ПРОФВЫБОР

Салоид Людмила

«Когда труд - удовольствие, жизнь - хороша!
Когда труд - обязанность, жизнь - рабство!»

Книга “ПрофВыбор” -

это уникальная, комплексная диагностика вашей личности для выявления профессиональных склонностей, интересов, способностей, задатков и мотивации.

Обратите внимание, что в этой книге есть тесты, которые вроде бы косвенно относятся к профориентации. Но на самом деле напрямую влияют на успешность в выбранном направлении. Ведь важно не только найти свое призвание, но и достичь ощутимых результатов в этом деле. СОГЛАСНЫ?

Поэтому внимательно изучите результаты и задавайте вопросы своему профориентологу для получения более комплексной информации о себе.

Книга “ПрофВыбор” - это авторское визуальное оформление известных профориентационных методик, которые были адаптированы в Центре психологии WhoAmI Людмилы Салоид для современных реалий и более удобного восприятия результатов.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Темперамент (по А. Белову)

2. Социальная ориентация деятельности

3. Структура деятельности

4. Тип личности и профессии

5. Склонности

6. Профессиональная мотивация

7. Профессиональный тип

8. Матрица профессий

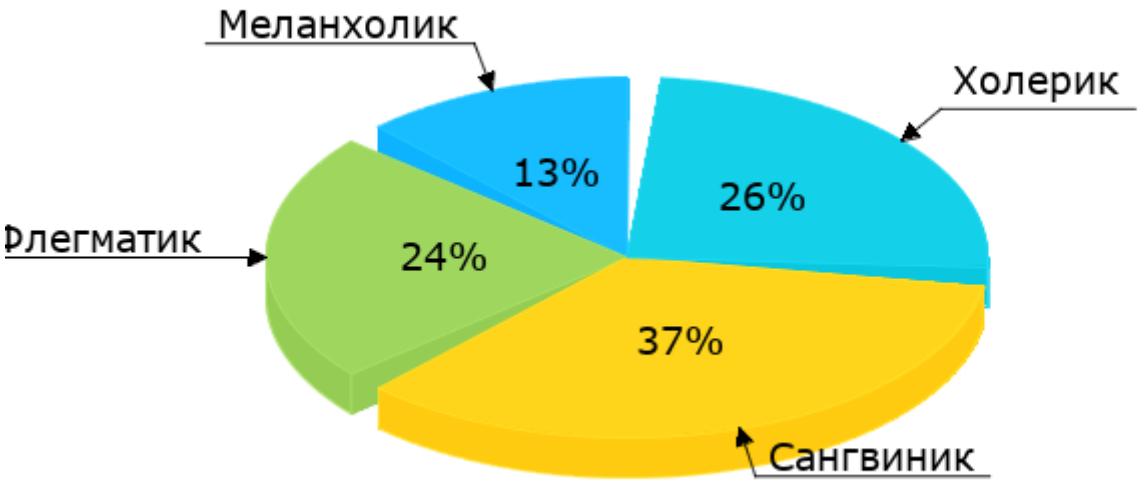
I. ТЕМПЕРАМЕНТ

Редко встречаются люди с одним типом темперамента. Гораздо чаще в людях сочетаются смешанные типы.Важно знать, как свой доминирующий тип темперамента, так и соотношение в себе всех типов.

Темперамент - врожденные индивидуальные особенности личности, которые влияют на скорость, а не качество выполнения деятельности. Темперамент составляет основу развития характера. С физиологической точки зрения он обусловлен строением нервной системы человека.

Формула вашего темперамента

Сочетание всех четырех типов темпераментов в вашей личности следующее:



Общее описание:

ХОЛЕРИК	САНГВИНИК	ФЛЕГМАТИК	МЕЛАНХОЛИК
1. Неусидчивость, суетливость.	1. Жизнерадостность.	1. Спокойствие и хладнокровие.	1. Стеснительность и застенчивость.
2. Невыдержанность, вспыльчивость.	2. Энергичность и деловитость.	2. Последовательность и обстоятельность в делах.	2. Растерянность в новой обстановке.
3. Нетерпеливость.	3. Недоведение начатого дела до конца.	3. Осторожность и рассудительность.	3. Затруднительность в установлении контактов с незнакомыми людьми.
4. Резкость и прямолинейность в отношениях с людьми.	4. Склонность переоценивать себя.	4. Умение ждать.	4. Неверие в свои силы.
5. Решительность и инициативность.	5. Способность быстро схватывать новое.	5. Молчаливость, нежелание болтать по пустякам.	5. Легкое перенесение одиночества.
6. Упрямство.	6. Неустойчивость в интересах и склонностях.	6. Обладание спокойной, равномерной речью, без резко выраженных эмоций, жестикуляций и мимики.	6. Чувство подавленности и растерянности при неудачах.
7. Находчивость в споре.	7. Легкое переживание неудачи и неприятностей.	7. Сдержанность и терпеливость.	7. Склонность уходить в себя.
8. Неритмичность в работе.	8. Легкое приспособление к разным обстоятельствам.	8. Доведение начатого дела до конца.	8. Быстрая утомляемость.
9. Склонность к риску	9. Увлеченность любым делом.	9. Умение применять свои силы в дело (не растрачивать их по пустякам).	9. Обладание тихой речью, иногда снижающейся до шепота.
10. Незлопамятность, необидчивость.	10. Быстрое остывание, когда дело перестает интересовать.	10. Строгое придерживание выработанного распорядка жизни, системы в работе.	10. Невольное приспособление к характеру собеседника.
11. Быстрота и страстность речи.	11. Быстрое включение в новую работу и переключение с одного вида работы на другой.	11. Легкое сдерживание порывов.	11. Впечатлительность до слезливости.
12. Неуравновешенность и склонность к горячности.	12. Тяготение однообразной, будничной, кропотливой работой.	12. Маловосприимчивость к одобрению и порицанию.	12. Чрезвычайная восприимчивость к одобрению и порицанию.
13. Нетерпимость к недостаткам.	13. Общительность и отзывчивость, не скованность в общении с другими людьми.	13. Незлобивость, проявление снисходительного отношения к колкостям в свой адрес.	13. Предъявление высоких требований к себе и окружающим.
14. Агрессивность забияки.	14. Выносливость и работоспособность.	14. Постоянство в своих отношениях и интересах.	14. Склонность к подозрительности, мнительности.

15. Выразительность мимики.	15. Громкая, быстрая, отчетливая речь.	15. Медленное вовлечение в работу и переключение с одного вида работы на другой.	15. Беспечная чувствительность и легкая ранимость.
16. Способность быстро действовать и решать.	16. Сохранение самообладания в неожиданной, сложной ситуации.	16. Ровность в отношениях со всеми.	16. Чрезмерная обидчивость.
17. Неустанное стремление к новому.	17. Обладание всегда добрым настроением.	17. Аккуратность и порядок во всем.	17. Скрытность и необщительность, нежелание делиться своими мыслями.
18. Резкость, порывистость в движениях.	18. Быстрое засыпание и пробуждение.	18. Трудное приспособление к новой обстановке.	18. Малоактивность и робость.
19. Настойчивость в достижении поставленной цели.	19. Частая несобранность, поспешность в решениях.	19. Обладание выдержкой.	19. Безропотность и покорность.
20. Склонность к резкой смене настроения.	20. Склонность иногда скользить по поверхности, отвлекаться.	20. Постепенное схождение с новыми людьми.	20. Стремление вызвать сочувствие и помощь окружающих.
Предпочтительные сферы деятельности	**Предпочтительные сферы деятельности**	**Предпочтительные сферы деятельности**	**Предпочтительные сферы деятельности**

