

Республиканский ежемесячный журнал для школьников, их родителей, педагогов

КЕМ БЫТЬ?

КОМПАС В МИРЕ ПРОФЕССИЙ

июнь 2023

№ 6

Раскрываем содержание профессий:
топограф, олигофренопедагог,
эпидемиолог

Знакомим со старинными мужскими
ремеслами и промыслами

Определяем статус профессиональной
идентичности на основе материалов
«**Странички психолога**»

В рубрике «**Абитуриенту 2023**»
публикуем информацию о целевой
подготовке специалистов

На страницах рубрики «**Родителям на
заметку**» рассказываем о взрослых
последствиях детских обид

Поздравляем медицинских работников с
профессиональным праздником



РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:

Н. А. Афанасьева,
директор Института интегрированных
форм обучения и мониторинга
образования БНТУ, кандидат
технических наук, доцент;

Н. Н. Захожая,
начальник управления координации
повышения квалификации
специалистов воспитательной,
социально-педагогической и
психологической служб МГИРО,
доцент кафедры психологии и
предметных методик;

Н. А. Зальгина,
зав. кафедрой содержания и методов
воспитания АПО Республики
Беларусь, кандидат социологических
наук, доцент;

В. Д. Старичёнок,
декан филологического факультета
БГПУ имени М. Танка, доктор
филологических наук, профессор;

Г. Л. Шкляр,
зав. сектором организации
образовательной деятельности
Минского государственного дворца
детей и молодежи.

Республиканский ежемесячный журнал
для школьников, их родителей, педагогов

КЕМ БЫТЬ?

КОМПАС В МИРЕ ПРОФЕССИЙ

июнь 2023

№ 6

Абитуриенту 2023

Целевая подготовка специалистов 3

Актуально

Цифровые манеры: вежливость в сети 5

Инклюзивные профессии

Цветовод 8

Это интересно

Почерк и характер 10

Философские притчи о жизни и мудрости 42

Родителям на заметку

Детские обиды 12

Философский календарь (продолжение) 15

Профориентир

Словарь основных профориентационных терминов
(продолжение) 16

Мужские ремесла: взгляд в прошлое 27

Факультатив по физике

Физика вокруг нас 19

Страничка психолога

Изучаем себя. Определяем статус профессиональной
идентичности 20

Подготовка к экзамену по типу индивидуальности 24

Почтовый ящик

Ответы на вопросы читателей 30

Мнение

«Зумеры» или поколение Z 33

Эффективное поведение на рынке труда

Выпускники на рынке труда 36

Тезисы современного лидерства 39

Профессиональный праздник

Медицина – работа или призвание? 40

Творческая мастерская

Интерьерное панно «Знаки зодиака» в стиле recycling 44

Наш калейдоскоп

Стихи о профессиях 46

Профориентационный гороскоп. Знаки зодиака и профессия 47

Адрес для писем:

220012, г. Минск, ул. К. Чорного, 4, для журнала «КЕМ БЫТЬ?»

Телефоны: 8 (029) 662-05-06, 619-57-59, 362-51-79 (А1).

E-mail: kem1@tut.by

Целевая подготовка специалистов

Целевая подготовка крайне интересна для выпускников. Абитуриент уже в самом начале, на стадии поступления, видит своего работодателя и знает, куда пойдет и может получить дополнительные льготы. Далее, после поступления, он индивидуализирует свой процесс подготовки через практики, выполнение курсовых и дипломной работ под нужды конкретного заказчика.

Целевая подготовка специалистов, рабочих, служащих – подготовка специалистов с высшим, средним специальным образованием, рабочих со средним специальным образованием, рабочих (служащих) с профессионально-техническим образованием за счет средств республиканского и (или) местных бюджетов в дневной форме получения образования в целях удовлетворения кадровых потребностей организаций Республики Беларусь за счет персонального привлечения лиц из числа граждан Республики Беларусь, проживающих в Республике Беларусь, иностранных граждан и лиц без гражданства, постоянно проживающих в Республике Беларусь, являющихся выпускниками учреждений образования Республики Беларусь, осуществляемая в соответствии с договором о целевой подготовке специалиста с высшим образованием, специалиста (рабочего) со средним специальным образованием, рабочего (служащего) с профессионально-техническим образованием.

Порядок организации целевой подготовки специалистов, рабочих, служащих в государственных учреждениях образования, реализующих образовательные программы бакалавриата, магистратуры и непрерывную образовательную программу высшего образования, за счет средств республиканского и (или) местных бюджетов регламентируется Положением о целевой подготовке специалистов, рабочих, служащих, утвержденным постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 31.08.2022 № 572 «О вопросах реализации образовательных программ».

Информация о количестве мест для получения образования для конкретных специальностей (с указанием организаций-заказчиков кадров) на условиях целевой подготовки размещена на сайтах учреждений высшего образования (УВО).

Для возможности участия в конкурсе для получения высшего образования на условиях целевой подготовки абитуриенту необходимо **заключить договор о целевой подготовке специалиста с организацией-заказчиком кадров**.

Прием для получения высшего образования на условиях целевой подготовки

Для абитуриентов, поступающих для получения высшего образования на условиях целевой подготовки, устанавливаются следующие **сроки**:

- прием документов – с 1 по 5 июня;

ВСТУПИТЕЛЬНАЯ КАМПАНИЯ - 2023

НОВАЦИИ

Памятка для абитуриента при поступлении в учреждение высшего образования (далее - УВО).

ВЫПУСКНИКИ 11-Х КЛАССОВ СДАЮТ



централизованный экзамен (ЦЭ)



14 мая - по русскому или белорусскому языку



21 мая - по предмету на выбор



централизованное тестирование (ЦТ) по одному профильному предмету для поступления в УВО



10 мая - 1 июня - регистрация на ЦТ



14 июня - 6 июля - основные даты ЦТ



8-12 июля - резервные дни ЦТ

ПРАВО ПОСТУПАТЬ БЕЗ ИСПЫТАНИЙ ИМЕЮТ

- победители международных, республиканских (во все УВО), областных (в областные УВО) и университетских олимпиад
- медиалисты (на отдельные специальности)
- выпускники университетских лицеев при поступлении в соответствующее УВО
- выпускники Национального детского технопарка (при наличии рекомендации)
- выпускники педколледжей на предспециальности (заочная форма)

ПРИЕМ МОТИВИРОВАННЫХ УЧАЩИХСЯ



устный экзамен по предмету профильного испытания на целевую подготовку (по рекомендации, для социально значимых сфер)



внутреннее испытание для отдельных специальностей гуманитарного профиля, творческой направленности и в области физической культуры, а также для выпускников колледжей



собеседование для выпускников профильных педагогических, аграрных классов (при поступлении на профильные специальности)

При поступлении в УВО на заочную бюджетную форму обучения - **стаж работы не менее 10 месяцев**.

Источник: Министерство образования Беларуси.

© Инфографика

- проведение вступительного испытания – с 6 по 13 июня;
- зачисление – по 16 июня.

Для участия в конкурсе на получение высшего образования на условиях целевой подготовки **абитуриент подает следующие документы:**

- договор о целевой подготовке специалиста;
- медицинскую справку;
- рекомендацию с последнего места работы (службы) или педагогического совета учреждения образования, которое окончил абитуриент;
- документ, удостоверяющий личность;
- характеристику, выданную учреждением общего среднего образования либо учреждением, реализующим образовательные программы профессионально-технического или среднего специального образования (для лиц, получивших общее среднее, профессионально-техническое образование или среднее специальное образование в год приема в УВО);
- документы о льготах (при их наличии);
- документ об образовании.

При этом лица, обучающиеся в 11 классе учреждения, реализующего образовательные программы общего среднего образования, в год поступления в УВО, а также лица, получающие в год поступления в УВО на последнем курсе профессионально-техническое образование с получением общего среднего образования или профессионально-техническое образование на основе общего среднего образования или среднее специальное образование, подают документ об образовании в приемную комиссию **не позднее 15 июня**.

В соответствии с Указом Президента Республики Беларусь от 27.01.2023 №23 «О правилах приема лиц для получения высшего и среднего специального образования» приемная комиссия вправе дополнительно запросить у абитуриента документы, необходимые для принятия соответствующего решения.

Правилами приема установлено, что абитуриенты, поступающие на условиях целевого договора, сдают **одно внутреннее вступительное испытание в устной или практической форме в УВО** по учебному предмету, который определен предметом первого профильного испытания (вступительное испытание в практической форме проводится для специальностей, по которым в качестве профильных испытаний определены дисциплины «Творчество» и «Физическая культура и спорт»).

Конкурс будет выстраиваться на основе суммы среднего балла документа об образовании и балла, полученного на внутреннем вступительном испытании.

Вопросы для внутреннего испытания в УВО формируются на основании разработанных Национальным институтом образования вопросов и размещены на сайте Министерства образования.

Абитуриенты, которые не проходят по конкурсу для получения высшего образования на условиях целевой подготовки, вправе участвовать в конкурсе на общих основаниях (необходимо предоставить сертификаты централизованного экзамена (ЦЭ) и централизованного тестирования (ЦТ)).

Дополнительную информацию по вопросам поступления для получения высшего образования на условиях целевой подготовки можно получить в приемных комиссиях УВО.

Преимущества целевой подготовки:

- более простая процедура поступления – сдача одного внутреннего вступительного испытания;

ЦЕНТРАЛИЗОВАННОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ - 2023

Регистрация абитуриентов для участия в централизованном тестировании (ЦТ) проводится с 10 мая по 1 июня.

Сроки регистрации для прохождения ЦТ в резервные дни - с 1 по 6 июля.

Абитуриент подает заявление одним из способов:

- заполнив электронную форму на сайте РИКЗ, с получением пропуска в пункте прохождения ЦТ до 01.06.2023,

- в пункте регистрации лично (или через представителя).

Время работы пунктов регистрации - с 9.00 до 19.00, в субботные дни (13, 27 мая, 1 июля) - с 9.00 до 18.00.

ГРАФИК ПРОВЕДЕНИЯ ЦТ

Июнь				
Пн	12	19	26 химия	03
Вт	13	20 математика	27	04 Всемирная история (новейшие времена)
Ср	14 белорусский язык	21	28 физика	05
Чт	15	22 биология	29	
Пт	16 русский язык	23	30 история Беларуси	
Сб	17	24 иностранный язык (английский, немецкий, французский, испанский, китайский)	01 Июль	
Вс	18 общественное образование	25	02 география	

РЕЗЕРВНЫЕ ДНИ ПРОВЕДЕНИЯ ЦТ

11 и 13 июля - по белорусскому и русскому языкам

11 и 15 июля - по остальным предметам



ВРЕМЯ НАЧАЛА ЦТ В ОСНОВНЫЕ И РЕЗЕРВНЫЕ ДНИ - 11.00.

Перечень учреждений образования, определенных пунктами проведения ЦТ и пунктами регистрации для его прохождения, установлен постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 15 марта 2023 года №100 "О проведении централизованного тестирования по учебным предметам в 2023 году".
 Подробная информация размещена на сайте РИКЗ.

Источник: Минобразования Беларуси, РИКЗ

© Инфографика БЕЛАТА

- проходной балл по целевому конкурсу, как правило, ниже такового по общему конкурсу;
- абитуриенты, не прошедшие на целевые места по целевому конкурсу, могут участвовать в общем конкурсе, что увеличивает шансы абитуриента на поступление;
- гарантированное предоставление рабочего места после окончания УВО (распределение после обучения в УВО осуществляется в организацию, с которой заключен договор);
- возможность планировать свое профессиональное развитие уже сегодня.

Екатерина ПАСТУШКОВА

Подготовлено по материалам сайта <https://edu.gov.by>

ЦИФРОВЫЕ МАНЕРЫ: ВЕЖЛИВОСТЬ В СЕТИ

Сетевой этикет – это свод порядков, направленных на поддержание манер поведения в Интернете. Значение термина «сетевой этикет» охватывает все сферы онлайн-мира, включая электронную почту, мессенджеры, социальные сети, игры-мультиплееры, а также другие виды онлайн-коммуникаций. Основной посыл сетевого этикета состоит в том, чтобы уважать других пользователей в сети.

Приводим несколько простых правил для общения и взаимодействия в интернете, которые помогут чувствовать себя более комфортно как вам, так и вашей аудитории.

На первый взгляд кажется, что этикет не нужен в Интернете. Достаточно и элементарной вежливости. Однако, несмотря на относительную молодость IT-технологий, правила хороших манер уже сложились на просторах цифрового пространства.

Между тем, Интернет в целом и соцсети в частности многими воспринимаются как зона свободного выражения мысли, где нередко встречается использование нецензурных выражений. К сожалению, это так. Но для нецензурных слов или для неэтичного поведения существует так называемый «бан». Ну, а лучшим гарантом вежливого, беспроблемного общения в Интернете является знание этикета и соблюдение правил хороших манер.

С одной стороны, можно подумать, что правила, приведенные ниже, могут полностью устареть менее чем за год. С другой стороны, кажется, что они вне времени. В связи с тем, что Интернет меняется крайне быстро, трудно сказать, как будет работать онлайн-диалог в ближайшие годы. Но одно остается неизменным: люди любят, когда к ним относятся с уважением, заботой и вниманием – в Интернете или где-нибудь еще.

Общение по электронной почте

Электронная почта давно стала частью нашей жизни и сложно встретить человека, который не знает, что такое email. Сегодня это такая же естественная среда повседневного общения, как личный или телефонный разговор.

Электронная почта в основном используется для деловой переписки и рассылок. С друзьями мы редко обмениваемся письмами с помощью email – эта роль давно и прочно закрепилась за мессенджерами. Поэтому правила электронной переписки существуют в первую очередь для официального общения.

Существует правила делового общения по электрон-

ной почте. Они включают и правила общего этикета (здороваться, прощаться), и технические нюансы, которые позволяют пользователям с комфортом читать ваши письма.

Адрес отправителя и тема письма

Адрес отправителя – это ваша визитная карточка, поэтому важно дать своему почтовому ящику правильное имя. Если вы пользуетесь личной почтой для работы, она должна иметь соответствующий адрес. Желательно, чтобы он включал ваши имя и фамилию.

Отправляя электронное письмо, надо обязательно заполнять поле «Тема». Это характеризует вас как ответственного профессионала, внимательного к деталям, и, кроме того, это удобно – упрощает поиск нужной информации в переписке. Меняя обсуждаемый вопрос в процессе обмена электронными письмами, нужно изменять и запись в поле «Тема» нового письма. И конечно же, избегайте вариантов темы «Важно!» или «Срочно!».

Приветствие и обращение

Они обязательно должны быть. Письма, в которых отправитель никак не здоровается и не обращается к получателю – проявление невоспитанности.

Что касается стиля общения, то здесь правит бал классика – излагать мысли нужно в деловом тоне с уважением к собеседнику.

Призыв к действию

Каждое письмо отправляется с какой-то целью. Формулируйте суть вопроса или предложения четко и коротко. Всегда четко излагайте, чего вы хотите от получателя: чтобы он прошел по ссылке и прочитал вашу статью или резюме, ответил на предложение и пр. Идеально, когда в письме содержится только суть обращения.

Пишите грамотно

Не полагайтесь на компьютерную проверку орфографии. Перед отправкой читайте и перечитывайте письмо по несколько раз. Никакие заманчивые предложения не спасут репутацию отправителя, если он составляет безграмотные тексты.

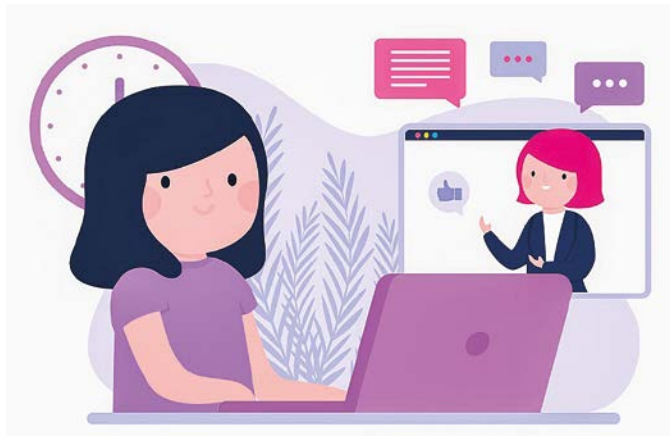
Общение в мессенджерах

Современные мессенджеры дают нам возможность быстро передавать фото, музыку и общаться одновременно с большим количеством собеседников. Существуют правила общения в мессенджерах. Они касаются личной переписки и деловой.

Думайте, прежде чем написать

Прежде чем писать сообщение, подумайте о том, как кратко, емко и грамотно выразить свою мысль. Подумайте о том, какой ответ может дать собеседник на ваше сообщение. И вообще – ваше сообщение – это вопрос, констатация факта, просьба, совет, предложение о сотрудничестве или предложение что-то обсудить?

Берегите свое и чужое время – формулируйте фразы



правильно. Чтобы собеседнику сразу было понятно, что вы имеете в виду, и ему не пришлось переспрашивать и путаться в догадках. Для этого пользуйтесь знаками препинания и грамматикой, избегайте излишних сокращений, ставьте знаки вопроса, если вы все-таки спрашиваете о чем-то.

Будьте корректны в выражениях. Особенно, если вы несдержанны в словах. Все, что вы напишете, может быть заскринено и использовано. Потом будет очень стыдно.

Осторожнее с юмором и смайлами

Ирония часто теряется при письме: мы же не слышим интонаций и не видим выражения лиц собеседников. Особенно это касается общения с малознакомыми людьми и переписки в профессиональных чатах. Стоит «отключить» чувство юмора до тех пор, пока вы не узнаете адресата лучше.

Смайлы, стикеры, эмодзи – это способ выражения наших чувств в переписке. Их использование определяется стилем общения, которого вы и ваш собеседник придерживаетесь. Но иногда при общении их достаточно трудно интерпретировать. Выбирайте стикеры и смайлы, одинаково понятные и вам, и собеседнику. Но не злоупотребляйте – излишнее выражение эмоций не всегда полезно делу. Сомневаетесь, отправлять смайлики или нет – не отправляйте.

Общение в групповых чатах

В нашей жизни становится все больше групповых чатов: офисных, родительских, чатов жильцов новостроек и др. Чаты – это отдельный мир, особенно если это чаты рабочих групп. Пишите в рабочую группу только по теме – не засоряйте эфир и не заставляйте участников группы отвлекаться по пустякам.

Из элементарного: направляя в группу текстовую информацию, не стоит разбивать одну мысль на несколько сообщений, как и не надо грузить слишком длинными текстами – это сервис для обмена короткими сообщениями, а если информации много, то лучше воспользуйтесь электронной почтой.

Не пишите поздно и в выходные дни. Позвольте собеседникам не вздрагивать ночью от уведомлений. Если вы все-таки пишете в выходные, то стоит учитывать, что люди не готовы вам отвечать. Ну и сами отключайте уведомления в это время.

Голосовые сообщения

Кто-то считает, что за последние 5 лет человечество не придумало ничего хуже голосовых сообщений, другие

же считают их крайне удобными – и обе точки зрения имеют право на существование. Здесь главное, чтобы вы совпадали в своем мнении с человеком, с которым решили обменяться сообщением. Прежде, чем отправлять голосовое сообщение, спросите, как человек к такому формату относится, и установите своего рода правила общения: в каких случаях можно отправить голосовое сообщение, предполагает ли оно мгновенный ответ, можно ли надиктовать 15 минут разговора или нужно обойтись 1-2 минутами?

Что бы вы ни решили, все это нужно обсудить до, а не извиняться за голосовое сообщение каждый раз в первых его секундах.

Общение в соцсетях

Этикет социальных сетей – это часть сетевого этикета, который направлен на поддержание репутации частных лиц и компаний в социальных сетях.

Большинство из нас используют социальные платформы несколько раз в день, и это стало настолько привычным делом, что часто мы даже не осознаем, что можно и чего нельзя делать в отношении этикета в соцсетях.

Но применяются ли к Интернет-пространству те же здравый смысл и вежливое поведение, или здесь есть свои особенности? Как разговаривать с людьми и вести себя на разных платформах? Есть ли разница между личным общением с человеком и деловым общением с ним же в соцсети, или все дело в банальной воспитанности? Приводим несколько важных правил взаимодействия в соцсетях.

Ваши комментарии с вами навсегда

Важная особенность цифрового пространства – это тот факт, что на его просторах практически ничего не теряется. Даже неосторожно оброненное слово можно при желании всегда найти.

Любые ваши комментарии, репосты, лайки, антипатии, гневные тирады, картинки и хэштеги, к лучшему или худшему, но остаются в Интернете навсегда. Поскольку социальные сети кажутся местом, где можно быть самим собой, люди часто озвучивают здесь то, что они обычно не говорят публично. Но если вообще все ваши учетные записи не являются закрытыми, то все, что вы говорите, определено станет публичным.

Удаление постов и комментариев далеко не всегда решает проблему, поэтому в случае сомнений, если вы не хотите, чтобы что-то в итоге сыграло против вас, не говорите об этом в Интернете.

Дважды подумайте, прежде, чем публиковать фотографию

Идеальное место для распространения визуального контента – соцсети, именно поэтому большинство правил цифрового этикета касается фото-контента.

Большинство людей хотят продемонстрировать свои удачные фото в Интернете. Порой подобные действия делаются в состоянии эйфории, от желания немедленно поделиться со всеми своими впечатлениями и эмоциями.

Если у вас есть двусмысленные или откровенные фотографии, не загружайте их в сеть. Если есть хоть малейшие сомнения, лучше не выставляйте фото на обозрение даже минимального количества людей.

Кроме того, личные фотографии сомнительной ценности (с вечеринки или из отпуска в бикини), вероятно, лучше не постить в ленту аккаунта, связанного с рабочими делами. Этикет в Интернете требует строго разделять профессиональные вопросы и личную жизнь. Да и не каждую фотографию стоит демонстрировать коллегам или вашему непосредственному начальнику.

Вам не стоит делиться личной информацией, фотографиями или видео, которые могут являться нежелательными для другого пользователя. Если у вас есть фотография с кем-то, и вы хотите ее загрузить, не имея цели специально смутить человека, сперва спросите, не против ли он быть отмеченным. Большинство людей оценят предоставленную возможность не испортить свою репутацию и не выглядеть глупо.

Знайте меру

Пишете ли вы в Twitter, делитесь ли постами или видео в Facebook, постите ли смешные мемы в сториз своего Instagram, большинство людей не хотят видеть эти обновления (увы). Особенно если вы постите их со скоростью 4 поста в час и больше, и так ежедневно. Кажется, что в своих соцсетях вы имеете право делать все что угодно – это так, но в этом случае не удивляйтесь, если не получаете достаточной реакции от аудитории на все свои посты. Вероятно, люди по ту сторону экрана уже дошли до момента, когда проще скрыть ваши обновления из своей ленты.

Ведите себя с другими так, как бы вы хотели, чтобы относились к вам

Если вы хотите, чтобы люди относились к вам с доверием, доверяйте им сами. Если вы хотите, чтобы вам отвечали вежливо, будьте вежливы. Если вы хотите, чтобы люди оставляли содержательные комментарии, сделайте то же самое для них. Будьте тем самым примером, которому вы хотите, чтобы подражали другие.

Любой небрежный комментарий или публикация могут оттолкнуть ваших близких и даже поставить под угрозу вашу работу. И хотя все более надежные настройки конфиденциальности могут помочь скрыть социальный след, в соцсетях сложно защитить себя от посторонних глаз полностью.



Не будьте навязчивыми

Как бы вы ни хотели, чтобы некоторые из интересных вам людей подписались на ваш профиль или стали вашими друзьями, вы не можете заставить их это сделать. Если вы отправили кому-то запрос в друзья, а человек его не принял, помните, что важно уважать частную жизнь других людей и, если они хотят сохранить конфиденциальность аккаунта по какой-либо причине, пусть будет так.

Учитывайте свой тон

Скромное или откровенное хвастовство, постоянные жалобы и бесконечные риторические вопросы способны утомить. Никто не ожидает, что вы все время будете счастливы, но вряд ли кто-то будет долго воспринимать непрекращающиеся потоки постов из разряда «пожалейте меня» как что-то настоящее, на что следует обратить внимание. Будьте реальным и постарайтесь, если можете, соблюдать баланс. Также учтите, что люди не всегда могут точно определить тон в Интернете, и особенно сложно уловить сарказм – иногда из-за того, что ваши слова восприняли слишком буквально, может возникнуть масса проблем.

Будьте сдержанны в хэштегах

Правильно использованные хэштеги могут придать посту шарма или сделать его более забавным. Очевидно, могут они пригодиться и для обнаружения вас другими людьми. Однако злоупотребление хэштегами – большая ошибка, которую делают многие люди. Если вы спамите свой пост слишком большим количеством хэштегов, вы в какой-то мере обесцениваете свой аккаунт и кажетесь человеком, чрезмерно жаждущим чужого внимания. Нужно ли вам это? Гораздо лучше использовать хэштеги со вкусом и выборочно.

