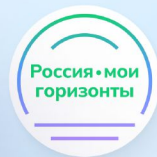


# Моё будущее

Тема 18, 8 класс



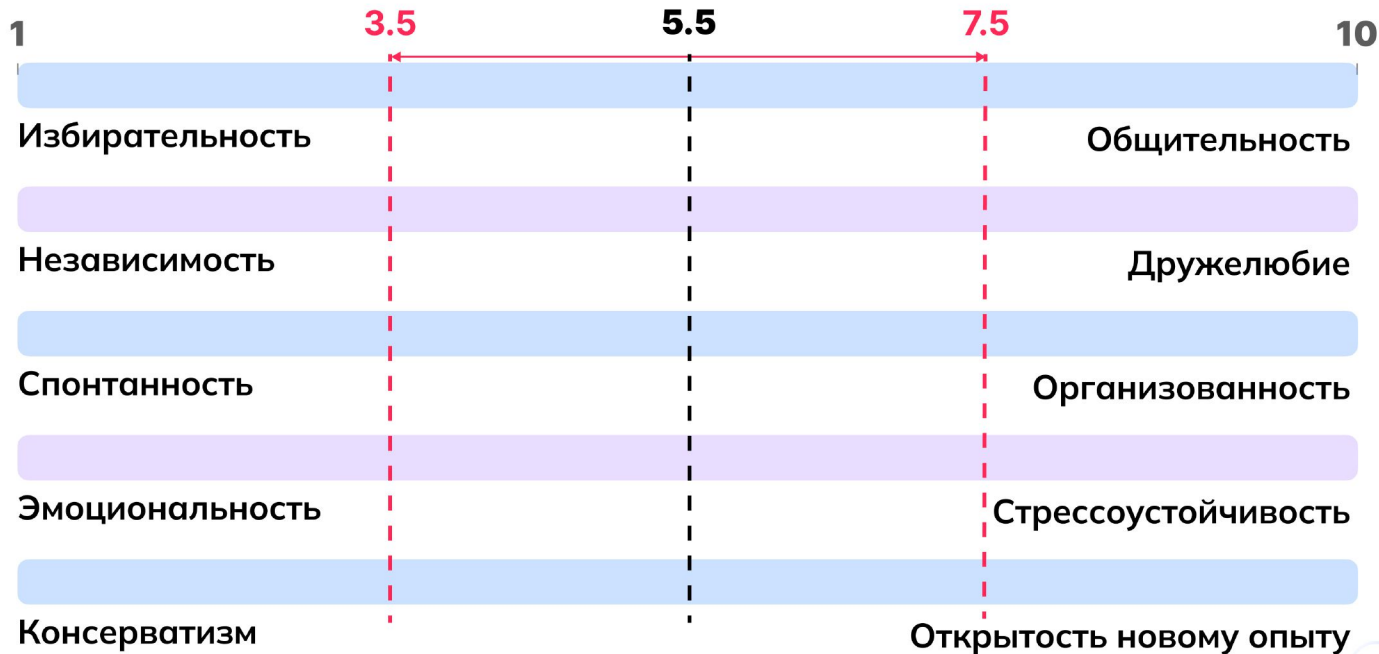
Личностные  
качества и профессии





# Личностные качества

РОССИЯ —  
МОИ ГОРИЗОНТЫ





## Эмоциональность

(эмоциональная чувствительность):

Людям с высокой эмоциональной чувствительностью свойственно тонкое переживание происходящих и предполагаемых событий, они склонны проявлять, осторожность, бдительность. Они лучше чувствуют другого человека, могут понять эмоциональное состояние собеседника, прочувствовать другого, проявить эмпатию к его состоянию, оказать поддержку. Иногда эмоциональные люди могут не проявлять свою эмоциональность вовне, могут держать в себе свои переживания (например, если у них высокий самоконтроль, а ситуация «не разрешает» показать эмоции), но это не делает их менее эмоциональными.

Высокая эмоциональная чувствительность может быть преимуществом в сферах творчества (актёр, художник) и бережного контакта с другими людьми (психолог, воспитатель).