• Продажи • PR • HR, рекрутинг • Руководитель среднего и высшего звена • Преподаватель • Тренер • Психолог • Руководитель проектов • Спикер • Идейный вдохновитель • Менеджер по продажам • Репортёр • Ведущий на радио или телевидении • Режиссёр • Дизайнер, гид и другие профессии, требующие гибкости и умения налаживать контакты. В целом это работа с людьми Холерики - это яркие трудоголики чаще всего.	• Работа с клиентами • Закупки • Продажи • HR, head-hunting • PR, маркетинг, реклама Эти люди нередко становятся дипломатами или мастерами переговоров. Договориться с ними проще простого, потому что они стабильны и уравновешены. Энергетика у таких людей достаточно развита, от них словно веет теплом, к которому тянутся окружающие.	• Бухгалтерия, финансы • IT • Делопроизводитель • Специалист call-центра • Специалист call-центра • аналитик	• Психолог • Аналитик • Рекрутер (ресечер) • Различные виды рутинных работ • Дизайнер, художник-оформитель • Архитектор • Актер • Писатель • Художник • Учёный • Бухгалтер • Программист • Архитектор другие профессии, требующие наблюдательности и внимания к деталям.
Особенности личности	**Особенности личности**	**Особенности личности**	**Особенности личности**
• Быстрота реакций • Большая конфликтность (по сравнению с людьми, относящимися к другим типам темперамента) • Вспыльчивость, раздражительность • Высокая степень чувствительности /проницательность • Активность • Энергичность Холерики не жалуются на отсутствие сна. Они быстро засыпают, столь же быстро просыпаются, спят крепко. Это особенное свойство характера.	• Стрессоустойчивость • Относительная поверхностность, нестабильность в контактах и привязанностях • разбросанность Сильный, уравновешенный, подвижный тип. Живой и любознательный, гибкий и динамичный, сангвиник не привык копить обиды и долго переживать неудачи. Он не падает духом и всегда ищет выход в сложившейся ситуации. Активные и общительные сангвиники любят новые впечатления, они доброжелательны, приветливы и легко сходятся с людьми.	• Медленен, невозмутим • Имеет устойчивые стремления и настроение • Внешне скуп на проявление эмоций и чувств спокойный, надежный, стабильный, осмотрительный, доброжелательный Флегматикам сложно вливаться в новую обстановку, они испытывают стресс от потребности постоянно перепрыгивать с одного дела на другое.	• Не стрессоустойчив • Чувствителен, раним • Повышенно впечатлителен • За счет чувствительности хорошо чувствует окружающих людей, проницателен • Не уверен в себе

В работе	В работе	В работе	В работе
Трудоголик, он работает с полной самоотдачей, но на неудачи реагирует бурно. Часто берется за множество дел, не доводя до конца остальные. С трудом выполняют однообразную работу - требуется переключение с одного вида деятельности на другой	В работе во многом зависит от интереса к деятельности - при снижении интереса к работе склонен снижать темп рабочей активности	Способен длительно выполнять однообразную работу в одном темпе, что делает его весьма производительным; может появляться медленность реакций	В условиях строгой регламентации и монотонного труда обнаруживает большую продуктивность и сопротивляемость утомлению

II. СОЦИАЛЬНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Данный тест позволяет увидеть, насколько ярко выражены ваши установки относительно альтруизма/эгоизма и процесса/результата.

Он помогает ответить на вопросы:

1. Чего во мне больше: альтруизма или эгоизма?
2. На что я больше нацелен: на процесс или на результат?

Значения в этих шкалах обозначают, **насколько вам важен каждый из описываемых ниже мотивов**. Обратите внимание не только на **величину значений**, но и то, как они **соотносятся между собой** (какое из них наименьшее). Эти особенности вы обсудите на консультации с вашим профориентологом.

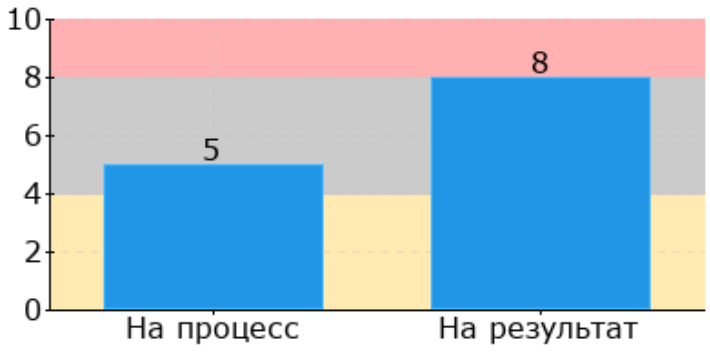
По вашему результату вы увидите, какие установки в большей степени соответствуют вам. Сравните их между собой по баллам.

Максимальное значение - 10 баллов; минимальное значение - 0 баллов.

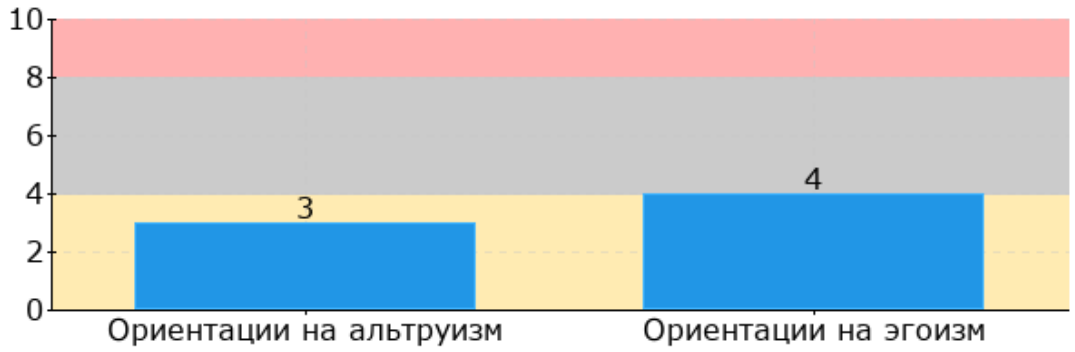
0-3 - низкий уровень.
4-7 - средний уровень.
8-10 - высокий уровень.

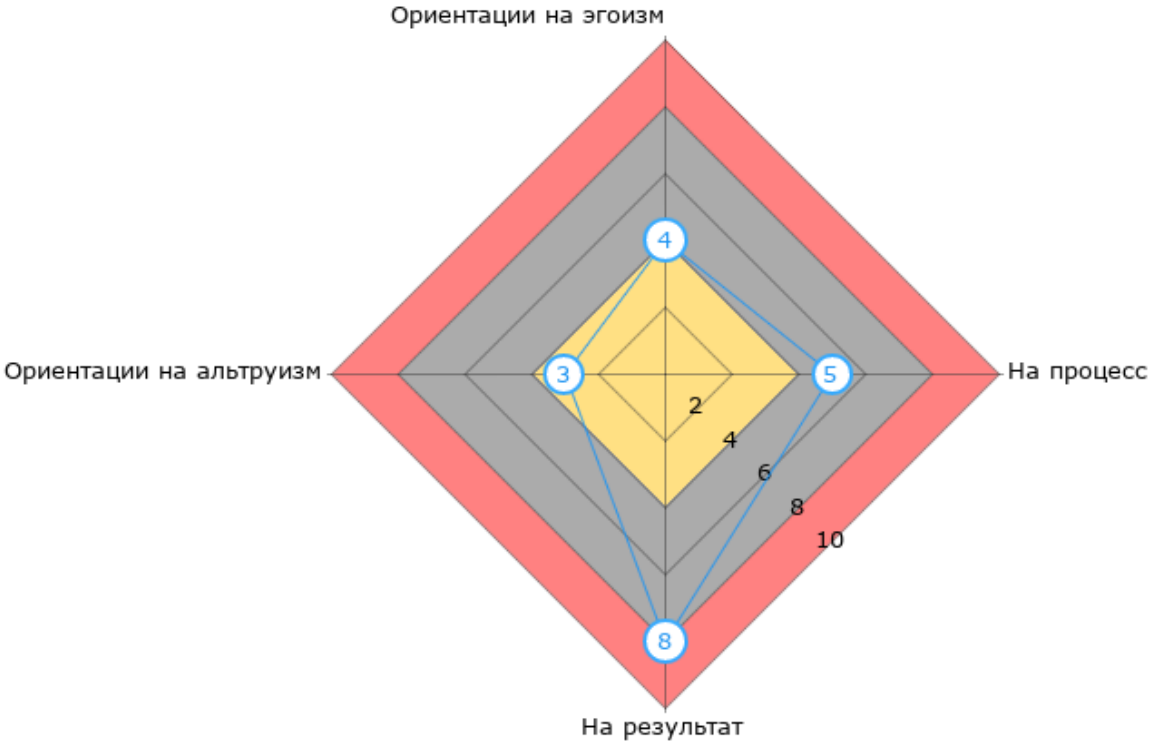
Ваши показатели:

На что я больше орентирован

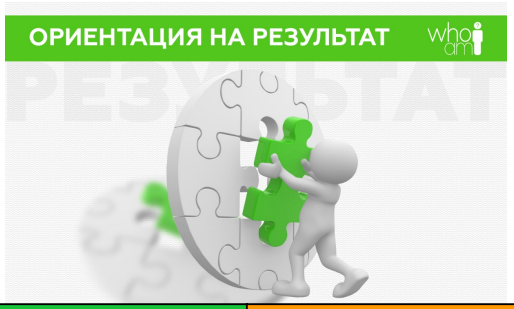


Чего во мне больше

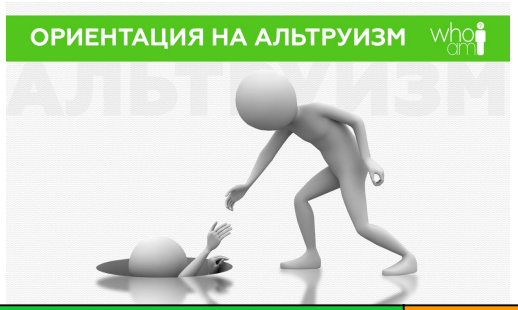




Ваш результат	Личные качества, которые вам помогают	Ваши сильные стороны	Опасности, к которым может привести	Какие виды деятельности вам подходят
5 Обратите внимание - у вас СРЕДНИЙ показатель ориентации на процесс При ориентации на процесс человек в большей степени фокусируется на осуществление определенных операций, соблюдение технологий и выполнение действий. На получение удовольствия от самой деятельности в большей степени, чем на отслеживание ее результата. В работе или другой деятельности вам важно, чтобы само занятие для вас было интересным. И поэтому вам легче справиться с задачей, где важен именно сам процесс. Вами движет интерес к делу больше, чем получение результата.	Для вас больше характерно обсуждение фактов, процедур, планирования, организации, контролирования, проверки, тестирования, анализа, наблюдений, доказательств, деталей.	- внимательны к деталям, подробностям, внутренним правилам и стандартам - цените качество работы, а не скорость или количество - аккуратны, тщательны, методичны - совершенствуете процессы, системны, любите последовательность, логичность процессов - умеете работать с рутинными, повторяющимися задачами	Последствия ориентации только на процесс: - это может препятствовать вашей результативности - можно упустить из виду итоговую цель, уйти в детали в ущерб результату - сильно погрузиться в отслеживание качества, упустить другие показатели эффективности. - задержаться со сдачей итогового результата (нарушить сроки) - проявить излишний перфекционизм - порой требуется контроль "сверху", чтобы не упустить из виду цель Если сам процесс стал для вас неинтересным, вы можете забросить данное занятие, не всегда задумываясь о последствиях. Также может требоваться дополнительная мотивация во время реализации.	Виды деятельности, требующие сосредоточенного подхода к процессу работы, отслеживанию логики и качества, понимания взаимосвязи разных элементов в работе, необходимости следить за улучшением процесса. Возможно деятельность, требующая медленной вдумчивой работы, без спешки с ориентацией на долгосрочный устойчивый результат. Например подходит для секретарей, бухгалтеров, консультантов и др.



Ваш результат	Личные качества, которые вам помогают	Ваши сильные стороны	Опасности, к которым может привести	Какие виды деятельности вам подходят
8 Обратите внимание - у вас ВЫСОКИЙ показатель ориентации на результат При ориентации на результат человек в большей степени отслеживает результаты труда, а не погружается в процесс деятельности. Вы умеете достигать результата вопреки любым помехам и отвлечениям.	Вы больше любите обсуждать результаты и достижения, конкретные вопросы, связанные с поведением и ответственностью, продуктивностью и эффективностью, изменениями и продвижением вперед, опытом, препятствиями.	- стремитесь к достижению цели, имеете высокую планку по целям - обладаете высокой скоростью действий (чаще всего), высокой энергичностью, решительностью - расставляете приоритеты в зависимости от влияния внешних факторов на результат - требуете обоснования целесообразности действий, предпочитаете обоснование через цифры - прагматичны, прямолинейны, целеориентированы	Последствия ориентации только на результат: - действия, исходя из принципа, что иногда цель оправдывает средства - нетерпимость и невнимательность, нежелание работать с рутинными задачами - переживание за все, что мешает достичь результата - молниеносное переключение с одного вопроса на другой, партнеры могут не успевать - нетерпение к действиям других, требование высокой скорости работы от других - забывание деталей, нарушение технологии - подавление в других людях заинтересованности в самом процессе деятельности - упустить то, что может не относится напрямую к результату, но помогать процессу - потеря интереса к делу, если цель долгосрочна - можно кому-то ненамеренно навредить или просто сделать дело быстро, но некрасиво («проехать на бульдозере»). Такое положение требует дополнительного планирования и взвешенных решений.	Ориентация на результат хорошо подходит для руководящих позиций, индивидуальной деятельности с достижением быстрого эффекта и в целом в любой работе с достижением быстрого результата. Например, такая позиция проявляется у менеджеров по телефонным продажам, тренеров и др.



Ваш результат	Личные качества, которые вам помогают	Ваши сильные стороны	Опасности, к которым может привести	Какие виды деятельности вам подходят
3 Обратите внимание - у вас НИЗКИЙ показатель ориентации на альтруизм Вы обладаете способностью бескорыстно жертвовать личными интересами ради блага других. Вы действуете прежде всего на пользу другим, часто в ущерб себе (и делу). Это установка, отличающая зрелую личность.	Вы больше любите говорить о людях и отношениях, человеческих нуждах, мотивах, убеждениях, ценностях, ожиданиях людей, о работе в команде и сотрудничестве, проблемах общения, чувствах и восприимчивости людей, о понимании и саморазвитии.	- добры, отзывчивы, сопереживаете, обладаете самопожертвованием, заботой, жалостью, состраданием, терпением, добродушием, пониманием - умеете оказывать поддержку, помощь нуждающемуся, обладаете способностью поставить себя на место другого - эмоциональны, восприимчивы, чувствительны. - способствуете развитию добра в мире, нравственному прогрессу и развитию общества - живете по совести - способны ощущать счастье и умиротворение от совершенных поступков	Последствия ориентации только на альтруизм: - вас могут использовать в своих целях и оставить "с пустым корыто" - можно обесценить свои поступки, ущемлять свои интересы - можно привыкнуть к постоянным благодарностям и возвысить свое Эго, возвести себя на пьедестал почета, развить чувство своего великолепия - использовать имидж доброго, бескорыстного человека в целях приобретения ресурсов - самоотверженно загонять окружающих в свое понимание "счастья".	Ориентация на альтруизм подходит для дел, подразумевающих помощь, поддержку и развитие других людей, консультирование, например в таких сферах, как образование и воспитание, психология, медицина и др. Ориентация на альтруизм проявляется в таких видах деятельности как волонтерство, наставничество, благотворительность, самопожертвование.

Ваш результат	Личные качества, которые вам помогают	Ваши сильные стороны	Опасности, к которым может привести	Какие виды деятельности вам подходят
4 Обратите внимание - у вас СРЕДНИЙ показатель ориентации на эгоизм Ориентация на эгоизм подразумевает, что свои интересы более предпочтительны, чем интересы других людей. Вы сосредоточены в основном на своих личных интересах (это не обязательно про материальную выгоду, но при принятии решений вы весьма серьезно учитываете то, как последствия материального вопроса отразятся именно на вас лично).	- думаете о собственной выгоде, исполняете свои желания, а не чужие - имеете устойчивую самооценку - мало заботитесь об общественном мнении - самодостаточны, целеустремлены и очень уверены в себе	- думаете о своем благополучии, удовлетворяете свои потребности, стремитесь получать удовольствия, мечтаете об успехе, ищете пользу для себя - чаще других достигаете поставленных целей - умеете отказывать другим	Последствия ориентации только на эгоизм: - можно мало думать о последствиях действий для других, - можно проявлять пренебрежительное отношение к другим - забирать себе все самое лучшее - подзабыть тех, кто помог тебе в жизни - проявлять инфантилизм, взбалмошность - требовать поклонения себе - ощущать собственную исключительность - идти по "головам" для достижения своей цели Здоровый эгоизм, не причиняющий вред другим людям, полезен в любой деятельности. Вы можете быть вполне моральным и добрым человеком, придерживающимся разумного эгоизма. Люди с чрезмерно выраженным эгоизмом встречаются довольно редко.	Ориентация на эгоизм подходит в тех видах деятельности, которые подразумевают достижение личного результата, получение только личной прибыли, например индивидуальное предпринимательство или дела, связанные с ручной работой и приемом заказов только на себя.