Не забывайте отвечать

Да, если вы очень занятой человек или ведете невероятно активную жизнь в социальных сетях, может быть невозможно ответить на каждый полученный вами комментарий. Но все же следует попробовать. Как и в реальной жизни, мы все хотим, чтобы нас увидели и подтвердили – в том числе и люди, написавшие комментарий, ведь они сделали это не просто так. Ваш ответ не обязательно должен быть подробным, можно просто сказать спасибо или написать лаконичное сообщение. В любом случае, когда кто-то выделил время на то, чтобы оставить вам комментарий, это должно быть оценено.

Социальные сети обладают огромной силой, поэтому при взаимодействии с другими пользователями важно соблюдать этикет. От отказа от интенсивной саморекламы до поддержания уважительного тона – большинство передовых практик представляют собой просто высокотехнологичную версию привычного этикета, которому мы стараемся следовать в реальной жизни. Но мир социальных сетей развивается намного быстрее, чем офлайн, поэтому важно думать о влиянии ваших слов, изображений и видео, прежде чем делиться ими с десятками, сотнями или тысячами людей. Цифровой мир далеко не всегда быстро прощает ошибки.

Удачи вам в общении в виртуальном пространстве и в реальной жизни!

Мария ОГОЛЕВА

ЦВЕТОВОД

Хочешь быть счастливым всю жизнь – стань садовником!

Цветовод – рабочий, который занят в сфере озеленения и выращивания растений. Он занимается выращиванием цветов и декоративно-кустарниковых растений, а также уходом за ними.

Цветоводы могут выполнять разные обязанности.

Цветоводы-декораторы подбирают сочетания цветов и кустарников для украшения улиц, парков, скверов, балконов, интерьеров домов и т.п. Начинается их деятельность с обработки семян, клубней, луковиц к посадке. Они сортируют посадочный материал и готовят грунт к высадке растений.

Когда растения посажены, их необходимо полить и внести удобрения. Цветоводы опрыскивают цветы дезинфицирующими средствами, удаляют сорняки, окуливают, пропалывают и при необходимости опыляют. По мере надобности, эти специалисты подвязывают растения и занимаются формированием крон декоративных кустарников.

Цветоводы-селекционеры работают в основном в лабораториях и теплицах и занимаются выведением новых сортов цветочных растений. Они создают виды и сорта растений с определенными свойствами: теневыносливые, засухоустойчивые и др. Ведь все декоративные растения были когда-то выведены на основе дикорастущих, благодаря стараниям цветоводов.

Цветоводы-флористы занимаются оформлением букетов, составлением цветочных композиций, объединяя предметную красоту и красоту пространства. Они работают с живыми природными материалами и предметами декора.

История профессии

Заниматься выращиванием декоративных растений люди начали очень давно. С тех пор, как человек перешел к созданию культурных садов, выделялись люди, которые умели делать это лучше, чем другие. Они отбирали самые лучшие

сорта цветов и кустарников, компактно высаживали их и осуществляли уход. Древнегреческие садовники круглый год выращивали розы, ландыши, маки. Любимыми цветами египтян, судя по записям в древних папирусах, были лилия, резеда и лотос. Особенно своими цветника-



ми славились монастырские сады, усадьбы князей и царские дворцы.

В XVI-XVII веках в Европе началась мода на создание парков, в которых при помощи зеленых насаждений, оформленных особым образом, создавались настоящие произведения ландшафтной архитектуры.

Общая характеристика профессии

Цветовод – это специалист по выращиванию цветов и древесно-кустарниковых растений для декоративных целей. Он выполняет комплекс работ по высадке рассады, уходу за растениями, сбору и фасовке цветочной продукции. Цветовод претворяет в жизнь проекты озеленения, составленные ландшафтными дизайнерами. Ведь как бы ни был хорош замысел, его воплоще-

ние зависит от мастерства цветовода. Кроме того, в планы нередко приходится вносить изменения. К примеру, растения, которые хочется посадить рядом, плохо переносят соседство.

К выращиванию цветочных культур цветоводы приступают по строгому графику, потому что чаще всего цветы требуются к определенным срокам. В работе им пригодятся знания в области агрономии. Цветоводы применяют необходимые виды удобрений, разные способы профилактики и борьбы с вредителями ра-

стений, болезнями.

Цветоводы занимаются выведением и выращиванием цветущих и других растений для создания букетов, оранжерей, зеленых насаждений открытого грунта, украшения жилых и производственных помещений, оформления открытых пространств и интерьеров. Они стараются создавать растения, цветки которых имеют более привлекательный внешний вид и лучше сохраняются после того, как их срежут. Ценные в декоративном отношении сорта отбираются, разрабатываются техники размножения и выращивания травянистых, цветочных и декоративно-лиственных растений.

Особенности профессии

В профессии цветовода существуют свои особенности. Обработка цветов – дело сложное, при этом страдают руки: их часто ранят

шпы, кожа портится от постоянного контакта с холодной водой, землей и химикатами (работают цветоводы без перчаток). При уходе за растениями приходится носить ведра с водой, убирать мусор, стоять в неудобной позе. Трудности профессии вынуждают некоторых новичков бросить начатое на полпути, но такое бывает нечасто.

В настоящее время цветоводство считается модной специальностью, а специалисты востребованы на рынке труда. В будущем эта профессия станет еще более популярной, ведь цветы сегодня являются необходимой частью нашей жизни.

Профессионально значимые качества

Человеку данной профессии необходимо иметь хорошую память, ведь надо запоминать большой объем информации: названия многочисленных сортов растений (в том числе, на латинском языке), способы ухода за ними, особенности размножения, специфические болезни. Нужно иметь физическую выносливость.

Работа требует аккуратности, хорошего зрения, развитого обоняния. Данные качества помогут быстро определить заболевания растений, различия между сортами и малейшие отклонения от нормы у саженцев. Пригодятся знания по ботанике, основам химии.



Профессия подходит для творческих, увлеченных природой людей.

Сфера деятельности

Человеку данной профессии предоставляется широкий выбор рабочих мест. Это могут быть компании, которые занимаются благоустройством и озеленением, сельскохозяйственные предприятия, тепличные хозяйства, занимающиеся разведением цветочных культур, и пр. Цветовод может заниматься озеленением и ландшафтным дизайном, работая как индивидуальный предприниматель.

Условия труда

Цветовод – это профессия ручного труда. Основная работа связана с постоянным пребыванием на открытом воздухе в любую погоду.

Профессия цветовода наверняка станет идеальной работой для творческих людей, любящих природу и активную деятельность. Ведь она позволяет совместить и дизайнерские таланты, и кропотливый процесс выращивания, и, конечно же, результат, который порадует окружающих.

Медицинские противопоказания

Профессия противопоказана людям с аллергией на любые цветочные растения, пыльцу, химикаты, а также страдающим различными заболеваниями кожи, с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата.

Профессиональная подготовка

Профессия «Цветовод» доступна для учащихся, обучающихся по программам специального образования при отсутствии медицинских противопоказаний.

Профессиональную подготовку по профессии «Цветовод» можно получить еще во время обучения в школе на базе отделений профессиональной подготовки школьников в учреждениях образования:

- Минский государственный колледж монтажных технологий и транспортной логистики;



- Минский государственный колледж ремесленничества и дизайна имени Н.А.Кедышко;
- Минский государственный колледж инновационных строительных технологий имени И.М.Жижеля;
- Минский государственный колледж строительства имени В.Г.Каменского;
- Лидский государственный технологический колледж;
- Столинский государственный аграрный колледж.

Профессионально-техническое образование по профессии «Цветовод» можно получить в следующих учреждениях образования:

- Гомельский государственный аграрно-технический колледж;
- Минский государственный колледж техники и технологий строительства.

Дальнейшие профессиональные навыки можно совершенствовать на специальных курсах.

Родственными могут стать профессии ландшафтного дизайнера, агронома, флориста, эколога и др.

Наталья ТРИНДА,
заместитель директора
УО «Солигорский
государственный колледж»

Почерк и характер



Зачем мне фотография человека, для меня гораздо важнее клочок испанной бумаги, так как в нем выражается преступность, радость, печаль, озлобленность, настроение духа и тому подобное.

Д.Тарт, французский ученый, антрополог

Графология (графо – пишу и логос – слово) – наука о почерке человека, изучение проявлений в почерке индивидуальных особенностей человеческой личности. По мнению графологов, поскольку не существует двух одинаковых почерков, почерк должен быть такой же формой проявления личности, ее «подписью», как голос или выражение лица.

Основой графологического анализа является наличие устойчивой зависимости признаков почерка и подписи, которые зависят от типологических свойств высшей нервной деятельности человека.

Хотя предположения о связи почерка с индивидуальными особенностями душевной жизни высказывались еще в античности, первая подробная работа, исследующая связь почерка и личности, была написана итальянским врачом Камилло Бальди. Отцом современной графологии принято считать аббата Жана Ипполита Мишона, который собирал и каталогизировал специфические особенности почерка и пытался установить строгие соответствия между ними и личностными качествами.

В начале XX века центр графологических исследований переместился из Франции в Германию. Вильгельм Прейер, профессор физиологии из Йены, обнаружил, что пациенты, из-за травмы лишившиеся рук, при письме с помощью рта или пальцев ног выводят буквы так же, как ранее писали рукой. Таким образом, «почерк руки» оказался на самом деле «почерком мозга». На протяжении XX века графология занимает все более заметное место в европейской науке как инструмент психологического тестирования. Наиболее сильные позиции она имеет в Германии, где преподается в ряде университетов.

В Соединенных Штатах интенсивное изучение почерка и выразительных движений руки при письме приняли в 1939 году Гордон Олпорт и Филипп Верной в Гарвардской психологической клинике. Они нашли, что движения индивида свойственно внутреннее постоянство. Если человек склонен к ригидному, заторможенному поведению, это проявляется в его почерке так же, как в позе, походке, выражении лица и жестах.

Степень успешности графологического анализа зависит от подготовки специалиста, его личного опыта, образования. Большинство школ графологии считают необходимым начинать с получения общего впечатления от рукописи.

Затем исследуются отдельные аспекты: размер, наклон, ширина, вертикальные пропорции, правильность, связность, форма соединения, нажим, скорость, ритм, равномерность линий, степень упрощения начертания букв, расстояние между словами и строками, поля, общее расположение, многочисленные мелкие детали, такие как способ ставить точки, росчерки и т.д.

Каждая особенность имеет психологическую интерпретацию, которая подкрепляется, ослабляется или изменяется при исследовании других характеристик почерка. Искусство графолога заключается в умении оценить доминирующие свойства характера человека и их взаимодействие, поэтому графолог должен быть еще и хорошим психологом.

Например, если почерк крупный, это указывает на склонность пишущего к экспансивности, к тенденции «думать о главном». Другие обличительные особенности того же почерка, в частности наклон, помогают определить, обращена ли подобная сосредоточенность на главное вовне (на внешние события), внутрь (на самого пишущего) или же носит смешанный характер и в какой степени. Применительно к социальной сфере ширина букв показывает, общителен пишущий или же застенчив. Торопливость или аккуратность письма говорит о том, спешит ли пишущий, импульсивен ли он, непредсказуем, эмоционален или же уравновешен, осмотрителен и сдержан. Оценки, содержащиеся в рабочей таблице графолога, преобразуются затем в отчет.

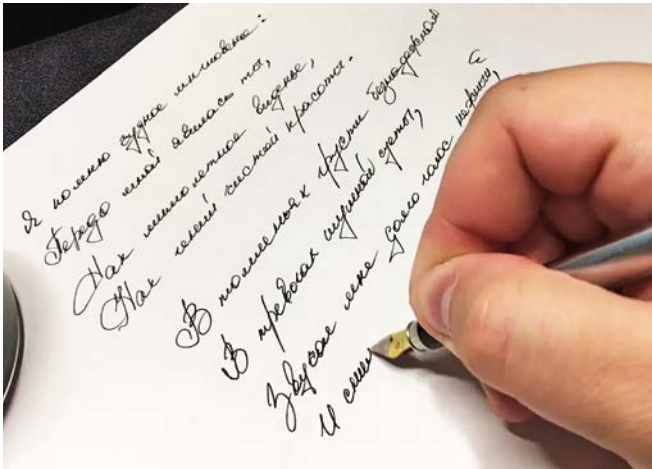
Отмечая практическую значимость графологии как науки, можно привести в качестве примера самые разные области применения знаний по графологии. Основными областями применения графологии являются: подбор персонала, исторические изыскания, криминалистика.

В самом общем виде графолог может быть назван «консультантом по почерку». Обозначение «эксперт по почерку» обычно относится к лицу, проводящему экспертизу по заданию суда для оценки сходства или различия почерка исследуемого документа с почерком определенного лица.

Чем выше развитие человека, тем больше сторон души раскрывает его почерк. Слова превращаются в звуки, строки в мелодии и слышна музыка, подсказывающая содержание характера, темперамента. В этом случае графолог как бы «сканирует» человека, определяя его характер по почерку. Каждому темпераменту присущи

свои жесты и движения – медленные и легкие, порывистые и живые, сдержанные и сухие, размашистые и широкие, присущи и свои особенности начертания букв и расположение их в словах, фразах, тексте.

Не менее информативным для графолога является подпись. Она является наиболее общим выражением характера человека, потому что в ней испытуемый отражает себя как бы в сжатой форме. Когда нет возможности получить образец письма испытуемого, графологу достаточно грамотно проанализировать подпись человека, чтобы дать векторное определение (общее направление) особенностей его характера. Помимо общей подписи важную роль играет также росчерк, различные украшения в виде завитушек, которые, как правило, многие люди оставляют в своей подписи.



Экспресс-тест «Характер по почерку»

Разумеется, тест этот не претендует на большую глубину исследования, но в какой-то мере может помочь в изучении характера близких, что, кстати, значительно проще.

Одно из условий проведения теста – почерк должен быть в «рядовом исполнении». В качестве образца нельзя использовать студенческие конспекты, тексты и сочинения на экзаменах, медицинские рецепты, заявления и т.п. Лучше, если человек не будет знать, зачем вы просите его написать несколько фраз на листе нелинованной бумаги.

Каждая характеристика и особенность письма оцениваются определенным числом баллов, которые потом суммируются. Если ответ покажется вам в чем-то странным, не смущайтесь.

Итак, начнем.

Размер букв. Буквы очень маленькие – 3 балла; почти маленькие – 7 баллов; средние – 11 баллов; крупные – 20 баллов.

Наклон букв. Левый наклон – 2 балла; легкий наклон влево – 5 баллов; правый наклон – 14 баллов; резкий наклон вправо – 6 баллов; прямое написание – 10 баллов.

Форма букв. Округлые – 9 баллов; бесформенные – 10 баллов; угловатые – 19 баллов.

Направление почерка. Строчки «ползут» вверх – 16

баллов; строчки прямые – 12 баллов; строчки «сползают» вниз – 1 балл.

Интенсивность (имеется ввиду «размашистость» почерка и сила нажима). Легкая – 8 баллов; средняя – 15 баллов; очень сильная – 21 балл.

Характер написания слов. Склонность к соединению букв в слове – 11 баллов; склонность к отделению букв друг от друга – 18 баллов; смешанный стиль (и то, и другое) – 15 баллов.

Общая оценка. Почерк старательный, буквы выведены аккуратно – 13 баллов; почерк неровный, слова то четки, то читаются с трудом – 9 баллов; буквы написаны кое-как, почерк небрежный, неразборчивый – 4 балла.

Подведем итоги:

38-51 балл. Такой почерк наблюдается у людей со слабым здоровьем.

52-63 балла. Так пишут несмелые, робкие, пассивные, флегматичные люди.

64-75 балла. Этот почерк принадлежит человеку нерешительному, мягкому, кроткому, с утонченными манерами. Такие люди часто немного наивны, но не лишены чувства собственного достоинства.

76-87 баллов. Такой почерк характерен для человека прямодушного и откровенного, общительного и впечатлительного, как правило, хорошего семьянина.

88-98 баллов. Достигший такой суммы баллов отличается честностью и добропорядочностью, имеет сильную, устойчивую психику, отважен, полон инициативы и решительности, смекалист.

99-100 баллов. Это – индивидуалисты. Люди вспыльчивые и обладающие острым и быстрым умом. Обычно независимы в суждениях и поступках.

У людей изысканных, элегантных по своей натуре, с достоинством, медленными жестами образ жизни скандывается и на почерке – изысканном, изящном с красиво округленными буквами, ровными и аккуратно расположенными строчками.

У прямых, открытых натур почерк лишен выкрутасов, слова выписаны отрывистыми расходящимися линиями: буквы не замыкаются в себе, они как бы развернуты.

В письме жестких, решительных людей буквы обычно бывают резкие, у мягких и добродушных – округленные.

Экзальтированные личности пишут витиевато, украшая нелепыми завитушками заглавные буквы.

Люди маленького роста увеличивают беспричинно «хвостики» букв «в», «д», «р», «у» и т.д.

Если человек пишет мелко, как бы лепит одну букву в другую, к тому же импульсивно – это может говорить как о его нервозности, так и о перенесенном болезненном стрессе.

Указанные наиболее общие признаки почерка не дают полной картины графологического анализа, поскольку необходим более глубокий, детальный и комплексный анализ различных картинок, рисунков, подписей и т.д.

Екатерина ДАВИДОВСКАЯ,
психолог

Детские обиды



Про обиду

Однажды Обида во мне поселилась.
 Со мною обидой она поделилась.
 Росла и росла, и все больше крепчала,
 Мое настроение не замечала.
 С обидой смотрела, сверкая глазами...
 И вот потекла ручейками – слезами...
 Потом вдруг взяла и из носа полезла,
 И я от обиды шмыгнула за кресло.
 Сижу, вытираю ее рукавами,
 Обидно ругаю Обиду словами,
 Ногами по полу усердно стучу –
 Я эту Обиду обидеть хочу.
 Она не сдаётся – ревет от обиды...
 Мы обе с Обидой слезами облиты...
 Потом я устала сидеть и сердиться:
 «Давай-ка, Обида, с тобою мириться!»
 Обида сказала: «Я тоже устала!»
 И сразу ее почему-то не стало.

Николай Шумов

Ваш ребенок снова ушел в самый темный угол своей комнаты, насупился, скрестил руки на груди и не разговаривает с вами... Знакомая ситуация? «Ну вот, опять обиделся на что-то. Ничего, пообижается и перестанет», – думаете вы. А между тем там, в темном углу, переживается большая трагедия, и, может быть, даже строятся планы мести. Детские проблемы и обиды кажутся взрослым настолько незначительными, что часто остаются незамеченными. Однако именно из них вырастают большие взрослые комплексы.

Детская обидчивость

Следует различать детскую обидчивость, как естественный возрастной этап, и обидчивость, как черту характера у детей.

Рождаясь, дети не умеют обижаться и учатся этому в процессе жизни. При этом многое зависит от окружения малыша.

3-4 года – дети в основном расстраиваются из-за отрицательной оценки взрослого, жалуются на сверстников. Это непосредственные обиды, и малыши быстро их забывают, не концентрируясь на них.

5 лет – чувство обиды проявляется во всей своей полноте, так как в этом возрасте появляется потребность в признании и уважении – сначала взрослого, а потом и сверстников. К слову, с этого возраста дети больше обижаются на сверстников, а не на взрослых. Обида, чувство ущемленности, непризнанности возникают у ребенка, например, когда ему не дают обещанного, не хвалят или неуважительно относятся. Так может сформироваться заниженная самооценка. Малыш чувствует себя отвергнутым. Происходит подчеркнутая демонстрация своей обиженности: ребенок перестает разговаривать, отворачивается и уходит в сторону. В то же

время таким образом он старается всеми силами привлечь к себе внимание.

Существуют дети, которые часто обижаются и любой повод воспринимают как обиду. Их называют обидчивыми. Уже в дошкольном возрасте можно выделить детей, склонных к обиде. Для них характерно постоянное ожидание положительной оценки.

Обидчивые дети, с одной стороны, всем своим поведением требуют от окружающих постоянной демонстрации уважения, одобрения, признания. С другой – ребенок постоянно смотрит на себя глазами других и оценивает себя этими глазами. Все это приносит ему острые болезненные переживания и препятствует нормальному развитию личности.

Последствия обид

Именно в детстве закладываются различные комплексы, которые потом могут оказаться причиной различных стрессов во взрослой жизни. Нервная система у детей еще полностью не сформировалась, она незрелая. Поэтому переживания, разочарования для ребенка оказываются острыми и труднопереносимыми.

Обида – это разрушительная реакция и разрушает она прежде всего самого человека. Обида провоцирует возникновение негативных эмоций, порождает злость, гнев и агрессию, а это крайне деструктивные эмоции. Чувство обиды замешано на злости и беспомощности. Злость возникает как реакция на нарушение психологических границ, выразить которую открыто человек не может. Это в свою очередь ведет к выбросу в кровь гормонов стресса – появляются тревога и страх. В итоге все замыкается в порочный круг.

Многие обиды носят хронический характер, и преследуют нас всю жизнь. Обиды не только лишают человека состояния гармонии с собой и с миром, но и крайне отрицательно сказываются на здоровье, разрушая и нервную, и сердечно-сосудистую систему, и органы пищеварения. Например, язва желудка – это прямое следствие негативных эмоций, повышается кислотность желудочного сока, в результате чего разъедается слизистая оболочка.

Таким образом, обида обладает сильной токсичной энергетикой и поэтому ее можно считать чемпионом в списке причин психосоматических заболеваний. Многие люди годами не могут справиться с болезнью, причина которой лежит в переживаниях раннего детства. Тело несет в себе память о ней, и заболевает каждый раз при новом «воспоминании» о старой травме. Согласно исследованиям, проведенным американскими

учеными, обидчивый человек в 1,6 раза чаще других страдает онкологией, диабетом, астмой, заболеваниями сердца и крови.

Принято считать, что обида – это детское чувство, а взрослым обижаться как-то глупо, несерьезно. С обидой мы действительно «знакомимся» в детстве, но управлять ее воздействием на нас мы не в силах, даже будучи взрослыми.

Все дело в том, что эмоции не поддаются контролю рассудка и «живут» своей жизнью, создавая свою реальность, в которой и пребывает человек. Эмоции не подвержены влиянию времени. Другими словами, даже если травмирующее событие, сопровождавшееся сильными эмоциями, произошло 30 лет назад – для психики это ровным счетом ничего не значит. Эмоции не подвержены распаду, как это происходит в материальном мире. То, что произошло много лет назад, может оставаться мощным эмоциональным событием, способным повлиять на историю отдельного человека.

Обида – одно из таких событий, и в психологическом смысле она обладает очень сильной энергией, которая способна обуславливать жизнь человека на долгие годы.

Наша жизнь является проекцией детских желаний и стремлений. Детские обиды лежат на плечах тяжелым грузом, не давая двигаться вперед. Уберегите детей от обид, и вы увидите, как легко они пойдут по жизни, опираясь на ваше доверие, мудрость, силу, поддержку – на свое счастливое детство.

Среди наиболее распространенных родительских ошибок встречаются следующие:

- Обесценивание реально существующего чувства: «это ерунда», «не плачь», «а у меня еще хуже было».
- Сообщение о том, что это чувство плохое или плохой тот, кто его имеет: «Какой же ты обидчивый (беспомощный, недотепа и пр.)», либо «добрые дети не обижаются» и т.д.
- Советы, как поступать в другой раз, которые никак не помогают ребенку справиться с тем, что происходит здесь и сейчас.
- Избегание обсуждать тему обиды или попытки переключить внимание малыша на другие события.
- Попытки тут же идти самостоятельно выяснять отношения с обидчиком. Да, ребенку требуется защита родителей, но ему все равно нужно совладать с самим чувством.
- Попытки обвинить самого ребенка в создании той ситуации, которая вызвала его обиду.
- В тех случаях, когда ребенок пытается говорить об обиде спустя какое-то время, сообщать ему, что уже поздно думать об этом, что ситуация давно прошла и не стоит внимания.
- Напротив, сильно тревожиться, если ребенок часто вспоминает ситуацию старой обиды, реагировать на это эмоционально, искать справедливости и с подозрением настойчиво расспрашивать его о деталях произошедшего события.

Так дети начинают скрывать и проглатывать обиду, терпеть ее и продолжают носить ее с собой. Она может проявляться в тревожных снах, страхах и неуверенности при взаимодействии с другими людьми, порождать фантазии, становиться причиной неуверенного поведе-

ния. Ведь переживать обиду тяжело и больно, и, не умея это делать, человек прячет ее в дальний угол души, откуда она начинает влиять на другие его представления о мире, людях и себе.

Как не допускать детских обид

Обида – это сложный комплекс подавленных и невыраженных переживаний и эмоций, с которым незрелая детская психика самостоятельно справиться не смогла. Если этому не уделить должного внимания, маленький человек будет страдать, и долгие годы продолжать носить с собой это чувство, как незавершенный болезненный процесс, ищущий и не находящий завершения.