## Стрессоустойчивость

(эмоциональная стабильность):

Для людей с высокой эмоциональной стабильностью характерны уравновешенность, взвешенность мыслей и поступков, уверенность в себе и своих действиях, спокойствие, контроль над своими эмоциями. Они не склонны поддаваться панике, нервничать и тревожиться по любому поводу. В большинстве ситуаций могут сохранять выдержку. Такие люди способны принимать хладнокровные решения в критических ситуациях, мгновенно мобилизоваться и поддерживать требуемое состояние в условиях стресса.

Это очень важное качество для работы в экстремальных условиях (с риском для жизни, нагрузкой на эмоциональную сферу, риском нервно-психических потрясений).



## Избирательность в общении:

Если выражено это качество, то человек больше направлен на свой внутренний мир. Такой человек в общении достаточно избирателен, его круг друзей может быть узким, но это могут быть очень близкие друзья. В незнакомом коллективе такому человеку нужно время, чтобы присмотреться, привыкнуть, прежде чем начинать строить взаимоотношения. Но в компании близких может быть вполне открытым и общительным. В незнакомой ситуации, скорее, будет наблюдать, анализировать, оценивать и лишь потом принимать решение о действии.

Ему хорошо с самим собой, он больше предпочитает индивидуальную работу или работу в небольшом коллективе. Легче переносит монотонный труд. Такому человеку комфортно будет работать самостоятельно или в небольшом знакомом коллективе.

## Общительность:

Предполагает направленность во внешний мир, и это выражается в том, что такой человек — более активный, общительный, решительный, энергичный, предпочитает много двигаться, любит перемены. У него много знакомых, он легко идёт на контакт даже с незнакомыми людьми.

Он с удовольствием участвует в разных мероприятиях, походах, играх, ему скучно сидеть на месте долгое время.

Ему будет комфортно в таких видах работы и отдыха, которые связаны с переменой мест, требуют смелости, быстроты, оптимизма и чувства юмора, а также активного взаимодействия с людьми.



## Консерватизм:

Люди с высоким консерватизмом склонны придерживаться наработанных схем и алгоритмов действий, если эти алгоритмы уже приносили успех и позволяли получить нужный результат.

Они склонны придерживаться традиций, принятых правил, не очень поддерживают новое и неизвестное: «Зачем менять то, что хорошо работает и так?» Им важны стабильность и надёжность.

## Открытость новому опыту:

Люди с высокой открытостью новому часто проявляют любопытство, стремление узнать что-то новое или придумать самим, потребность в нестандартных впечатлениях. Им часто нравится искусство, творчество, они любят порассуждать на разные философские темы.

При этом им скучно выполнять одни и те же операции по шаблону: скорее, они будут искать новые способы решения типичных задач, искать возможность что-то изменить, преобразовать. Это новаторы, готовые знакомиться с новыми технологиями и внедрять их в работу.

Они часто готовы «разрушить» работающий механизм, чтобы предложить что-то революционное, и не пугаются пробовать и экспериментировать.



## Спонтанность:

Люди с характерной спонтанностью, импульсивностью гораздо спокойнее переносят ситуации, когда планы рушатся. Ведь они в целом не стремятся что-либо заранее планировать («зачем это делать, если планы всё равно срываются»), предпочитают действовать спонтанно, склонны к «творческому беспорядку». Они, скорее, живут настоящим и действуют сообразно происходящему. Зачастую они с удовольствием делают только то, что им нравится, а то, к чему у них интереса нет, они склонны оставлять на последний момент, а по возможности вовсе не делать. Часто действуют по настроению.

При этом они могут выходить за пределы ограничений и требований и придумывать что-то новое и неожиданное, поэтому это может быть ценное качество для представителей творческих профессий, деятелей сферы искусств, а также при работе в условиях неопределённости.

## Организованность:

Люди с высокой организованностью дисциплинированы и ответственны, могут прикладывать усилия для достижения цели, преодолевая препятствия. Они склонны придерживаться определённых норм и требований, соблюдают порядок и законы. Им гораздо комфортнее, если они могут заранее строить планы и могут их реализовать. Часто это люди долга. И даже если им что-то не нравится, но сделать надо — они найдут в себе силы выполнить задачу.

Это качество будет сильной стороной при работе в условиях высокой ответственности, требований к аккуратности и точности выполнения работы, в условиях чёткого соблюдения сроков.



