лишь в той степени, чтобы их вообще не отчислили из института. Они редко становятся высококлассными специалистами именно в той области, которую изучают, однако это не обязательно мешает им хорошо устраивать свою жизнь и успешно строить карьеру в других областях. Помню, в моей институтской группе были два таких студента, в свое время их чуть не отчислили за неуспеваемость. Психологов из них, конечно, не получилось. Прошло несколько лет – один из них стал высокопоставленным менеджером в очень известной иностранной фирме, другой – владельцем собственного музыкального салона. Работой и зарплатой они весьма довольны.

На конкретный институт. «Хочу учиться в Санкт-Петербургском государственном университете!» – «А по какой специальности?» — «Да не знаю пока. На какую поступить смогу...» (а бывает и так: «Не знаю. А что, они там разные есть?»). Вариант, прямо скажем, не лучший. Качество твоего образования и дальнейшая востребованность на рынке труда зависит от места обучения куда меньше, чем это порой представляется. Важнее твои собственные способности, трудолюбие, желание учиться и работать. Впрочем, если у тебя профессиональные интересы совершенно не сформированы и ты вообще не знаешь, кем хочешь быть – такой вариант выбора может быть оправданным. Обучение по случайно выбранной специальности в известном и престижном институте все же дает некоторые преимущества по сравнению со столь же случайным обучением где-нибудь «на периферии».

А как быть, если ты пока ничего не выбрал и не определился, какую профессию будешь получать? Тогда советуем тебе сосредоточить силы на изучении двух вещей:

- Иностранного языка.
- Работы на персональном компьютере.

Это те навыки, которые сейчас обязательно требуются от всех работников, рассчитывающих на трудоустройство в солид-

Если пока ничего не выбрал и не определился...

Ошибки в выборе профессии

Профессия, область знаний, учебный предмет — это все разные понятия.



Россия — страна советов.

ную организацию на хороших условиях оплаты. Так что, какую бы профессию ты в дальнейшем ни выбрал, они пригодятся тебе и позволят стать более конкурентоспособным на рынке труда. А может, эти области и сами станут твоей профессией, потребность в таких специалистах высока.

Отождествление профессии со школьным предметом. Нет таких профессий, как физик, историк или литератор! Это направления, по которым можно продолжить образование, но отнюдь не сами профессии. Кем может стать, например, человек, получивший образование по направлению «русский язык и литература»? Учителем в школе? Литературным редактором? Писателем? Работником библиотеки? Корректором (работником, ликвидирующим орфографические и грамматические ошибки в готовящихся к печати текстах)? Это все разные работы, и все они не очень-то похожи на ту, которую выполняют на уроках литературы школьники. А такой работы, как, скажем, «географ», в современном обществе нет в принципе: можно быть геологом, картографом, геодезистом, учителем географии в школе, но не географом как таковым. Ведь это не профессия, а лишь область знаний и учебный предмет, которым нужно хорошо овладеть для получения некоторых профессий.

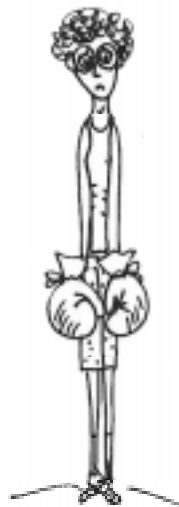
Даже если тебе очень нравится какой-то школьный предмет — из этого еще не следует, что тебе так же понравится и связанная с ним работа. Одно дело — эмоционально обсуждать на уроках поступки литературных героев, совсем другое — зарабатывать на жизнь тем, что читать каждый день сотню страниц текста из готовящихся к печати книг, исправлять в них все орфографические ошибки и переформулировать безграмотно построенные фразы.

Ориентация на мнение случайных людей, имеющих весьма смутные представления о той профессии, к которой они тебя склоняют. Некоторые люди очень любят раздавать советы, кому и кем быть, даже если их собственные представления о мире профессий ограничиваются лишь бытовыми, стереотипными суждениями. В принципе, дать обоснованный совет о том, подходит ли человеку какая-нибудь профессия, может лишь тот, кто очень хорошо знает эту профессию (имеет опыт работы в

ней) и того человека, кому советует. Или тот, кто специально глубоко изучал мир профессий и принципы их выбора — например, психолог-профконсультант. Да и тот вряд ли возьмет на себя смелость предписывать конкретную профессию тому, кто обратился к нему за консультацией, скорее он ограничится рекомендацией обратить внимание на определенную их группу. Ведь, как гласит народная мудрость, нельзя советовать в двух вопросах: с кем человеку быть и кем ему быть.

А как ты думаешь, чем могут руководствоваться люди, любящие раздавать советы, кем тебе быть? Далекое не всегда это желание помочь тебе, даже если советы исходят от твоих родственников или близких друзей. Порой это желание реализовать через тебя какие-то свои амбиции. «Ну ладно, из меня спортсмен не получился, но уж сына-то я чемпионом сделаю!». Или, как ни печально, банальная человеческая зависть. «Как это – меня в художественное училище не взяли, а моя подружка туда поступит?! Уговорю-ка я ее учиться не на художника, а на маляра».

Выбор профессии исходя из внешнего впечатления о ней, без учета того, чем реально предстоит заниматься большую часть рабочего времени. Во многих видах деятельности на виду оказывается лишь «вершина айсберга», но не столь заметна гигантская подготовительная работа, которую приходится проделывать, чтобы на эту вершину попасть. Например, для спортсмена успешное выступление на соревновании – момент триумфа. Он у всех на виду, ему аплодируют, именно в этот момент его видят телезрители. Однако они куда реже видят всю ту гигантскую «черную» тренировочную работу, которую нужно было проделать, чтобы попасть на эту вершину. Типичный рабочий день спортсмена – это не выступление на Олимпиаде, а многочасовые утренние и вечерние тренировки, порой очень изнурительные. Соревнования в реальности занимают не больше 10% рабочего времени спортсмена, однако если делать выводы о нем только на основе того, что мы видим по телевизору – может показаться, что атлеты этим занимаются чуть ли не постоянно. Подобная же картина наблюдается и во многих других специальностях. Даже у учителя «на виду» проходит всего половина рабочего времени, остальное – это подготовка к занятиям, проверка работ учеников, заполнение журнала, педсоветы, работа с литературой и тому



Гигантская подготовительная работа видна не всегда, но... без неё – никуда.

подобные моменты, которых ученики обычно не видят. И если девушка выбирает эту профессию, мечтая, что она все рабочее время будет проводить с детьми – разочарования ей не избежать.

Бывают и более курьезные варианты: например, поступает молодой человек в институт радиоинженеров, будучи уверенным, что станет диджеем и будет вести в прямом эфире передачи на «Русском радио». И сильно удивляется, когда из него начинают готовить не радиоведущего, а сугубо технического специалиста по средствам связи. А куда ты поступал, дружок? На радиоинженера. Вот инженера из тебя и готовят, а не артиста разговорного жанра.

И мне туда же?

Выбор профессии «за компанию». Это очень распространенная ситуация. Многие люди руководствуются принципом: «Мой друг нацелен на получение определенной профессии – значит, мне туда же». Иногда этот выбор может оказаться удачным – ведь дружат и собираются в компании, как правило, люди с более или менее похожими способностями и интересами. Однако чаще все же получается так, что выбранная таким путем профессия более или менее подходит тому, с кем за компанию ее получают (ведь для них это сознательный выбор), а вот их компаньонам – не очень.

Недостаточный учет своих способностей.