- **Разграничьте серьезные и несерьезные обиды:** некоторые дети очень обидчивы и пребывают в таком состоянии постоянно, манипулируя взрослыми. Учитесь различать, насколько глубоки детские эмоции, выводите детей из такого состояния шутками или играми.
- **Если ребенку есть на что обижаться, то признайте его чувства и посочувствуйте.** Признайте право ребенка на обиду, как существующее право маленького человека на обладание естественными чувствами. Плохого в ней ничего нет – это нормальная реакция на собственное бессилие, неспособность разрешить сложный конфликт, беспомощность перед обидчиком или ситуацию фрустрации. Чувство обиды возникает, когда нанесенный ущерб по субъективной оценке абсолютно не соответствует изначальным намерениям, планам, желаниям или поведению. Однако обидчивость может быть и способом манипулирования другими людьми. Если она проявляется по отношению к вам, не обращайтесь внимания, тогда она потеряет смысл. Если по отношению к другим, то добродетельно объясните ребенку, что это нечестно.
- **Необходимо озвучить ребенку разное видение ситуации,** по отношению к которой он обижается. Ребенок часто видит ситуацию узко: если вы ему запрещаете идти гулять, значит вы его не любите. Важно, чтобы он слышал другие мотивы: вы беспокоитесь о нем или вы ждете, когда он выполнит свое обещание сделать уроки перед прогулкой.
- **Учите ребенка озвучивать свои желания и высказывать свое недовольство обидчикам.** Во многих семьях отсутствует культура чувств и не разрешается высказывать недовольство родителями, поэтому дети привыкают молча проглатывать обиду и скрывать свои чувства. Только сразу сказав о своих эмоциях и чувствах, ребенок сможет не таить обиды в себе, не давать им накапливаться, разрастаться и превратиться в привычку.
- **Важно, чтобы ребенок знал, что нельзя держать обиду в себе.** Попросите ребенка рассказать, кто и чем его обидел. Выслушайте и поддержите его. Скажите, что понимаете его, и что вы на месте ребенка чувствовали бы себя точно так же. Практикуйте с ребенком правило: «Ты обиду не держи, поскорее расскажи».
- **Учите ребенка не копить обиды.** Когда чаша эмоций переполнена обидами, другим чувствам не остается в ней места.

- **Учите ребенка не обижать других, ставить себя на место другого человека.** Ребенок по природе эгоцентричен. Особенности его мышления таковы, что ему сложно понять чувства и позицию других людей. Все вертится вокруг его желаний и интересов. Задача взрослых – учить ребенка замечать другого. Вот почему так важно говорить ребенку о себе, о своих переживаниях. Как можно конкретнее озвучивайте то, что важно вам. Говорите о своих ожиданиях ясно и четко. Например: «Мне не нравится, когда ты обижаешь свою сестру», «Я хочу, чтобы ты начал убирать игрушки через 10 минут».
- **Любите своих детей одинаково, не демонстрируя превосходства одних по отношению к другим.**
- **Не подчиняйте жизнь одного ребенка полностью интересам других детей,** не делайте из ребенка слугу и не лишайте его детства.
- **Доверяйте своим детям, предпримите сотни попыток оправдать своего ребенка, прежде чем наказать его.**
- **Развивайте у ребенка чувство юмора,** закаляя его эмоциональную хрупкость. Самоирония, способность шутить над собой и другими (при условии, что шутки безобидны) учат способности принимать и терпимо относиться к несовершенству, неидеальности своей и чужой.
- **Будьте рядом с ребенком при малейшей возможности,** разговаривайте с ребенком по всякому поводу, не заменяйте общение с ребенком Интернетом или телефонными разговорами, проводите с детьми выходные и праздники, потому что эти моменты они будут помнить всю жизнь.
- **Будьте волшебником для ребенка, исполняйте его мечты,** правда, для этого нужно научиться отличать их от ситуативных желаний, чтобы не баловать ребенка.



Притчи

Притча о картофеле и обиде

Ученик спросил учителя:

– Ты такой мудрый. Ты всегда в хорошем настроении, никогда не злишься. Помоги и мне быть таким.

Учитель согласился и попросил ученика принести картофель и прозрачный пакет.

– Если ты на кого-нибудь разозлишься и затаишь обиду, – сказал учитель, – то возьми этот картофель. С одной его стороны напиши свое имя, с другой имя человека, с которым произошел конфликт, и положи этот картофель в пакет.

– И это все? – недоуменно спросил ученик.

– Нет, – ответил учитель. Ты должен всегда этот пакет носить с собой. И каждый раз, когда на кого-нибудь обидишься, добавлять в него картофель.

Ученик согласился. Прошло какое-то время. Пакет

ученика пополнился еще несколькими картофелинами и стал уже достаточно тяжелым. Его очень неудобно было всегда носить с собой.

К тому же тот картофель, что он положил в самом начале, стал портиться. Клубни проросли, покрылись плесенью и стали очень неприятно пахнуть. Ученик пришел к учителю и сказал:

– Это уже невозможно носить с собой. Во-первых, пакет слишком тяжелый, а во-вторых, картофель испортился. Предложи что-нибудь другое.

Но учитель ответил:

– То же самое происходит и у тебя в душе. Когда ты на кого-нибудь злишься, обижаешься, то у тебя в душе появляется тяжелый камень. Просто ты этого сразу не замечаешь. Потом камень становится все больше. Поступки превращаются в привычки, привычки – в характер, который рождает зловонные пороки. И этот груз становится слишком тяжелым, чтобы носить его постоянно с собой. Я дал тебе возможность понаблюдать за всем этим процессом со стороны. Каждый раз, когда ты решишь обидеться или, наоборот, обидеть кого-то, подумай, нужен ли тебе этот груз.

Маленький зверек

Обида – это такой маленький зверек. С виду он совсем безобидный. И если с ним правильно обращаться, то вреда он вам не принесет. Обида, если не пытаться ее одомашнить, прекрасно живет на воле и никогда никого не трогает. Но все попытки завладеть обидой кончаются всегда плачевно...

Зверек этот очень маленький и юркий. Он может вселиться в любого человека. Человек это сразу почувствует. Ему становится обидно. Это зверек кричит человеку: «Выпусти меня! Мне здесь темно и страшно! Я хочу наружу!»

Но люди давно разучились понимать язык тварей земных, особенно таких маленьких зверьков. Есть те, кто сразу отпускают Обиду. Но есть и те, кто ни за что не хотят ее отпускать. Они сразу называют ее своею и носятся с ней, как с писаной торбой. Постоянно думают о ней, заботятся...

А Обиде все равно не нравится в человеке. Она крутится, ищет выход, но сама никогда не найдет пути. Такой вот непутевый зверек. Да и человек тоже непутевый. Сжался весь и ни за что не выпускает Обиду, таит ее в себе. А зверек голодный, кушать ему хочется, вот и начинает он потихоньку есть человека изнутри... И человек чувствует это: то там заболит, то здесь. Но не может он выпустить Обиду, потому что привык уже к ней. Да и она потихоньку привыкает к своему хозяину. Ест, растет, жиреет, сосет и гложет...

В конце концов прирастает Обида к чему-нибудь в теле человека и становится частью его. Слабеет человек, хворать начинает, а зверь внутри все толстеет.

И невдомек человеку, что только и надо – взять и отпустить Обиду! Пусть себе живет, в свое удовольствие. И ей без человека лучше и человеку без нее легче живется.

Обида – это маленький, но очень коварный зверек... Если вдруг поймешь ненароком – отпусти ее, пусть себе бежит!

Валентина АНТОНИК

ФИЛОСОФСКИЙ КАЛЕНДАРЬ

Продолжение.
Начало в №№1-5/2023

Философский календарь – это сборник лучших цитат великих людей о воспитании детей, выстраивании семейных отношений, а также фундаментальных принципах развития одного из главных социальных институтов – института семьи.

ИЮЛЬ

1 Разум без сердца перерождается в тупость и безрассудство.

Ш.Амонашвили

2 В первое время важнее всего материнское воспитание, ибо нравственность должна быть насаждена в ребенке, как чувство. *Г.Гегель*

3 Надо воспитывать в детях любовь к людям, а не к самому себе. А для этого самим родителям надо любить людей. *Ф.Дзержинский*

4 Секрет успешного воспитания лежит в уважении к ученику. *У.Эмерсон*

5 Вся задача воспитания – заставить человека не только поступать хорошо, но и наслаждаться хорошим, не только работать, но и любить работу. *Д.Рескин*

6 У всякого человека бывает два воспитания: одно, которое ему дают другие, и другое, более важное, которое он дает себе сам. *Э.Гиббон*

7 Тайна собственного пути заключена в душе. Ключ к душе хранится в сердце. Сердце выдает его только ценою любви. *Ш.Амонашвили*

8 Учатся у тех, кого любят. *И.Гете*

9 Те, у которых мы учимся, правильно называются нашими учителями, но не всякий, кто учит нас, заслуживает это имя. *И.Гете*

10 Воспитатель сам должен быть тем, чем он хочет сделать воспитанника. *В.Даль*

11 Запугиванием можно вырастить в ребенке только низость, испорченность, лицемерие, подлую трусость, карьеризм. *Ф.Дзержинский*

12 Чтобы быть хорошим преподавателем, нужно любить то, что преподаешь, и любить тех, кому преподаешь. *В.Ключевский*

13 Чем ниже духовный уровень воспитателя, бесцветнее его моральный облик, больше забот о своем покое и удобствах, тем больше он издает приказов и запретов, диктуемых якобы заботой о благе детей. *Я.Корчак*

14 Воспитание и только воспитание – это цель школы. *И.Песталоцци*

15 Всякий ребенок в известной мере есть гений, а всякий гений в известной мере – ребенок. Сродство обоих обнаруживается в наивности и возвышенной простоте. *А.Шопенгауэр*

16 Человек, который прививает своим детям навыки трудолюбия, обеспечивает их лучше, чем, если бы он оставил им наследство. *Уэйтли*

17 Чтобы обучить другого, требуется больше ума, чем чтобы научиться самому. *М.Монтень*

18 Детей надо защищать от одиночества и чувства ненужности, от обмана, нечестности, эгоизма, неуважения к людям, от телесных наказаний и насилия, от заласканности. *Ш.Амонашвили*

19 Только прививая своему ребенку оптимистичный взгляд на мир, вы учите его понимать себя, открывать свой внутренний мир и мир вокруг. *М.Селигман*

20 «Дорисовывайте» своих детей и друг друга! Общайтесь с ребенком так, словно он уже сейчас такой, каким вы хотите его видеть. Ищите в нем хорошее и регулярно это подмечайте. *Ш.Амонашвили*

21 Нравственное уродство и преступность являются результатом недостатка воспитания и испорченности, идущей с раннего возраста. *В.Бехтерев*

22 Тот, кто желает хорошо воспитать ребенка, обречен всегда придерживаться справедливых взглядов. *О.Бальзак*

23 Постоянно давать детям награды не годится. Через это они становятся себялюбивыми, и отсюда развивается продажный образ мыслей. *И.Кант*

24 В воспитании первое место принадлежит восприятию красоты. Научите ребенка видеть и слышать прекрасное. *Ш.Амонашвили*

25 Воспитание человека начинается с его рождения; он еще не говорит, еще не слушает, но уже учится. Опыт предшествует обучению. *Ж.Ж.Руссо*

26 Ребенок – зеркало семьи; как в капле воды отражается солнце, так в детях отражается нравственная чистота матери и отца. *В.Сухомлинский*

27 Дети от рождения несут в себе добрые намерения. Ребенок не зол, но он очень быстро может усвоить дурные привычки. *Ш.Амонашвили*

28 Проповедовать с амвона, увлекать с трибуны, учить с кафедры гораздо легче, чем воспитывать одного ребенка. *А.Герцен*

29 Воспитывает все: люди, вещи, явления, но прежде всего и дольше всего – люди. Из них на первом месте – родители и педагоги. *А.Макаренко*

30 Главной функцией новой семьи должна быть функция воспитания человека и гражданина. *А.Грамши*

31 Только живой пример воспитывает ребенка, а не слова, пусть самые хорошие, но не подкрепленные делом. *А.Макаренко*

Алла ЕРМАК,
заместитель директора по УВР
ГУО «Горковская средняя
школа»

СЛОВАРЬ основных ПРОФОРИЕНТАЦИОННЫХ ТЕРМИНОВ

(Продолжение. Начало в №4,5/2023)



П

Планирование карьеры – процесс сопоставления потенциальных возможностей, способностей и целей человека с требованиями организации, стратегией и планами ее развития, выражающийся в составлении программы профессионального и должностного роста.

Повышение квалификации – 1) образовательный процесс, направленный на углубление, расширение и обновление профессиональных знаний, умений и навыков, по итогам которого выдается документ установленного образца; 2) вид образования, который направлен на совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации. Осуществляется по программам дополнительного профессионального образования, а также в форме профессионального обучения по программам повышения квалификации рабочих и служащих.

Подходящая работа – работа, которая соответствует профессиональной пригодности человека, с учетом его образования, профессии, специальности, квалификации, состояния здоровья, стажа и опыта работы по прежней профессии, должности, транспортной доступности нового места работы и пр.

Получение образования – освоение содержания образовательной программы, которое подтверждается документом об образовании или документом об обучении.

Популярность профессии – привлекательность профессии в обществе, которая проявляется в количестве людей, желающих ее освоить.

Предмет труда – то, на что направлена трудовая деятельность человека (другие люди, техника, информация, художественные образы или природа).

Приемная комиссия – подразделение в учебном заведении, созданное с целью организации приема абитуриентов, в том числе проведения вступительных испытаний по специальностям.

Профессиональная деятельность – трудовая деятельность по определенной профессии, взаимосвязанная с видами экономической деятельности.

Профессиограмма – подробное описание профессии, включающее предмет, задачи, средства и условия трудовой деятельности, экономические характеристики, требования к уровню квалификации, состоянию здоровья и психологическим особенностям человека.

Профессиография – технология изучения требований, предъявляемых профессией к личностным качествам, психологическим способностям, психолого-физическим возможностям человека.

Профессионализация – процесс становления профессионала, включающий следующие стадии: выбор человеком профессии с учетом своих собственных возможностей и способностей; освоение правил и норм профессии; формирование и осознание себя как профессионала,

обогащение опыта профессии за счет личного вклада, развитие личности средствами профессии и др.

Профессионализм – высокая подготовленность к выполнению задач профессиональной деятельности. Профессионализм дает возможность достигать значительных качественных и количественных результатов труда при меньших затратах физических и умственных сил на основе использования рациональных приемов выполнения рабочих заданий. Проявляется в систематическом повышении квалификации, творческой активности, способности продуктивно удовлетворять возрастающие требования общественного производства и культуры.

Профессиональная адаптация – система мер, направленная на приспособление молодого человека к производству, новому социальному окружению, условиям труда, особенностям конкретной ситуации и способствующая профессиональному становлению работника, формированию у него соответствующих социальных и профессиональных качеств, установок и потребностей к активному творческому труду, достижению высшего уровня профессионализма. Успешность профессиональной адаптации является одним из главных критериев правильного выбора профессии, оценкой эффективности всей профориентационной работы.

Профессиональная деятельность – трудовая деятельность по определенной профессии.

Профессиональная диагностика – неотъемлемый компонент в системе профориентации, направленный на максимальное выявление потребностей, интересов и склонностей человека на разных возрастных этапах. Изучение индивидуальных психологических особенностей может осуществляться различными способами: от простого наблюдения

за достижениями в освоении учебных дисциплин до использования различных анкет, опросников, традиционных и модифицированных методик по самоопределению.

Профессиональная консультация – 1) оказание помощи человеку в профессиональном самоопределении с целью принятия осознанного решения в выборе профессионального пути с учетом его психологических особенностей и возможностей, а также потребностей общества; предоставление ему рекомендаций о возможных направлениях профессиональной деятельности, наиболее соответствующих его психологическим, физиологическим, психофизическим особенностям на основе результатов диагностики; 2) квалифицированная помощь специалиста оптанту в выборе профессии или группы профессий, наиболее соответствующих его потребностям, возможностям и пользующейся спросом на рынке труда.

Профессиональная ориентация – научно обоснованная комплексная система социально-экономических, психолого-педагогических, медико-биологических и производственно-технических мер по оказанию молодежи личностно-ориентированной помощи в выявлении и развитии способностей и склонностей, профессиональных и познавательных интересов в выборе профессии рабочего (должности служащего) либо смене вида трудовой деятельности.

Профессиональная пригодность – сочетание психологических и психофизиологических особенностей человека, необходимых и достаточных для достижения им эффективности труда при наличии специальных знаний, умений, навыков.

Профессиональная проба – профессиональное испытание или профессиональная проверка, моделирующая элементы конкретного вида профессиональной деятельности, имеющая заверченный вид, способствующая сознательному, обоснованному выбору профессии рабочего (должности служащего). Целью профессиональных проб является реализация возможности учащихся



ся попробовать себя в избираемой профессиональной деятельности, формирование устойчивых ориентаций на определенную профессию, осознанное отношение к профессии рабочего (должности служащего).

Профессионально важные качества – индивидуальные особенности человека, являющиеся условием успешности овладения профессией и профессиональной деятельности. К профессионально важным качествам человека относятся состояние здоровья, квалификация, профессиональные способности, склонности, интересы.

Профессиональное заболевание – хроническое или острое заболевание, вызванное воздействием на работника вредных производственных факторов.

Профессиональное информирование – ознакомление с видами экономической деятельности, состоянием и потребностями рынка труда в квалифицированных кадрах, содержанием и перспективами развития профессий рабочего (должностей служащего), формами и условиями их освоения, требованиями, предъявляемыми к индивидуально-психологическим особенностям личности, информирование о возможностях получения профессионального образования, профессионального роста и самосовершенствования в процессе трудовой деятельности.

Профессиональное призвание – 1) идеальное совпадение интересов, склонностей, способностей

(т.е. наличие необходимых природных данных) с требованиями конкретной профессии; 2) высшая степень профессионального мастерства.

Профессиональное просвещение – организованное информирование о различных профессиях, содержании трудовой деятельности, путях приобретения профессий, потребностях рынка труда, а также требованиях к индивидуально-психологическим особенностям личности.

Профессиональное самоопределение – 1) процесс формирования отношения к профессиональной деятельности и способ ее самореализации; 2) длительный процесс согласования внутриличностных и социально-профессиональных потребностей, который происходит на протяжении всего жизненного и трудового пути.

Профессиональные склонности – избирательная направленность человека на определенную профессиональную деятельность, побуждающая заниматься ею.

Профессиональные способности – индивидуально-психологические свойства личности человека, отвечающие требованиям данной профессиональной деятельности и являющиеся условием ее успешного выполнения.

Профессиональный потенциал – совокупность возможностей и способностей для освоения профессиональной деятельности, совершенствования в ней.

Профессия – род трудовой деятельности человека, владеющего определенными общими и специальными теоретическими знаниями и практическими навыками, приобретенными в результате специальной подготовки, опыта работы. Виды и наименования профессий определяются характером и содержанием труда, а также спецификой и условиями различных сфер деятельности.

Профиль образования – подсистема системы специальностей и квалификаций, наименование которой определяется родом профессиональной деятельности, выделенным на основе общности отдельных видов экономической деятельности по определенному признаку классификации.

Профильное обучение – система организации образовательного процесса на основе дифференциации и индивидуализации обучения, позволяющая наряду с получением учащимися качественного общего среднего образования обеспечить соответствующие условия для успешного профессионального самоопределения и полноценной социализации с учетом их способностей, склонностей и интересов.

Профильные классы – классы, обеспечивающие получение учащимися общего среднего образования и изучение отдельных предметов на повышенном уровне, овладение углубленными знаниями и умениями по профильным учебным предметам.

Проходной балл – сумма баллов за аттестат и экзамены, с которой был зачислен на обучение последний абитуриент.

Психологический портрет личности – описание личности, которое включает особенности темперамента, характера, способностей, направленности, интеллектуальных показателей, эмоциональности, волевых качеств, самооценки и т.д.

Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения – целенаправленно организованный процесс педагогической, психологической и информационной поддержки уча-

щихся в осознанном выборе сферы профессиональной деятельности.

Профконсультант – специалист по профессиональному самоопределению и профориентации, оказывающий профориентационные услуги. Помогает подобрать сферу деятельности или сменить ее, исходя из личных и профессиональных качеств соискателя.

Психологическое тестирование – проверка уровня развития общих и специальных способностей человека, особенностей интеллекта и характера с помощью психологических тестов.

Р

Работа – 1) совокупность задач и функций, которые способен выполнять один человек (или которые могут быть ему поручены); 2) деятельность, результаты которой имеют материальное выражение и могут быть реализованы для удовлетворения потребностей организации и (или) физических лиц.

Работник – физическое лицо, состоящее в трудовых отношениях с нанимателем на основании заключенного трудового договора.

Работодатель – юридическое лицо, его представительство и филиал, имеющие отдельный баланс; представительство иностранной организации; иностранная организация, осуществляющая деятельность в Республике Беларусь через постоянное представительство, соответствующее признакам, определенным в Налоговом кодексе Республики Беларусь; индивидуальный предприниматель, нотариус, осуществляющий нотариальную деятельность в нотариальном бюро, предоставляющие работу гражданам по трудовым, гражданско-правовым договорам (за исключением юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, находящихся в процессе ликвидации и (или) экономической несостоятельности (банкротства).

Рабочая сила – общая численность занятых и безработных.

Рабочее место – 1) место постоянного или временного пребывания работника в процессе трудовой деятельности; 2) оснащенная необходимыми техническими средствами пространственная зона, в которой совершается трудовая деятельность работника или группы рабочих.

Резюме – документ, составленный соискателем работы по определенной форме и представляющий собой краткую историю карьеры, содержащий информацию об образовании, навыках, опыте работы, интересах и др.

Рекрутинг – процесс подбора персонала (выявления, привлечения, отбора, собеседования, найма и адаптации).

Рекрутинговое агентство – агентство, выполняющее заказы компаний на подбор персонала.

Рынок труда – 1) система отношений между работодателями и работниками, регулируемая соотношением спроса на рабочую силу и ее предложения, характеризуется количеством специалистов, количеством рабочих мест и заработной платой специалистов; 2) система социально-экономических и юридических отношений в обществе, норм и институтов, призванных обеспечить нормальный непрерывный процесс воспроизводства рабочей силы и эффективное использование труда.

Руководитель – должностное лицо, возглавляющее организацию (структурное подразделение).

Руководящая должность – должность руководителя либо заместителя руководителя организации, иного работника, осуществляющего организационно-распорядительные (руководящие, организующие, направляющие, координирующие и контролируемые) функции применительно к организации, ее структурным подразделениям, работникам и направлениям деятельности.

(Продолжение – в след. номере)

Доменика БАРАНОВА

Физика вокруг нас

Физика – это важнейший источник сведений, позволяющих человеку ориентироваться в окружающем мире. Поэтому перед современной педагогической наукой стоит серьезная задача: заинтересовать школьников изучением физики, помочь им осознать важность и универсальность изучаемых законов, развить потребность в самостоятельной творческой и исследовательской деятельности в рамках физической науки.

Увлекательные рассказы о физических явлениях вокруг нас, с которыми мы сталкиваемся каждый день, помогут возродить у школьников интерес к этой увлекательной науке!

Велика ли сила притяжения?

«Если бы мы не наблюдали ежедневно падения тел, оно было бы для нас самым удивительным явлением», – писал знаменитый французский астроном Араго.

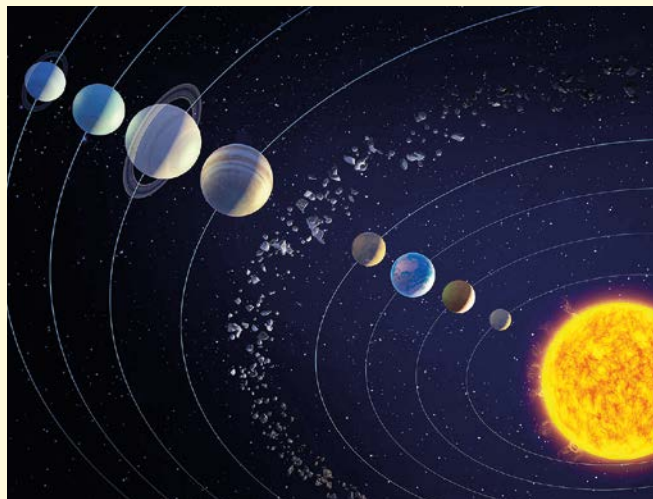
Привычка делает то, что притяжение всех земных предметов Земли кажется нам естественным и обычным явлением. Но когда нам говорят, что предметы притягивают также и друг друга, мы не склонны этому верить, потому что в обыденной жизни ничего подобного не замечаем.

Почему, в самом деле, закон всеобщего притяжения не проявляется постоянно вокруг нас в обычной обстановке? Почему мы не видим, чтобы притягивали друг друга, например, столы, люди? Потому что для небольших предметов сила притяжения чрезвычайно мала.

Например, два человека, стоящих на расстоянии двух метров друг от друга, притягивают один другого, но сила этого притяжения ничтожна: для людей среднего веса – менее 0,01 миллиграмма. Это значит, что два человека притягивают друг друга с такой же силой, с какой гирька в 0,00001 грамма давит на чашку весов. Только чрезвычайно чувствительные весы научных лабораторий способны обнаружить столь ничтожный грузик.