3 уровня ЭГО

Традиционно люди привыкли думать, что быть эгоистом это плохо, неправильно. Но мало кто задумывается или знает, какие бывают типы эгоизма.

Отсутствие эгоизма:	Здоровый эгоизм:	Эгоцентризм:
1) Потребности другого всегда на первом месте, мои - всегда последние. 2) Я все делаю сначала для другого и только потом, возможно, для себя. 3) Часто про себя, свои потребности вообще забываю. 4) Говорить "нет" не умею. 5) Выстраивать границы не умею. 6) Помогаю другим в ущерб себе. 7) Не умею/боюсь/не научился говорить про свои интересы и потребности. 8) В конфликтной/спорной ситуации выбираю стратегию избегания или приспособления. 9) Когда меня обижают, я молчу, «проглатываю». Не могу/не умею/боюсь себя защитить. Если такое поведение стало привычным образом жизни, способствует ли это внутреннему ощущению счастья? А люди, для которых так стараются, умеют ли ценить такую жертвенность?	1) Я умею говорить про свои желания, потребности. 2) Уважаю мнение/потребности других людей. 3) В спорной ситуации выбираю стратегию поведения «компромисс» или «сотрудничество». 4) Умею обозначать границы. 5) Умею сказать "нет". 6) Умею слушать и слышать другого человека. 7) Не даю себя в обиду, не молчу, когда меня обижают. Где надо, делаю это с уважением, иногда более жестко. 8) Я выбираю такое окружение, которое уважает мои интересы, потребности и желания. В этом случае вы чувствуете себя достаточно гармонично: с уважением как к себе, так и к окружающим.	1) Я самый главный. 2) Прав только я. 3) Есть мое мнение и неправильное. 4) Я не учитываю потребности/интересы/желания других. 5) Учитываю потребности/интересы/желания других только тогда, когда это выгодно мне. 6) Думаю только о себе. 7) В спорной ситуации выбираю стратегию поведения «конкуренция». 8) Мое общение с другими идёт через позицию силы, давления, унижения, обесценивания. Вы задумывались, насколько ваша стратегия укрепляет отношения с людьми? Вы довольны тем, какого качества отношения у вас с родными, коллегами, друзьями? Насколько такая стратегия является долгосрочной и выгодной в перспективе длительного времени?

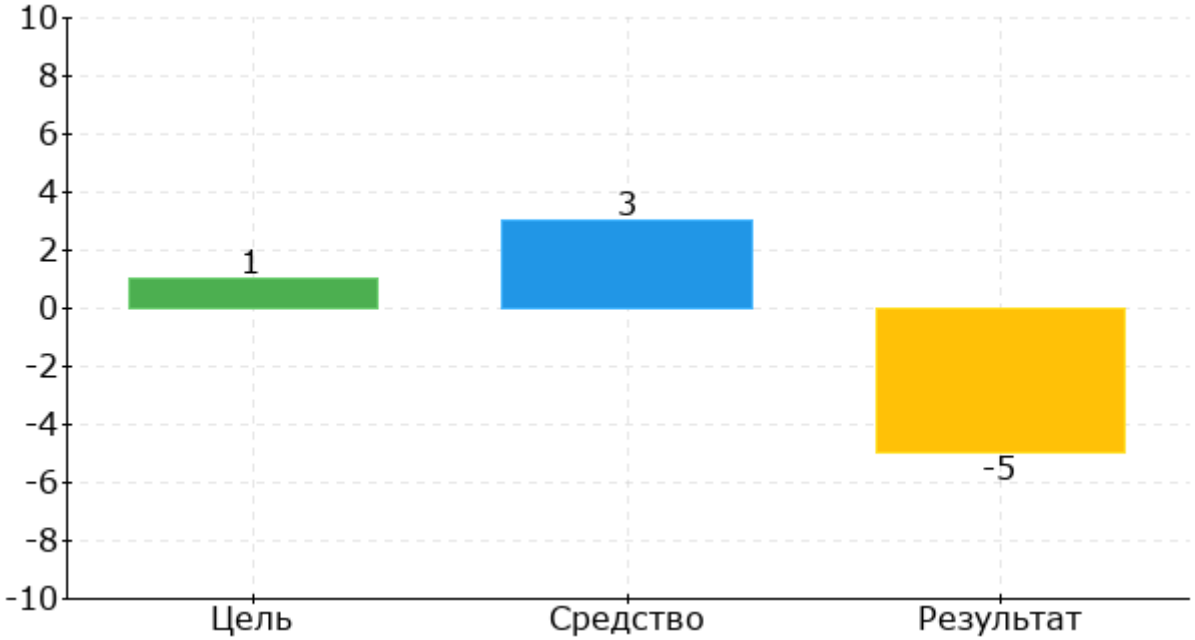
В какой категории находитесь вы?
А ваши близкие? Коллеги? Руководство?

III. СТРУКТУРА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Данный тест описывает основные **черты любой деятельности**. Вначале нее вы вырабатываете **цель**, представляя более или менее ясную картину желаемого будущего, конечное состояние, в которое вы хотите привести ситуацию и себя. Далее в ход вступает **средство, т.е. тот ресурс**, который вы готовы вложить в достижение цели (технологии, орудия труда, материалы, деньги, предметы). И итогом любой деятельности является **результат** - итог, которого вы достигли по результатам ваших действий.

Минимальный показатель -9 баллов., максимальный 9 баллов.

Обратите внимание на ваши баллы: они покажут ваше отношение к целям, выбору средств и результатам своего труда.



Ваши показатели:

ВАШЕ ОТНОШЕНИЕ К ЦЕЛЯМ	ВАШЕ ОТНОШЕНИЕ К СРЕДСТВАМ	ВАШЕ ОТНОШЕНИЕ К РЕЗУЛЬТАТУ
Оптимальный результат от +5 до +9	Оптимальный результат от +3 до +6	Оптимальный результат от - 4 до +4
Ваш показатель: 1	Ваш показатель: 3	Ваш показатель: -5
Ваши цели не всегда обоснованы, неустойчивы. Не все разумные действия целесообразны, иногда вы склонны к пустому времяпрепровождению. При затруднениях с выбором цели легко пользуетесь подсказкой/целями извне. Всегда требуется определенная сила воли, чтобы «собраться» и подготовить себя к выполнению какой-либо деятельности.	У вас оптимальный результат: вы достаточно свободны в выборе средств, поведение спонтанно и соответствует ситуации. Обладаете достаточно хорошим энергетическим потенциалом, сбалансированной нервной системой. Не агрессивны, но и не конформны. Поведение не вызывающее, но и не блокируется комплексами, мнительностью и негативизмом.	Вы склонны переоценивать результат своей деятельности. Удача вызывает приступы сильного веселья, неудачи провоцируют неадекватное горе, и даже ничтожные события способны вызвать настоящее потрясение. Вы как бы находитесь в состоянии хронического перехода, транса, имете повышенную тревожность. Личностный рост ваш порой непредсказуем, во многом случаен. Есть интерес к своему внутреннему миру.