*У всякого талант есть свой.
Но часто, на успех прельщаяся чужой,
Хватается за то иной,
В чем он совсем не годеи.*



Так говаривал великий русский баснописец И. А. Крылов. А помнишь «Моцарта и Сальери» А. С. Пушкина? Сальери музыкальными талантами не блистал, но «усильем, напряженным постоянством... сделался ремесленник» и даже получил на этом поприще известность. Но при встрече с действительно талантливым Моцартом он почувствовал свою полную несостоятельность, испытал жгучую зависть и не нашел ничего лучшего, чем отравить своего конкурента.

Упорство или талант? Конечно, этот литературный пример немножко фантастичен, легенда об отравлении Моцарта, по современным историчес-

ким данным, подтверждения не находит. Однако описанная ситуация противоречия упорства и таланта, в том или ином виде встречается в жизни многих людей. При огромном желании, потратив длительное время и колоссальные силы, можно стать специалистом даже в том, к чему у тебя способностей нет совершенно (в конце концов, Сальери тоже стал композитором!). Вот только весьма посредственным. А будь эти силы потрачены на то, что соответствует способностям, достигнутые результаты были бы куда лучше. Говоря языком физики, чем больше твои способности к какому-либо виду деятельности, тем выше у тебя будет коэффициент полезного действия при обучении и работе по соответствующей специальности. Мы еще поговорим о том, что такое способности, как они бывают и как их в себе находить.

Выбор исключительно по признаку престижности. Например, некоторые молодые люди выбирают, исходя из этого, получение экономического образования. И не учитывают того, что практически все работы в этой сфере требуют весьма специфических качеств характера – например, огромной пунктуальности и устойчивости к однообразной, монотонной деятельности. Работать бухгалтером или операционистом в банке – это не значит «ворочать миллионами», а значит изо дня в день скрупулезно оформлять огромное число финансовых документов. А ошибешься – расплачиваться будешь из своего кармана. Впрочем, мы не утверждаем, что это работа «плохая» или неинтересная, у некоторых людей есть тяга и способности именно к ней, да и потребность общества в таких специалистах высока, им неплохо платят. Вот только вряд ли получится хороший работник из того, кто пошел изучать экономику не потому, что чувствует в себе интерес и способности именно к такой деятельности, а потому, что это «круто».

Представления о престижности меняются очень быстро.

Бывает и обратная ситуация: человек чувствует в себе призвание к какой-то деятельности и хочет ей заниматься, но отказывается от своего намерения, потому что это, как считает его окружение, непрестижно. Тот, кто так поступает, вряд ли прав. Почему? Например, потому, что эти представления о престижности, быть может, поменяются быстрее, чем человек фактически начнет работать по получаемой специальности. А профессия – это не носки, быстро и легко ее не поменяешь. Да и нет такого явления, как «престижность»



Вряд ли стоит профессионально заниматься тем, в чём твои возможности наиболее ограничены.

вообще, говорить о ней имеет смысл только применительно к определенному кругу общения. А начнешь общаться с другими людьми – скорее всего, в их глазах это окажутся совершенно другие виды занятий. Что, так всю жизнь и будешь под них подстраиваться? «Престижность / не престижность» — критерий слишком зыбкий для того, чтобы ориентироваться на него при принятии решений, определяющих твою дальнейшую судьбу.

Выбор вопреки, назло чему- или кому-либо. «Говорят родители и друзья, что мне медведь на ухо наступил — ну ничего, вот увидят меня на эстраде, посмотрим, что тогда скажут!» А скажут, наверное, примерно следующее: «Ну и дурак! Ему медведь на ухо наступил, а он зачем-то выставляет это на всеобщее обозрение!» Если же говорить серьезно – случаев, когда выбор рода занятий вопреки каким-либо барьерам и ограничениям приводит к жизненному успеху, совсем немного. Например, иногда таковыми оказываются случаи, когда инвалид, имеющий серьезные ограничения физических возможностей, выбирает не сидеть дома и жаловаться на судьбу, а бросить вызов жизненным обстоятельствам, профессионально занявшись спортом. Вполне возможно, что ему удастся добиться на этом поприще успехов и побеждать в специальных соревнованиях среди себе подобных (проводятся даже специальные Паралимпийские игры для таких людей), но если и нет – все равно он перейдет от пассивной и беспомощной жизни к активной, осмысленной и интересной.

Впрочем, в большинстве областей человеческой деятельности подход «заниматься тем, в чем мои возможности наиболее ограничены» не срабатывает. Если у кого-то выражены неустраняемые дефекты речи, то его попытка «бросить вызов» этим обстоятельствам, став телеведущим, вряд ли приведет к чему-либо кроме того, что он сделается всеобщим посмешищем. И Паралимпийские игры никто для таких «специалистов» проводить не станет. Хотя в других областях деятельности, не предъявляющих столь жесткие требования к устной речи, этот человек вполне мог бы добиться успехов.

Игнорирование медицинских противопоказаний.

Повышенные требования к здоровью в целом или к отдельным его аспектам предъявляют очень многие профессии, а

совершенно здоровых людей, к сожалению, не так уж и много. Связанные с этим сложности вполне возможны не только в таких профессиях, как летчик или пожарный, но и в куда более «приземленных» видах деятельности. Больше всего противопоказаний связано со зрением: например, людям, страдающим близорукостью и вынужденным носить очки, крайне нежелательно заниматься любой работой, где требуется рассматривать мелкие детали или часто наклонять голову вниз. Монтажник электронных схем или ремонтник сотовых телефонов – работа явно не для них. А если у кого-то нарушено цветовое зрение – ему вряд ли стоит становиться водителем транспорта.

В принципе, если достаточно волевой человек хочет, во что бы то ни стало, заниматься какой-либо работой, он рано или поздно найдет способ обойти почти любые противопоказания и займется-таки ей. Широко известный пример: летчик Маресьев, который в Великую Отечественную войну потерял обе ноги, но, несмотря на это, вновь научился управлять боевым истребителем (эта реальная история положена в основу «Повести о настоящем человеке» Бориса Полевого). Вот только в мирной жизни такие крайности редко бывают оправданны. Когда человек выбирает профессию вопреки медицинским противопоказаниям – он рискует окончательно испортить себе здоровье. Грузчик с большим позвоночником когда-нибудь может оказаться парализованным, а часовщик с сильной близорукостью – слепым.

Отсутствие запасных вариантов выбора. Не все желания и жизненные планы сбываются. Например, путь в некоторые профессии может оказаться закрыт в связи с тем, что возникнут проблемы со здоровьем. Если же человек видит свое будущее связанным только с этой профессией и не рассматривает никакие другие варианты, это превращается для него в сильнейшую жизненную трагедию, делает его несчастным надолго, если не навсегда.

Современное общество меняется очень быстро. Соответственно и профессии. Психологи используют понятие «период профессионального полураспада» — промежуток времени, в течение которого устаревают половина професси-

Не все желания и жизненные планы сбываются.

На всю ли жизнь выбор?

Общетеchnическая грамотность, высокая обучаемость, умение осваивать новую технику — важнее узкоспециальных знаний.

ональных знаний и умений специалиста. Так вот, в некоторых современных профессиях, особенно связанных с информационными технологиями, этот период составляет всего 2-3 года. Иными словами, если человек идет в вуз получать специальность, например, программиста – к тому моменту, когда он закончит свое образование и будет устраиваться на работу, больше половины тех специальных знаний и умений, которым его научили на первом-втором курсах института, безнадежно устареют и будут никому не нужны: настолько сильно изменятся за эти годы компьютеры и программы для них. Куда важнее окажется общетехническая грамотность и высокая обучаемость, умение и готовность осваивать новую технику, которую он приобрел за годы, проведенные на институтской скамье. В других областях «профессиональный полураспад» происходит чуть медленнее, но все равно этот процесс неизбежен. Так, в медицине и психологии этот период, в среднем, составляет 7-10 лет.