Такая сила, понятно, не может сдвинуть нас с места, – этому мешает трение наших подошв о пол. Чтобы сдвинуть нас, например, на деревянном полу (сила трения подошв о пол равна 30% веса тела), нужна сила не меньше 20 кг. Смешно даже

сравнивать эту силу с ничтожной силой притяжения в одну сотую миллиграмма. Миллиграмм – тысячная часть грамма, грамм – тысячная часть килограмма, значит, 0,01 мг составляет половину одной милли-



ардной доли той силы, которая нужна, чтобы сдвинуть нас с места! Удивительно ли, что при обычных условиях мы не замечаем и намека на взаимное притяжение земных тел?

Другое дело, если бы трения не существовало. Тогда ничто не мешало бы даже и слабому притяжению вызвать сближение тел. Но при силе в 0,01 мг быстрота этого сближения людей должна быть совершенно ничтожна. Можно вычислить, что при отсутствии трения два человека, стоящих на расстоянии 2 м, в течение первого часа придвинулись бы друг к другу на 3 см. В течение следующего часа они сблизились бы еще на 9 см, а в течение третьего часа – еще на 15 см. Движение все ускорилося бы, но вплотную оба че-

ловека сблизились бы не ранее, чем через пять часов.

Притяжение земных тел можно обнаружить в тех случаях, когда сила трения не служит препятствием. Груз, подвешенный на нити, находится под действием силы земного притяжения, и поэтому нитка имеет отвесное направление. Но, если вблизи груза находится какое-нибудь массивное тело, которое притягивает груз к себе, то нитка слегка отклоняется от отвесного положения и направляется по равнодействующей земного притяжения и притяжения другого тела, относительно очень слабого. Такое отклонение отвеса вблизи большой горы впервые наблюдал в 1775 году Маскелейн в Шотландии: он сравнил направление отвеса с направлением к полюсу звездного неба с двух сторон одной и той же горы. Впоследствии более совершенные опыты с притяжением земных тел при помощи весов особого устройства позволили точно измерить силу тяготения.

Сила тяготения между небольшими массами ничтожна. При увеличении масс она возрастает пропорционально их произведению. Ничтожная для небольших масс

сила тяготения становится весьма ощутимой, когда речь идет о колоссальных массах небесных тел. Так, даже Нептун, очень далекая от нас планета, медленно кружащаяся почти на краю солнечной системы, шлет нам свой «привет» притяжением Земли с силой 18 миллионов тонн. Несмотря на огромное расстояние, отделяющее нас от Солнца, Земля удерживается на своей орбите лишь силой тяготения. Если бы сила солнечного притяжения почему-либо исчезла, Земля полетела бы по линии, касательной к ее орбите, и навеки умчалась бы в бездонную глубь мирового пространства.

**Руслан ЕРМАК,
ведущий инженер БГАТУ**

ИЗУЧАЕМ СЕБЯ.

ОПРЕДЕЛЯЕМ СТАТУС ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ

Система общих представлений о самом себе и своем месте в мире называется идентичностью. Она предполагает также осознание себя как профессионала. Если взрослого человека просят ответить на вопрос «Кто вы?», то, как правило, сначала он называет имя и профессию, а уж потом говорит о возрасте, национальности, религиозных убеждениях и т.п. Представление о себе как о носителе определенной профессии – неотъемлемый компонент представлений большинства взрослых людей о самих себе.

Статус профессиональной идентичности, сформированный в старшем школьном возрасте, имеет ключевое значение для дальнейшего формирования целостной профессиональной идентичности, которая является одним из компонентов в составе личностной идентификации человека.

Можно выделить четыре статуса профессиональной идентичности – «ступеньки», на которых человек находится в процессе профессионального самоопределения.

Неопределенная профессиональная идентичность. Выбор жизненного пути не сделан, четкие представления о карьере отсутствуют, но человек даже и не ставит перед собой такую проблему. Этот статус говорит о том, что человек еще не задумывался о своем профессиональном будущем.

Навязанная профессиональная идентичность. Человек имеет сформированные представления о своем профессиональном будущем, но они навязаны извне (например, родителями) и не являются результатом самостоятельного выбора. Этим статусом обладают те, кто по каким-либо обстоятельствам сделал свой выбор не самостоятельно.

Мораторий (кризис выбора) профессиональной идентичности. Человек осознает проблему выбора профессии и находится в процессе ее решения, но наиболее подходящий вариант еще не определен.

Сформированная профессиональная идентичность. Профессиональные планы определены, что стало результатом осмысленного самостоятельного решения.

Последние два статуса (сформированной профессиональной идентичности и моратория) являются нормативными и адекватными для старшеклассников.

Предлагаемый вашему вниманию тест позволяет определить, какого статуса профессиональной идентичности достиг человек в процессе профессионально-

го самоопределения, а заодно посмотреть, насколько остро стоит перед ним проблема выбора своей будущей профессии. Данная методика не требует специальных психологических знаний при интерпретации ее результатов, поэтому может быть рекомендована как для совместной работы педагогов и старшеклассников, так и для самодиагностики учащихся.

Методика изучения статусов профессиональной идентичности

(А.А.Азбель)

Инструкция. Опросник состоит из 20 пунктов, по каждому из которых возможны четыре варианта ответов: а, b, с, d. Внимательно прочитайте их и выберите тот, который лучше всего выражает вашу точку зрения. Возможно, что какие-то варианты ответов покажутся вам равноценными, тем не менее, выберите тот, который в наибольшей степени отвечает вашему мнению. Запишите номера вопросов и выбранный вариант ответа на каждый из них (а, b, с, d). Старайтесь быть максимально правдивым! Среди ответов нет «хороших» или «плохих», поэтому не старайтесь угадать, какой из них «правильный» или «лучший».

1. Меня не беспокоит мое профессиональное будущее.

а) Согласен: еще не пришло время решать, где мне дальше учиться или работать.

б) Согласен, я уверен, что мои родители помогут мне в моем профессиональном будущем.

с) Согласен, так как я уже давно все решил по поводу своего профессионального будущего, и нет смысла беспокоиться.

д) Не согласен, ведь если о будущем не беспокоиться сейчас, то потом будет слишком поздно.

2. Мне трудно принять решение, куда пойти получать дальнейшее образование.

а) Согласен, так как меня интересует сразу несколько специальностей, которые хотелось бы получить.

б) Согласен, поэтому я лучше прислушаюсь к мнению авторитетного человека (родителя, хорошего знакомого, друга).

с) Не согласен, я уже принял решение о том, где я буду учиться или работать в дальнейшем.

д) Не согласен, поскольку еще пока не задумывался над этой проблемой.

3. Я регулярно изучаю спрос на представителей той специальности, которую я планирую получить.

а) Согласен, ведь от спроса на рынке труда зависит, какую специальность я выберу.

б) Не согласен, поскольку родители знают лучше, какую специальность мне предложить.



с) Не согласен, так как время анализировать спрос на профессии еще не пришло.

д) Не согласен, я уже решил, что все равно получу ту специальность, которую я хочу.

4. Я до сих пор не обсуждал с родителями свои будущие профессиональные планы.

а) Согласен, так как моими родителями уже давно решено, кем я буду, и со мной не советовались по данному вопросу.

б) Не согласен, мои родители как раз постоянно со мной обсуждают мои профессиональные предпочтения.

с) Согласен, у нас в семье не принято обсуждать мои профессиональные планы.

д) Не согласен, мы с родителями давно все обсудили, и я принял решение по поводу своей будущей профессии.

5. Мои родители выбрали мне дальнейшую специальность.

а) Согласен, и надо признать, что они вообще лучше меня разбираются в этом вопросе.

б) Не согласен, но мы регулярно обсуждаем вопрос моей будущей специальности.

с) Не согласен, поскольку родители не вмешиваются в мои проблемы с выбором профессии.

д) Не согласен, так как выбор специальности был, скорее, моим самостоятельным решением, чем их.

6. Мне хорошо ясны мои будущие профессиональные планы.

а) Согласен, так как выстроить их мне помогли родители (знакомые), которые являются специалистами в этой профессиональной области.

б) Согласен, поскольку я построил их самостоятельно, основываясь на собственном жизненном опыте.

с) Не согласен, так как у меня пока отсутствуют профессиональные планы.

д) Не согласен, но как раз сейчас я пытаюсь выстроить эти профессиональные планы.

7. На мои профессиональные цели сильно влияет мнение моих родителей.

а) Не согласен, у моих родителей никогда не возникало желания ставить мне профессиональные цели.

б) Согласен, поскольку мои родители с детства говорили мне, кем я должен стать.

с) Согласен, цели еще сформулированы слабо, но окончательное решение будет все-таки принято мной, а не родителями.

д) Согласен, так как родители, конечно, приняли участие в обсуждении этого вопроса, но все-таки решение уже принято мной самостоятельно.

8. Думаю, мне еще слишком рано задумываться над вопросами построения своей карьеры.

а) Согласен, так как моя карьера все равно будет зависеть от решения моей семьи.

б) Согласен, мне и раньше в жизни не приходилось сталкиваться с вопросами построения карьеры.

с) Не согласен, уже настал тот момент, когда нужно выбирать направление своей дальнейшей карьеры.

д) Не согласен, я уже давно и точно решил, каким образом я буду выстраивать свою карьеру.

9. Уже точно решено, какую специальность я хочу получить после окончания школы.

а) Не согласен, так как я еще не думал о своей конкретной специальности.

б) Согласен, и я могу точно назвать учебное заведение и специальность, которую я получу.

с) Согласен, так как мои родители уже сообщили мне, на кого и где я буду дальше учиться.

д) Не согласен, мне трудно понять, какая специальность подходит именно мне.

10. Друзья советуют мне, какое образование лучше получить.

а) Согласен, мы с ними часто обсуждаем этот вопрос, но я пытаюсь строить свои профессиональные планы самостоятельно.

б) Согласен, и я собираюсь вместе с другом получить одинаковое образование, прислушавшись к его мнению.

с) Не согласен, так как обдумывать свою будущую карьеру нам с друзьями некогда, у нас есть много более интересных дел.

д) Не согласен, я уже принял решение относительно своего будущего, без помощи друзей.

11. Для меня не принципиально, где именно учиться в дальнейшем.

а) Согласен, так как для меня главное – получить специальность, о которой давно мечтаешь, а не конкретное место учебы.

б) Согласен, поскольку уверен, что родители все равно «устроят» меня на хорошую работу после учебы.

с) Согласен, поскольку профессиональная учеба не главное в жизни.

д) Не согласен, так как от выбора учебного заведения зависит качество моего образования.

12. Я боюсь без совета родителей принимать ответственные решения по поводу моей дальнейшей профессиональной деятельности.

а) Согласен, я делаю попытки сориентироваться в профессиональной жизни, но пока затрудняюсь выбрать что-то одно.

б) Не согласен, так как мои родители все равно не хотят и не могут мне ничего посоветовать.

с) Согласен, поскольку мои родители с детства помогают мне, контролируя многие события в моей жизни, в том числе и в плане выбора профессии.

д) Не согласен, свои решения по этому вопросу я уже принял абсолютно самостоятельно.

13. Я не часто думаю о своем профессиональном будущем.

a) Не согласен, об этой проблеме я думаю довольно часто.

b) Согласен, так как я знаю: мои родители сделают так, чтобы у меня в жизни все устроилось отлично.

c) Согласен, думаю, мне еще рано над этим размышлять.

d) Согласен, так как я все уже решил для себя и сейчас концентрирую свое внимание на других проблемах.

14. У меня на примете несколько учебных заведений, куда я мог бы пойти учиться.

a) Не согласен, так как мои родители уже определили для меня конкретное учебное заведение, где я дальше и буду учиться.

b) Не согласен, я сам хочу учиться только в одном, вполне определенном учебном заведении.

c) Согласен, я как раз выбираю одно из профессиональных учебных заведений.

d) Не согласен, иногда мне кажется, что я сам не знаю, чего хочу от будущего.

15. Никакие жизненные проблемы не смогут мне помешать достигнуть поставленных профессиональных целей.

a) Согласен, поскольку знаю, что мои родители сделают все, чтобы эти цели осуществились.

b) Не согласен, у меня пока еще нет профессиональных целей.

c) Согласен, так как я хорошо осознаю свои профессиональные цели и стремлюсь к ним.

d) Не согласен, я еще не до конца понимаю, в чем состоят эти цели.

16. У нас дома часто разгораются бурные дискуссии по поводу моей будущей карьеры.

a) Не согласен, поскольку мои родители по этому вопросу все уже решили, и с ними уже бесполезно спорить.

b) Не согласен, так как мои родители не особо интересуются вопросом моей карьеры.

c) Не согласен, ведь по поводу карьеры я все уже решил сам, спорить со мной все равно бесполезно.

d) Согласен, я советуюсь с родителями, хотя иногда наши взгляды относительно моего будущего могут расходиться.

17. Меня мало интересует информация о том, как выстраивать карьеру в различных профессиональных областях.

a) Согласен, так как мои родители уже выбрали мне будущую сферу деятельности, нет надобности собирать какую-либо дополнительную информацию.

b) Согласен, потому что я уже принял решение о том, кем я буду и где буду учиться.

c) Не согласен, я как раз сейчас активно анализирую возможности карьерного роста в различных областях деятельности.

d) Согласен, меня вообще мало интересует информация о том, где и как можно выстраивать карьеру.

18. Я держу на примете несколько профессиональных целей.

a) Согласен, но они были определены заранее моими родителями.

b) Не согласен, у меня всего одна профессиональная цель.

c) Не согласен, я о них пока еще не задумывался.

d) Согласен, таких целей пока несколько, и я не решил, какая из них для меня основная.

19. Я очень хорошо представляю свой дальнейший карьерный рост.

a) Не согласен, пока мое профессиональное будущее – это множество альтернативных вариантов выбора.

b) Не согласен, но я уверен, что мои родители устроят меня на хорошую работу, где карьера мне будет обеспечена.

c) Не согласен, так как мне не хочется вникать, какая карьера подходит именно мне, у меня есть и более важные проблемы.

d) Согласен, и я уже могу назвать основные шаги моей профессиональной жизни.

20. Родители предоставили мне возможность сделать свой профессиональный выбор самостоятельно.

a) Не согласен, потому что мои родители вообще не участвуют в моем профессиональном выборе.

b) Согласен, но мы все равно еще обсуждаем мой профессиональный выбор.

c) Не согласен, так как родители считают, что при самостоятельном выборе я могу ошибиться.

d) Согласен, и я уже сделал свой профессиональный выбор.

Ключ

Каждый вариант ответа оценивается в 1 или 2 балла по одной из шкал в соответствии с приведенным ниже «ключом».

Интерпретация полученных данных (и оценка ответов в баллах) приведена в таблице «Описание статусов профессиональной идентичности», которая представлена ниже.

№	Профессиональная идентичность			
	Неопределенная	Навязанная	Мораторий	Сформированная
1.	a – 2	b – 1	d – 1	c – 1
2.	d – 1	b – 1	a – 2	c – 1
3.	c – 1	b – 1	a – 2	d – 1
4.	c – 1	a – 2	b – 1	d – 1
5.	c – 1	a – 2	b – 1	d – 1
6.	c – 1	a – 1	d – 1	b – 2
7.	a – 1	b – 2	c – 1	d – 1
8.	b – 2	a – 1	c – 1	d – 1
9.	a – 1	c – 1	d – 1	b – 2
10.	c – 1	b – 2	a – 1	d – 1
11.	c – 2	b – 1	d – 1	a – 1
12.	b – 1	c – 2	a – 1	d – 1
13.	c – 2	b – 1	a – 1	d – 1
14.	d – 1	a – 1	c – 2	b – 1
15.	b – 1	a – 1	d – 1	c – 2
16.	b – 1	a – 1	d – 2	c – 1
17.	d – 2	a – 1	c – 1	b – 1
18.	c – 1	a – 1	d – 2	b – 1
19.	c – 1	b – 1	a – 1	d – 2
20.	a – 1	c – 1	b – 1	d – 2

Чем выше сумма баллов, набранная вами по каждому из статусов, тем в большей степени суждения о нем применимы к вам.

Описание статусов профессиональной идентичности

Статусы ПИ	Характеристика статусов	Суммы баллов	Степень выраженности статуса
Неопределенное состояние профессиональной идентичности	Состояние характерно для учащихся, которые не имеют прочных профессиональных целей и планов и при этом не пытаются их сформировать, выстроить варианты своего профессионального развития. Чаще всего этим статусом обладают подростки, родители которых не хотят или не имеют времени проявлять активный интерес к профессиональному будущему своих детей. Такой статус бывает и у подростков, привыкших жить текущими желаниями, недостаточно осознающих важность выбора будущей профессии.	0-3	Статус не выражен
		4-7	Выраженность ниже среднего уровня
		8-11	Средняя степень выраженности
		12-15	Выраженность выше среднего уровня
		16 баллов и выше	Ярко выраженный статус
Навязанная профессиональная идентичность	Это состояние характерно для человека, который выбрал свой профессиональный путь, но не путем самостоятельных размышлений, а прислушавшись к мнению авторитетов: родителей или друзей. На какое-то время это, как правило, обеспечивает комфортное состояние, позволяя избежать переживаний по поводу собственного будущего. Но нет никакой гарантии, что выбранная таким путем профессия будет отвечать интересам и способностям самого человека. Поэтому такой выбор в дальнейшем вполне может привести к разочарованию.	0-4	Статус не выражен
		5-9	Выраженность ниже среднего уровня
		10-14	Средняя степень выраженности
		15-19	Выраженность выше среднего уровня
		20 баллов и выше	Ярко выраженный статус
Мораторий (кризис выбора)	Такое состояние характерно для человека, исследующего альтернативные варианты дальнейшего профессионального развития и активно пытающегося выйти из этого состояния, приняв осмысленное решение о своем будущем. Эти юноши и девушки размышляют о возможных вариантах профессионального развития, примеряют на себя различные профессиональные роли, стремятся как можно больше узнать о разных специальностях и путях их получения. На этой стадии нередко складываются неустойчивые отношения с родителями и друзьями: полное взаимопонимание может быстро смениться непониманием, и наоборот. Как правило, большая часть людей после «кризиса выбора» переходит к состоянию сформированной идентичности, реже к навязанной идентичности.	0-4	Статус не выражен
		5-9	Выраженность ниже среднего уровня
		10-14	Средняя степень выраженности
		15-19	Выраженность выше среднего уровня
		20 баллов и выше	Ярко выраженный статус
Сформированная профессиональная идентичность	Эти юноши и девушки характеризуются тем, что они готовы совершить осознанный выбор дальнейшего профессионального развития или уже его совершили. У них присутствует уверенность в правильности принятого решения об их профессиональном будущем. Этим статусом обладают те юноши и девушки, которые прошли через «кризис выбора» и самостоятельно сформировали систему знаний о себе, о профессиональных ценностях и жизненных убеждениях. Они могут осознанно выстраивать свою жизнь потому, что определились, чего хотят достигнуть.	0-2	Статус не выражен
		3-5	Выраженность ниже среднего уровня
		6-8	Средняя степень выраженности
		9-11	Выраженность выше среднего уровня
		12 баллов и выше	Ярко выраженный статус

Как использовать полученную в результате этого тестирования информацию

Во-первых, вы узнали «ступеньку», на которой находитесь, а значит, можете предполагать, куда «шагать» дальше. А во-вторых, мы надеемся, что вы поняли: поиск своей профессии – это такой процесс, который практически неизбежно проходит через этап кризиса (на стадии моратория идентичности). На данном этапе большинство молодых людей испытывают беспокойство по поводу своего профессионального будущего, неуверенность в собственных силах, переживания по по-

ду неопределенности жизненных перспектив. Если вы хотите, чтобы будущая профессия была выбрана осмысленно, ее нужно «выстрадать», пройти через кризис, а не отмахиваться от него, рассуждая по принципу «Пока рано об этом думать» или «О моем будущем позаботятся родители».

Вообще-то если человек приобретает определенную профессию и начинает работать по ней, из этого еще не следует, что у него сформированная профессиональная идентичность. Ведь вполне возможно, что он просто рассматривает работу как способ решить денежный вопрос, но отнюдь не считает ее «своим» делом, не связывает ее со своими жизненными целями и ценностями.

Это соответствует статусу диффузной профессиональной идентичности: такой человек не задумывается

над смыслом своего труда, он просто делает то, за что ему заплатят. Как правило, он не стремится к самосовершенствованию в сфере труда, не имеет четких профессиональных целей и карьерных планов. Если такому человеку представится возможность заняться чем-то другим, где удастся работать меньше, а получать больше, то он, не задумываясь, сменит не только место работы, но и род занятий.

Нередко встречается и вариант, когда человек приобретает профессию и работает по ней, обладая навязанной идентичностью, то есть этот выбор сделан им несамостоятельно. Тогда он чаще всего начинает воспринимать свою работу как некий долг, обязательство, иногда даже прямо заявляя: «Да, меня не устраивает моя работа. Но я должен ей заниматься – ведь если не я, так кто же?!». Такие люди обычно проявляют высокую верность месту работы: они могут и сменить профессию, но все равно стремятся остаться работать там же, где были раньше.

Возможен и вариант, когда человек «застревает» на стадии моратория профессиональной идентичности, кризиса выбора. Тогда он оказывается «вечным искателем», который меняет множество профессий, но ни на

чем не может остановиться. Возникает парадоксальная ситуация: работа интересует такого человека только до тех пор, пока он не достигнет в ней мастерства; как только мастерство достигнуто, ему становится неинтересно и скучно, и он меняет профессию (как впрочем, и место работы), начинает осваивать что-то новое.

Если же у человека сформированная профессиональная идентичность, то он, как правило, искренне заинтересован в том деле, которым занимается, считает его своим призванием. Такой человек обычно достигает высокого уровня профессионализма и знает себе цену. Он уверен в верности своего профессионального выбора и не склонен его изменять, хотя и вполне может менять места работы. Если где-то перед ним откроются более широкие возможности для профессионального роста, чем на прежнем месте работы, то он пойдет туда.

(По материалам книги Грецова А.Г., Азбель А.А. Узнай себя. Психологические тесты для подростков. СПб., Питер, 2006.)

Александр СОКОЛОВСКИЙ

ПОДГОТОВКА К ЭКЗАМЕНУ ПО ТИПУ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ

Экзамен – одна из самых стрессовых ситуаций для большинства людей. Нельзя сказать, что одни люди по своей психологической природе, более готовы к экзамену, чем другие. Каждый человек обладает своим набором психологических ресурсов, чтобы выдержать экзаменационную гонку. Часто человек не справляется с тем, с чем справляются другие не потому, что он хуже, а потому, что не хочет принять свои особенности и найти свой путь решения проблемы. Прислушайтесь к себе и выполните тестовое задание «Я и экзамен: кто кого».

Тест «Я и экзамен: кто кого»

Инструкция. Выбирайте только один вариант ответа, а если ни один из ответов не подходит, пропускайте вопрос.

1. Как вы запоминаете материал?

- а) могу запомнить механически (как будто фотографируя, материал «врезается» в память);
- б) запоминаю только тогда, если материал мне понятен; часто использую для запоминания графики, таблицы.

2. Какой экзамен вы предпочли бы сдавать?

- а) письменный (есть время подумать и не надо быстро реагировать);
- б) устный (многое зависит от умения взаимодействовать с экзаменатором).

3. Какая ситуация для вас более неприятна?

- а) монотонная работа, требующая выдержки и терпения (например, решение однотипных задач);

- б) работа, требующая быстрого переключения и оперативного реагирования.

4. В какой ситуации вы получаете более высокие оценки?

- а) на повседневных занятиях, к которым готовишься каждый день;
- б) в ситуации экзамена, контрольной работы, на которой я мобилирую силы.

5. Что бы вы предпочли выполнять?

- а) задание, требующее сосредоточения внимания только на нем;
- б) задание, предполагающее одновременное выполнение нескольких видов деятельности (например, одновременно слушать учителя, писать, отвечать, работать с учебником).

6. Как вам удобнее работать?

- а) чередуя небольшие периоды работы с короткими паузами для отдыха;
- б) долго работать, а потом отдыхать.

7. Как вы включаетесь в работу?

- а) быстро отвлекаюсь, от одного занятия и перехожу к другому;
- б) мне нужно время на раскачку, зато потом меня ничто не отвлекает.

8. Когда вы работаете над сложным заданием...

- а) вам нужна тишина, чтобы работать, не отвлекаясь;
- б) вы включаете музыку (телевизор), это помогает не заскучать.

9. Какая характеристика описывает вашу память лучше?

- а) я быстро запоминаю, но и забываю тоже быстро;
- б) мне нужно время, чтобы запомнить, зато потом усвоенное «всегда при мне».

10. Какой этап учебного занятия для вас более легкий?

- а) объяснение нового материала, начало его заучивания;
- б) повторение пройденного материала или выполнение уже знакомых заданий.

11. Что бы вы предпочли?

- а) искать необычный способ решения задачи;
- б) выполнять задание быстрее всех.

12. Что вы испытываете при выполнении монотонной работы?

- а) не чувствую скуки, стараюсь вы-

полнить трудоемкую работу качественно;

б) чтобы не скучать, фантазирую (Агата Кристи, например, придумывала детективные истории, моя посуда).

Ключ

Подсчитайте, в какой из колонок вы получили максимальное количество баллов.

