

**ТЕСТ**  
**«Яка професія вам підійде»**

**Мета:** визначити до якого типу (екстраверт чи інтроверт) належить учень і який має рівень нейротизму, спираючись на це дати пораду щодо вибору професії  
**До якого типу належите ви?**

**Екстраверт**

- орієнтований на зовнішній світ, відкритий подіям;
- активний, ініціативний, схильний до ризику;
- відкрито висловлює свою думку;
- контактний, легко знайомиться і так само легко розлучається з людьми;
- співвідносить свої думки з думкою оточуючих;
- добре працює у колективі.

**Інтроверт**

- орієнтований на свій внутрішній світ і свої враження від зовнішніх факторів;
- часто важко входить у нові контакти, тому має вузьке коло друзів;
- прагне тиші, намагається захиститися від надлишку нової інформації;
- зовні спокійний, виглядає замисленим, переважно мовчазний;
- зазвичай не любить несподіванок;
- добре працює наодинці.

Проте, не думайте, що бути екстравертом добре, а інтровертом погано. Екстраверти, наприклад, окрім сильних якостей, мають ще й слабкі. Це імпульсивність, поверховість у почуттях, розорошеність. Інтроверти ж сильні тим, що мають наполегливість, вміють вдумливо працювати, глибокі у емоціях і роздумах.

Як ішлося вище, люди відрізняються ще й за якістю **нейротизму**. Ця риса забезпечує емоційну стійкість людини.

Люди з **високим нейротизмом** часто бувають запальними, нервовими, надміру вразливими, важко звикають до нової обстановки. Людина з **низьким нейротизмом** відрізняється врівноваженістю, стабільністю, великою самоповагою, стійкістю до стресових ситуацій.

Проте, як і у попередньому випадку, кожен із типів ("нестійких" чи "стійких") має плюси та мінуси. Люди з великим нейротизмом, зазвичай, тонкі, чуйні, схильні до співчуття. Їх можна порівняти зі скрипкою: на легкий дотик вони відповідають мелодійним звуком. Люди з низьким нейротизмом досить часто (звісно, не завжди) бувають "товстошкірими". Вони нагадують барабан: не відчувають натяків, їм потрібно говорити все прямо "в лоб".

Але такі люди дуже працездатні, можуть вистояти у найскладнішій ситуації та не втратити самовладання.

**Яка професія вам підійде найкраще?**

1. Якщо ви **інтроверт** і у вас **високий нейротизм**, ми не радимо вибирати професії, пов'язані з частими та інтенсивними контактами з людьми. Це професії бізнесмена, менеджера, вчителя, продавця. Шукайте свою майбутню роботу там, де можна працювати за письмовим столом, де можна зайнятися предметною працею - дослідженням, творчістю, щось майструвати, конструювати, моделювати тощо.

2. Якщо ви **екстраверт** і у вас **високий нейротизм**, вам небажано вибирати професії операторського типу: льотчика, шофера, диспетчера. Ви нудьгуватимете без

спілкування з людьми, у вас можуть часто траплятися помилки у роботі - аварії, поломки та інші. Не вибирайте також професії на конвеєрному виробництві, пов'язані з монотонністю.

3. Якщо ви **інроверт** і у вас **низький нейротизм**, вам підійде професія операторського типу, але протипоказана робота, яка передбачає спілкування з людьми (керівника, підприємця, педагога, журналіста, громадського діяча).

4. Якщо ви **екстраверт** і у вас **низький нейротизм**, то тут для вас ідеально підходять професії менеджера, керівника, бізнесмена. У тих галузях, де передбачено інтенсивне спілкування з людьми, ви завжди досягнете успіху.

Отже, можна дійти висновку, що кожен тип людського характеру хороший по-своєму. Більшість людей виявляють риси як першого, так і другого типу. Потрібно тільки знати про свої переваги і вади і вміти використовувати їх у сфері бізнесу.

Проте для кожного з вас та чи інша професія, яка вам подобається, не може бути цілком забороненою. Існує чимало прикладів, коли людина успішно опановувала ту професію, для якої спершу "не підходила". Насамперед за допомогою інтенсивного саморозвитку і самокомпенсування своїх слабких якостей. Інакше кажучи, і у такому випадку потрібно "зробити самого себе".

### **Що потрібно зробити, щоб прийняти зважене рішення?**

#### **1. Скласти список оптимальних професій.**

Складіть список професій, які Вам подобаються, цікаві, за якими Ви хотіли б працювати.

#### **1. Скласти перелік вимог до обраних професій.**

Складіть список своїх вимог за схемою:

- обрана професія і майбутній рід занять;
- обрана професія і життєві цінності;
- обрана професія і життєві цілі;
- обрана професія і мої нинішні нагальні проблеми;
- обрана професія і реальне працевлаштування за фахом;
- бажаний рівень професійної підготовки;
- обрана професія і мої схильності та здібності;
- бажані зміст, характер і умови роботи.

#### **2. Визначити значимість кожної вимоги.**

Визначте, наскільки всі перераховані вимоги значимі. Може бути, що є менш важливі вимоги, які, по великому рахунку, можна і не враховувати.

4. **Оцінити свою відповідність вимогам кожної з оптимальних професій.** Крім тих вимог, що є у Вас до професії, існують і вимоги самої професії. Проаналізуйте, чи розвинуті у Вас професійні якості, чи відповідають Ваші інтелектуальні здібності, психологічні особливості, стан здоров'я вимогам професії.

5. **Підрахувати і проаналізувати результати.** Проаналізуйте, яка професія з усього списку найбільше підходить Вам за усіма пунктами.

6. **Перевірити результати.** Щоб переконатися у правильності Ваших міркувань, обговоріть своє рішення з друзями, батьками, вчителями, психологом, профконсультантом тощо.

7. **Визначити основні практичні кроки до успіху.** Отже, Ви прийняли рішення, тепер важливо визначити: у якому навчальному закладі Ви зможете одержати професійну освіту, як розвивати у собі професійно важливі якості, як можна одержати практичний

досвід роботи з цієї спеціальності, як підвищувати свою конкурентоздатність на ринку праці.