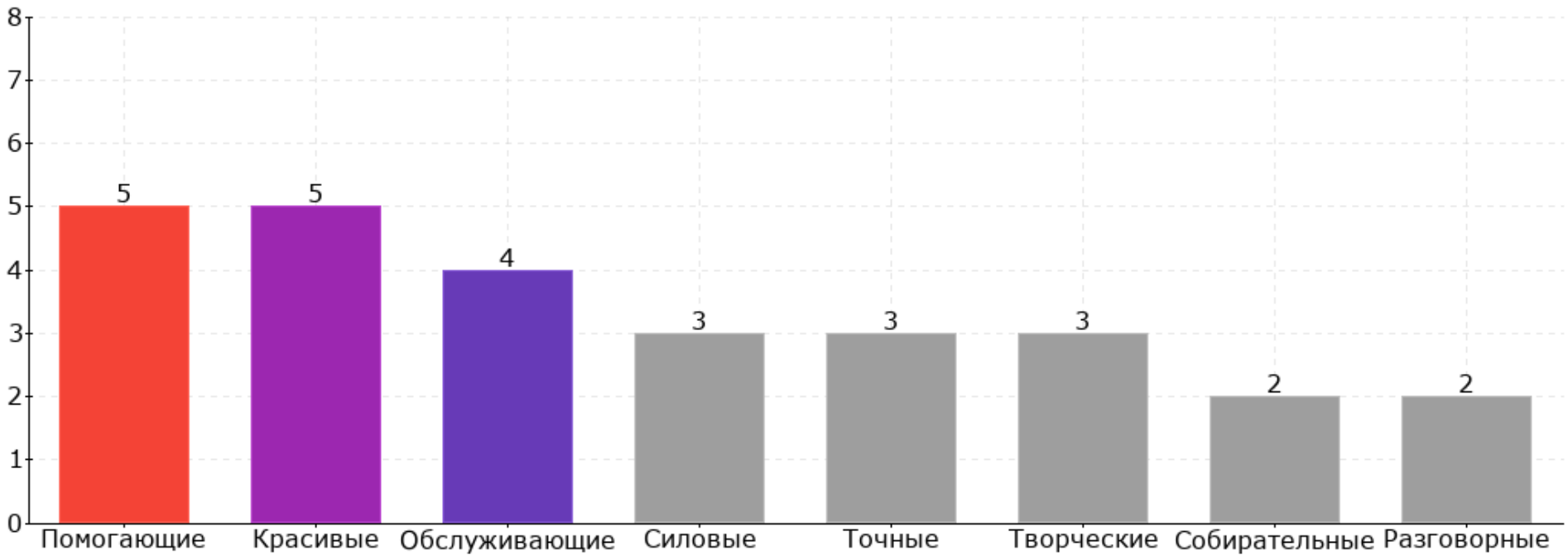
Красный столбец показывает черты, которые могут иметь серьезные негативные последствия.
Желтый - те черты, которые могут иметь незначительные сложности,
а зеленым обозначен оптимальный результат.

IV. ТИП ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИИ

В данном тесте вы получите представление об основных группах профессий. И сможете в соответствии со своими результатами ознакомиться с рекомендуемыми для вашего типа личности профессиями.

Выбор предпочитаемых профессий **является значимым, если фактор набрал 4 или 5 баллов**. В случае равенства баллов выбор профессии или профессиональной области определяется как интеграция свойств и качеств разных факторов.

Профессии по вашему профилю



	Описание	Основные профессии	Дополнительные профессии	Психологический тип личности	Особенности профессий и условий деятельности
III. фактор ПОМОГАЮЩИЕ	К данной группе относятся профессии, которые связаны с социальной направленностью и работой с природными стихиями. Профессии, где предметом труда могут быть: - люди; - стихии и природные явления (вода, земля, огонь, воздух, электричество). В данную группу входят так называемые «помогающие», «лечащие», «обучающие», «спасающие» и «экстремальные».	Врач Педагог Тренер Консультант Сварщик Металлург Военнослужащий Летчик Спасатель МЧС Пожарный Моряк Судья Электрик Каменщик Землекоп Инженер Астроном Геодезист Геолог Биолог Физик Химик Эколог	Дефектолог Железнодорожник	- Справедливость; - ответственность; - чувство долга; - выносливость; - экономность; - педантичность; - аккуратность; - этичностью поведения.	Данные профессии подходят людям, готовым к самопожертвованию, служению и выполнению долга.

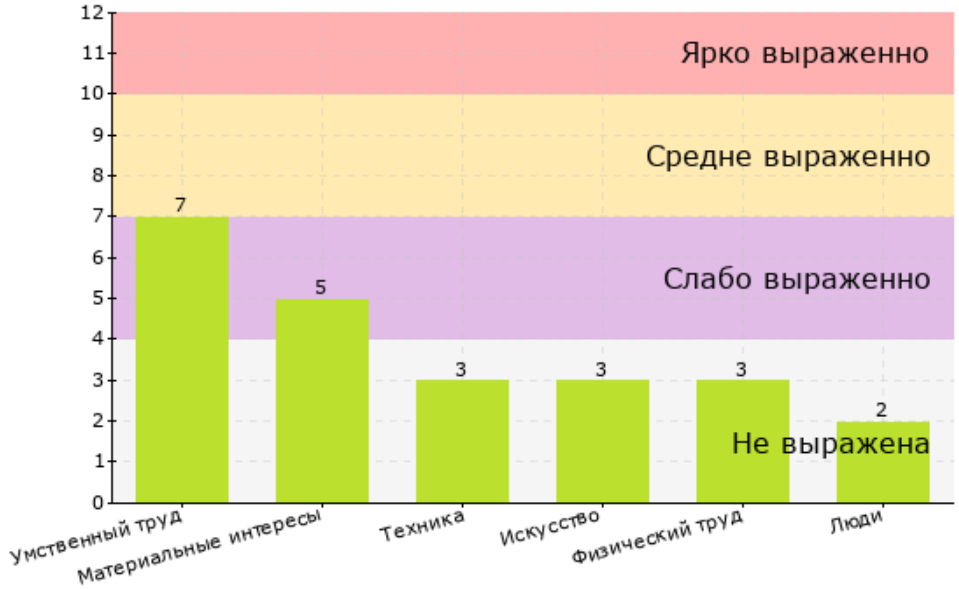
	Описание	Основные профессии	Дополнительные профессии	Психологический тип личности	Особенности профессий и условий деятельности
IV. фактор КРАСИВЫЕ	К данной группе относятся профессии, связанные с созданием художественных произведений или с их воспроизведением, с изготовлением различных изделий по эскизу, образцу и демонстрированием конечному зрителю продуктов своего творчества. Данные профессии называют часто «красивыми» и «артистическими».	Модельер, стилист Актер Художник-оформитель Продавец-демонстратор Дизайнер Фотограф Рекламный агент Имиджмейкер Секретарь-референт Балерина Художник Композитор Писатель, поэт Сценарист Режиссер Хореограф Музыкант-исполнитель, Артист балета Ювелир Парихмахер Вокалист Декоратор Иллюстратор Флорист Имиджмейкер	Фотомодель Фокусник	- Художественный и эстетический вкус; - презентабельность; - чувственно-эмоциональная выразительность; - яркость; - оригинальность; - активность; - увлеченность.	Подходят людям с развитыми художественными способностями и чувством прекрасного. Здесь вам приходится все время находиться в центре внимания, получать высокую оценку и восхищение окружающих.

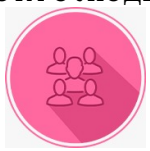
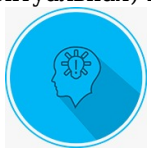
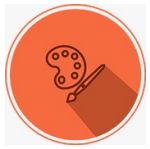
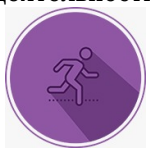
	Описание	Основные профессии	Дополнительные профессии	Психологический тип личности	Особенности профессий и условий деятельности
I. фактор ОБСЛУЖИВАЮЩИЕ	К данной группе относятся профессии, работа в которых связана с: - детьми - неопасными, мягкими предметами, - телом человека - кондитерской сферой. Данные профессии называют часто "обслуживающими", "сладкими" и "детскими"	Воспитатель детского сада Педиатр Учитель младших классов Педагог Массажист Парикмахер Специалист по маникюру Портной Косметолог Хореограф (танцор) Кондитер Пекарь	Сексопатолог Дерматолог	- Готовность услужить; - желание доставить приятное удовольствие клиенту; - чувствительность и сензитивность; - тактичность, вежливость, мягкость в речи, манерах, поведении; - нежность; - теплота в отношениях; - тактильные потребности.	Эти профессии подходят женщинам или мужчинам с мягким, доброжелательным характером, кто любит тактильные ощущения (ощупывание, поглаживание, прикосновения и т.д.)