1 тип – «Ураган»: 1а, 2б, 3а, 4б, 5б, 7а, 8б, 9а, 10а, 11б;

2 тип – «Творец»: 2б, 3а, 5б, 6а, 7а, 8б, 9а, 10а, 11а, 12б;

3 тип – «Вдумчивый»: 1б, 2а, 3б, 4а, 5а, 7б, 8а, 9б, 10б, 12а;

4 тип – «Медведь»: 1б, 2а, 3б, 4а, 5а, 6б, 7б, 8а, 9б, 10б.

Каждый тип представляет собой определенный способ поведения, который дается человеку от природы, и в науке называется комплексом индивидуальных психофизиологических особенностей. Это неизменный набор качеств (который не может быть плохим или хорошим), дающий человеку и силы, и слабости в решении сложных задач, в том числе и при сдаче экзамена.

1 тип – «Ураган»

Главный ресурс:

- быстрота реакции;
- стремительное усвоение;
- высокая работоспособность в ситуации лимита условий;
- ситуативное лидерство.

Главная слабость:

- поверхностность;
- отказ от планирования;
- уязвимость в монотонном труде.

Основной режим труда:

- постоянная смена деятельности, работа в чрезвычайных условиях.

2 тип – «Творец»

Главный ресурс:

- воображение, умение определить всевозможные последствия того или иного события;
- способность работать как монотонно, так и в режиме постоянной смены условий.

Главная слабость:

- быстрая утомляемость;
- перепады эмоционального состояния.

Основной режим труда:

- частая смена деятельности с более сложной на менее сложную, допустимы частые, но короткие перерывы, выполнение сразу нескольких заданий (разного уровня сложности).

3 тип – «Вдумчивый»

Главный ресурс:

- терпение;
- способность докопаться до мело-

чей и не потерять главное;

- подведение логической основы;
- ориентация на качество труда.

Главная слабость:

- долгое приспособление к изменениям;
- мнительность.

Основной режим труда:

- разделение любого действия на отдельные части и работа над однородными частями, превращение любой деятельности в последовательность монотонных действий.

4 тип – «Медведь»

Главный ресурс:

- выдержка;
- способность работать долгое время без отдыха, как в режиме монотонного труда, так и в режиме чрезвычайных событий.

Главная слабость:

- необходимость времени на раскачку;
- неумение отдыхать.

Основной режим труда:

- длительные периоды трудоспособности чередуются с довольно длительными периодами отдыха.

Характеристика типов

Для человека первого типа, условно названного «Ураган», который отличается высокой работоспособностью в стрессовых ситуациях, экзамен – это вызов, приглашение к борьбе. Из всех типов «Ураган» испытывает наименьший дискомфорт в ситуации экзамена, но это не означает, что такие люди сдают экзамены успешнее всех. Представители этого типа на экзамене собираются и часто показывают лучший результат, чем в повседневной жизни. Обладая быстрой реакцией, хорошей оперативной памятью, способностью запоминать значительный объем материала за короткий срок, они обычно готовятся к экзаменам в последние дни, не без оснований полагаясь на свою способность выкручиваться из трудных ситуаций. Разумеется, такое поведение – не лучшая стратегия. Часто «Ураганы» сдают экзамены намного хуже других, а иногда берут умением общаться, быстро реагировать – в любом случае после экзамена знания выветриваются также со скоростью урагана.

«Ураган» может позволить себе не быть готовым на 100%, поскольку даже в трудной ситуации такой человек легко сориентируется. Однако важно не путать понимание с усвоением – часто людям этого типа кажется, что если им все ясно после первого прочтения, то не обязательно читать еще раз или что-то специально делать

для усвоения. Поэтому самое главное – найти нескучный путь для повторения уже усвоенного.

Так, рекомендации к подготовке гуманитарного предмета могут выглядеть следующим образом:

1. Прочитать рекомендованный учебник (желательно конспективный, в котором изложено самое главное). Отметить, какой информации не хватает.

2. Найти недостающую информацию в справочнике и составить краткие конспекты по вопросам, включая новую информацию.

3. Устроить себе импровизированный экзамен, не забывая по памяти написать план ответа и изложить его содержание.

Важно научиться рассчитывать время на каждом этапе подготовки. «Ураган» должен учиться оценивать с точки зрения того, сколько времени ему потребуется для исполнения плана. Вначале он будет ошибаться, полагая, что ему нужно меньше времени, чем потребуется на самом деле, но постепенно он научится выстраивать свой режим. Провал на экзамене для него – это повод выплеснуть свое недовольство окружающими. Не так-то легко обладателю такой индивидуальности признать, что он в немалой степени ответствен за то, что не получилось. Поэтому для «Урагана» важно научиться принимать неудачу и анализировать ее причины, чтобы не повторять ошибок в будущем.

«Творец» (обладатель второго типа) характеризуется быстрым усвоением знаний, творческим подходом к изучаемому предмету. Но есть и обратная сторона индивидуальности – поверхностность, риск разбрасываться и неумение (или нежелание) сосредотачиваться на одном. Часто люди этого типа обладают широкой эрудицией, но не всегда глубокими познаниями в какой-либо области.

Обладатель такой индивидуальности может выполнять монотонные действия, придумывая необычный способ их выполнения. Если к творческому потенциалу присоединить логическое мышление, умение составлять план, то творец легко справится с ситуацией экзамена.

Несмотря на то, что «Творцы», как и «Ураганы», легко находятся в сложной ситуации, в отличие от последних они не могут долго выдерживать стресс. Поэтому для «Творца» важно научиться относиться к экзамену как к проверке его знаний, а не конкурсу на самого-самого. «Творец» должен начинать подготовку заблаговремен-

но – он работает в режиме «быстро включился – быстро выключился», поэтому если не рассчитать время – его может не хватить. «Творец», как никто другой, должен заранее определиться с тем, какие области школьного знания ему нужнее всего, чтобы начать готовиться. Сдать экзамен для него не самоцель, а пропуск к дальнейшей учебе. Глубокое знание предмета для «Творца» – это умение повернуть обсуждаемую проблему или задачу необычным ракурсом.

«Творцы» любят находить новый способ выполнения учебного задания. Их основная стратегия подготовки к экзамену – глубокое изучение материала на протяжении длительного времени. Такому человеку конспективные курсы лекций никак не подойдут. Во-первых, скорее всего он сам умеет составлять конспекты. Во-вторых, если он «влезает» в предмет, ему хочется найти что-то необычное, что мало кто знает. Важно найти баланс между усвоением общей канвы и каких-то углубленных знаний. Основа подготовки для «Творца» – хороший углубленный учебник, разные хрестоматии и словари. «Творец» должен научиться иллюстрировать каждый научный закон фактами и примерами, за формулой должно стоять явление, за датой – развернутый анализ событий с разных точек зрения.

Находясь на экзамене, «Творец» может столкнуться с такой проблемой, как неусидчивость. Ему трудно усидеть на одном месте (особенно если речь идет о сочинении или длительном письменном экзамене). Часто он просто отвлекается (что для него является отдыхом), а окружающие склонны видеть в этом нарушение дисциплины. Что же делать? Заранее научиться отвлекаться мысленно. Можно освоить несколько упражнений из йоги, которые снимают напряжение. А если окружающие спросят: «Что это ты делаешь?» – приготовить объяснение: «Мне это помогает лучше выполнить задание». В ситуации провала на экзамене «Творец» бурно переживает, чаще направляет агрессию на себя и успокаивается. Любой провал в идеале воспринимается как новый опыт (часто именно «Творцы» используют свой негативный опыт как весьма полезный материал и для шуток, и для более серьезного творческого процесса).

Третий тип, «Вдумчивый», испытывает самый сильный стресс в ситуации экзамена. Обладая тонким эмоциональным строем, такой человек часто настраивается на экзамен как на

испытание. Для «Вдумчивого» очень важно проиграть ситуацию экзамена заранее: сдав пробный экзамен, рассказав дома (не один раз) весь экзаменационный материал. Такие люди обычно включаются в процесс подготовки раньше, чем другие. Для «Вдумчивого» важно готовиться к экзамену планомерно, написав подробный план того, что нужно повторить, какие слабые места подтянуть. Часто обладателю такой индивидуальности кажется, что почти весь материал – его слабое место. Наверняка это не так. Первое, с чего должна начаться подготовка к экзамену, – это оценка своих знаний. Например, знания по математике, физике, химии можно распределить на три группы: знаю, могу применять; знаю, но не всегда умею применять; не знаю. Лучше всего начинать проработку знаний с того, что известно, но не усвоено до конца, затем переходить к самому неосвоенному, а в конце – к наиболее известному. «Вдумчивый» должен повторить усвоенное несколько раз – важно довести часть навыков до автоматизма. Лучшие способы отработки знания для такого человека – составление сравнительных таблиц, формирование подробных вопросов, решение разных задач, требующих применения усвоенных знаний.

Главный риск для «Вдумчивого» – паника от незнакомого задания. Обладатели такого типа индивидуальности привыкают к определенной форме подачи заданий, и любая новая форма пугает их.

«Вдумчивые» составляют самые эффективные шпаргалки (хотя не всегда решаются воспользоваться ими). Процесс составления шпаргалок – лучший путь закрепления знаний. «Вдумчивые» тяжело переживают неудачу на экзамене (даже после удачного экзамена они чувствуют опустошенность и даже некоторую бессмысленность всего произошедшего). Надо дать себе право и время пережить случившееся, не уходить в самообвинение, а отнестись к неудаче как к тому, что пройдет через какое-то время.

Четвертый тип, «Медведь», один из самых уравновешенных. Отличительная черта его – долгая раскачка, вхождение в сложную задачу, после которой человек долго и без перерывов на отдых выполняет задуманное. На экзамене «Медведи» сталкиваются с необходимостью оперативно включаться в процесс – потому что почти все экзамены ограничивают во времени. Поэтому для «Медведя» важно научиться определять, какое из зада-

ний он может сделать сразу, а какое лучше отложить на потом.

Для такого человека важно начинать с более легкого (для него) задания, после чего он быстрее справится со сложным. Другая проблема, подстерегающая всех «Медведей», – неумение чувствовать, когда нужно остановиться и отдохнуть. Часто «Медведь» срывается перед экзаменом, надорвавшись от бесперебойного процесса усвоения знаний. Поэтому рекомендация – ничего не делать в день перед экзаменом и хорошенько выспаться – адресована именно обладателям такого типа. Хотя «Медведи» не переживают перед экзаменом, они тяжелее всех остальных типов переносят неудачу. Поэтому «Медведи» должны стараться как можно лучше подготовиться к экзаменам. Их схема усвоения знаний должна иметь определенную последовательность.

1. Работа по учебнику с развернутым представлением материала (чтение, запоминание, подготовка письменных планов или конспектов).

2. Параллельно решение заданий, которые относятся к изучаемому материалу.

3. Знакомство с конспективным учебником для закрепления изученного.

Обладая хорошей долговременной памятью, «Медведи» нуждаются в некоторой временной паузе, чтобы вспомнить и проговорить то, что они знают. Поэтому такие люди должны научиться говорить: «Минутку, сейчас я постараюсь сформулировать это наилучшим образом» и т.д. «Медведи» могут утонуть в том объеме информации, которым они владеют. Поэтому перед тем как излагать вопрос письменно, они должны написать план ответа (особенно если речь идет о гуманитарных дисциплинах). Как ни странно, для «Медведя» очень важен период после сдачи экзамена. Такие люди долго не могут расслабиться, как бы по инерции продолжая жить в ритме подготовки к экзамену. Поэтому успешная сдача экзамена должна быть ознаменована маленьким праздником, который психологически подводит черту под долгой и трудной работой. Лучше, если это будет что-то не очень шумное.

В заключение хочется отметить, что каждый тип имеет свои плюсы и минусы, а идеального экзаменуемого нет. Будьте честны с собой – как бы вам ни нравился какой-то из типов, выбирайте то, что подходит именно вам.

Александр СОКОЛОВСКИЙ

Мужские ремесла: взгляд в прошлое

Белорусы всегда славились тягой к ремесленничеству и художественным промыслам, а также искусным мастерством, которое передавалось от отца к сыну и проходило через века.

У наших предков существовало определенное деление на «женские» и «мужские» работы по хозяйству и ремеслу. Женскими занятиями считались прядение, ткачество, рукоделие. Поэтому в каждом доме стояли «кросна», коловроты, сукала, мотовилы и другие приспособления для ткачества. Практически в каждой избе, помимо «бабьего кута» был и мужской угол, где мужчины занимались сезонными промыслами. Они изготавливали приспособления для охоты и рыбалки, деревянную и металлическую утварь, выделывали шкуры, шили упряжь и обувь, плели короба и корзины, изготавливали глиняную посуду и игрушки.



Кузнечное ремесло

Кузнечное ремесло в Беларуси известно с VII-VI в. до н.э. и считается одним из старейших ремесел. Наши предки били колотушками губчатое железо в холодном состоянии, чтобы «выжать из него соки», т.е. удалить примеси.

В конце первого тысячелетия для удобства обработки металл стали нагревать. Только кузнецам было подвластно железо, лишь они могли сделать его послушным, вероятно, поэтому кузнечное ремесло считалось у славян занятием таинственным и даже колдовским. Именно благодаря представителям этой профессии люди стали легче адаптироваться к природе. С орудиями труда, изготовленными кузнецом, легче было и охотиться, и землю возделывать.

Сельский кузнец, «коваль», изго-

тавливал большое количество необходимых в хозяйстве предметов. В первую очередь, это были сельскохозяйственные орудия труда – серпы и косы, лопаты и подковы, гвозди и ножи, обручи и дужки для ушатов, долота и шила, сковороды. Изготовление этих неприхотливых предметов не требовало каких-то специальных приемов. Их мог сделать любой кузнец в одиночку. Более сложные кованые изделия (цепи, удила, мечи и другие виды клинкового оружия, наконечники стрел, кольчуги, шлемы) уже требовали особых приемов в работе, осуществляемых профессиональными кузнецами.

Кузнечество, как правило, было наследным ремеслом. Сыновья учились у отцов или у их родственников. Если в семье кузнечеством не занимались, мальчишки обучались ремеслу у местных кузнецов. Отдавали в так называемую «науку» с 10-12 лет, обучались 2-3 года. Юноши-ученики работали сначала как помощники – были молотобойцами, временами помогали по хозяйству. Для получения статуса мастера ученик должен был поработать некоторое время у других ремесленников и, накопив достаточно опыта, выковать свое уникальное «экзаменационное» изделие.

Обязательным кузнечным инвен-

тарем были молотки и клещи. Молотков было не менее трех. Самый большой весом до 8 кг служил для грубой обработки нагретых заготовок.

Кузнечное дело считалось у славян занятием таинственным. В славянской мифологии кузнецам покровительствовал бог огня Сварог. Самым распространенным изделием, которое изготавливал кузнец, была конская подкова. Подкова и сейчас еще считается мощным оберегом. Причем, в разных местах дома подкова оберегает от разных напастей: прибитая концами вверх над дверью – не пропустит в дом зло, над кроватью – избавит от дурного сна, а размещенная в дымоходе – не даст влететь ведьме.

Проносились века, эпохи, стили, кованые изделия сменяли свой причудливый узор от мастера к мастеру, но главными орудиями кузнеца были и остаются горн, молот и наковальня. Их всегда было достаточно для создания шедевров художественнойковки. Но, в то же время, за многие тысячелетия кузнечное дело не стало более простым и доступным. Ковка не опустилась в ранг обычного ремесла, а остается искусством на грани мастерства и таинства, где в тандеме огня и металла в руках кузнеца рождается чудо.



Бондарное дело

Практически в каждой местности наряду с кузнецом, гончаром и мельником был свой бондарь. Подругому мастера этого дела еще называли бочар, обручник. Бондари изготавливали бочки, кадки или другую обручную посуду из дубовой, сосновой, еловой, осиновой клепки. Клепками назывались особые дощечки (колотые и пиленые), которые стягивались между собой обручами (металлическими или деревян-

ными). Безо всякого клея обручи надежно сжимали клепки остова и обеспечивали герметичность. Не требовалось ничего металлического – ни гвоздей, ни шурупов. Любое соединение бондари делали на деревянных шкантах.

Бондари изготавливали различные емкости для воды, напитков (транспортная бочка, кадка – «вадзянка», бочонок – «біклага, барылка»), для хранения различных вещей («кубел» – для хранения одежды, лохань – «балея» для стирки белья), для хранения сыпучих продуктов, сбора меда, для квашения капусты и соления огурцов («дзяжа»), для хранения сала, мяса-солонины («кубелы») и др.

Опытный бондарь владел не только приемами изготовления посуды, но и понимал особенности той или иной породы древесины. Мастера учитывали породу дерева, влажность, условия роста, сезон заготовки и прочие условия. Одной из самых ценных пород считался дуб. Там, где от бондарной посуды требовалась особая прочность, дуб был незаменим.

Бондари, в совершенстве владея инструментом, тонко понимали и чувствовали пластику древесины. Зная различные качества определенных пород, они умело использовали их при изготовлении разных видов деревянной посуды. Необходимо было, чтобы древесина хорошо кололась, обрабатывалась резанием (строгалась, пилилась), была достаточно упругой и вязкой, при распаривании легко гнулась.

Из лиственных деревьев, древесины которых шла на бондарные клепки, широко использовались дуб, лещина, липа, ольха, береза и тополь, а из хвойных – сосна, ель, кедр, лиственница и можжевельник.

Испокон веков бондарями были только мужчины. Связано это с тем, что ремесло требовало немалой физической силы.

Чаще всего бондари совмещали свое ремесло с традиционными крестьянскими занятиями. Работали они преимущественно зимой, начиная с Покрова. Некоторые мастера занимались бондарным ремеслом круглый год, за исключением трех-четырех месяцев лета, когда приходила пора сенокоса и уборки урожая.

Бондарное ремесло – в его исконном, истинном варианте – уникально тем, что для него не нужно ничего искусственного. Наши предки могли все брать от природы – бондарная техника подразумевает только наличие древесины.

Резьба по дереву и бересте

Деревянные промыслы всегда занимали особое место в Беларуси, богатой лесами. Наши предки владели навыками художественной обработки древесины, использовали ее при строительстве домов и создании предметов быта. Со временем искусство обработки дерева усложнялось, появлялись различные техники.

Резьба – самый древний способ украшения изделий из древесины. Резьбу осуществляли с помощью острого инструмента – ножа и резцов. Тематика изделий – сцены из окружающей жизни, геометрия, растительные орнаменты. Традиционно белорусы украшали резьбой деревянные дома, мебель и посуду, ткацкие станки и прялки. Одними из самых распространенных орнаментов были так называемые солярные знаки или символы Солнца. Солнце олицетворяло начало жизни и чистоту человеческих помыслов.

Береста – легкий, практичный и удобный материал, который сельские жители всегда использовали в быту. Бересту заготавливали между весной и летом, когда от набухшей соком коры березы легко отделялся верхний слой. Из бересты делали плетеные сумки, заплечные корзины-короба для сбора грибов, разнообразные сосуды и емкости для хранения сыпучих продуктов, солонки, табакерки, берестой оплетали глиняную посуду («берасцянка») и пр. Из легкой бересты плели нужные в хозяйстве вещи – лапти, короба и «кошыкі», а также погремушки, игрушки-каталки, коробочки-шкатулки и прочие детские игрушки.

Современные белорусские мастера возрождают традиции, изготавливая самые разнообразные предметы – резные шкатулки, деревянные скульптуры, резную деревянную мебель, картины из дерева, резные фигуры и другие изделия.



Плотничество и столярство

Плотничество («цяслярства») было повсеместным занятием еще в феодальную эпоху. Основная масса плотников («цясляроў») проживала в селах и в качестве феодальной повинности выполняла все строительные работы в имениях и частных фермах. Артели плотников, кроме жилых построек, возводили мосты и плотины, ветряные и водяные мельницы, сооружали деревянные церкви.

Столярство в Беларуси относится к одному из самых древних ремесел, которое возникло еще в те времена, когда изготавливали примитивные орудия труда. Чаще всего столяры работали в одиночку, могли у них быть подсобные рабочие или ученики.

Наш край был богат лесами. Столяры отдавали предпочтение лиственным породам деревьев: осине, березе, дубу, клену и ясеню. Цена древесины была относительно дешевой.

Столяры делали двери, оконные рамы, декоративно-прикладные изделия; другие специализировались на изготовлении мебели, домашней утвари, ткацких станков. Из липы, ольхи, осины изготавливалась разнообразная долбленая посуда и утварь.

На рубеже двух столетий столяры изготавливали не только простые предметы быта, но и изделия с элементами украшения. Для этого древесину обрабатывали на станке.

Лозоплетение

Мужским ремеслом было и лозоплетение, поскольку требовало неимоверной силы.

В Беларуси из лозы плели различные по форме и назначению изделия: возводили жилища, хо-

зайственные постройки, делали изгороди, кузова саней и повозок, посуду. Из лозы плели даже рыболовные сети и ловушки для птиц и животных. Из ветвей древесных растений возводили хозяйственные постройки, делали изгороди, детские колыбели, кузова саней и повозок, мебель, детские игрушки и посуду. Из корней сосны, ели, можжевельника изготавливали различную утварь. Повсеместно употреблялось липовое лыко; из него плели лапти, кошело («варэнькі»), вили веревки.

Самыми распространенными изделиями из лозы были корзины («кошыкі»), которые использовались для сбора ягод, грибов, овощей, орехов, переноски и хранения различных запасов, а также предметов домашнего обихода. Основные материалы для плетения – ива, рогоз, камыш, тростник. Однако чаще всего для изготовления плетеных изделий использовался ивовый прут.

Навыки и мастерство передавались из поколения в поколение. Это был привычный и повсеместный труд почти в каждой крестьянской семье. Распространению лозоплетения способствовала доступность материала, во множестве росшего по берегам рек и озер, несложные приемы плетения, позволяющие привлекать к работе даже маленьких детей, крайне простой инвентарь, имеющийся в каждом доме.

В XVIII-XIX вв. изделия из лозы стали пользоваться большим спросом в городах. Лозу стали отбеливать и окрашивать. Сплетенные из прута корзины, детские коляски, колыбельки, игрушки, миниатюрные корзиночки для рукоделия, дорожные корзины-сундуки, чемоданы, шкатулки, мебель и даже ковры многие годы служили человеку, украшая его быт.

Гончарное ремесло

Гончарное ремесло на территории Беларуси известно с эпохи неолита. Гончарство было ремеслом, служившим для изготовления емкостей для



приема пищи или сосудов для хранения жидких и сыпучих материалов. Это различные крынки, горшки, кружки, кувшины и пр. Но гончары не ограничивались только бытовыми предметами. На досуге, из остатков глины, лепились свистульки, игрушки в виде причудливых зверей и людей и пр.

Гончарное ремесло, как и кузнечное, основано на использовании мощнейшей стихии – огня – и на умении управлять ею. Поэтому в народных представлениях гончару, как и кузнецу, приписывались властные, необычные знания и магической силой. К особым знаниям гончара относилось умение чувствовать качество материала и придавать ему форму, правильно расставлять многочисленные изделия в горне и регулировать температуру обжига. Отсутствие знаний и профессионального чутья могли на любом этапе работы свести усилия ремесленника на нет.



Как самостоятельное ремесло гончарство существует в Беларуси с X в., когда появляются первые гончарные круги. Гончары формировали посуду на ножном гончарном круге, обжигали в горнах или домашней печи и подвергали декоративной обработке. Различали несколько способов: обваривание («гартаванне»), задымливание и глазуровка («глазураванне»). Обваренная в овсяном тесте, а затем обожженная посуда получалась пятнистой («рябой»), задымленная – черной, остальная – красной, глазурованной и простой.

Со временем гончарное ремесло, как и многие другие, превратилось в искусство.

Шорное ремесло

Жизнь крестьянина была тесно связана с лошадью, с конской повозкой и с конной тягой. Лошадей использовали для выезда, для сельскохозяйственных работ и как гужевого транспорт. Поэтому по востребованности шорное дело («рымарства») ценилось не меньше кузнечного, гончарного или плотницко-

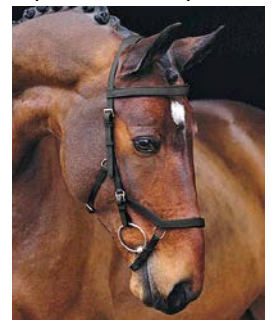
го искусства. Знания передавались от мастера к ученику.

Название ремесла происходит от слова «шоры». Лошадь – животное пугливое, малейший шорох или резкое движение могут встревожить ее. Именно поэтому используются шоры – специальные пластины, которые надевают на голову животному, чтобы ограничить боковой обзор и сосредоточить его внимание на дороге.

Шорники изготавливали весь ассортимент конской сбруи: уздечки, седла, удила, хомуты, шлеи, вожжи, шорки и т.д. Ремесло отличалось тонкостью и трудоемкостью работы. Для изготовления узды, например, брали сыромятную кожу, нарезали ленты, ширина которых зависела от назначения, выравнивали «подорожником», промывали и кроили. Между собой эти ленты из кожи соединялись по-разному: узловое соединение и кольцевые соединения. Шорник делал своими руками и всю остальную упряжь, чтобы впрячь лошадь в телегу. Важнейший в этом ассортименте – хомут. К нему крепились прочные ремни – постромки.