## Независимость:

При выраженной независимости человек ориентируется на своё собственное мнение, рассчитывает в основном на себя, ему важно отстаивать свою позицию. Такие люди уверены в своей правоте, не склонны доверять авторитетам, любую информацию стараются проверять, а не принимать на веру. Переубедить их сложно, и даже если внешне они и согласятся, всё равно потом могут сделать по-своему. Они не боятся конфликта, могут проявить строгость и отказаться от того, что им не нравится. Свои интересы они часто ставят выше, чем отношения. Им легче принимать решения и их отстаивать, требовать исполнительности от других. Часто могут проявлять принципиальность и настойчивость.

Такая черта важна в видах деятельности, предполагающей автономию и самостоятельность, умение принимать решения, руководить людьми.

## Дружелюбие:

Выраженное дружелюбие означает, что в своём поведении человек в большей степени ориентируется на взаимодействие и сотрудничество. Это дружелюбные люди, готовые прийти на помощь, доверяющие окружающим, те, кто ценит отношения с другими выше, чем возможность отстаивать свою правоту. Им некомфортно находиться в ситуации острого конфликта, когда люди рядом с ними открыто спорят и ссорятся. При разногласии они, скорее, будут искать компромисс или даже уступят, если это поможет сгладить конфликт и решить проблему. Это прекрасные командные игроки.

Такие черты важны в видах деятельности, связанных с помощью людям, их обслуживанием, медицинским обеспечением, воспитанием и обучением.



# Личностные качества. Обзор

РОССИЯ —  
МОИ ГОРИЗОНТЫ

## Избирательность

сдержанность во взаимодействии с другими людьми, интерес к своему и их внутреннему миру



## Общительность

открытость во взаимодействии, активность, уверенность в себе и энергичность

## Независимость

в суждениях, решениях и поступках, отстаивание своей точки зрения



## Дружелюбие

отзывчивость, способность терпеливо слушать, сопереживать другим людям, идти на компромисс

## Спонтанность

импульсивность действий, склонность к импровизации, нелюбовь к размеренности и распорядку



## Организованность

дисциплинированность, готовность следовать плану, проявляя волевые качества и прикладывая усилия

## Эмоциональность

и чувствительность, ранимость, склонность тонко чувствовать, переживать и проживать происходящее и предполагаемые события



## Стрессоустойчивость

уравновешенность и сдержанность в проявлении чувств, контроль над своими эмоциями

## Консерватизм

и основательность, склонность поддерживать традиции, следовать общепринятым правилам, нормам и способам поведения



## Открытость новому опыту

любопытность, потребность в новых впечатлениях, стремление экспериментировать и исследовать разные возможности



# Профессии для упражнения

## Команда 1: Независимость — Дружелюбие

РОССИЯ —  
МОИ ГОРИЗОНТЫ

### ● Адвокат

Честное, справедливое отстаивание интересов и прав клиента; правовой анализ документов и ситуации. Составление экспертных заключений; консультирование клиента по различным юридическим вопросам; составление исковых и других заявлений; подача ходатайств, жалоб и других документов для оспаривания действий второй стороны или государственных структур; представление интересов клиента, в том числе в его отсутствие; сбор доказательств в пользу доверителя; оказание юридической поддержки во время проведения различных мероприятий.

### ● Медсестра/медбрат

Оказание доврачебной медицинской помощи; забор биологических материалов для лабораторных исследований; уход за больными в медицинской организации и на дому; стерилизация медицинских инструментов, перевязочных средств и предметов ухода за больными; ассистирование при проведении врачом лечебно-диагностических манипуляций и малых операций в амбулаторных и стационарных условиях; выполнение врачебных назначений; учёт, хранение, использование лекарственных средств; ведение медицинской документации.



## Профессии для упражнения

### Команда 1: Независимость — Дружелюбие

РОССИЯ —  
МОИ ГОРИЗОНТЫ

#### ● Инженер по качеству

Разработка, внедрение и поддержка системы управления качеством в соответствии со стандартами и требованиями. Контроль и анализ качества продукции или услуг, включая разработку и проведение испытаний, проверку соответствия требованиям и мониторинг процессов. Разработка, предложение и реализация мер по улучшению качества продукции или услуг и оптимизации процессов. Взаимодействие с другими отделами для решения проблем и вопросов качества.