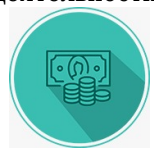
V. СКЛОННОСТИ

У каждого из нас есть склонности и предпочтения в профессиональной деятельности. Ваши профессиональные интересы в различных сферах распределяются следующим образом:

10-12 баллов – ярко выраженная профессиональная склонность;
7-9 баллов – средне выраженная профессиональная склонность;
4-6 баллов – слабо выраженная профессиональная склонность;
0-3 баллов – профессиональная склонность не выражена.



СФЕРЫ	ВАШ РЕЗУЛЬТАТ	ПОДХОДЯЩИЕ ПРОФЕССИИ
РАБОТА С ЛЮДЬМИ. 	2	Профессии, связанные с управлением, обучением, воспитанием, обслуживанием. Людей, успешных в профессиях этой группы, отличает общительность, способность находить общий язык с разными людьми, понимать их настроение, намерения, учитель, педагог, преподаватель, тренер, консультант, экскурсовод, воспитатель, социолог, психолог, социальный работник, менеджер по персоналу, следователь, стюардесса, оператор в call-центре.
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ (интеллектуальная) РАБОТА. 	7	Профессии, связанные с научной деятельностью. Кроме специальных знаний такие люди обычно отличаются рациональностью, независимостью суждений, аналитическим складом ума, ученый-исследователь (математик, физик, химик, кибернетик, археолог, геолог), инженер, юрист, врач, эколог, архитектор, продюсер, переводчик и т. д.
ПРАКТИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (сфера технических интересов)	3	Круг этих профессий очень широк: работа с техническими средствами (компьютер, смартфоны, приложения), производство и обработка металла, сборка, монтаж приборов и механизмов, ремонт, наладка, обслуживание электронного и механического оборудования, монтаж, ремонт зданий, конструкций, управление транспортом, изготовление изделий, программист, электротехник, радиотехник, Web-мастер, статистик, водитель, технолог, диспетчер и т. д.
СФЕРА ЭСТЕТИКИ И ИСКУССТВА 	3	Профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью. Людей творческих профессий, кроме специальных способностей (музыкальных, литературных, актерских) отличает оригинальность и независимость, художник, дизайнер, писатель, поэт, режиссер, артист, конструктор, косметолог, костюмер, гример, кондитер, портной-кутюрье, цветовод, декоратор.
СФЕРА ФИЗИЧЕСКОГО ТРУДА, ПОДВИЖНЫХ и ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ видов деятельности 	3	Профессии, связанные с занятиями спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельности, службой в армии. Все они предъявляют особые требования к физической подготовке, здоровью, волевым качествам, спортсмен, фотограф, экспедитор, парикмахер, бармен, официант, стюардесса, продавец, закройщик, специалист по ремонту, бригадир, кладовщик, фермер, водитель-дальнобойщик, полицейский, военный и т. д.

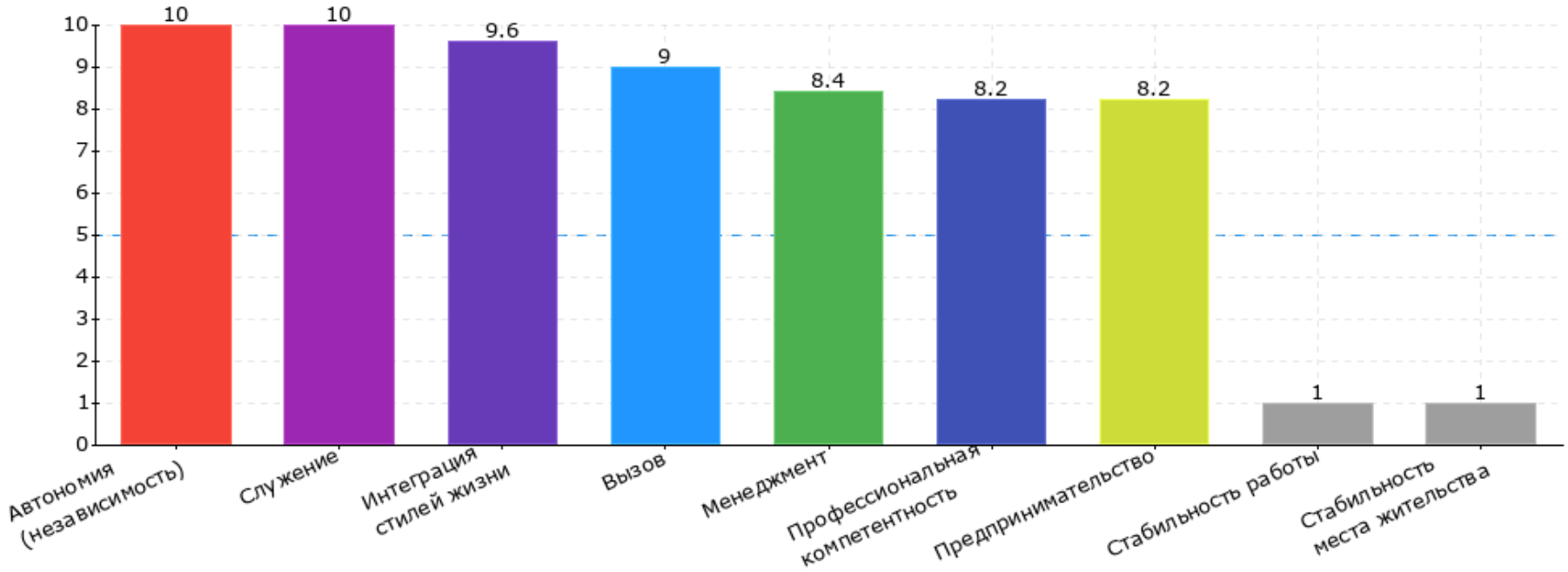
СФЕРЫ	ВАШ РЕЗУЛЬТАТ	ПОДХОДЯЩИЕ ПРОФЕССИИ
СФЕРА МАТЕРИАЛЬНЫХ ИНТЕРЕСОВ (планово-экономические виды деятельности) 	5	Профессии, связанные с расчетами и планированием (бухгалтер, экономист); делопроизводством, анализом текстов и их преобразованием (редактор, переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (чертежник, топограф). Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности, экономист, администратор, менеджер, предприниматель, аудитор, специалист по рекламе, брокер, агент страховых компаний, коммерсант, завхоз.

VI. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ МОТИВАЦИЯ

Краткое описание ценностных ориентацией в карьере.
В данном блоке вы узнаете, что больше всего вас мотивирует в работе. Каким требованиям, на ваш взгляд, должна отвечать деятельность, чтобы вы чувствовали себя комфортно.

Самый высокий показатель - 10 баллов. Самый низкий показатель - 1 балл.
Обратите внимание, что **вас мотивирует все, что по баллам от 5 и выше.**
Чем выше балл, тем больше значимость показателя.

Ваши мотиваторы в деятельности



Ваши результаты

1. Автономия (независимость) 10
2. Служение 10
3. Интеграция стилей жизни 9.6
4. Вызов 9
5. Менеджмент 8.4
6. Профессиональная компетентность 8.2
7. Предпринимательство 8.2
8. Стабильность работы 1
9. Стабильность места жительства 1

1. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ

Вас больше всего мотивирует быть профессионалом в своем деле, обладать знаниями, талантами и компетенциями, необходимыми для выполнения рабочих обязанностей. Вы чувствуете особое счастье, когда достигаете успеха в профессиональной сфере, но можете быстро потерять интерес к работе, которая не способствует развитию ваших способностей. Вас может не заинтересовать более высокая должность, если она не связана с вашими компетенциями. Вы ищите признания своих талантов, что находит отражение в статусе и мастерстве. Управление и руководство для вас не является самоцелью, но лишь необходимым условием для продвижения.

2. МЕНЕДЖМЕНТ

Вас мотивирует управление во всех его проявлениях (людьми, ресурсами, процессами...). Вы предпочитает интегрировать усилия разных людей для достижения необходимых результатов, нести ответственность и соединять различные функции организации. Вас привлекают в работе возможности для лидерства, высокого дохода, повышения уровней ответственности и вклада в успех своей организации. Для вас важно обладать властью - осознанием того, что от принятия вами решений многое зависит. И для вас не является принципиальным управление собственным проектом или целым бизнесом: вы можете строить карьеру и наемного сотрудника, но имея при этом нужные полномочия. Вы будете считать, что не достигли карьеры, пока не займете должность, которая даст вам возможность управлять разными сторонами организации (от стратегии и финансов до производства и разработок).