Сегодня можно лишь представить, как происходил технологический процесс пошива конской сбруи. Может быть, он был не слишком замысловатым, но точно представлял собой тяжелую работу, в которой из разнообразных ремней и ремешков рождалось настоящее чудо. Работа шорника ценилась, так как красивая и дорогая упряжь была лицом хозяина. За хорошую сбрую в старину могли дать и коня. И это считалось равноценным обменом.

Работа шорника – очень редкое ныне ремесло. Человека, мастеращего хомут или другую амуницию для лошади, теперь можно увидеть разве что на картинах художников-классиков или же найти упоминания о нем в исторических летописях. Шорников сейчас мало, да и желающие учиться – большая редкость.



Доменика БАРАНОВА

ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ ЧИТАТЕЛЕЙ



Здравствуйте, уважаемая редакция. Расскажите, пожалуйста, подробнее о такой старинной профессии, как печник.

Тимофей С., Минский р-н, д. Белица



Печник – это рабочий строительной сферы, главная задача которого заключается в выполнении печных работ. К работам, выполняемым печником, относятся следующие: установка временных металлических печей с подвешиванием труб; зачистка и швабровка лицевой поверхности печей; очистка от раствора кирпича, изразцов и печных приборов; устройство оснований и кладка фундаментов под печи; сортировка и подборка по цвету (оттенкам) изразцов; приготовление растворов из гжельской и огнеупорной глины; заделка трещин в кладке печей глиняным раствором; кладка печей и кухонных плит без облицовки и в металлических футлярах, печей сложной конфигурации; установка и укрепление печных приборов; облицовка печей изразцами в процессе кладки; разборка необлицованных печей и кухонных очагов, разборка облицованных печей; ремонт печей, очагов и труб с добавлением нового кирпича; переоборудование печей под газовое топливо.

Должен знать:

- основные виды материалов, применяемых при производстве печных работ;
- способы установки металлических печей;
- способы приготовления растворов и простой отделки поверхностей печей;
- способы разборки необлицованных печей, облицованных печей боровов и дымовых труб;
- основные требования, предъявляемые к качеству кирпича и раствора;
- способы кладки фундаментов под печи и временных печей;
- способы устройства вертикальных разделок;
- конструкцию простых и сложных печей, очагов различного назначения;
- устройство параллельных и последовательных дымооборотов;
- конструкцию топливников для различного вида топлива;

- требования, предъявляемые к качеству кладки кирпичей;
- способы перевязки швов;
- способы облицовки изразцами.

Человек, избравший профессию печника, должен интересоваться строительными материалами, их особенностями и рациональным использованием. Должен быть склонен к монотонной работе в сфере строительства, связанной с тяжелым физическим трудом. Важны также технические способности, большая выносливость для выполнения тяжелой работы с постоянной физической нагрузкой.

Обучение профессии можно пройти в учреждениях образования, реализующих образовательные программы профессионально-технического образования. Эффективно обучение в условиях наставничества, когда передача знаний происходит непосредственно во время рабочего процесса, на практике в конкретной организации на рабочем месте, без отрыва от работы.



Добрый день, редакция. Большое спасибо за такой интересный и полезный журнал. Мне бы очень хотелось, чтобы вы рассказали, в чем заключается работа топографа.

Николай Р., г. Бобруйск

Топограф – одна из важнейших должностей в геодезии и геологии. Он участвует в работах по созданию топографических карт (планов) разными методами, проводит различные топографические съемки, осуществляет обновление топографических карт и планов, составление оригинала карты стереофотограмметрическим методом и т.д.

Топограф работает в картографо-геодезических (геологических) и проектно-изыскательских организациях. Он может занимать родственные по содержанию выполняемых работ должности: картограф, геодезист.

В должностные обязанности топографа (в геологии) входит выполнение следующих функций:

- выполнение работы по созданию планово-высотного съемочного обоснования;
- проведение мензурной, тахеометрической или комбинированной топографической съемки;
- проведение фототеодолитной съемки, обновление топографических карт и планов;
- выполнение работ по полевому и камеральному дешифрированию, маркировки и планово-высотной привязки опознавательных знаков;
- выполнение разбивки профилей, перенесение в натуру проектных точек и планово-высотных привязок геофизических, геологических и других точек;
- осуществление камеральной обработки материалов полевых измерений, составление и вычерчивание топографических карт и планов;
- осуществление рисовки рельефа и составление оригиналов карт и планов на фотограмметрических приборах;
- подготовка исходных данных, инструмента и приборов для работ;
- проведение юстировки и проверки инструментов и приборов, обеспечение правильного их использования;

- составление соответствующих отчетов и разделов в проектах на проведение работ;
- осуществление контроля над соблюдением правил учета и хранения топографических (геодезических) материалов, правил и норм охраны труда и пожарной безопасности.

В должностные обязанности топографа (в геодезии и картографии) входит выполнение следующих функций:

- выполнение полевых и камерных работ при создании топографических карт (планов) разными методами, а также топографической съемки шельфа и внутренних водоемов;
- проверка технологического оборудования на соответствие установленным нормам точности;
- выполнение технико-экономических расчетов, работы по внедрению фонда стандартов и других нормативных документов, регламентирующих точность измерений, методы и средства поверки;
- участие в определении потребности подразделений организации в необходимом оборудовании (в высокоточных стереофотограмметрических приборах и др.);
- ведение оперативного учета средств измерений;
- подготовка и систематизация данных, необходимых для составления отчетов о выполнении планов проведения топографо-геодезических работ;
- выполнение топографических работ, содержание которых регламентировано нормами;
- соблюдение правил по охране труда и пожарной безопасности.

Должен знать:

- стандарты, положения, инструкции, методические и другие нормативные материалы по производству топографических работ;
- технологию существующих способов топографической съемки;
- порядок обновления карт;
- порядок поверки и юстировки применяемых инструментов и приборов;
- условные знаки;
- требования по составлению технических отчетов, проектов и смет на выполнение работ;
- порядок учета и правила хранения топографических материалов;
- организацию производства и труда топографо-геодезических работ;
- технические характеристики, конструктивные особенности, назначение и принципы применения средств измерений и технологию их ремонта;
- методы выполнения измерений и изготовления топографо-геодезической и картографической продукции;
- порядок составления и правила оформления технической документации, порядок ведения фонда стандартов и других документов, регламентирующих точность измерений, методы и средства поверки;
- топографо-геодезические работы, выполняемые при изыскании, проектировании и строительстве инженерных сооружений;
- графику и приемы оформления карт (планов);
- основы Закона Республики Беларусь «Об охране окружающей среды»;
- основы Кодекса Республики Беларусь о недрах.

Для топографа важно наличие интереса к таким наукам, как география, геодезия, геофизика, черчение, рисование, планиметрия (раздел геометрии). Знания в этих областях помогают ему изучать, описывать и изображать местность на подробных картах.

Необходима склонность к практической деятельности (проведение съемки местности) и одновременно склонность к скрупулезной, кропотливой работе (обработка в кабинетных условиях данных, полученных в результате съемки).

Залогом успешной деятельности топографа является способность длительно выполнять нерегламентированный объем работы при неблагоприятных погодных условиях, а также способность с легкостью переносить все тяготы походной жизни, уметь организовать в любых условиях свой быт.

Успеху в деятельности топографа способствуют следующие качества личности:

- наблюдательность;
- ответственность;
- аккуратность;
- педантичность;
- терпение;
- выдержка;
- выносливость.

Сферой профессиональной деятельности специалиста являются землеустроительные и геодезические службы, специализированные топографо-геодезические организации; организации, выполняющие работы по топографо-геодезическому обеспечению проектирования, строительства и эксплуатации объектов хозяйствования; организации, выполняющие земельно-кадастровые работы.

Здравствуйте, уважаемая редакция. Расскажите, пожалуйста, подробнее о специальности «Олигофренопедагогика». Какими знаниями и умениями будут владеть выпускники, куда смогут трудоустроиться?

Т.Н.Осипович, Минский р-н, д. Курковичи

Олигофренопедагог – это учитель-дефектолог, который специализируется на работе с детьми с интеллектуальными нарушениями.

Обучение по профилизации «Олигофренопедагогика» позволяет овладеть профессиональными компетенциями интегрированного характера. Студентам предстоит освоить дисциплины медико-биологического, психологического, педагогического модулей; узнать специфику дифференциальной диагностики, коррекционной работы, обучать и воспитывать особенных детей с интеллектуальными нарушениями; определять их образовательные потребности; создавать образовательную среду; реализовывать потенциальные возможности детей.

Выпускники данной профилизации готовятся к работе с детьми младенческого и раннего, дошкольного и школьного возраста, имеющими интеллектуальные нарушения, а также получают знания и умения по проведению коррекционной работы с детьми дошкольного и школьного возраста с сенсорной, двигательной и интеллектуальной недостаточностью, что имеет особое значение в современных условиях востребованности специа-

листов по ранней комплексной помощи и работе с детьми с сочетанными нарушениями.

После окончания обучения выпускники профилизирующей «Олигофренопедагогика» могут занимать следующие должности: учитель-дефектолог (олигофренопедагог) специального дошкольного учреждения и учреждений дошкольного образования (специальных групп, групп интегрированного обучения и воспитания; центров коррекционно-развивающего обучения и реабилитации; пунктов коррекционно-педагогической помощи и др.); специальной вспомогательной школы и учреждений общего среднего образования (специальных классов, классов интегрированного обучения и воспитания; пунктов коррекционно-педагогической помощи и др.).



Здравствуйте, уважаемая редакция. Меня зовут Оксана. Мне очень нравится бывать на природе и наблюдать за птицами. Я окончила 10-й класс, поступать буду в следующем году, но уже знаю, что хочу связать свою будущую жизнь с такой наукой как орнитология. Расскажите, пожалуйста, чем занимаются орнитологи. Заранее спасибо за ответ.



Орнитология – раздел зоологии, изучающий птиц. Орнитолог занимается систематизацией, географическим распространением, экологией, индивидуальным развитием, заболеваниями птиц и т.д.

Работа **орнитолога** очень разнообразна. Классическая ее разновидность – наблюдение за птицами в природе и кольцевание. Таким образом специалисты изучают маршруты их перелетов, образ жизни в разных климатических условиях. В генетических, вирусологических, биофизических лабораториях орнитологи исследуют влияние наследственности на тот или иной вид птиц, различные заболевания, которыми болеют птицы, и возможность их передачи человеку, биологические свойства птиц. Новые направления исследования связаны с изучением птичьего языка в целях создания акустических средств отпугивания и, наоборот, привлечения птиц, создания роботов-пугал для сельского хозяйства и аэродромов.

Должен иметь обширные знания в области систематизации, распространения, биологических особенностей птиц разных видов, владеть методами орнитологическо-

го исследования птиц, навыками экспедиционной работы и пр..

Что требует профессия от орнитолога? Конечно, любви к природе, заинтересованности в ее выживании и сохранении. Людям этой профессии необходима также способность к тщательной и кропотливой лабораторной работе, большой объем долговременной памяти, т.к. приходится запоминать множество различных сведений. Исследовательская работа требует концентрации, устойчивости и избирательности внимания, т.к. приходится работать и с микроскопом, и выполнять монотонные рабочие операции, и уметь выбирать из множества поступающих сигналов нужный. Работа в лаборатории требует логического мышления.



Добрый день, журнал «Кем быть?» Расскажите, пожалуйста, кто такой эпидемиолог.

С уважением, Андрей Б., г. Лунинец

Эпидемиолог – это врач, который противодействует инфекциям массового характера, специализируется на контроле эпидемиологической ситуации, организует лечение и профилактику распространения инфекций.

Одна из задач, которую решают эпидемиологи – выявление источника инфекции. Носителями инфекции могут быть больные люди, домашние или дикие животные. Для предотвращения или прекращения распространения инфекции крайне важно своевременно выявить ее источник, поэтому выявленных больных изолируют и в случае необходимости помещают в инфекционные больницы, а домашних и диких животных истребляют.

С той же целью, чтобы разорвать цепь распространения инфекции, врачи-эпидемиологи контролируют борьбу с насекомыми, распространяющими инфекцию. Важная обязанность врачей-эпидемиологов – повышение невосприимчивости людей к инфекционным заболеваниям: введение им вакцин, сывороток, анатоксинов и других веществ, при которых в организме человека вырабатывается активный иммунитет.

Должен знать: санитарное законодательство; микробиологию; вирусологию; паразитологию; иммунологию; гигиену; методы лабораторной диагностики и дезинфекции.

Врачу-эпидемиологу необходимо обладать принципиальностью, честностью, настойчивостью, аналитическим умом и системным мышлением, т.к. он должен быть способен защитить свои позиции в противоборстве с теми, кто нарушает санитарное законодательство.



Анна ДЕНИСЕВИЧ

«Зумеры» или поколение Z



Время влечет за собой определенные изменения и оказывает существенное влияние на общество. Принято считать, что поколения сменяют друг друга каждые 18-20 лет. Люди, родившиеся в одном промежутке, попадают под влияние определенных социально-культурных факторов, примерно одинаково мыслят, имеют схожие интересы и ценности.

В данной статье мы подробно рассмотрим поколение Z. Свое обозначение поколение Z получило в соответствии с теорией поколений, разработанной американским историком и писателем Уильямом Штраусом и американским ученым Нилом Хоутом.

Узнаем, что из себя представляет классификация поколений: бэби-бумеры – 1940-1960 гг.; поколение X – 1961-1980 гг.; поколение Y – 1981-1995 гг.; поколение Z – 1996-2017 гг.

Конечно, важно понимать, что границы между поколениями условны и могут немного отличаться с учетом определенных обстоятельств. Если отметить самое основное отличие между поколениями: Z – первое в мировой истории поколение, которое не знает, что такое мир без компьютеров и Интернета. Удивительно, ведь для их родителей из поколений X и Y это было технологиями будущего, а для поколения Z – реальность, к которой они привыкли.

Как мы уже отметили выше, к поколению Z относятся люди, родившиеся в 1996-2017 годах. Достаточно подождать около двадцати лет и планета будет по большей части принадлежать этому поколению, так как младшие из них завершат учебу и приступят к работе, а старшие будут занимать ключевые должности во всех отраслях экономики.

Предлагаем познакомиться с основными характеристиками, свойственными представителям поколения Z.

Цифровизация. По данным одного из крупнейших в мире коммерческих банков Goldman Sachs, совре-

менная молодежь может проводить онлайн до 10 часов в сутки. Цифры действительно впечатляющие! Поколение Z с самого раннего возраста имеет дело с компьютерными технологиями, для них это неотъемлемая часть жизни. Тенденция к цифровизации характерна для всего поколения Z. Границы между реальным и виртуальным пространством для них стерты. Мессенджеры и социальные сети мгновенно разносят новости и события из жизни, делая их достоянием общественности.

Все чаще виртуальное пространство становится не только развлекательной площадкой, но и официальным местом работы. Заработок в Интернете уже не кажется чем-то временным и несерьезным, т.к. доходы представителей поколения Z говорят сами за себя.

Маркетинговое агентство Criteo провело исследование, по результатам которого увлеченность онлайн-средой и цифровизация оказывают сильное влияние на развитие рынка. Представители поколения Z, не смотря на свой юный возраст, уже сейчас активные покупатели. По прогнозам, в будущем их доля во всех сегментах

рынка будет нарастать, поэтому в перспективе выиграют бренды, готовые коммуницировать через соцсети, мессенджеры, прочие цифровые площадки. Главными критериями эффективных продаж станут быстрая коммуникация, которая созвучна ценностям «зумеров». В идеале нужно дать потенциальным Z-клиентам возможность чувствовать себя включенными в процесс и жизнь бренда. Кстати, эта задача очень просто решается, так как в компаниях на должности, связанные с цифровыми коммуникациями, придут все те же представители поколения Z, которые будут говорить с покупателями на одном языке.

Еще раз обращаем ваше внимание, что поколение Z – уже сейчас активные покупатели, не смотря на юный возраст. По последним данным, банковскими картами владеет около 40% подростков от 14 до 17 лет.

Личное пространство и нацеленность на результат. Поколение Z не рассматривает для себя офисную работу с 9 до 18, этот режим подходит для работников поколения X, а также составляющих основной рынок труда представителей поколения Y. Тот факт, что поколение Z находится на связи до 10 часов в сутки, дает возможность решить с ними удаленно любой рабочий вопрос. В будущем необходимость постоянного присутствия на рабочем месте перестанет быть актуальной, за исключением некоторых профессий, таких как врач, спасатель, продавец и т.д. Остальные сферы постепенно начнут переходить на удаленный формат, который существенно экономит время (например, на дорогу на работу) и позволяет расходовать его с пользой.

Для поколения Z очень важно сохранять баланс между учебой, ра-



ботой или подработкой и частной жизнью. Личное пространство для них абсолютная ценность. Этим объясняется их нацеленность на результат – они хотят иметь четкие инструкции (что от них требуется) и четкие критерии (что будет считаться результатом, за который платят). Такой подход серьезно отличает поколение Z от всех предшествующих, которым довелось почти всю жизнь работать по четкому графику, а результатом работы как раз и считался сам факт присутствия на рабочем месте. Таким образом, мы снова подходим к теме ценностей – они у поколения Z сильно отличаются.

Глобализм и мультикультурность. Поколение X имело довольно скудное представление о других культурах, а реальное общение с представителями других стран казалось мало осуществимым. «Иностранцы» вызвали массу неподдельного интереса, ведь общение с ними было нормой только для столичных медицинских и технических вузов, где студентов из-за рубежа всегда было много.

Сейчас все кардинально изменилось. Онлайн-пространство и мир соцсетей открывает перед молодежью массу возможностей для межкультурных коммуникаций, обмена идеями и получения вдохновения. Сегодня нет ничего сложного в том, чтобы познакомиться с человеком, живущим не только в соседнем городе, но и на другом конце земного шара. Возможности, которые щедро

дарят нам новые технологии, открывают нам безграничный мир представителей самых разных культур и профессий. Все это сформировало поколение, отличающееся большей толерантностью к расовым, национальным и культурным различиям между людьми.

Глобализм и мультикультурность способствовали формированию у поколения Z еще одной интересной особенности. Они уверены, что стать знаменитым реально, другими словами «звездность» стала доступной. Конечно, одного желания недостаточно, тут еще необходимо приложить немало усилий, но факт остается фактом. Истории успеха перестали восприниматься как нечто невероятное. Поэтому многие даже очень юные представители поколения Z уже начинают выстраивать свой личный бренд, ведут собственные тематические Youtube- и Instagram-каналы. Ведение блога становится не только источником популярности, но и самой настоящей работой. Разумеется, подавляющее большинство таких «креаторов» вызывают минимум интереса и имеют минимум подписчиков, однако иногда неизвестно, что «выстрелит» в следующий момент. Вместо субкультур и деления культуры на высокую и массовую обрела актуальность так называемая «культура момента».

Культура момента. Для молодых людей поколения Z культура момента имеет намного большее значение, чем любая другая. В мире

все меняется с бешеной скоростью, то, что было на пике популярности сегодня завтра может быть забыто. Важные сегодня вещи завтра могут уже не иметь значения. Любой популярный и востребованный исполнитель через год может уступить свою аудиторию кому-то другому. К сожалению, никаких гарантий в культуре момента быть не может.

Данный тренд также имеет большое значение для развития как потребительского рынка, так и всего информационного пространства. Ведущим брендам в рамках маркетинговой стратегии больше нет смысла заключать долгосрочные контракты с так называемыми звездами, если товар бренда ориентирован на поколение Z. Гораздо выгоднее будет пригласить к сотрудничеству блогера популярного «здесь и сейчас», причем не обязательно в традиционном информационном пространстве в виде телевидения, радио, модных журналов. Если персона собирает подписчиков в Youtube или Instagram, она соберет аудиторию и в офлайне.

Например, медийная личность, которая невероятно популярна в социальных сетях, но для телевидения или радио не формат. При этом, если анонсировать мероприятие с участием этого популярного блогера в клубе или на любой другой площадке, можно собрать достаточно большое количество заинтересованной публики. Такая ситуация тоже может быть не навсегда, т.к. предпочтения Z-аудитории могут меняться очень быстро. Однако, если компании и бренды научатся жить в их темпе и ритме, они смогут выжить и процветать еще долгие годы.

Теперь предлагаем остановиться на правилах общения с поколением Z. Ввиду того, что отличия от прежних поколений весьма ощутимы, встает вопрос, как общаться – на работе, дома в быту так, чтобы коммуникация была эффективной?

Правила общения с поколением Z

- Конкретика и четкость – важные составляющие общения с представителями Z-поколения. Они не любят догадываться и додумывать, им не нужны намеки и загадки. Старайтесь внятно проговари-

- вать, что именно вы хотите от них. «Зумеры» скорее поменяют работу, чем будут вечно разгадывать головоломки, которые вы пытаетесь им донести в своих посланиях.
- Старайтесь как можно чаще давать им обратную связь на любое, даже незначительное задание, которое они выполнили (помощь по дому, отчет или звонок клиенту). Это помогает им понимать, что можно улучшить в своей работе и как быть более эффективными. Поколение Z всегда желает получать обратную связь и быстро обучается на практике, своих ошибках и успехах.
 - Общение должно быть кратким, главный смысл вашего послания должен укладываться в 8 секунд. На первый взгляд может показаться, что этого недостаточно, но поверьте на слово, современная молодежь просто не в состоянии концентрироваться дольше. Если информации, которую вы хотите донести слишком много, тогда лучше разбить ее на блоки, каждый из которых тоже не должен превышать 8 секунд, быть кратким и конкретным.
 - Иногда необходимо уделить чуть больше времени на пояснение задачи. Это бывает необходимо в том случае, когда вы хотите повысить мотивацию «зумера». Для них важно понимать не только суть задания, но и для чего они это делают, наполнить процесс смыслом.
 - По многочисленным наблюдениям хорошо себя проявила во взаимодействии с поколением Z система наказаний и поощрений. Самое главное правило, которого стоит придерживаться, используя эту систему – наказания и поощрения не должны быть хаотичными. В самом начале с «зумером» стоит обсудить и, разумеется, согласовать систему «премирования и штрафов», чтобы они понимали, чем для них чревато то или иное поведение. Например, за выполнение всех поставленных в течение месяца задач срок положена премия, а за невыполнение – штраф. Заранее согласуйте сумму премии и штрафа, чтобы это не стало неожиданностью.
 - Рекомендуется активно внедрять цифровые технологии в повседневной жизни, работе и общении.

Предлагайте молодежи проявлять инициативу в создании новых вариантов коммуникаций – с клиентами, с вами, внутри компании, внутри семьи. Это мощный ресурс для продвижения на рынке, повышения эффективности общения и выстраивания диалога.

- Последний, но, пожалуй, один из самых важных пунктов: не рекомендуется ограничивать использование гаджетов и Интернета для поколения Z на работе и дома, тем более в порядке наказания. Представитель поколения Z будет искать способы и создавать вокруг себя такую среду, чтобы его не контролировали в этом плане. Онлайн – для них не просто развлечение, а способ заработка, получения образования и приобретения новых навыков.

Мы с вами рассмотрели основные нюансы наступающего поколения Z и общения с его представителями. Теперь кратко остановимся на плюсах и недостатках «зумеров».

Плюсы поколения Z:

- Убеждены, что все люди равны. Для них не существует особой разницы между женщинами и мужчинами, между их способностями и возможностями.
- Они не мыслят шаблонами, им не свойственны какие-либо ограничения или предубеждения. Как правило, открыты новому опыту.
- Скорее склонны к интерактиву, квестам, путешествиям. Любят, чтобы было весело, интересно, познавательно, захватывающе. Эмоции – это то, что для них важно и ценно при выборе активностей.
- Интернет для них вторая реальность. Представители поколения Z без труда находят и обрабатывают большие массивы информации.

Минусы поколения Z:

- Склонны быть нарциссичными и капризными. Любят привлекать к себе внимание.
- Они не всегда понимают зачем что-то долго обдумывать и взвешивать, если можно просто сделать. Не всегда осознают последствия своих действий.
- Могут быть нерешительными и несамостоятельными, легко меня-

ют свое мнение обо всем. Имеют склонность попадать под влияние друзей, прислушиваются к советам известных блогеров, медийных персон. Таким образом, авторитетным становится мнение «значимого другого», что не всегда оправдано и безопасно.

- Не готовы к тяжелому труду и переработкам, но с удовольствием решают трудновыполнимые задачи. Скорее выберут свободную занятость (фриланс), чем работу по утвержденному графику.
- Главная проблема поколения – клиповое мышление. «Зумеры» не могут сосредотачиваться на решении вопроса дольше 15-20 минут. Клиповое мышление подразумевает, что человек воспринимает информацию фрагментарно, в виде коротких и ярких образов. Зачастую феномен такого мышления связывают именно с поколением Z как с наиболее активными потребителями контента в медиасфере, обилие которого, как считается, и стало причиной такого восприятия информации.