О чем это говорит? Да о том, что в современном обществе люди вынуждены, так или иначе, продолжать свое профессиональное обучение всю жизнь! На рынке труда мы все находимся в таком же положении, как и спортсмены, вынужденные ежедневно тренироваться, чтобы их не обошли соперники. В наше время невозможно в школе, в институте или еще где-нибудь набрать такой объем знаний и умений, которого бы с избытком хватило на всю оставшуюся жизнь, ведь мир вокруг нас меняется очень быстро. Меняются и профессии. Так, работать на конвейере лет 40 назад означало лишь одно: изо дня в день прикреплять какие-нибудь детали к тем изделиям (автомобильям, радиоприемникам и т. п.), которые на этом конвейере собираются. Теперь же большая часть работников, обслуживающих конвейеры, занимаются не тем, что сами привинчивают или припаивают что-нибудь, а следят за работой сложных автоматизированных систем, выполняющих эти трудовые операции.

**Жокегара паровоза
«реанимировали».**

Некоторые профессии устаревают, «отмирают». Например, это водители гужевого транспорта (остались почти исключительно в глухих деревнях), операторы наборных машин — линотипов в типографиях (их работу заменили компьютеры) или железнодорожные специалисты, занимающиеся обслуживанием паровозов. Правда, иногда

подобные специальности вдруг начинают «реанимироваться»: так, сейчас среди «новых русских» и богатых иностранных туристов входят в моду поездки по российской глубинке на ретропоездах с паровозами. А найти специалистов для обслуживания таких поездов (машинистов, кочегаров, ремонтников) не так-то просто, ведь в нашей стране паровозы были сняты с эксплуатации больше четверти века назад. Так или иначе, мир профессий сильно меняется. Важное качество современного человека, позволяющее адаптироваться к этому процессу и постоянно быть востребованным на рынке труда – профессиональная мобильность. Это готовность осваивать новые виды и способы работы, переходить на использование более современной техники, а при необходимости освоить и новую профессию. Вполне возможно, что к тому времени, когда современные подростки достигнут вершин своей карьеры, мир изменится настолько сильно, что многие из знакомых и привычных для нас профессий вообще перестанут существовать!

Так что любой выбор профессии, пусть даже и не самый удачный – это не приговор для пожизненного заключения, а всего лишь опыт – порой трудный, но всегда полезный. Профессию можно освоить и другую. А можно просто поменять место работы, не изменяя профессии, и при этом оказаться вполне довольным своей деятельностью. Некоторые люди очень долго себя ищут, овладевают несколькими профессиями, не один раз меняют место работы. И это нормально для человека с активной жизненной позицией, которому не удалось сразу «найти себя». Но есть и такие, кто просто всю жизнь бежит от трудностей: недоучки, разгильдяи, болтуны, лодыри. В советские времена была поговорка: «где бы ни работать, лишь бы не работать». Для такого персонажа «поиск себя» — это просто оправдание своей распушенности. Если не прилагаешь усилий для освоения профессии, остаешься дилетантом, и не сможешь достоверно судить о деятельности, в которой ничего толком не понимаешь.

Бывает и другая ситуация: человек не только не лодырь, а, напротив, очень трудолюбивый, можно даже сказать, «трудоголик», а в избранной им профессии абсолютно несостоятелен. Вот представь себе, что некий чудак – кулинар начнет само-

Профессиональная мобильность — это готовность осваивать новые виды и способы работы.

Освоение профессии — это не приговор, а трудный и всегда полезный опыт.



Способности и профессиональная пригодность



Способности – предпосылки к успешному освоению определенной деятельности.

забавно месить тесто и лепить пирожки, и будет это делать очень хорошо. Но... пирожки эти никогда не будут выпекаться в духовке, потому что наш «пекарь» этой частью процесса не владеет, да и вообще считает, что она не нужна. Это же абсурд какой-то, артель «Напрасный труд»! Но, как это ни парадоксально, такая ситуация характерна для дилетантов почти в любой профессии, с той лишь разницей, что абсурдность бессмысленной деятельности не всегда так очевидна. Как же определить профессионала? Показателем смысла труда является его результат! Провел уборку – стало чисто. Отремонтировал машину – она стала исправной. Изучил английский язык – можешь на нем говорить. Сложил печь – она дает тепло и не дымит. Поешь на эстраде – даришь людям наслаждение искусством. И так во всем, если человек – профессионал. В этом случае деньги, как оценка труда, сами приходят.

Можно выделить несколько групп качеств, необходимых для того, чтобы достигнуть успеха в любом труде:

1. Гражданские качества: порядочность, трудолюбие, обязательность и ответственность, целеустремленность.
2. Отношение к профессии, интерес к ней.
3. Дееспособность: интеллектуальная и физическая работоспособность, активность и инициативность, сила человеческого ума и тела.
4. Единичные, специальные способности: такие качества, которые необходимы для конкретных групп профессий (например, музыкальный слух для музыкантов и настройщиков инструментов, или устойчивость к «морской болезни» для моряков и летчиков).
5. Навыки, знания, опыт, необходимые для успешного выполнения работы.

Эти качества запомнить легко: достаточно объединить начальные буквы их ключевых слов. Получится слово ГОДЕН (Гражданские качества – Отношение – Дееспособность – Единичные способности – Навыки). Кстати, такой способ запоминания информации по начальным буквам слов называется в психологии «метод акронимов». Он может существенно облегчить тебе запоминание, например, иностранных слов.

При одинаковых затратах времени и сил больший успех в

труде приходит к тому, у кого выше способности – предпосылки к успешному освоению определенной деятельности. Чем больше способности человека соответствуют требованиям деятельности, которой он занимается, тем успешнее он ее выполняет, быстрее ею овладевает и меньше сил тратит. Это можно представить в виде простой формулы:

Способности = Успех/Трудность достижения успеха

Если говорить об интеллектуальных способностях, качествах ума, то можно выделить такие их основные группы:

- Лингвистические – связанные с уровнем владения родным языком и легкостью изучения иностранных (такими способностями должны обладать, например, переводчик, редактор, писатель).
- Логико-математические – свидетельствуют о способности выявлять взаимосвязи, классифицировать, систематизировать информацию (математик, программист, научный работник).
- Пространственные – дают возможность воспринимать и создавать зрительно-пространственные композиции (архитектор, скульптор, дизайнер).
- Межличностные – связанные с возможностью понимать других людей, налаживать с ними отношения (продавец, психолог, тренер).

Способности бывают не только интеллектуальными.

Помимо интеллектуальных, существуют и другие разновидности способностей – например, двигательные, музыкальные или художественные. Есть и огромная группа единичных, специальных способностей – например, чувствительность к оттенкам цвета пламени (металлург по малейшим изменениям этого цвета делает выводы о том, как проходит плавка металла) или уже упоминавшаяся устойчивость к «морской болезни».

Какие же признаки свидетельствуют о том, что у человека есть способности к определенному виду деятельности?

Быстрый темп и легкость ее освоения. Когда человек начинает осваивать то, к чему у него ярко выражены способности, часто возникает такое ощущение, что он когда-то все это уже знал и умел, только немножко подзабыл. Достаточно лишь слегка напомнить ему, как что делается, один раз по-



казать или подсказать, и он тут же «вспомнит» все это и сделает самостоятельно. Вот только на самом-то деле учащийся никогда этого не знал и не умел, просто так внешне проявляются его способности.