3. АВТОНОМНОСТЬ (НЕЗАВИСИМОСТЬ)

Вас мотивирует свобода и независимость, возможность быть в стороне от организационных правил и предписаний. У вас ярко выраженная потребность все делать по-своему: самому решать когда, над чем и сколько работать. Это касается и нежелания подчиняться организационным правилам (работать в офисе в определенное время, носить форменную одежду). Вы предпочитаете независимую карьеру, идя собственным путем. Для вас критично важно получить возможность работать самостоятельно, самому влиять на процессы и самому решать, как и что делать для достижения результата. Карьера для вас - это способ самореализации вашей потребности в свободе. Поэтому любые рамки и строгое подчинение оттолкнут вас даже от внешне привлекательной вакансии. Вам подходит работа в организации, которая обеспечивает достаточную степень свободы, отвергая любые попытки ее ограничить.

4. СТАБИЛЬНОСТЬ РАБОТЫ

Для вас важным мотиватором является возможность иметь постоянную надежную работу на долгое время. Вы испытываете потребности в безопасности, защите и возможности прогнозировать свое будущее, иметь предсказуемое будущее. Для вас работа и карьера в принципе одно и то же. Вас скорее всего не будут привлекать авантюрные и краткосрочные проекты, т олько стартующие компании. Вы цените социальные гарантии от работодателя. И как правило выбор места работы связан именно с длительным контрактом и стабильным положением компании на рынке. Ваш карьерный путь, скорее, это ответственность работодателя: вы склонны принимать любую ситуацию, лишь бы сохранить работу, даже если потребуются переезды. Критериями выбора места работы для вас будут длительность контракта, надежность и хорошая репутация компании (не увольняет рабочих), забота о своих работниках после увольнения.

5. СТАБИЛЬНОСТЬ МЕСТА ЖИТЕЛЬСТВА

Важной мотивацией для вас служит возможность жить в одном месте, к которому вы привыкли. Переезды для вас не приемлемы, вы скорее откажетесь от предлагаемой работы, если она будет связана с новой местностью или командировками. Для вас важно "укорениться" на своем месте. Вам свойственно вкладывать сбережения в свой дом и менять работу только тогда, когда это предотвращает резкое "срывание с места”.

6. СЛУЖЕНИЕ

Для вас важным мотиватором является быть верным своим идеалам и ценностям. Вы выбираете деятельность на основе своего желания реализовать их и ориентируетесь больше на ценности, а не на требующиеся в данном видео работы способности. Вам важно работать с людьми, помогать им, делать мир лучше. Вы стремитесь приносить пользу людям, обществу и видеть конкретные плоды своей работы)даже если они не имеют материальное выражение). Основа вашей карьеры - получение возможности максимально эффективно использовать свои таланты и опыт для реализации общественно значимой цели. Вы не выберите организацию, которая враждебна вашим целям и ценностям. Скорее всего вы общительны, консервативны. Для вас подходит работа в таких областях как защита прав потребителей, охрана окружающей среды, проверка качества и др.

7. ВЫЗОВ

Для вас важным мотиватором является возможность одержать победу над другими в конкуренции. Для вас успехом является преодоление препятствий, решение сложных проблем или выигрыш. Вы всегда бросаете вызов ситуации. Вы чувствуют себя преуспевающими только тогда, когда постоянно вовлечены в решение трудных проблем или в ситуацию соревнования. Карьера для вас – это постоянный вызов их профессионализму, который вы всегда готовы принять. Социальная ситуация чаще всего рассматривается вами с позиции “выигрыша – проигрыша”. Процесс борьбы и победа более важны, чем конкретная область деятельности или квалификация. Вы цените новизну, разнообразие и вызовы.

8. ИНТЕГРАЦИЯ СТИЛЕЙ ЖИЗНИ

Вашим мотиватором является достижение и сохранение гармонии между сложившейся личной жизнью и карьерой. Ваша карьера является для вас неотъемлемой частью вашего стиля жизни, уравновешивая все ее сферы. Вы не будете жертвовать чем-то одним ради другого, для вас неприемлемо, чтобы одна сфера доминировала над другой. Для вас важно, чтобы отношения на работе уважали ваши личные/семейные вопросы и все было сбалансировано. Выбирать и поддерживать определенный образ жизни для вас важнее, чем добиваться успеха в карьере. Вы будете развивать карьеру только тогда, когда она не нарушает привычный вам стиль жизни и окружение. Часто в поведении вам свойственно проявление конформности (изменение своего поведения в зависимости от влияния других людей, с тем, чтобы оно соответствовало мнению окружающих). Вы цените свою жизнь в целом, чем конкретную работу или организацию.

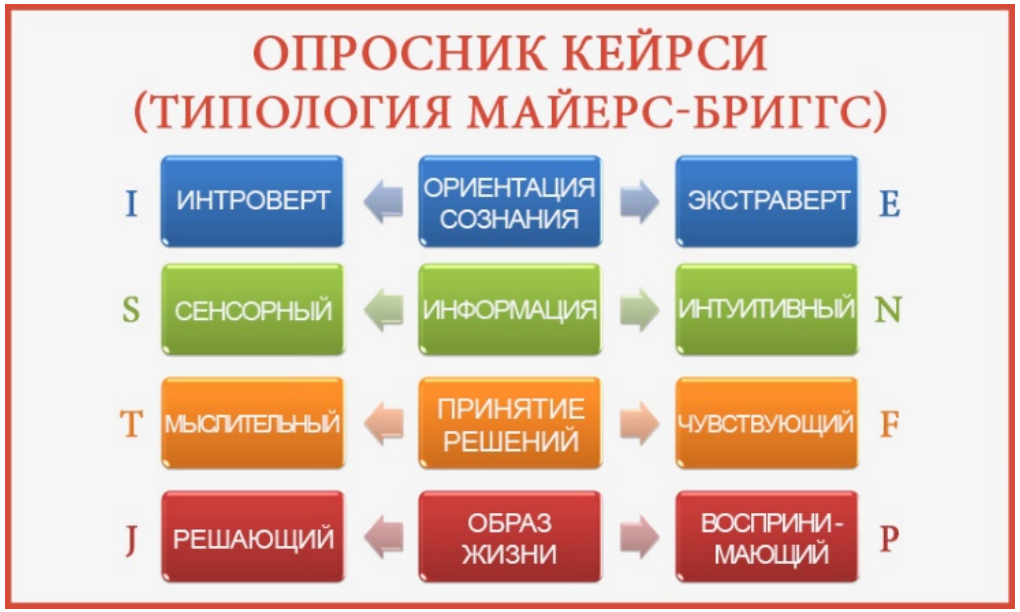
9. ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВО

Вас мотивирует создание с нуля деятельности, которая приносит прибыль за счет реализации товаров или услуг. Работать на себя - вот ваш девиз. Ваша цель - создавать что-то новое, организовывать свое дело, воплощать в жизнь свои идеи. Иметь свой бизнес для вас естественно. Вы готовы идти на свой риск, преодолевать препятствия, иметь свою марку или бренд, самостоятельно преумножать свое богатство. Ваше дело - это продолжение вас самих, вы готовы вкладывать свои силы и душу в него. Вы готовы продолжать, даже если терпите неудачу или сильно рискуете.

VII. ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ТИП

Ниже представлено описание вашего психологического типа в соответствии с методикой Майерс-Бриггс.

В основе тип личности лежат четыре пары признаков: 1. Шкала E—I показывает ориентацию нашего сознания: экстраверсия - интроверсия 2. Шкала S—N выражает способ ориентировки в ситуации: конкретика - интуиция 3. Шкала T—F характеризует основу принятия нами решений: логика - чувства 4. Шкала J—P показывает наш способ подготовки решений: рациональность - иррациональность	E (Extraversion, экстраверсия) — ориентация сознания наружу, на объекты, I (Introversion, интроверсия) — ориентация сознания внутрь, на субъекта; S (Sensing, здравый смысл) — ориентировка на конкретную информацию (сенсорная), N (iNtuition, интуиция) — ориентировка на обобщённую информацию; T (Thinking, мышление) — разумное взвешивание альтернатив; F (Feeling, чувство) — принятие решений на эмоциональной основе; РАЦИО J (Judging, суждение) — предпочтение планировать и заранее упорядочивать информацию, ИРРАЦИО P (Perception, восприятие) — предпочтение действовать без детальной предварительной подготовки, больше ориентируясь по обстоятельствам.