#### ● Налоговый инспектор

Приём налоговых деклараций. Постановка на учёт новых плательщиков, внесение данных в систему. Проведение камеральных и выездных проверок. Проверка финансовой документации юридических лиц. Выявление нарушителей и выдача предписаний. Составление отчётов, деклараций о доходах, консультативная помощь населению. Проверка финансовой документации и выявление фактов сокрытия доходов. Анализ бюджетных поступлений.



## Профессии для упражнения

### Команда 2: Спонтанность — Организованность

РОССИЯ —  
МОИ ГОРИЗОНТЫ

#### ● Военнослужащий

Защита Отечества; соблюдение Конституции, законов, воинских уставов и исполнение приказов командиров; развитие необходимых для службы физических и умственных навыков; ответственное отношение к государственному имуществу; уважение чести и достоинства других военнослужащих, оказание им помощи и поддержки; соблюдение дисциплины; сохранение государственной тайны.

#### ● Журналист

Исследование тем и сбор информации; посещение мест событий; проведение интервью; анализ и обработка полученной информации; написание и редактирование материалов; сотрудничество с редакторами и другими журналистами; публикация материалов; мониторинг новостей; соблюдение этических норм и стандартов.



# Профессии для упражнения

## Команда 2: Спонтанность — Организованность

РОССИЯ —  
МОИ ГОРИЗОНТЫ

### ● Бухгалтер

Ведение первичного бухгалтерского учёта; расчёт и начисление налогов, проведение налоговых платежей; взаиморасчёты с поставщиками, клиентами; проведение финансовых операций; расчёт и начисление заработной платы, НДФЛ; выдача сотрудникам организации справок о зарплате; организация управленческого учёта в компании; подготовка и сдача бухгалтерской и налоговой отчётности в надзорные органы.

### ● Актёр

Изучение сценария, анализ роли и её характеристик, контекста, мотивов. Подготовка к роли, репетиции; исполнение роли на сцене, перед камерой или зрителями. Использование актёрских навыков для передачи эмоций и чувств.

### ● Адвокат

Честное, справедливое отстаивание интересов и прав клиента; правовой анализ документов и ситуации. Составление экспертных заключений; консультирование клиента по различным юридическим вопросам; составление исковых и других заявлений; подача ходатайств, жалоб и других документов для оспаривания действий второй стороны или государственных структур; представление интересов клиента, в том числе в его отсутствие; сбор доказательств в пользу доверителя; оказание юридической поддержки во время проведения различных мероприятий.



## Профессии для упражнения

### Команда 3: Эмоциональность — Стрессоустойчивость

РОССИЯ —  
МОИ ГОРИЗОНТЫ

#### ● Военнослужащий

Защита Отечества; соблюдение Конституции, законов, воинских уставов и исполнение приказов командиров; развитие необходимых для службы физических и умственных навыков; ответственное отношение к государственному имуществу; уважение чести и достоинства других военнослужащих, оказание им помощи и поддержки; соблюдение дисциплины; сохранение государственной тайны.

#### ● Медсестра/медбрат

Оказание доврачебной медицинской помощи; забор биологических материалов для лабораторных исследований; уход за больными в медицинской организации и на дому; стерилизация медицинских инструментов, перевязочных средств и предметов ухода за больными; ассистирование при проведении врачом лечебно-диагностических манипуляций и малых операций в амбулаторных и стационарных условиях; выполнение врачебных назначений; учёт, хранение, использование лекарственных средств; ведение медицинской документации.



## Профессии для упражнения

### Команда 3: Эмоциональность — Стрессоустойчивость

РОССИЯ —  
МОИ ГОРИЗОНТЫ

#### ● **Авиадиспетчер**

Взаимодействие с экипажем воздушного судна; инструктаж пилотов; координирование действий с диспетчерами из смежных зон ответственности; отслеживание хода полётов с помощью радаров; взаимодействие с метеослужбами и использование информации о погоде для управления воздушными судами; выдача разрешений на взлёт или посадку; определение очередности захода на посадку; составление сводного суточного плана полётов; информирование пилотов об изменении маршрута полёта.