Гибкость действий, возможность совершать их разными способами. Если кто-то чему-то научился, это само по себе еще не говорит о том, что у него высокие способности именно к этому. В принципе, как гласит поговорка, «и зайца можно научить спички зажигать». Но такая механически выученная деятельность может выполняться только одним способом – именно тем, которому научили. А коль скоро что-то изменится – учиться придется заново. Если же человек освоит то, к чему у него высокие способности, то он сможет гибко менять способы этой деятельности без дополнительного обучения. Сколькими способами ты можешь доказать теорему Пифагора? Если одним, которому научили в школе – значит, у тебя неплохая математическая память. А вот если, зная один способ ее доказательств, самостоятельно придумаешь еще хотя бы 2-3 – видимо, у тебя выражены способности к математике.



Легкость переноса навыков на похожие виды деятельности. Если у человека есть двигательные способности, то, научившись кататься на велосипеде, он почти без дополнительного обучения сможет кататься и на мотороллере, для этого ему достаточно будет показать, где там рычаг газа, а где тормоз. А освоив обычные коньки, столь же легко покатится и на роликовых (и наоборот). Но если двигательные способности невысоки, то ему придется учиться кататься практически заново. Более того, уже сформированный похожий навык будет не столько помогать, сколько мешать. Говоря научным языком, произойдет не перенос, а интерференция, «взаимное наложение» навыков – скажем, на обычных коньках он будет пытаться воспользоваться задним тормозом, как на роликовых, и падать при каждой такой попытке. Или, например, рассмотрим изучение иностранных языков. Кто-то изучал английский, а потом взялся за французский. Между этими языками много общего, особенно в их грамматике. Если у человека есть языковые способности, учить второй язык ему будет гораздо проще первого. А вот если с этими способностями проблематично – второй язык будет даваться сложнее первого, потому что ученик без конца будет пу-

тать их слова. Конечно, при большом старании и такой человек сможет выучить 1-2 иностранных языка, но вот полиглотом, в совершенстве владеющим 4-5 или больше иностранными языками, он не станет никогда, как и высококлассным переводчиком.

Резкое повышение эффективности деятельности в ответ на помощь. Представь себе, что два человека примерно одинаково умеют делать что-то, им доступна работа одного уровня сложности. Но одному из этих людей достаточно чуть-чуть помочь, что-то подсказать или даже просто ободрить, сказав «У тебя все получится!» — и он окажется в состоянии справиться с гораздо более сложной работой, чем без этой внешней поддержки. А в случае с другим, сколько ни помогай, уровень сложности доступной ему работы от этого не возрастает. Как ты думаешь, у кого выше способности? Скорее всего, у первого, буквально впитывающего помощь, как губка, и в результате эффективно обучающегося. Говоря языком психологии, у такого человека гораздо шире «зона ближайшего развития». Кстати, ему не обязательно должен помогать именно другой человек. Поискать недостающую информацию в книге, например, тоже помощь.

Спорт – обширная сфера человеческой деятельности, в которой многие люди находят себя как профессионалы.

Особенно наглядно можно проследить значение способностей в занятиях спортом высших достижений. Каждый вид спорта требует от исполнителя (стремящегося к вершинам спортивной славы) определенного набора природных задатков, без которого успех в избранном виде спорта сомнителен. Чтобы стать спринтером мирового уровня, нужно исходно обладать исключительно хорошо развитым качеством быстроты. Для успеха в художественной гимнастике нужна природная пластичность и гибкость. Для карьеры в лыжных гонках – выносливость. Но это не значит, что без способностей и заниматься не нужно. Спортом ведь занимаются не только и не столько ради карьеры. Спортивные тренировки нужны для общего развития человека, они укрепляют организм, помогают справляться с жизненными трудностями, дают радость общения. Кроме того, спорт – это обширная сфера человеческой деятельности, в которой многие люди находят себя как профессионалы. Вот об этом мы и поговорим во второй части книги.

Я спортсмен. Тренируюсь, совершенствуюсь, достигаю спортивных результатов и добиваюсь победы.



Я тренер. Веду учеников к спортивным достижениям, помогаю им добиваться победы.



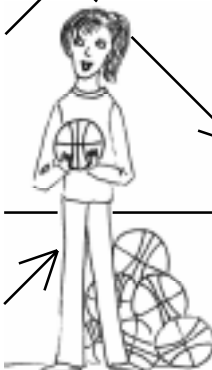
Я фотограф. Спорт — моя стихия!



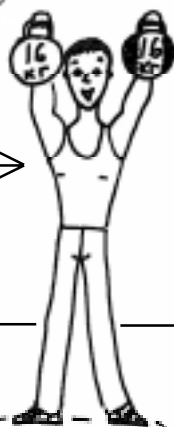
Я альпинист. Неплохо зарабатываю, когда меня приглашают на высотные работы.



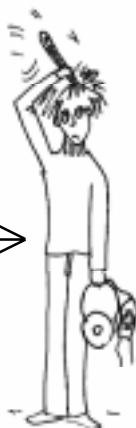
Я инструктор фитнес-центра. Помогаю людям стать более здоровыми, быть в хорошей форме.



Я продавец-консультант в спортивном магазине. Хорошо разбираюсь в спортивном инвентаре, помогаю его выбрать.



А я пока не знаю, кто я. Но спорт люблю!



Спорт как профессия

В спорте человек имеет возможность реализовать и достигнуть вершины карьерного роста чрезвычайно рано. Ведь если в гимнастике или фигурном катании дети начинают заниматься в 4-6 лет, то к 14-15 годам подростки уже имеют огромный опыт тренировочной и соревновательной деятельности и особо одаренные из них завоевывают высшие титулы на крупнейших международных соревнованиях. Пик достижений в большинстве видов спорта приходится чаще на период ранней взрослости (18-25 лет). То есть совсем еще молодой человек достигает вершины профессионального мастерства в избранном виде спорта, получает славу, популярность, солидное материальное вознаграждение, в то время как вершина карьерного роста в «обычных» профессиях приходится в основном на возраст 40 и более лет.

В раннем достижении вершин профессионального мастерства есть как положительные, так и отрицательные моменты. К положительным следует отнести спортивные достижения, как показатель мастерства спортсмена и уникальности его личности в физическом и психологическом смысле. Победу в спортивных соревнованиях одерживает сильнейший. И не просто наиболее одаренный, а приложивший к своей одаренности максимум труда, старания и упорства. А в качестве награды спортсмен получает ни с чем несравнимую радость победы и общественное признание. К отрицательным моментам можно отнести то, что спорт высших достижений требует от человека полной самоотдачи. В результате по прошествии периода успеха спортсмен, зачастую, остается опустошенным, не готовым к дальнейшей жизни вне спорта. Но это ситуация не такая уж и частая. Помнишь, мы говорили про «вершину айсберга», которой достигают спортсмены в момент триумфа? Применительно к общему количеству занимавшихся спортом людей и количеству достигших звездной славы, сравнение с айсбергом тоже подойдет...



В раннем достижении вершин профессионального мастерства есть как положительные, так и отрицательные моменты.

Ты, наверняка, понимаешь, что не всякий занимающийся спортом становится профессиональным спортсменом, зарабатывающим на жизнь спортивной деятельностью. В каждой спортивной школе занимаются сотни и даже тысячи детей, мастерами спорта становятся лишь несколько десятков, мастерами спорта международного класса — единицы, а заслуженных мастеров спорта имеют в своем активе за весь период работы далеко не все спортивные школы. Но, как бы ни складывалась жизнь, трудно найти человека, который бы с годами пожалел о том, что в детстве или юности занимался спортом, даже если не достиг при этом значительных результатов.