Представители поколения Z будут вынуждены жить в непростое, изменяющееся время, полное нестабильности и стресса. Возможно, именно внешняя среда так сильно повлияла и будет продолжать влиять на формирование их личностных качеств. Бесспорно, «зумерам» предстоит нелегкий путь, но их внутренняя сила, креативное мышление и интеллектуальный потенциал помогут преодолеть любые сложности и добиться успеха. Главное, обзавестись поддержкой близких и не терять веру в себя.

Анастасия БУТРИМ,
педагог-психолог Института
интегрированных форм
обучения и мониторинга
образования БНТУ

Выпускники на рынке труда

Молодежь является важной частью экономики любой страны и наиболее перспективной категорией рабочей силы. Вместе с тем молодежь не входит в высококонкурентную категорию на рынке труда. Еще полностью не сформировавшись как субъект трудовой деятельности, она наиболее восприимчива ко всем изменениям, отличается изменчивостью ориентации, социально-профессиональной неопределенностью, имеет способность к постоянной смене трудовых функций.



Выпускники учебных заведений – особая социальная группа, представленная на рынке труда: с одной стороны, они являются обладателями значительного запаса знаний и умений, с другой – не обладают необходимым профессиональным опытом. В связи с этим они рассматриваются одновременно и как важнейшая часть трудовых ресурсов, но, в то же время, являются достаточно уязвимой социальной группой, которая достаточно часто сталкивается с дискриминацией на рынке труда.

Наиболее уязвимой категорией молодых людей, которым сложнее всего трудоустроиться, являются выпускники школ, впервые ищущие работу и не имеющие профессионального образования.

Выпускники вузов, обучавшиеся на бюджетной форме, подлежат обязательному распределению и это гарантирует им первое рабочее

место. Выпускники платной формы обучения зачастую пытаются самостоятельно решить проблемы, связанные с трудоустройством после завершения обучения. Но непредсказуемость рынка труда, отсутствие полной информации о вакансиях, переизбыток выпускников некоторых специальностей приводят к многочисленным проблемам, которые тормозят их трудоустройство.

Современный выпускник глазами работодателя

По мнению большинства работодателей, современные выпускники амбициозны, всесторонне развиты, имеют широкий круг интересов. Они любят разнообразие, уверены в себе, ценят свободу и гибкость, в том числе в графике работы, работа не является для них единственным приоритетом в жизни. Но молодые люди часто бывают неспособны

системно мыслить, обрабатывать большой объем информации и выделять главное. Им не хватает практических навыков, нацеленности на карьерный рост и адекватной самооценки. Работодатели отмечают, что выпускники характеризуются неустойчивостью жизненных установок, отсутствием производственного стажа и опыта работы и, как следствие, относительно низким профессиональным статусом.

Многие работодатели отмечают такие негативные качества молодых работников, как отсутствие навыков трудовой жизни и построения взаимоотношений в рабочей группе, неустойчивость поведения, излишнюю эмоциональность, то есть все то, что свидетельствует о социальной незрелости человека, недостаточном уровне его социализации.

Одной из причин несоответствия выпускников требованиям работодателей являются имеющиеся существенные различия между полученными теоретическими знаниями и практикой. Это обстоятельство порождает значительный круг проблем при профессиональной адаптации выпускника: неспособность применять теоретические знания для решения конкретных задач; неумение самостоятельно выполнять трудовые обязанности; несоответствие ожиданий соискателя и реального предложения рынка труда; завышенные ожидания по заработной плате; деформация представлений о правилах и нормах поведения в бизнес-среде и в коллективе, в частности и др.

У выпускников и работодателей возникают разногласия по вопросу уровня заработной платы, поскольку недавние студенты имеют завышенные ожидания. К сожалению, подход к размеру зарплаты со стороны выпускников состоит не в том, сколько я могу стоить на рынке, сколько могут стоить мои знания, компетенции и т.д., а сколько мне нужно денег, для того, чтобы обеспечить тот уровень жизни, к которому я стремлюсь. В связи с этим возникает противоречие: завышенные требования к своим будущим работодателям и несколько «романтическое» видение своей будущей работы со стороны выпускников, и невозможность подстраиваться под эти завышенные требования, со стороны работодателей.

Последние годы отмечается существенное возрастание темпов смены технологий и технических устройств, которые применяются на передовых производствах. В связи с ускорением темпов обновления научных знаний о природе и обществе от современных выпускников учебных заведений требуется не столько знание того, что было вчера общепринятым и успешно используется в настоящее время, а то, что отражает современные тенденции развития конкретной отрасли, профессии. Новые технологии размывают границы между традиционными профессиями, в связи с чем возрастает потребность в многофункциональных умениях. Востребованность молодого специалиста на рынке труда стала определяться его готовностью к пониманию, принятию, быстрому освоению разнообразных инноваций в той сфере трудовой деятельности, где он будет работать после окончания колледжа или вуза.

В современном мире совокупные **требования к работнику** включают в себя, как правило, следующие параметры, различаемые по объему в зависимости от уровня квалификации:

- соответствие требованиям конкретной области профессиональной деятельности;
- умение определять потребность в необходимых ресурсах, осуществлять поиск, анализ, интерпретацию и использование информации;

- умение планировать работу, определять алгоритм трудовых действий, выбирать методы и средства труда;
- умение осуществлять контроль качества собственной деятельности и оптимизировать способы ее выполнения;
- умение сотрудничать с другими работниками в процессе труда, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководителями, клиентами;
- умение решать технические проблемы в своей профессиональной области;
- умение принимать решения в рамках своей компетенции и оценивать степень риска при их принятии;
- способность вносить предложения по совершенствованию методов трудовой деятельности и организации труда;
- способность адаптироваться к изменениям, готовность и умение учиться и совершенствовать свои знания и умения;
- умение общаться на иностранных языках;
- цифровые умения.

Что ценят современные работодатели в сотрудниках:

- **профессиональные знания и навыки**;
- **надежность** (степень уверенности руководителя в профессиональных и личностных характеристиках работника);

- **коммуникативные способности** (навыки делового общения, умение устанавливать контакты, формировать клиентскую базу). В эту группу входят такие социально-психологические качества, как коммуникабельность, общительность, способность располагать людей к себе, умение взглянуть на конфликтную ситуацию глазами собеседника, способность выслушивать, понимать и убеждать людей и пр.;
- **инициативность, нацеленность на результат** (выражается в самостоятельной постановке целей и самостоятельной организации действий, направленных на достижение этих целей);
- **работоспособность** (способность специалиста выполнять конкретную деятельность в рамках заданных временных лимитов и параметров эффективности);
- **энергичность** (способность поддерживать высокий жизненный тонус, быть полным энергии, проявлять решительность, работоспособность, активность и настойчивость в достижении поставленных целей и задач);
- **оперативность** (мобильность), умение быстро включаться в новую работу;
- **творческий подход** (способности находить новые решения проблем, возникающих в работе, предложение своих оригинальных идей);
- **самообладание** (умение спокойно преодолевать трудности, подавлять свои эмоции, понимать человеческие настроения, проявляя выдержку и такт);
- **стрессоустойчивость** (совокупность качеств, позволяющих спокойно переносить значительные интеллектуальные, волевые и эмоциональные нагрузки, обусловленные особенностями профессиональной деятельности).

Ожидания работодателей от выпускника

Можно выделить **несколько критериев, на которые обращает внимание работодатель** при принятии решения о трудоустройстве выпускника в свою компанию:

- специализированное профильное образование выпускника, необходимое для работы в компании



(критерий специализации образования молодого работника работодатели выводят на первое место, потому что общее обширное образование не всегда является залогом закрепления у выпускника необходимых умений и навыков);

- опыт делового общения с кандидатом (во время производственной практики, стажировки);
- кандидат является выпускником учебного заведения с хорошей репутацией;
- хорошие рекомендации со стороны вуза;
- уровень запросов выпускника (относительно должности, размера заработной платы, режима работы и т.д.);
- средний балл диплома.



Работодатель ожидает от выпускника:

- прочных базовых знаний по профессии, умений и навыков, способствующих дальнейшему развитию выпускника;
- специальных знаний, обеспечивающих возможность приспособиться к изменениям, происходящим в отрасли;
- надлежащих познавательных умений и навыков, и более сложных навыков познавательного мышления;
- опыт в применении знаний и навыков для решения профессиональных задач, приобретенный в процессе стажировок, на производственной практике;
- наличие у выпускника опыта общения с людьми (способность вести деловые переговоры и налаживать коммуникации и пр.).

Теоретические профессиональные знания – это та основа, которая должна быть у каждого выпускника, но в любой из профессий огромную роль играет практический аспект. В наше время работодатели смотрят не только на наличие диплома, они также интересуются тем, где их будущий работник проходил производственную практику во время обучения в вузе. Работодатель более охотно возьмет выпускника вуза с наличием опыта работы в подобной сфере.

Многие работодатели заинтересованы именно в студентах старших курсов. И этот момент нельзя упускать.

В условиях конкурентной борьбы на рынке труда важным условием успешного трудоустройства является не только наличие определенных профессиональных компетенций, но

и обладание развитыми личностными и деловыми качествами. По-настоящему конкурентоспособным будет работник, который не только хорошо знает специфику своей профессии, но и коммуникабелен, умеет работать в ситуации многозадачности, выполнять поставленные задачи с учетом четко установленных временных рамок и т.д. Работодателям важны навыки человеческих отношений, которые позволяют выпускнику работать в коллективе и мобилизовать совместные усилия, направляя их на эффективное достижение общих целей. Многие наниматели смотрят на выпускника с точки зрения человека, умеющего быть в социуме, чтобы он был неконфликтен и мог найти общий язык со всеми сотрудниками компании, требуют личностных качеств, связанных с правилами человеческого общежития (порядочность, стрессоустойчивость и др.). Если студент бывал на тренингах, каких-либо конференциях – это будет плюсом для соискателя.

Помимо этого, имеет смысл заниматься спортом, продвигать себя не только в профессии, быть разносторонним. Например, некоторые компании рассматривают наличие спортивных достижений соискателя как показатель устойчивости человека и его нацеленности на результат.

По мнению работодателей, профессиональный рост молодого работника станет более быстрым и успешным при соблюдении следующих условий:

- если молодой специалист будет стремиться обогатить свой профессиональный и жизненный опыт;
- избавится от потребительской позиции и научится принимать самостоятельные решения, брать на себя ответственность (выполнять все самостоятельно, а не надеяться на коллег, руководство, общество, государство и т. п.);
- будет проявлять инициативу и заинтересованность общим делом (профессиональный успех невозможен при отсутствии искреннего интереса к работе и преданности делу);
- будет критически и адекватно оценивать себя, свои возможности, результаты труда;
- будет развивать свои коммуникативные навыки;
- будет работать интенсивно, с большой отдачей.

Работодатели не выдвигают выпускникам заоблачных требований. Они ждут грамотного, целеустремленного, владеющего фундаментальными знаниями, специальными навыками специалиста, готового обучаться новому, расти вместе с компанией и целенаправленно продвигаться вверх по карьерной лестнице.

Решение проблемы трудоустройства выпускников во многом зависит и от активности самих студентов. В подавляющем большинстве случаев информация о потенциальном месте работы студенты получают от друзей, родственников, знакомых; почти половина выпускников черпает информацию в Интернете и СМИ. Важным способом поиска работы может выступать также обращение в службу занятости и участие в ярмарках вакансий или днях карьеры. Успехов в поиске работы может добиться только тот выпускник, который открыт к изменениям, коммуникабелен, развил в себе способность к постоянному обучению и переобучению, умеет адаптироваться в быстро меняющихся обстоятельствах.

Мария ОГОЛЕВА

Тезисы современного лидерства



Личный бренд – это ваш «PR-агент» на рынке труда

Личный бренд есть у каждого из нас – это то, что люди говорят о вас, когда вы выходите из комнаты, это ваша репутация на рынке труда. Вы можете влиять на репутацию и создавать именно тот личный бренд, который нужен вам. На вашу репутацию оказывают влияние много факторов:

- профессионализм,
- коммуникабельность,
- стрессоустойчивость,
- первое впечатление, которые вы производите,
- эмоциональный интеллект,
- уверенность в себе,
- проявленность в жизни,
- высокий уровень мотивации в работе и т.п.

Коммуникация – один из главных навыков для достижения успеха

Качество наших отношений влияет на качество нашей жизни. Прокачивайте навыки коммуникации.

Каждый из нас в среднем ведет 30 разговоров в день. А это 30 возможностей в день с кем-то познакомиться, узнать что-то интересное, завязать полезные связи, ценные отношения. Или это упущенные 30 возможностей, где вы злитесь, ругаетесь, обесцениваете собеседника и т.п. Какой путь выберете вы?

Защита от манипуляций выстраивает четкие личные границы и экономит ваши ресурсы

Научитесь говорить нет. Если вы чего-то делать не хотите, об этом нужно и можно сказать. Это не значит, что вы не заботитесь о чувствах других людей, это значит, что вы можете защищать свои границы. Простой вопрос «А зачем ты сейчас мне это говоришь?», поставит манипулятора на его место.

Развивайте критическое мышление. Это поможет вам осознавать внутренние мотивы других людей, почему они что-то делают или почему что-то просят сделать вас.

Эмоциональный интеллект – главный навык хорошего лидера

Хорошего лидера отличает высокоразвитый эмоциональный интеллект. Эмоциональный интеллект помогает считывать эмоции других людей и подстраивать свое поведение и свою речь под конкретные задачи ситуации.

Незабываемое первое впечатление – основа вашей репутации

Когда мы знакомимся с кем-то, нас моментально оценивают по трем параметрам. Первый параметр – это

доверие. Могу ли я тебе доверять? Могу ли я на тебя положиться? Вызываешь ли ты у меня чувство того, что с тобой можно вступать в контакт? Второе – это власть. Чем ты можешь мне быть полезным? Что я могу от тебя взять? Третье – это эго. Кто тут главный? Поэтому, когда мы с кем-то встречаемся, мы автоматически пытаемся вычленивать, у кого здесь больше прав.

Эти три параметра автоматически создают у нас общее впечатление о человеке, о том, хотим ли мы дальше с ним вступать в контакт и продолжать общение.

Рискнуть быть собой – путь к высокому уровню проявленности в жизни

У каждого из нас есть два пути – быть как все или рискнуть и быть собой, проявить свою собственную уникальность, свои таланты. Очень часто второй путь намного сложнее, потому что в него мы вкладываем гораздо больше себя. Но это правда того стоит.

Перестать лениться – первый шаг для того, чтобы сдвинуться с «мертвой точки»

Можно выделить две причины отсутствия мотивации: первая причина – реальная физическая и эмоциональная усталость. Вторая причина – защитная реакция психики на новизну. Например, вам страшно что-то начать или боитесь, что не получится, и тогда вы решаете вообще ничего не делать, чтобы избежать возможной неудачи. Но на самом деле вероятность этой неудачи точно такая же, как и вероятность успеха. Так стоит ли продолжать «защищать» себя от возможности получить успех?

Уверенность в себе – качество, которое можно развить в любом возрасте

Уверенность – это базовое чувство безопасности, которое человек получает из детства. Это формирует у ребенка ощущение того, что он все сможет. Но, к сожалению, не у всех в детстве так было.

Уверенность можно взрастить в себе в любом возрасте. Самое важное, что нужно понять – с вами уже все хорошо, у вас есть все внутренние ресурсы для того, чтобы жить ту жизнь, которую вы хотите жить, и вам необходимо просто эти ресурсы рассмотреть, увидеть их.

Очень важно научиться делать дела, которые помогают взрастить эту уверенность в себе. Чем больше мы делаем, тем лучше мы себя чувствуем, и тем увереннее мы выглядим, говорим, общаемся с другими, принимаем решения и т.д. Это маленькие дела, которые каждый день будут возвращать уверенность в себе.

Илона РУКОЙТЬ

МЕДИЦИНА – работа или призвание?

В третье воскресенье июня ежегодно все медики Беларуси отмечают свой профессиональный праздник – День медицинских работников.

Врачевание испокон веков считалось одной из самых почитаемых и ответственных профессий. Повседневная забота о здоровье населения, предупреждение заболеваний, возвращение больных к полноценной жизни – все это придает особый статус медицинским работникам, людям высокого общественного долга.

В Республике Беларусь высоко ценится оказание медицинской помощи населению: больным, ветеранам войны и производства, инвалидам и престарелым, женщинам и детям. И в этот день просто необходимо отдать должное истине самоотверженной работе ученых-медиков, практикующих врачей, младшего и среднего медицинского персонала по сохранению здоровья и жизни людей!

Современное развитие здравоохранения предъявляет к медработникам высокие требования, касающиеся не только их профессионализма, но и психологических качеств. Занимаясь самовоспитанием, медработник должен ориентироваться на модель личности современного специалиста-медика, в которой обобщены не только необходимые знания, умения и навыки, но и профессионально важные личностные свойства.

Еще Гиппократ считал, что медицинский сотрудник должен быть скромным и сдержанным, добрым и вежливым, постоянно обогащать свои знания и прислушиваться к мнениям коллег, видеть свою цель не в добывании славы и денег, а в облегчении страданий и исцелении больных, в самоотверженном служении людям, которые обращаются к нему за помощью и за советом.

Медицина – это призвание, которое требует от человека особенных качеств: безграничной ответственности, высокой компетентности, внимания к каждому пациенту. Современные реалии, с новыми вызовами и угрозами, помогли человечеству оценить высокую миссию людей в белых халатах. Болезни прогрессируют, поэтому медицина не стоит на месте. Выбрав это направление, как будущую профессию, нужно понимать, что на ваши плечи ложится высокий уровень ответственности.

Работать в медицине сможет отнюдь не каждый. Для этой профессии необходимо владеть исключительным



складом характера, терпеливостью, внимательностью, спокойствием, острым умом, пониманием, сочувствием, отличной памятью, стрессоустойчивостью, тактичностью, терпением, твердостью и выдержкой, уметь найти подход к пациенту, быстро ориентироваться в сложных ситуациях, проявлять гуманность и сочувствие к боли человека.

Это непременно должен быть человек «со стержнем», который понимает всю важность данной профессии. Тот, кто не боится трудностей, кто согласен всю свою жизнь отдаваться помощи людям и учебе. А учатся медики непрерывно – регулярное повышение квалификации, семинары, конференции, много времени необходимо уделять и самообразованию.

Всегда должен быть живой интерес к своей профессии. Каждый день наука придумывает, что-то новое, совершенствуется лечение, появляются новые химические формулы, следовательно, новые препараты. Необходимо читать новые статьи, изучать новые протоколы и приказы.

В каждом направлении медицины (хирургии, терапии, педиатрии и т.д.) существуют свои специфические формы работы, особенности психологии больных, зависящие от формы заболевания. Каждый пациент уникален, к каждому нужно уметь найти подход.

Личность любого медработника индивидуальна, и все-таки можно отметить **черты, характерные для всех наиболее успешных в данной сфере специалистов:**

- **Профессионализм.** Профессионализм – это умение применять знания на практике в самый подходящий для этого момент. Как бы человек ни горел желанием излечить других, без необходимых навыков это невозможно. Прежде всего, это высшее или среднее медицинское образование, опыт работы по специальности. Хороший специалист знает и применяет препараты и методики с доказанной эффективностью, ставит правильные диагнозы, проводит медицинские манипуляции. Медицина стремительно развивается, появляются новые заболевания, технологии и методы диагностики и лечения, а значит, нельзя останавливаться в развитии, необходимо регулярно повышать свою квалификацию, учиться в течение всей своей профессиональной деятельности. Профильные семинары, конференции, научные журналы, обмен опытом с коллегами – обучение продолжается непрерывно.
- **Гуманизм.** Гуманизм в медицине выражается в активном, естественном стремлении посвятить себя пациентам и, несмотря на трудности, использовать все ресурсы для восстановления и сохранения здоровья, не причиняя действиями и словами дополнительного ущерба.
- **Коммуникабельность.** Настоящий профессионал любую информацию преподнесет так, что вам захочется к ней прислушаться. Он приведет такую аргументацию, что противостоять его доводам будет действительно сложно. И это все при том, что он выслушает все ваши жалобы. Он прислушается к каждому вашему симптому. Навыки понятного и грамотного общения с коллегами и пациентами помогают найти взаимопонимание, быстрое решение рабочих вопросов.
- **Перфекционизм.** Лучшие медицинские работники – это перфекционисты своего дела. Они никогда не будут искать оправдания своим поступкам или их отсутствию. Такой специалист всегда будет стараться совершенствоваться и улучшаться. И не важно, что он делает: будь то простой осмотр или сложная операция на жизненно важном органе. Перфекционист никогда и ни в чем не позволит себе вольностей в своем деле.
- **Умение работать в команде.** Медицина и лечение пациентов – всегда совместный труд нескольких специалистов: врачей смежных специальностей, медицинских сестер, санитарок. Умение работать в команде помогает оперативно принимать решения и грамотно организовывать лечебный процесс. В медицине – это одно из главных условий для своевременной и эффективной помощи пациентам.
- **Смелость.** Смелость необходима не только для того, чтобы быстро принимать решения, но и впоследствии брать на себя ответственность. Часто, например, во время операции, у врача нет времени на дополнительные исследования и разбор возможных вариантов решения проблемы. Действовать нужно здесь и сейчас. Так поступит только смелый и уверенный в своей компетентности специалист.
- **Внимательность.** То, как специалист спрашивает и слушает пациента, интересуется его привычками и

образом жизни, историей заболеваний и даже здоровьем членов семьи – все эти моменты вселяют уверенность в том, что не упущены важные детали, а диагноз и лечение верные.

- **Уверенность в себе.** Слова и действия должны внушать людям доверие. Даже если это первая процедура на новом аппарате, новая методика лечения или новый препарат. Пациенты должны увидеть профессионала.
- **Твердость.** Твердость – это качество, которое позволит не идти на поводу у своих пациентов. Проявляя твердость, специалист сможет привести наиболее актуальные и сильные аргументы. Это качество позволит убедить человека принять тот или иной метод лечения. Часто твердость врача спасает жизнь пациента.
- **Умение сопереживать (эмпатия).** Пациенты больше доверяют, если видят, что специалист проникся его чувствами и переживаниями. Эмпатия помогает специалисту понять ту боль, тот дискомфорт, который приносит болезнь человеку, помогает избежать равнодушия в работе.
- **Уважение.** Это качество поможет сотруднику не только получить благосклонность руководителя, но и наладить дружеские отношения с коллегами. Кроме этого, уважение ко всем окружающим, к их работе, индивидуальным особенностям, ценностным установкам значительно повысит продуктивность труда. На уважительное отношение рассчитывает любой человек, независимо от статуса и обеспеченности. Медработник должен уважать человеческое достоинство каждого пациента, исключая различия рода дискриминации по социальному статусу, национальной принадлежности и т.п.
- **Открытость.** Настоящий специалист готов честно и терпеливо ответить на интересующие вопросы, объяснить понятным для пациента языком свои назначения.
- **Оптимизм.** В медицине нельзя быть пессимистом. В любой, даже самой отчаянной ситуации, настоящий специалист сможет поддержать пациента. Уже давно установлен факт, что положительные эмоции хорошо влияют на настрой пациента, результат лечения и взаимоотношения с коллегами.
- **Спокойствие.** Работа в медицинской сфере всегда очень напряженная. Именно поэтому специалисту важно при любых обстоятельствах сохранять не только внешнее спокойствие, но и внутреннее.

Уважаемые коллеги!

С Днем медицинского работника! Ваш труд бесценен так же, как жизнь и здоровье людей, которых вы спасаете и лечите, дарите им полноценную жизнь, возможность радоваться каждому рассвету и новому дню! Желаю, чтобы позитивный настрой и целеустремленность насыщали вас особой энергетикой, всегда были блеск в глазах и улыбка на лице. Спасибо за ваш труд! Крепких вам сил, самообладания, оптимизма, уважения, почета и благополучия!

Ирина ДАВИДОВСКАЯ,
главная медицинская сестра
ГУЗ «Минский областной клинический
госпиталь ИВОВ имени П.М.Машерова»

Философские притчи о жизни и мудрости



БОЛЕЗНЬ

Жила на отшибе семья: старик и трое взрослых сыно-вей. Старик, хоть и в годах был, работал по дому наравне с молодыми. Двое старших сыновей трудились от зари до зари, а младший был бездельником. Как ни старались они привлечь его к работе по дому, не получалось. Пробовал отец даже еды ему не давать, мол – не заработал.

– Ну и ладно, – отвечал младший сын, сидел дома и голодал.

Не выдержало сердце отца – начал кормить он сына-лентяя.

И вот однажды собрались старшие братья и пришли к отцу.

– Не хотим, – говорят, – чтобы младший жил с нами, наш хлеб ел! Пусть уходит.

– А куда ж он пойдет? – ответил им старик. – Умрет с голоду. Ничего же он не умеет, потому что не работал и не научился.

– Отец, это несправедливо, – сказал средний брат. – Почему я, чтобы поесть, должен пот проливать, а он целый день лежит на печи да в потолок плюет. А как вечером за стол садиться – так он наравне со всеми?

– А это, сынок, в тебе зависть говорит. Неужели ты бы перестал потеть, если бы он что-то делать начал? Старший твой брат работает – и удовольствие от этого получает. Он, даже если дел не будет, все равно себе найдет занятие полезное и интересное. А ты работаешь, да все на других смотришь – как бы так, чтобы не оказалось, что ты больше другого поработал. Не завидуй, сынок. Смотри в себя, найди и ты удовольствие в работе.