#### ● **Актёр**

Изучение сценария, анализ роли и её характеристик, контекста, мотивов. Подготовка к роли, репетиции; исполнение роли на сцене, перед камерой или зрителями. Использование актёрских навыков для передачи эмоций и чувств.

#### ● **Художник-декоратор**

Разработка концепции декораций на основе сценария, создание эскизов и макетов, выбор материалов декораций.



## ● Веб-дизайнер

Разработка концепции дизайна и интерфейса веб-сайта; отрисовка дизайн-макетов (технический дизайн) разделов, страниц, интерфейсов, модулей; создание графических и стилистических элементов для сайтов; создание презентаций; подготовка и размещение на сайте графики и контента; оптимизация дизайна существующих и разработка новых интерфейсов.

## ● Проектный менеджер

Разработка и согласование с заказчиком и руководством концепции, целей и основных этапов проекта. Планирование и организация проектных работ в соответствии с планом, постановка задач команде, координация действий между участниками, контроль выполнения в заданный срок и с требуемым качеством. Контроль расходов по проекту в соответствии с утверждённым бюджетом. Ведение документооборота по проекту. Подготовка и проведение презентации проекта.



#### ● Бухгалтер

Ведение первичного бухгалтерского учёта; расчёт и начисление налогов, проведение налоговых платежей; взаиморасчёты с поставщиками, клиентами; проведение финансовых операций; расчёт и начисление заработной платы, НДФЛ; выдача сотрудникам организации справок о зарплате; организация управленческого учёта в компании; подготовка и сдача бухгалтерской и налоговой отчётности в надзорные органы.

#### ● Налоговый инспектор

Приём налоговых деклараций; постановка на учёт новых плательщиков, внесение данных в систему; проведение камеральных и выездных проверок; проверка финансовой документации юридических лиц; выявление нарушителей и выдача предписаний; составление отчётов, деклараций о доходах, консультативная помощь населению; проверка финансовой документации и выявление фактов сокрытия доходов; анализ бюджетных поступлений.

#### ● Архитектор

Анализ местности и климатических условий, разработка технических проектов, планов, чертежей с учётом эргономики, безопасности, энергоэффективности и эстетики; создание чертежей и проектной документации, выбор материалов и технологии строительства; анализ и учёт стандартов безопасности и устойчивости; презентация проектов и коммуникации с инженерами, строителями



### Профессионально важные качества — ПВК —

это индивидуальные свойства человека, которые **необходимы для успешного выполнения определённой трудовой деятельности.**

Это качества, о которых говорится применительно ко всем представителям профессии (ко всем бухгалтерам или программистам, например), ко всей отрасли в целом.

Для многих профессий определены такие качества, и при выборе профессии стоит учитывать, насколько такие качества выражены у вас: если такие качества у вас есть, то вам будет комфортнее работать в такой профессии, а если такое качество у вас выражено не сильно, то главное — что вы будете понимать, чего вам может не хватать и что можно развивать.



## Диагностика «Мои качества»

РОССИЯ —  
МОИ ГОРИЗОНТЫ

Обращайте внимание на оба полюса шкал: слева — одно качество, а справа — противоположное. Полюс показывает, насколько для вас типично то или иное поведение.



Если результаты по шкалам этого теста у вас **близки к средним** — **около 5,5**, это значит, что вы можете проявлять то или иное качество умеренно, в зависимости от ситуации.

Вы можете вести себя более гибко и подстраиваться под ситуацию — например, периодически активно общаться с людьми на какой-нибудь выставке или конференции, а потом с удовольствием погружаться в какую-нибудь задачу в творческом одиночестве. Если ваши результаты ближе к правому или левому полюсу, то значит, этот полюс у вас выражен ярче и проявлять противоположный будет сложнее (но тоже возможно).



# Что делать дальше?

**Пройди тест «Мои качества», чтобы узнать больше о своих личностных качествах.**

- 1** Прочитай результаты и оцени, насколько верно они тебя описывают. Если не согласен(-на) с ними, обоснуй своё мнение.
- 2** Составь свой план по развитию важных для будущей профессии личностных качеств.
- 3** Обсуди план с родителями или близкими и дополни его.
- 4** Пройди тесты на способности, они размещены в твоём личном кабинете на платформе **bvbinfo.ru**.