Три главные сферы...

Для удобства ориентировки в спортивных профессиях выделим три главные сферы, в которых работают специалисты, получившие физкультурное образование: сфера спорта высших достижений; сфера образования; сфера оздоровительной работы. Теперь рассмотрим подробнее профессии.



Известные спортсмены пользуются почетом и уважением не меньшим, чем знаменитые актеры или звезды эстрады.

Итак, спорт. В сфере спорта, прежде всего, назовем такую профессию, как действующий спортсмен. Это человек, достигший высокого спортивного мастерства и востребованный на рынке труда в качестве «добытчика» спортивных достижений. Это спортсмен, имеющий статус не ниже мастера спорта или мастера спорта международного класса, могущий представлять в конкретном виде спорта клуб, город, регион, страну. В его спортивных достижениях заинтересована организация, которая избирает его своим представителем, и его труд оплачивается в соответствии с достигнутыми результатами на контрактной основе или на основании утвержденного статуса члена сборной команды на конкретный период. Временной период пребывания в качестве действующего спортсмена относительно невелик, но возможность реализации за этот период необычайно высока. Кроме материальных вознаграждений в виде стипендий, премий, гонораров, успешный действующий спортсмен получает бесплатное питание, экипировку, возможность поездок на соревнования и сборы. Быть известным спортсменом очень престижно в социальном плане. Известные спортсмены пользуются почетом и уважением не меньшим (а зачастую и большим), чем знаменитые актеры или звезды эстрады.

Некоторые спортсмены, закончив выступления в спорте,

продолжают интенсивно тренироваться, но меняют сферу приложения своих талантов, уходя, например, в балет на льду, цирк или на эстраду. Например, в танцевальных группах («подтанцовки» в коллективах эстрадных «звезд» и другие танцевальные шоу) очень часто работают представительницы художественной гимнастики. Цирковые акробаты и гимнасты, в своем большинстве, — бывшие спортсмены. Также много спортсменов среди каскадеров, моделей и пр. Ну, и уж конечно, в столь распространенном сейчас охранном бизнесе никак не обойтись без отлично подготовленных представителей разных видов спорта.

Готовит действующих спортсменов тренер. Это одна из наиболее распространенных профессий в области спорта. Она относится к числу творческих, требует от ее обладателя спортивного характера, незаурядных педагогических способностей и фанатичной преданности тому виду спорта, в рамках которого он работает. Хороший тренер получается из человека, который не просто знает свой вид спорта, а из того, который его «чувствует», то есть любит, понимает, живет в нем. А еще хороший тренер досконально знает и чувствует своих учеников. Иначе настоящий успех невозможен. А быть тренером неуспешным неинтересно. Тренерское амплу может быть различным, и успешные тренеры — это не только те, кто выводит своих учеников на олимпийский пьедестал. Кто-то работает только с новичками, потому что любит и умеет это делать, а потом передает своих учеников другому тренеру. Кто-то работает только по общей физической подготовке. Кто-то всю жизнь работает помощником старшего тренера, но при этом полностью реализовывается в своей деятельности. Это не значит, что эти тренеры неуспешные. Каждый занимается своим делом. Вырастить «звездного» спортсмена — работа для целой бригады тренеров. Уж очень сложное это дело, и очень много составляющих включает оно в себя.

Мест работы для получившего тренерскую профессию человека много: ДЮСШОРы (детско-юношеские спортивные школы олимпийского резерва), училища олимпийского резерва, сборные команды спортивных клубов, учебных заведений, регионов, республик и т. д. Кроме того, спортивные специалисты России высоко котируются за рубежом. Наши тренеры с успехом работают во многих странах мира. Российские выс-



Наши тренеры с успехом работают во многих странах по всему миру.

шие физкультурные учебные заведения традиционно готовят высококлассных специалистов. Кстати, во многих странах вообще нет институтов для подготовки тренеров. Специалисты готовятся из бывших спортсменов, имеющих педагогическое образование, на непродолжительных внутренних или международных тренерских курсах. Но для работы за рубежом одного нашего физкультурного образования часто бывает недостаточно: нужны спортивные и тренерские достижения и, естественно, знание иностранного языка.

Направлений в работе тренера столько же, сколько существуют видов спорта.

Учи, что направлений в работе тренера столько же, сколько существуют видов спорта. Только в олимпийской программе представлено более тридцати спортивных дисциплин, в каждой из которых много конкретных видов (так, в легкой атлетике их больше 40). Представляешь, какой простор для приложения своих талантов! А ведь еще есть много великолепных видов спорта, не входящих в программу олимпийских игр. Среди них и такие экстремальные, как парашютный спорт, альпинизм, дайвинг (ныряние с аквалангом) и т. д.

Подготовка и проведение соревнований — занятие для высококвалифицированных профессионалов.

Конечно, не только тренеры-практики занимаются подготовкой спортсменов и проведением соревнований. В частности, совершенно невозможно обойтись без работников организационных структур (федерации по виду спорта, комитета по физической культуре, спортивного клуба, команды и т. п.). Диапазон должностей в организационных структурах достаточно велик. Страна в целом, а также каждая республика, регион, город имеют комитеты по физической культуре со своими председателями, их заместителями, начальниками отделов, секретарями, бухгалтерами и т. п. Каждый вид спорта имеет свою федерацию во главе с президентами международного, национального и регионального масштабов. Спортивные клубы и спортивные общества имеют свой штат сотрудников во главе с председателями и их заместителями. Любая спортивная школа возглавляется директором и завучем. Любая команда — начальником и его заместителем. Так что для желающих быть руководителем в сфере спорта есть много достойных рабочих мест. Но, как ты понимаешь, случайные люди руководителями не становятся. Как правило, все они сами были высококвалифицированными спортсменами, имеют высшее (чаще физкультурное) образование, опыт и достижения в тренерской или преподавательской работе, организаторские способности.

Существует много работы в сфере спорта и для представителей других профессий. Эти должности занимают, как правило, не просто профессионалы в своей области, а бывшие спортсмены, люди хорошо знающие и любящие спорт.

Спортивный врач — профессия, широко востребованная в сфере спорта. Здоровье спортсменов требует особого внимания специалиста. Дело в том, что спортсмены в процессе тренировок и соревнований испытывают огромные нагрузки на организм, специфичные для каждого вида спорта. Для того, чтобы справляться с нагрузками, не причиняя вреда организму, спортсменам требуется тщательный врачебный контроль и постоянная помощь врача в обеспечении средств восстановления и активизации работоспособности. Кроме того, спортсмен, как и любой человек, может заболеть, и лечить его должен специалист, до тонкостей знающий особенности спортивной деятельности. Еще в спорте нередки травмы, их надо лечить так, чтобы максимально восстановить возможность достижений в спорте — это дело очень тонкое, требующее не только высокой врачебной квалификации, но и знаний нюансов вида спорта.

Массажист — человек, владеющий всевозможными приемами специального спортивного массажа. Это должен быть профессионал с доскональным знанием анатомии и физиологии мышечной, костной, сердечно-сосудистой и нервной систем и... с «золотыми» руками. Массажист приходит на помощь спортсменам в разных ситуациях: массаж может взбодрить или успокоить, помочь восстановиться после чрезмерных нагрузок и травм, нормализовать работу опорно-двигательного аппарата в экстремальных ситуациях. Хороший массажист ценится в спорте очень высоко.