– А почему наш младший такой? – спросил старший брат.

– Скажите, если бы у него руки или ноги не двигались, разве бы мы не кормили его? Разве бросили бы умирать с голоду?

– Кормили бы, – ответили братья.
– Ваш младший брат такой же больной, только болезнь его без внешних признаков. Болезнь эта – в голове. Это страшная болезнь – когда человек не может получать удовольствие от работы. Тогда он становится паразитом. И его все начинают отовсюду гнать. И первое место, откуда его гонят – это его семья. А ведь именно здесь есть люди, которые его любят: его родители и братья. Если мы его прогоним, кто его накормит? Кто его любить будет просто так, ни за что-то? Кому он будет нужен?

– Это мой крест, – продолжил старик. – Я не смог открыть для него радость в труде. Я и буду его кормить. А вам, дети мои, это тоже урок. Поймите, что жизнь дается человеку в подарок. Ни он, ни вы не должны ее заслуживать и зарабатывать. И хорошо, если работа стала вашей внутренней потребностью. Значит, вы нормальные полноценные люди. Но есть такие, у которых это не получилось. Они – несчастные люди, потому что лишены кусочка счастья – счастья труда. Но они, так же, как и остальные, имеют право на жизнь. Дети мои, откройте в себе возможность любить не за что-то, а просто так, беспричинно. Это самая высшая степень любви.

КТО НЕ РАБОТАЕТ...

Когда сваты приехали за невестой, ее мать стала наказывать им:

– Берегите ее. Она у меня одна-единственная, к тяжелой работе не приученная. Не давайте ей метлу, не заставляйте двор мести, а то, чего доброго, пыль запорошит ей глаза. Не посылайте за водой, плечки у нее слабые, не справиться ей с полными ведрами. Положите ей под голову пуховую подушечку, она у меня привыкла на мягком спать.

Старые сваты переглянулись, но ничего не сказали.

– Обещайте, что никогда слова дурного ей не скажете. Не привыкла она бранные слова слушать.

– Будь спокойна – в нашем доме ругаться не принято, – ответил старый сват и сел в повозку. Рядом с ним пристроилась свекровь, сзади сели жених с невестой, и отправились они в свою деревню. Деревня эта была далеко, поэтому ехать пришлось весь день. Приехали они только к вечеру, и еще не успели в дом войти, а свекровь засучила рукава, замесила тесто для пирога, зарубила петуха, сварила его, сходила в погреб и нацедила вина из бочки.



А девушка сидела на лавке, скрестив руки, и думала: «Какая же расторопная у меня свекровь, совсем как моя матушка. Славно мы будем здесь жить».

Полужинали они и улеглись спать. Пролетела ночь. На утро старый свекор поднялся ни свет, ни заря и разбудил всех.

– Вставайте! – крикнул он. – В поле собирайтесь.

– А что мы будем там делать? – протерла сонные глаза девушка и сладко зевнула.

– Кукурузу окучивать.

– Мотыгой? – спросила маменькина дочка.

– Конечно, мотыгой, – ответил свекор.

– Я не пойду. Мотыга тяжелая, а мне нельзя поднимать тяжести.

– Ладно, – сказал отец. – Пусть она останется, уберет в доме и приготовит ужин. И здесь нужен человек.

Пошли все в поле, а молодуха осталась дома. До полудня нежилась она в постели, пока не проголодалась. Встала маменькина дочка и давай в горшки заглядывать, но ничего не нашла.

– Ничего мне не оставили, забыли про меня, – подумала она, потянулась и пошла в сад полюбоваться цветами.

Маленькие пчелы проворно перелетали с цветка на цветок.

– И чего это они так спешат! – подумала девушка и неторопливо отправилась к ближайшей черешне.

Там она легла под дерево, сорвала несколько черешен, чтобы хоть немного утолить голод, и уснула. Так прошел весь день.

Вечером трое работников вернулись с поля уставшие и голодные. Огляделись они, а в доме не убрано, ведра пустые, очаг погас, куры уселись на насест голодными.

Свекровь поставила на место мотыгу и первым делом принесла из колодца полные ведра воды. Потом разожгла огонь, положила картошку в чугунок, замесила хлеб и на скорую руку приготовила ужин. Девушка смотрела на нее, сидя на лавке, и лишь болтала ногами.

Когда ужин был готов, свекровь позвала всех к столу.

Девушка уселась первой. Свекор взял хлеб и разломил его на три части. Одну часть дал жене, другую – сыну, а третью оставил себе.

– А невестке? – удивилась свекровь.

– Она не голодная. Кто не работает, тот есть не хочет.

Девушка закусила губу, обидевшись, встала из-за стола, пошла в свою комнату и расплакалась. Всю ночь она не могла уснуть – так ей хотелось есть.

На следующий день повторилось тоже самое. Трое тружеников пошли на огород, а молодая опять не захотела идти с ними.

– Солнце сильно печет, – сказала она, – лицо у меня почернеет.

И снова ее оставили дома. И на этот раз маменькина дочка ни к чему не притронулась. Нашла под миской черствую горбушку, оставленную для собаки, съела ее и опять пролежала до вечера в саду. А цветы завяли, потому что лень ей было сходить за водой чтобы полить их.

Поздно вечером уставшие работники вернулись домой. Свекровь нахмурилась, но замесила хлеб, а когда сели за стол, свекор снова разделил хлеб на три части. Девушке снова ничего не досталось.

– Почему ты не даешь невестке хлеба? – спросила свекровь.

– Потому что тот, кто не работает, тот не ест! – ответил свекор.

Всю ночь голодная невестка ворочалась с боку на бок и все думала. Задремала лишь на заре. Как только пропели третьи петухи, она вскочила, поискала глазами свекровь и мужа, но уже никого не было, потому что все ушли в поле еще затемно. Тогда девушка засучила рукава, забегала, принесла из колодца воды, развела огонь, сварила ужин, замесила тесто в квашне, кое-как испекла хлеб. Управившись с домашней работой, она взяла прялку и села пряхать на крыльчке.

Вечером усталые работники увидели, как постаралась для них невестка. Девушка накрыла на стол, подала старому свекру хлеб и с тревогой стала ждать, как он поступит. А свекор взял хлеб и разломил его на четыре части. Самый большой кусок подал невестке:

– Ешь, дитя, ты заслужила этот хлеб, потому что сегодня поработала, как следует.



ТРУДНАЯ РАБОТА

Легла Лень на завалинку, а вставать неохота. Смотрит – мимо Работа идет. «Дай-ка я ее к себе заману, чтобы обо мне одной плохо не говорили!» – подумала Лень и крикнула:

– Эй, работа! Посиди со мной. А то мне что-то нездоровится...

– Давай! – охотно согласилась Работа.

Подсела она к Лени и стала ее утешать, воды принесла, одеялом укрыла. Долго рядом сидела: час, другой...

– Вот видишь, – упрекнула ее, наконец, Лень. – Теперь и ты тоже ленивой стала! Вот уже сколько сидишь вместо того, чтобы работать!

– А я что делаю? – удивилась Работа. – Разве то, что я за тобой, больной, ухаживаю, – не труд? Труд! Причем, поверь мне, не самый легкий!

Рассердилась Лень. Сбросила одеяло. И ушла с завалинки в дом, чтобы ее никто не видел. Даже про то, что вставать было лень, – позабыла!

Валентина АНТОНИК

Интерьерное панно «Знаки зодиака» в стиле *recycling*

Здравствуй, уважаемые читатели журнала! Я рада нашей новой встрече и готова поделиться с вами мастер-классом по изготовлению интерьерного настенного панно в стиле *recycling*. Но вначале немного интересной информации о том, что такое ресайклинг.

Что такое ресайклинг и апсайклинг

Ресайклинг – в буквальном переводе с английского языка означает «вторичное использование» – процесс производства из вторичных отходов. Дело в том, что бумага, металл, пластик и другие материалы могут быть переработаны. В результате такой переработки можно получить совершенно новое изделие, например, предмет интерьера. Причем перерабатываемые материалы при этом настолько трансформируются, что их порой невозможно узнать.

Ресайклинг часто путают с апсайклингом. При апсайклинге материалы подвергаются лишь небольшим видоизменениям и просто получают новое функциональное значение. Это доработка, видение в существующих формах чего-то нового. Процесс переработки использованных материалов во что-то новое очень увлекателен. Иногда апсайклинг называют творческой переработкой.

Почему этим надо заниматься

Проблема сохранения экологического состояния нашей планеты сегодня очень актуальна. С каждым годом появляется все больше мусора, который невозможно утилизировать. Чтобы не наносить вред природе, его необходимо перерабатывать. Ученые-экологи бьют тревогу из-за «замусоренности» нашей планеты, призывают сократить пагубное влияние бытовых отходов на окружаю-

щую среду, поощряют поиск альтернативных ресурсов и энергии.

Руководитель и дизайнер бренда Viterra Fashion Виктория Терра, считает, что апсайклинг – это не просто тренд, а необходимость. Это направление уже много лет активно развивается в западноевропейских странах. Апсайклинг является одной из обязательных дисциплин, развивающих креативное мышление, которая включена в программы учебных заведений, готовящих дизайнеров.

Примечательно то, что вновь получившиеся предметы при помощи ресайклинга или апсайклинга приобретают уникальность, часто становятся предметом коллекционирования.

Один мой хороший знакомый из различных ненужных металлических частей от машин, станков и прочего металлолома смастерил восхитительного рыцаря высотой около двух с половиной метров. Я вам скажу, это творение заслуживает восхищения!

Вы тоже легко можете прикоснуться к направлению ресайклинга или апсайклинга. Ваш личный проект может касаться как гардероба, так и домашнего декора. Для этого возьмите то, чем вы давно уже не пользуетесь и превратите это во что-то более ценное и нужное. Таким образом, можно перерабатывать стекло, жесть, упаковку, пластик, картон, бумагу, ткань и дерево, то есть почти все из того, что могло бы быть выброшенным. Вторичная творческая переработка чрезвычайно важна с



точки зрения экологии. Это в значительной степени сокращает количество выбрасываемых материалов, уменьшает потребность в производстве новых вещей, для производства которых требуется новое сырье.

История появления ресайклинг-арта и апсайклинг-арта

Идея создания чего-то нового из старых вещей появилась в начале XX века в среде, очень далекой от искусства. Огромный толчок развитию этого направления в искусстве дал Пабло Пикассо. А чуть позже Роберт Раушенберг удивил мир созданными им арт-объектами из шин и дорожных знаков.

В наши дни в направлении ресайклинг-арт работает много интересных художников в самых неожиданных жанрах.

Несмотря на то, что апсайклинг приобрел популярность совсем недавно, существует это направление уже давно. Просто раньше он назывался по-другому – «творческое повторное использование». Несколько десятилетий назад производство новых изделий было достаточно дорогим, поэтому передельвание вещей было обычным в жизни людей. Но и в наши дни при большом изобилии всевозможных товаров нашлось место для творческой перделки предметов. Сегодня люди, обладающие творческим потенциалом вместо того, чтобы просто выбросить ненужную вещь, пробуют превратить ее во что-то новое. Современные апсайклинг-бренды де-

лают акцент на проблеме экологии и учат осознанному потреблению через красоту и дизайн. С приходом в нашу жизнь социальных сетей концепция вторичного использования стала модной тенденцией. К этим направлениям можно относиться по-разному. Но совершенно ясно то, что они дают человечеству возможность превратить последствия своего существования из разрушительных в созидательные, сделать мир, в котором мы живем хоть чуточку лучше.

Матер-класс

Сегодня я предлагаю и вам попробовать себя в ресайклинг-арте.

Что понадобится для работы:

- пластиковая или деревянная рамка без стекла, бывшая в употреблении;
- высушенные пакетики от выпитого чая;
- цветные карандаши;
- акварельная бумага формата А4;
- акварельные краски;
- акриловые краски для покраски сетки-разделителя;
- ткань по размеру рамки с запасом около 3 см по всем сторонам (цвет ткани должен находиться в гармонии с цветовой гаммой композиции);
- крафтбумага от ненужной упаковки;
- плотный картон для обратной стороны панно (два прямоугольника по размеру рамки);
- клей-карандаш;
- стразы разного размера;
- инструмент для приклеивания страз;
- клеевой пистолет;
- черный фломастер;
- спонжик или небольшой кусочек поролона для покраски сетки-разделителя;
- золотой или серебряный акриловый контур (можно использовать маркер золотистого или серебристого цвета);
- мягкая кисточка (белка или синтетика);
- леска;
- ножницы;
- принтер (можно сделать подписи вручную).

Приступим к работе. Вы уже выпили свой любимый чай? Желательно, чтобы он был несладким, потому что

«подслащенный» чайный пакетик становится ломким и в дальнейшем с ним сложно работать. Итак, высыпаем чай из пакетика, предварительно аккуратно ножницами срезаем его верх. Разворачиваем его, даем ему высохнуть. Таким образом, вам надо собрать 12 чайных пакетиков.

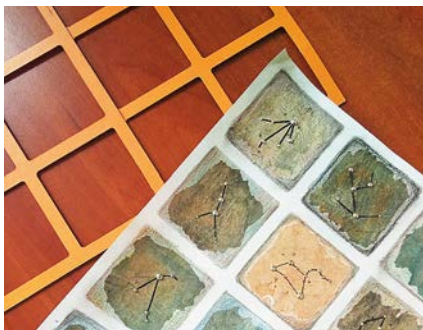
Панно будет выглядеть интереснее, если мы немного разнообразим его цветовую гамму. Предлагаю покрасить пакетики от чая в цвета, которые подскажет ваше воображение. Я же использовала бирюзовую, синюю и черную краски. Снова даем пакетикам высохнуть.

Не теряя времени, займемся поисками в Интернете наиболее интересных графических изображений созвездий зодиака. Нашли? Сохранив их, займемся редактированием рисунка. Нам необходимо «подогнать» изображение каждого созвездия к размеру его «домика-ячейки» на панно. Для удобства работы распечатаем их.

Высохшие чайные пакетики обрываем до нужного размера, стараясь избегать ровных краев. Теперь можно, положив их на рисунки, перевести изображения, используя черный фломастер.

Следующим этапом работы будет наклеивание страз. Сначала приклеиваем на все рисунки крупные, затем средние и в последнюю очередь мелкие стразы. Точки-звездочки вокруг созвездий рисуем контуром или маркером золотистого или серебристого цвета.

Теперь займемся подготовкой местечек-ячеек для изображений. Приложив сетку-разделитель на лист акварельной бумаги, обведем карандашом ячейки. Предлагаю для создания фона использовать цветные карандаши. Панно будет выглядеть интереснее, если похожие цвета не будут соседствовать друг с другом.



Готово? Теперь при помощи клея-карандаша приклеиваем каждый рисунок на свое место. Клей будем наносить на панно, а не на чайный пакетик – он очень тонкий, может порваться.



В моем случае разделитель выполнен из двух одинаковых картонных сеток от детской настольной игры. Я их склеила между собой и покрасила акриловой краской. Наклеиваем сетку-разделитель, совмещая с наклеенными изображениями.

Пришло время подготовить надписи-названия созвездий. Я распечатала их на крафтбумаге от упаковки. Приклеиваем этикетки в соответствии с изображением и в местах, где они, по вашему мнению, будут выглядеть наиболее интересно.

Подготовленной тканью подходящего цвета обклеиваем один картонный прямоугольник – внутреннюю заднюю стенку будущего панно. Вторым картонным прямоугольником мы закроем первый, придав изделию аккуратный вид.



Вот и готово наше интерьерное настенное панно. Не сомневаюсь в том, что его по достоинству оценят ваши друзья. И, возможно, тоже захотят присоединиться к сообществу людей, творящих в стиле ресайклинга и апсайклинга.

Оксана КАПТЮК

Стихи о профессиях

Много разных профессий на свете...

Много разных профессий на свете –
Как и много на свете людей,
Просыпаясь, встают на рассвете
И идут по дороге своей.

По дороге ведущей к работе –
Что они выбрали себе.

Будь то фабрики или заводы,
Каждый сам выбирал по себе.

Труд всегда и везде был в почете,
И умельцев ценила страна.
Ведь они на особенном счете,
Как и звонкая в песне струна.

Эта песня еще не до пета
О труде и умениях людей.
Труд их новые пишет куплеты,
Чтоб им лучше работалось с ней.

Денис Чебаков

Машинист

Суть вокзалов в любое ненастье
Повстречать или отправить людей,
Привези, машинист, дольку счастья,
Ты ведь знаешь, где счастье бой-
чей.

Для тебя все дороги знакомы,
Оттого и усталый твой взгляд,
Эти рельсы, платформы, перроны
Стрелка не переводит назад.

Люд толпится, кому-то на Запад,
А кому-то на Север, Восток,
В топке угольной пламени лапы
И обходчик несет молоток.

Семафоры снимают тревогу,
Регулятор давленье поднял,
Паровоз отправляя в дорогу,
Машинист нам рукой помахал.

Юрий Дмитриев

Металлург

Кипит металл сиянием жгучим.
Вся печь внутри озарена...
Вот он пошел струей могучей,
И ковш наполнил до полна.

Бурлит, задорно весь искрится
Шальной металл, живой металл.
И сталевар сказал: «Годится!»
И стер с лица – и пот и жар.

И те разжиженные тонны,
Уплыли к формам, на прокат.
И вот уж льются громкозвонно,
В деталях дышащих блестя.



И стынут в швеллерах длинючих,
Ложатся в тонкие листы...
В высоких замыслах могучих –
Все люди счастливы, просты.

В аду колдуют дни и ночи,
Шуршат, как черти, у печи...
Святое звание – рабочий –
Здесь обретает важный чин.

Идет металл. Довольна смена.
Он – жизнь, достаток, хлеб святой.
И к лучшей жизни перемена,
Которой хочется порой.

Хвала рукам, сердцам горячим,
Что все способны сотворить!
Идет металл как знак удачи,
А это значит – будем жить!

Владимир Бояновский

*Использованы материалы
интернет-источников
Составитель Валентина КУЧУК*

Чтобы получать журнал «Кем быть?», зайдите в ближайшее отделение «Белпочты» и просто назовите индекс нашего журнала — 01323. Все остальное сделают работники отделения связи на месте. Подписку также можно проинформировать пластиковой карточкой через инфокиоски «Белпочты», установленные в каждом отделении связи. Есть и другие современные способы подписки. Все варианты см. на сайте BELPOST.BY.

Школы, учебные заведения, другие предприятия и организации республики помимо местных отделений «Белпочты» могут также оформить подписку по тел./факсу в г. Минске: 8-017-293-55-95.

Полезный совет. Поговорите с друзьями и выпишите журнал на группу, класс. Читайте и обсуждайте вместе. Будет очень дешево и интересно.

Ежемесячный республиканский журнал

«КЕМ БЫТЬ?»

Свидетельство о регистрации № 675
от 18.09.2009 г. выдано в Министерстве
информации Республики Беларусь

Учредитель и издатель: учреждение
«Редакция журнала «Изобретатель»

Главный редактор
Стасевич Павел Степанович

Шеф-редактор Пастушкова Е.Н.

Ответственный секретарь Денисевич А.В.

Дизайн и верстка ИП Аврамец Д.В.

Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Ответственность за точность публикации несут авторы. Мнения авторов могут не совпадать с точкой зрения редакции. Перепечатка оригинальных материалов без письменного разрешения редакции запрещена.

Переносы некоторых слов сделаны не по правилам грамматики, а согласно возможностям компьютера.

Публикуемые материалы отражают мнение их авторов.

Редакция не несет ответственности за достоверность рекламных материалов.

Цена свободная.

Формат 60x84 1/8.

Подписан в печать 19.06.2023 г.

Подписные индексы:
01323 – для индивидуальных
подписчиков,
013232 – для предприятий
и организаций.

Территория распространения: Республика Беларусь, Российская Федерация, Украина, Республика Казахстан, Литовская Республика, Республика Молдова, Латвийская Республика, Республика Болгария, Федеративная Республика Германия.

При подготовке номера использованы публикации интернет-ресурсов.

Отпечатано в типографии ООО «Бизнесофсет», РБ, г. Минск, ул. Бирюзова, д. 10, корп. 1, т/ф 201-98-01 ЛП №3820000006808 от 03.04.2023г.

Заказ № 110 от 19.06.2023
Тираж 1 000 экз.

Профориентационный гороскоп. Знаки зодиака и профессия

Близнецы (22 мая-21 июня)



Люди этого знака умны, находчивы и любознательны. В профессии превосходно чувствуют ситуацию и принимают верное решение. Эти люди – конструкторы идей.

Они энергичны и с успехом применяют свою энергию в работе. Жажда постоянной деятельности наполняет их, они часто стремятся делать несколько дел одновременно и осуществлять только что пришедшие на ум идеи. Близнецы не терпят однообразной работы и поэтому стараются проявить инициативу в любом деле.

Они отличаются общительностью и коммуникабельностью. Это позволяет им быстро осваиваться в любом коллективе и работать в сферах, где требуются коммуникабельность и психологическая гибкость.

У Близнецов есть склонность к языкам, поэзии и искусству, особенно к литературе. Практически все Близнецы умеют правильно строить фразы и грамотно формулировать свои мысли. Они умело и со знанием дела составляют доклады, отчеты, аналитические записки.

Среди Близнецов гораздо чаще, чем среди представителей других знаков зодиака, встречаются полиглоты.

У них обо всем есть свое мнение, они способны обосновать его и отстаивать перед начальством. Это, как правило, приводит к осложнениям в отношениях с руководством, также вызывает гайную зависть со стороны коллег.

Среди людей этого знака немало замечательных ювелиров, данти-

стов, портных, модельеров и дизайнеров. Из Близнецов выходят незаурядные юристы и дипломаты.

Пиар, реклама – это те сферы, где Близнецы покажут себя во всей красе. Торговля и коммерция – их стихия. Для Близнецов не имеет значения, работают они в найме или имеют собственный бизнес. В любом случае они будут чувствовать себя как рыба в воде, если им предоставят достаточно свободы.

Близнецы – прирожденные организаторы и благодаря этому таланту могут блестяще справиться с работой менеджера или администратора. Из них получаются отличные персональные помощники, которым будет рад любой руководитель.

Этот знак зодиака подарил миру невероятное число одаренных людей, которые нашли себя в искусстве либо науке. Из них получаются великоленные актеры и артисты. Близнецы обладают богатой фантазией и даром рассказчика, поэтому среди них есть множество известных писателей. Один из самых знаменитых примеров – Александр Пушкин.

Не менее удачно может сложиться карьера Близнецов, если они займутся журналистикой. Именно в этой сфере они найдут самые комфортные для себя условия: множество информации, напряженность и быстрый ритм работы, где нет места рутине.

Близнецам сложно усидеть на месте. Многие из них становятся путешественниками, блогерами или журналистами-международниками. Также часто можно встретить известных людей, которые представляют этот знак, среди политиков (сфера, идеальная для Близнецов).

Этому знаку присущ гибкий, живой, острый ум. Это способствует успехам в математике и философии. Умение объяснить сложное просто дает Близнецам возможность стать блестящими научными популяризаторами.

Не менее блестящие успехи ждут этот знак в компьютерных технологиях.

Характер таких людей оказывает влияние и на выбор профессии. Они будут долго искать себе работу по душе. Уж слишком много у них интересов. Из-за своих разносторонних увлечений они мечутся между большим количеством вариантов. А меняются пристрастия с такой скоростью, что Близнецы сами боятся ошибиться, поэтому и не спешат выбирать что-то одно.

Однако рано или поздно они перестают метаться и останавливаются на чем-то близком по духу или приносящем удовольствие. А если в работе еще можно что-то менять, пробовать, экспериментировать, она не ограничена рамками – это прекрасно!

Какие профессии подходят Близнецам по гороскопу?

- Журналист;
- радиоведущий;
- комментатор;
- логистик;
- секретарь;
- почтальон;
- учитель;
- репортер;
- переводчик;
- PR-менеджер;
- менеджер по продажам;
- администратор;
- актер.

Если Близнецы не могут быть свободными и самостоятельными в выбранной работе, то им это дело не подходит. Постоянный контроль выбивает их из колеи и не дает работать полноценно. В первую очередь для них важно получить удовольствие, занятие должно быть увлекательным. А деньги – это уже второстепенно. Азарт движет такими людьми. Поэтому Близнецы могут стать отличными спекулянтами и посредниками.

Использованы материалы интернет-источников

Алексей ГАСПАРЕВИЧ

Читайте в следующем номере журнала
«Кем быть?»:

- рубрика «Актуально» расскажет, как развивается ситуация на рынке труда;
- «Страничка психолога» научит техникам защиты от манипуляций и эффективным стратегиям поведения в конфликте;
- «Копилка педагога» представит новые сценарные разработки по профориентации;
- «Творческая мастерская» подготовит новый мастер-класс.

И еще много интересного и полезного!

**Подписка принимается
во всех отделениях связи!**

Наш сайт в интернете:

kem.by

Заходите!

ISSN 2077-978X



9 772077 978001

23006>