Ваш тип:

ENTJ. Логико-интуитивный рациональный экстраверт. Предприниматель. Командир

ТИП	ENTJ
РАСШИФРОВКА	Логико-интуитивный рациональный экстраверт. **Предприниматель. Командир**

ВАШИ ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ЧЕРТЫ	Храбрые, находчивые и сильные духом лидеры, всегда находящие или пробивающие путь. Вы предприимчивый человек, который умеет загореться делом. Очень динамичны, подвижны, деятельны. Склонны к инновациям, подмечаете новые теории и разработки и стремитесь найти им практическое применение. Непоседливы, часто увлекаетесь походами, туризмом, альпинизмом, бегом и т. п. Очень говорливы, любите рассказывать и обсуждать прочитанное и услышанное. Смело экспериментируете, опровергая обыденные представления. Всегда знаете, к чему идете, и объясняете цель окружающим. Не боитесь идти на риск, полагаясь на свою интуицию. Вам приходят в голову самые необычные идеи. Всегда работаете на опережение, так как знаете, что завтра будет поздно. Любите природу, наделяя ее особым смыслом. Отличаетесь познавательными интересами в самых разных областях. Оптимист, постоянно излучаете дружелюбие, обладаете хорошим чувством юмора. Природа вас наделила выносливостью и здоровьем, которое вы стремитесь поддерживать народной медициной и другими нетрадиционными методами. Не терпите праздного времяпрепровождения, из-за чего не расслабляетесь даже на отдыхе. Эмоциональны, суетливы, неусидчивы. Активный сторонник здорового образа жизни.
ВАШИ СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ	Остро ощущаете напор времени, считаете недопустимым отставание в делах. Вы большой труженик, с удовольствием занимаетесь делами, приносящими пользу. Любознательны, интересуетесь новшествами, которые можно применить на практике. Хорошо разбираетесь в вопросах деловой активности. Видите выгодность или невыгодность, перспективность или бесперспективность тех или иных предприятий. Предлагаете неординарные пути увеличения эффективности, можете пойти на деловой риск. Во всем стремитесь к деловой ясности и четкости. Не любите действовать вслепую, без подготовки. Планируете свои мероприятия заранее. Не любите хитрости и уловок, предпочитаете договариваться на взаимовыгодных условиях. Часто проявляете себя как спонсор и меценат. Можете жить без комфорта, если надо. Даже если вам придется трудно, ныть никогда не станете. В принципиальных для вас вопросах проявляете твердость и неуступчивость.

СЛОЖНОСТИ И ПРОБЛЕМЫ ПСИХОТИПА	Ваши шутки не всегда уместны. Испытываете проблемы в надежности человеческих отношений. Из-за неразборчивости в контактах вас могут втянуть в авантюру. Беспокойны: много говорите, не обращая внимания на дефицит времени. Вас мало волнует внешний вид, лишь бы дело от этого не страдало. Можете одеваться достаточно небрежно, не любите, когда на вашу внешность обращают пристальное внимание. Неохотно посещаете врачей. Не придаете особенного значения порядку, комфорту вокруг себя. Не все могут выдержать ваш напряженный рабочий режим, который вы к тому же склонны произвольно менять, навязывая свой ритм окружающим. Обычно забот оказывается так много, что не можете всюду успеть. Часто строите далеко идущие, хотя не до конца продуманные планы. Можете чрезмерно рисковать, первым бросаетесь во все сомнительные мероприятия. Нетерпеливы по натуре, поэтому часто допускаете небрежность в работе, требующей скрупулезности и тщательности, «творческий» беспорядок в быту и на рабочем месте. Иногда допускаете нетактичность, грубоватый юмор.
РЕКОМЕНДУЕМЫЙ РОД ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	СФЕРЫ: Инновационные областях, где требуется широкий кругозор, нестандартный подход к делу. ПРОФЕССИИ: Предприниматель. Адвокаты Менеджеры Брокеры Администраторы (компьютерные системы и образование) Ученые Тренеры Изобретатель Игротехник Рационализатор
УСЛОВИЯ ДЛЯ РАБОТЫ	Стимулом для вас является стремление к уникальности. Поэтому работа должна быть увлекательной, давать возможность проявить изобретательность. Вы обожаете учиться всему, что рано или поздно может оказаться полезным для дела. Поэтому, если вы будете ездить в командировки, на семинары, симпозиумы, конференции, курсы повышения квалификации и переподготовки, вы будете удовлетворены и заинтересованы такой работой. Вы не любите тщательную, рутинную работу и работу, связанную с кропотливым оформлением. Умеете адаптировать теоретические разработки к применению на практике. Вам нужна деятельность, связанная с высокими темпами работы и подвижностью, перемещениями.

VIII. МАТРИЦА ПРОФЕССИЙ

Ниже представлены профессии, которые в наибольшей степени соответствуют вашим профессиональным интересам и склонностям. Они образованы на **пересечении сфер труда и видов труда.**

Что такое **сферы труда**? Та ключевая функция, которая лежит в основе деятельности - вы что-то создаете или управляете чем-то, обсуживаете или защищаете процесс/людей.
Что такое **виды или объекты труда**? Они делят деятельность в зависимости от ее содержания, то есть того, с чем или над чем конкретно работает человек - с техникой или с людьми, с информацией или с животными и т.д.

	Человек (дети и взрослые, ученики и студенты, клиенты и пациенты, покупатели и пассажиры, зрители, читатели, сотрудники)
Управление (руководство чьей-то деятельностью)	Менеджер по персоналу Администратор
Обслуживание (удовлетворение чьих-то потребностей)	Продавец Парикмахер Официант
Образование (воспитание и обучение, формирование личности)	Учитель Воспитатель Социальный педагог

Исследование (научное изучение чего-либо или кого-либо)	Психолог Следователь Лаборант

Общие результаты тестирования:

№	Название методики	Результат	Точка роста
1	Темперамент	Холерик - 26% Сангвиник - 37% Флегматик - 24% Меланхолик - 13%	
2	Социальная ориентация деятельности	Процесс - 5 Результат - 8 Альтруизм - 3 Эгоизм - 4	
3	Структура деятельности	Цель - 1 Средство - 3 Результат - -5	
4	Тип личности и профессии	Обслуживающие - 4 Силовые - 3 Помогающие - 5 Красивые - 5 Точные - 3 Творческие - 3 Собирательные - 2 Разговорные - 2	
5	Склонности	Умственный труд - 7 Материальные интересы - 5 Техника - 3 Искусство - 3 Физический труд - 3 Люди - 2	

№	Название методики	Результат	Точка роста
6	Профессиональная мотивация	Автономия (независимость) - 10 Служение - 10 Интеграция стилей жизни - 9.6 Вызов - 9 Менеджмент - 8.4 Профессиональная компетентность - 8.2 Предпринимательство - 8.2 Стабильность работы - 1 Стабильность места жительства - 1	
7	Профессиональный тип	ENTJ - Логико-интуитивный рациональный экстраверт. Предприниматель. Командир	
8	Матрица профессий	Виды деятельности • Человек (дети и взрослые, ученики и студенты, клиенты и пациенты, покупатели и пассажиры, зрители, читатели, сотрудники) Сфера деятельности • Управление (руководство чьей-то деятельностью) • Облуживание (удовлетворение чьих-то потребностей) • Образование (воспитание, обучение, формирование личности) • Исследование (научное изучение чего-либо или кого-либо)	

Поздравляем с прохождением всех тестов!

Это Ваша книга “ПрофВыбор”. Но помните, что результат динамичен, и может измениться со временем так же как меняетесь Вы.

Помните, Вы всегда можете обратиться к вашему профориентологу,
или в
Центр психологии WhoAmI,
и повторно пройти тестирование.

http://whoami-center.ru/
+7 (495) 799 - 70 - 88
+7 (903) 799 - 70 - 88

ЦЕНТР ПСИХОЛОГИИ