Спортивный психолог — специалист в области психологии и спорта, помогающий спортсмену преодолевать трудности во время тренировок и максимально реализоваться в соревнованиях. Опираясь на сильные стороны личности спортсмена и, по возможности, нейтрализуя негативное влияние слабых, спортивный психолог подводит спортсмена к осознанию своих действий, овладению способами мобилизации усилий и релаксации, нацеленной на достижения, уверенности в себе, пониманию тонкостей взаимодействия с соперниками. Как правило, со спортсменами наиболее успешно работают спе-

В сфере спорта много работы для представителей разных профессий.



циалисты, имеющие психологическое образование и хорошую практическую подготовку в этой области, и при этом хорошо знающие спорт и сами увлекающиеся им.



Спортивный журналист — работник СМИ (средств массовой информации), освещающий в прессе, на радио или телевидении спортивные события. Эта творческая профессия требует от ее обладателя больших знаний, коммуникативных и литературных способностей, активной жизненной позиции и любви к спорту. Лучшие спортивные журналисты и комментаторы – сами в прошлом известные спортсмены.

Менеджер по спорту — профессионал в вопросах управления спортивной деятельностью. Развитие спорта требует крупных финансовых вложений, и, естественно, эти средства нужно профессионально находить и профессионально распределять. Кроме того, спорт сам по себе может быть сферой бизнеса. Организация коммерческих соревнований, трудоустройство тренеров и спортсменов, «раскручивание» спортивных «звезд» и популярных видов спорта – все это забота менеджеров, и от их профессионализма очень многое зависит.

Специалист по спортивному оборудованию и сооружениям (инженер, техник). Технических профессий в сфере спорта востребовано очень много. Возьмем для примера, ну хотя бы плавание. Обслуживание бассейна — целая сложная система технических мероприятий, которые выполняют специалисты. Или фигурное катание и хоккей. Как ты думаешь, можно ли содержать в порядке «Ледовый дворец» без квалифицированного инженерного и технического персонала? Легкоатлетическим стадионам нужны современные покрытия и электронные системы фиксации результатов, гимнастическим залам – исправные гимнастические снаряды, стрелкам — с ювелирной точностью подобранное оружие, велосипедистам — чудо-велосипеды и так далее, и тому подобное. А вспомни, как на соревнованиях «Формулы 1» за несколько секунд профессионалы меняют колеса и заправляют автомобиль! Представляешь, какие ассы изготавливают такие автомобили и готовят их к соревнованиям!



Организатор — постановщик спортивно-массовых мероприятий и зрелищ. Спортивные соревнования – это публичные мероп-

риятия, привлекающие многих зрителей. Вот почему так важны специалисты, умеющие создать и провести увлекательное спортивное представление. Тебе, наверняка, доводилось видеть (хотя бы по телевизору) открытие или закрытие крупных соревнований или показательные выступления, например, в фигурном катании или художественной гимнастике. По сути дела, это целый спектакль, в котором сочетается спорт и искусство. Музыкальное и художественное оформление, точно выверенная последовательность показательных номеров, профессиональный дикторский текст, соблюдение всех ритуальных и церемониальных требований (при награждении победителей, например) и т. п. требует от организаторов любых массовых спортивных мероприятий больших знаний, специфических умений и творческих способностей. Любое крупное спортивное шоу проводится с участием многих специалистов, профессионализм которых проверен и подкреплен опытом.

Если ты чувствуешь в себе творческие способности к такого рода деятельности, то начинай приобретать опыт как можно раньше. Почему бы, например, не помочь учителю физкультуры в подготовке спортивного праздника в школе? Можно, допустим, музыкальное сопровождение обеспечить, или зал украсить, или придумать какой-нибудь номер для выступлений, смотря к чему у тебя есть стремления. Такой опыт никогда не будет лишним, как бы твоя жизнь ни сложилась, и, конечно принесет радость.

Но, разумеется, любая творческая фантазия возникает не на пустом месте, а на базе знаний. Поэтому, прежде всего, изучай то, что тебе интересно. Чем больше будешь знать, тем шире простор для творчества.

Физкультура преподается в любом учебном заведении. И в каждом из них работают специалисты с высшим или средним специальным педагогическим (физкультурным) образованием. Если ты имеешь спортивный опыт, хорошо контактируешь с людьми, любишь и умеешь организовывать и обучать, предпочитаешь здоровый образ жизни – преподавание физкультуры может стать твоим делом.

Учитель физкультуры. С этой профессией ты, наверняка, очень хорошо знаком. Если ходил на физкультуру, то имел возмож-



Профессии в сфере физкультурного образования

ность не только наблюдать, но и участвовать в этой деятельности в качестве ее объекта, т. е. ученика. Если тебе повезло с учителем, ты будешь ему благодарен всю жизнь. И в некоторых жизненных ситуациях всегда будешь вспоминать какой-то совет или шутку, дружескую поддержку, веселый розыгрыш, колкое замечание или похвалу, воспринятые тобой в нужный момент и послужившие толчком к развитию. Как много навыков, полученных на уроках физкультуры, помогают людям уверенно себя чувствовать в разных ситуациях. Согласись, что приятно уметь играть в волейбол и баскетбол, плавать, кататься на лыжах или подтягиваться на перекладине!

А если тебе не повезло с учителем, ты тоже иногда будешь его вспоминать, но только не с благодарностью, а... с досадой. Зачем человек занимался нелюбимым делом? Учти, что всякий раз, когда ты понимаешь, наблюдая за действиями другого человека, что следовать его примеру не надо, ты растешь. А значит, по большому счету, должен быть благодарен тому, кто показал тебе «негатив». Большинство учителей физкультуры – люди достойные большого уважения. Это профессия по настоящему творческая, требует от человека оптимистического склада характера и терпения. Не нам тебе рассказывать, какими бывают современные «детки»! Найти подход и взаимопонимание, сохранив при этом требовательность – задача не из легких. Да и зарплата на сегодняшний день очень скромная. Но у такой профессии есть очень большое преимущество. Обучая и развивая своих воспитанников, учитель получает огромное удовлетворение, видя результаты своего труда. А это приятно!



Преподаватель физкультуры дошкольных учреждений. Физическое воспитание дошкольников – еще одно из возможных направлений работы специалиста в этой области. Работать с дошкольниками могут люди, обладающие такими качествами как общительность, добродушие, большой запас терпения и, разумеется, получившие соответствующее образование.

Преподаватель физического воспитания высшего или среднего специального учебного заведения. Любое государственное высшее учебное заведение имеет в составе своих подразделений специальную кафедру, объединяющую

специалистов, обучающихся студентов физической культуре. Студенты, овладевшие предусмотренным программой курсом, получают соответствующие зачеты. Работники высшей школы зачастую совмещают преподавательскую деятельность со спортивной (тренерской по виду спорта) и научно-исследовательской. В высших учебных заведениях всегда есть условия для карьерного роста: можно подготовить и защитить кандидатскую и даже докторскую диссертацию, стать доцентом или профессором. А можно реализовать себя в тренерской деятельности: многие вузы имеют среди студентов хороших спортсменов, достигающих в период обучения в институте высоких спортивных результатов.

В высших учебных заведениях всегда есть условия для карьерного роста.

Преподаватель физкультурного учебного заведения. В специализированных физкультурных высших учебных заведениях или на факультетах физического воспитания педагогических университетов существуют специализированные кафедры по видам спорта (гимнастики, легкой атлетики, спортивных игр, плавания и т. д.), на которых соответствующие дисциплины преподаются как учебные предметы. Преподаватели спортивно-практических кафедр передают студентам секреты профессионального мастерства, чтобы вырастить из них квалифицированных тренеров и педагогов. Конечно, чтобы секреты мастерства передавать, вначале ими нужно очень хорошо владеть. Поэтому в специализированных вузах преподают люди, хорошо знающие практику, теорию и методiku спорта. В институтах физической культуры есть также много теоретических кафедр – анатомии, физиологии, психологии, педагогики, биомеханики и т. д. На этих кафедрах преподают люди с университетским профильным образованием, кандидаты и доктора наук. И большинство из них имеет собственный опыт спортивных занятий. Чтобы стать преподавателем физического воспитания, нужно самому заниматься каким-то видом спорта и получить высшее образование, дающее право работать по этой специальности. Если тебя привлекает такая карьера – действуй!

Имей в виду, что можно получить не только гражданское высшее физкультурное образование, но и военное. И стать работником физического воспитания в системе министерства обороны или внутренних дел. Ведь основательная фи- **Имей в виду.**

зическая подготовка – это неотъемлемый элемент подготовки профессионального бойца, особенно в таких сферах, как воздушно-десантные войска или спецназ. Если тебе нравится спорт и карьера военного – это может стать удачным для тебя выбором!

Физкультурные профессии в сфере оздоровительной работы с населением



На сегодняшний день это одна из самых востребованных областей профессиональной деятельности. Здоровыми хотят быть все. Причем большинство людей абсолютно точно знает, что самый доступный и едва ли не самый действенный способ обрести физическое и душевное здоровье – это физическая активность, здоровый образ жизни. Но не все готовы трудиться для своего здоровья. В этом деле, как с курением: все знают, что курить вредно, но многие все равно курят. Точно также все знают, что заниматься физкультурой полезно для здоровья, но многие все равно не занимаются. Почему? Да потому, что просто знать – это очень мало. Надо еще хотеть, уметь и иметь возможность. Как ты думаешь, какой из этих трех пунктов важнее? Если я, допустим, умею (заниматься на тренажерах, ходить на лыжах, плавать и т. п.) и имею возможность (могу выкроить для этого время и деньги), но не хочу. Буду я этим заниматься? Нет, конечно. А если я не умею ничего из спортивной деятельности и у меня совсем нет денег, чтобы ходить в фитнес-клуб или на теннисный корт, но я очень хочу заниматься физкультурой, стану ли я тренироваться? Конечно! Мне ведь никто не мешает сделать пробежку или поприседать, потанцевать дома под музыку, проделать комплекс силовых упражнений, покататься с подружкой на велосипеде или погонять с друзьями мяч на даче.

самое главное Так что самое главное в этом деле: пункт 1 – хотеть. Но очень важен и пункт 2 – уметь. Вот представь себе, что я хочу заниматься и имею такую возможность. Например, я могу себе позволить купить абонемент в бассейн или горные лыжи, но ни плавать, ни кататься на лыжах не умею. Будет ли толк от моих желаний и возможностей, если мне не поможет специалист, который меня научит этим «премудростям»? Думаю, что небольшой. Ведь, если берешься что-то делать, нужно это делать хорошо, а иначе можно только навредить. Вот для этой-то цели и нужны профессиональные инструкторы по разным видам спорта. Кроме этого, необходимы специалисты, способные

средствами физической культуры помочь людям, имеющим отклонения в состоянии здоровья. Нужны специалисты, умеющие проводить физкультурные занятия с маленькими детьми, с пожилыми людьми, с желающими похудеть или, наоборот, нарастить мышечную массу и т. д. Так что конкретных специалистов в этой области может быть очень много.

Тренер-инструктор по виду спорта – это человек, как правило, с высшим физкультурным образованием (хотя может быть и с другим высшим или средним специальным образованием, но очень квалифицированный спортсмен в своем виде). Он обучает желающих и платящих за это деньги технике конкретного вида спорта и обеспечивает их безопасность. Такая работа проводится с абонементными группами или на индивидуальной основе. В ней могут быть востребованы разные виды спорта от самых распространенных, таких как плавание или гимнастика, до весьма экзотических — например, конного спорта, прыжков с парашютом или рафтинга (спуска на надувных плотках по бурным рекам). Кстати, последние три вида сейчас становятся все более популярными, и многие люди готовы платить немалые деньги, чтобы овладеть ими.

Востребованность тренера будет зависеть от его квалификации и конъюнктуры рынка. Опыт высокоразвитых стран показывает, что, чем выше уровень жизни, тем больше потребность в таких специалистах. Например, в США функционирует огромное количество клубов по видам спорта, в которые приходят заниматься люди, вовсе не претендующие на лавры олимпийских чемпионов по своим физическим данным. Они платят свои деньги за услуги тренеров, чтобы приобщиться к нравящемуся им виду спорта. Можно предположить, что с ростом уровня жизни в нашей стране, такая система занятий в клубах будет развиваться и у нас в стране. От тренера-инструктора, работающего в сфере досуга населения, не требуется достижения высоких спортивных результатов. Его результат – здоровье, хорошее настроение и отличная физическая форма клиентов.

Тренер-инструктор по общей физической подготовке. Это тренер широкого профиля, сам владеющий хорошей многоборной подготовкой. Он «вооружает» занимающихся требуемым набором двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости,

Перечень основных профессий



гибкости, ловкости) в том объеме и пропорциях, который им необходим для полноценной жизни и решения каких-то специальных задач (улучшения фигуры, например, профилактики возрастных проблем или, допустим, повышения физических возможностей для более качественной игры в теннис).



Инструктор фитнес-центра. Престижная и высокооплачиваемая работа. Фитнесс-индустрия является очень доходным бизнесом. Мода на занятия тем или иным видом упражнений специально поддерживается производителями спортивного оборудования. Фитнесс — целая система оздоровительных мероприятий, подразумевающих готовность человека к полноценной жизни. Желающие работать в престижном фитнес-центре должны соответствовать высоким требованиям, которые к ним предъявляются. Работать инструктором можно и в спортивном комплексе крупной компании, гостинице, доме отдыха, санатории, которые оснащены тренажерными залами, бассейнами, саунами и прочими атрибутами здорового образа жизни.



Инструктор по туризму. Все большую популярность приобретают виды активного отдыха с элементами спорта, для реализации которых нужны специалисты соответствующего профиля. Физкультурные высшие учебные заведения готовят таких работников в сфере туризма, спортивного ориентирования, скалолазания. Востребованность профессионалов в этой области постоянно растет.

Инструктор-методист на предприятии. Для повышения производительности труда, профилактики отрицательного влияния малоподвижного образа жизни, сплочения производственного коллектива очень важны физкультурные занятия. Для их организации нужны специалисты, хорошо знающие условия труда на конкретном производстве, потребности и интересы работников. Популярными раньше занятия производственной и профилактической гимнастикой, вновь входят в моду, а значит, растет и потребность в профессионалах.

Профессии в сфере адаптивной физической культуры

Слово «адаптация» обозначает процесс приспособления. Адаптивная физическая культура помогает людям с ограниченными возможностями приспособиться к полноценной жизни и реализовать свои способности. Специалисты адап-

тивной физической культуры могут работать в нескольких направлениях: в образовательных учреждениях, в спортивных организациях, в сфере рекреации (активного отдыха), в сфере реабилитации (восстановления), в учреждениях здравоохранения.

Преподаватель физкультуры специальных учебных заведений для лиц с ограниченными возможностями. Существуют школы и интернаты для детей, имеющих ограниченный уровень физических или интеллектуальных возможностей. Такие специальные школы разделяются по профилю заболеваний: для слабослышащих, для страдающих заболеваниями опорно-двигательного аппарата и т. д. В них работают преподаватели, которые знают не только свой предмет, но и особенности заболеваний, и специальные приемы и методики, с помощью которых возможно доступно и качественно обучать необычных детей. Физкультура в таких учебных заведениях – один из главных предметов. Учителями таких школ обычно становятся люди с разносторонней подготовкой (физкультурной, медицинской, психологической), терпеливые и преданные делу.

Тренер по виду спорта для инвалидов. Ты, наверное, знаешь, что существуют специальные соревнования по различным видам спорта для инвалидов. Помнишь, мы уже говорили, что для таких людей даже проводятся специальные Олимпийские игры, они называются Паралимпийские. Естественно, что для работы в этом спорте нужны специально подготовленные тренеры, которые хорошо знают свой вид спорта и его особенности для разных категорий исполнителей. Представляешь, как сильно отличается по технике спринтерский бег или баскетбол у обычных спортсменов и тех, кто выступает сидя в колясках! И все эти нюансы должен знать тренер.

Методист лечебной физкультуры. Специалист, работающий с больными людьми, которым необходимы специально подобранные физические упражнения как метод лечения, рекомендуемый врачом наряду с лекарствами, физиотерапевтическими процедурами и т. п. Методисты ЛФК работают в поликлиниках, больницах, санаториях и других учреждениях здравоохранения. Они помогают людям восстановиться после тяжелых операций, серьезных травм и самых разных недугов.

Адаптивная физическая культура помогает людям с ограниченными возможностями приспособиться к полноценной жизни и реализовать свои способности.

В данном перечне приведены далеко не все возможные профессии в сфере спорта, на самом деле их разнообразие куда шире. Согласись, выбрать есть из чего!

На что обращать внимание при выборе вуза?

Итак, тебе предстоит выбрать, куда пойти учиться для получения профессии, по которой хотел бы работать. Если ты намереваешься идти в вуз, то рекомендуем обратить внимание на несколько моментов.

1. Выясни (по справочникам, через Интернет), в каких вузах готовят специалистов интересующего тебя профиля. Дело в том, что большинство крупных институтов преобразованы в университеты или академии и имеют право готовить специалистов по широкому кругу специальностей. А значит, практически в каждом вузе идет набор на популярные и модные специализации. Учти, что при этом каждый институт сохраняет десятилетиями наработанные традиции профессиональной подготовки студентов. И если какой-либо университет образован на базе сугубо технического института, то вся система обучения в нем и рассчитана преимущественно на подготовку технических специалистов, а качество образования по таким нововведенным специальностям, как, скажем, экономика, юриспруденция или психология, может оказаться ниже, чем хотелось бы. Предпочтительнее останавливать свой выбор на тех вузах, в которых есть традиции подготовки специалистов нужного тебе профиля.

2. Выбери из полученного списка вузов несколько наиболее подходящих, с твоей точки зрения. А после этого проведи небольшую исследовательскую работу: изучи поподробнее, что это за учебные заведения. Для этого можно воспользоваться Интернетом или беседами со знающими людьми. Но лучше все-таки, если ты живешь в том же городе, где планируешь учиться, самому посетить эти вузы. Выяснить, где находится приемная комиссия, и приобрести там справочник для поступающих в этот вуз. Из него ты узнаешь перечень всех специальностей, по которым идет набор, правила приема, перечень экзаменов. Обязательно посети тот факультет и кафедру, на которых предполагаешь учиться. Обычно на стендах представлена информация о составе кафедры, достижениях ее сотрудников, изданных учебниках, знаме-

нитых выпускниках. Все это показатели качества интересующей тебя кафедры. Какие книги выпущены специалистами кафедры за последние годы? Кто из известных специалистов интересующего тебя профиля преподает в этом институте? Можно ознакомиться, например, с учебным планом – перечнем предметов, которые будут изучаться на каждом курсе. Погуляй по территории института, загляни в аудиторию, представь себя студентом, прислушайся к своей интуиции.

3. Если выбранное тобой учебное заведение негосударственное, выясни, есть ли у него лицензия на высшее образование в той области, по которой ты намереваешься учиться? Имеет ли оно аккредитацию, то есть право давать выпускникам документы об образовании государственного образца? Лицензии, как правило, есть у всех, а вот с аккредитацией бывают проблемы. Сейчас появилось довольно много учебных заведений, которые несколько лет учат чему-либо, а потом вдруг выясняется, что они не могут выдавать государственные документы об образовании и, как следствие, их выпускники не имеют права официально работать по полученной специальности.

4. Перейди от абстрактного намерения к конкретным действиям – поставив себе цель поступить учиться туда, куда ты хочешь, начни основательно готовиться к этому. При поступлении в вуз ты почти наверняка столкнешься с ситуацией конкурсного отбора. Что значит «Конкурс на специальность – 3 человека на место»? Это значит, что из желающих поступить на нее осуществит свою мечту лишь один человек из каждых трех – тот, кто будет лучше подготовлен и проявит себя более сильной личностью. Остальные двое из каждых трех, как это ни печально, будут вынуждены довольствоваться обучением по менее популярным специальностям или ждать до следующего года. А ведь 3 человека на место – это конкурс не такой уж и высокий, на престижных и модных специальностях он нередко бывает и 5-10 человек на одно место!

На протяжении жизни тебе часто придется сталкиваться с подобными ситуациями жесткого отбора. Ведь хороших учебных и рабочих мест всегда меньше, чем желающих их занять. За них надо соревноваться. А в любом соревновании, спортивным или жизненным, есть победители, но есть



Рекомендуем прочитать

1. Климов Е. А. Как выбрать профессию? – М., 1990.
2. Резапкина. В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков. – М., 2000.
3. Стамбулова Н. Б. Психология спортивной карьеры. – СПб., 1999.
4. Степанов А. Н., Бендюков М. А., Соломин И. Л. Азбука профориентации. – СПб., 1995.
5. Твоя профессиональная карьера. Учебник / Под ред. С. Н. Чистяковой, Т. И. Шалавиной. – М., 2000.
6. Энциклопедия для детей. Выбор профессии. – М.: 2003.

и проигравшие. Для кого-то это может оказаться болезненным уроком, но так уж устроена наша жизнь. Чтобы достигнуть желаний, нужно много трудиться и быть конкурентоспособным. Помни, что не только ты выбираешь профессию, но и профессия выбирает тебя!

Заключение

У каждого человека в жизни свой путь. И даже, если он шагает по проторенной дороге, следы оставляет свои, собственные. Есть две вещи, которые взрослый человек должен выбрать только сам: кем быть и с кем быть. И от этих двух выборов зависит его жизненный успех. Не всем удастся сделать это однажды и на всю жизнь. Человек ведь меняется, и обстоятельства меняются. Когда ты в детстве вырастал из какой-то одежды, то приходилось приобретать новую — побольше. Это делали родители, потому что ты был еще маленький. Твоя профессия — это тоже, своего рода, одежда, только внутренняя. Когда профессия подходит человеку, то внутри у него возникает ощущение тепла и комфорта, а когда нет — то трет, жмет и раздражает. Примерить профессию на себя и понять, твое это или не твое, можешь только ты сам. Близкие люди могут тебе сильно помочь в выборе, потому что они очень хорошо тебя знают и любят, но выбор остается за тобой. Желаем тебе удачи!

И еще. Любимая профессия — это не просто удовольствие, а удовольствие от трудной работы. Чувствуешь разницу?