**« Επαγγελματικός Προσανατολισμός»** :**είναι η επιστημονική καθοδήγηση του ατόμου για τη σωστή επιλογή του επαγγέλματός του, ανάλογα με τον χαρακτήρα του, τα ενδιαφέροντά του, τις κλίσεις του, αλλά και την αγορά εργασίας.**

Συνάμα, ωστόσο, στο πλαίσιο του επαγγελματικού προσανατολισμού θα πρέπει να τίθεται κι η έγκαιρη ανάπτυξη και στήριξη εκείνων των δεξιοτήτων αυτοδιαχείρισης, που θα βοηθήσουν τον έφηβο να τραπεί σ’ έναν ενήλικα με αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση, ικανό να λαμβάνει καίριες αποφάσεις.

**1. Οι στόχοι του σχολικού επαγγελματικού προσανατολισμού**

- Ένα πρώτο ζητούμενο του σχολικού επαγγελματικού προσανατολισμού είναι **η σωστή καθοδήγηση του νέου** **ανθρώπου στην απαιτητική διαδικασία της αυτογνωσίας.** Ο νέος χρειάζεται να διερευνήσει, όσο γίνεται πληρέστερα, τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του, τα ενδιαφέροντα, τις δεξιότητές του, καθώς και τις αξίες εκείνες που συνθέτουν τον δικό του τρόπο θέασης της ζωής.

- **Η παροχή με οργανωμένο τρόπο πληροφοριών για τα υπάρχοντα επαγγέλματα,** και ιδίως για εκείνα που πιθανώς **ανταποκρίνονται στις ικανότητες και τις κλίσεις του νέου.** Ειδικότερα, πληροφορίες σχετικά με τα αναγκαία **προσόντα**, και άρα την **κατάρτιση** που θα πρέπει να επιδιώξει∙ **τα πλεονεκτήματα, αλλά και τα μειονεκτήματά τους**∙ **την πραγματική ζήτηση και ανάπτυξη που παρουσιάζουν στις τρέχουσες οικονομικές συνθήκες**.

**- Ενημέρωση για τις νέες τάσεις στην αγορά εργασίας**, ώστε το επιλεχθέν επάγγελμα να διασφαλίζει τις επιδιωκόμενες προοπτικές εξέλιξης, και να μην αποτελεί μια παρωχημένη επιλογή που ενδεχομένως θα οδηγήσει σε μια αδιέξοδη κατάσταση στασιμότητας.

- **Μέριμνα για την επαφή του νέου με διάφορα επαγγέλματα σε πραγματικές συνθήκες,** και όχι μόνο σε θεωρητικό επίπεδο. Ζητούμενο που μπορεί ν**α επιτευχθεί με επισκέψεις σε επαγγελματικούς χώρους** ή έμμεσα μέσα από τη γνωριμία και τη συζήτηση με επαγγελματίες που θα έχουν την ευκαιρία να παρουσιάσουν τα γνωρίσματα, τις απαιτήσεις και τις δυσκολίες του επαγγέλματός τους.

- **Ενημέρωση για όλες τις υπάρχουσες δυνατότητες σπουδών και επαγγελματικής κατάρτισης.**

- **Συμβουλευτική καθοδήγηση του νέου, ώστε να καταστεί ικανός να αναζητά, να επεξεργάζεται και να αξιολογεί τις πληροφορίες σχετικά με τις σπουδές και τη δυνατότητα επαγγελματικής αποκατάστασης**.

**- Ευαισθητοποίηση σχετικά με την αξία της ορθής επαγγελματικής επιλογής.** Με την αναγκαία επισήμανση πως η επιλογή αυτή, αν και συχνά καθοριστικής σημασίας, ενδεχομένως να αναθεωρηθεί στο μέλλον, καθώς οι ανάγκες στην αγορά εργασίας μεταβάλλονται συνεχώς.

Έχει ιδιαίτερη αξία, επομένως, η αναφορά στις ανατρεπτικές συνέπειες που πιθανώς να έχουν οι εκάστοτε οικονομικές συνθήκες σε μελλοντικούς σχεδιασμούς. Έτσι, ώστε ο νέος να έχει λάβει υπόψη του το ενδεχόμενο ενός μελλοντικού επαναπροσδιορισμού των επιδιώξεών του, και να έχει αναπτύξει έναν ευέλικτο τρόπο αντιμετώπισης των καταστάσεων, προκειμένου να είναι σε θέση να διερευνήσει εναλλακτικές διεξόδους τόσο σε σχέση με την κατάρτισή του όσο και σε σχέση με την επαγγελματική του αποκατάσταση.

-  **Προετοιμασία του νέου για τις απαιτήσεις της ένταξης στον χώρο της επαγγελματικής εργασίας**, με ιδιαίτερη έμφαση τόσο στις απορρέουσες υποχρεώσεις υπευθυνότητας και συνέπειας, όσο και στα κατοχυρωμένα δικαιώματα των εργαζομένων.

**2. Η σημασία του επαγγελματικού προσανατολισμού**

- Ο έγκαιρος και άρτιος επαγγελματικός προσανατολισμός των νέων είναι εξαιρετικά σημαντικός, καθώς **η ύπαρξη πολλών επαγγελμάτων, αλλά και ο κορεσμός αρκετών -για καιρό δημοφιλών- εργασιακών επιλογών, καθιστούν δύσκολη για τους εφήβους τη διερεύνηση της ιδανικότερης για εκείνους επαγγελματικής αποκατάστασης, χωρίς την ύπαρξη μιας ουσιαστικής καθοδήγησης.**

- Παρατηρείται, άλλωστε, το παράδοξο φαινόμενο να υπάρχουν **πολλοί άνεργοι νέοι**, ενώ την ίδια στιγμή αρκετοί **οικονομικοί κλάδοι να αντιμετωπίζουν έλλειψη κατάλληλα εξειδικευμένου προσωπικού.** Γεγονός που υποδεικνύει πως παρά την ύπαρξη ικανού πληροφοριακού υλικού για την αγορά εργασίας, το υλικό αυτό δεν τρέπεται σ’ ένα αξιοποιήσιμο εργαλείο στη συμβουλευτική διαδικασία.

- Μέσω ενός ορθά τελούμενου επαγγελματικού προσανατολισμού **οι νέοι μπορούν να έρθουν σ’ επαφή με πλήθος επαγγελματικών επιλογών, να γνωρίσουν τις προοπτικές που τους διασφαλίζει κάθε μία από αυτές, αλλά και να αντιληφθούν έγκαιρα το πόσο ανταγωνιστική είναι η αγορά εργασίας.**

- Ο νέος κατανοεί την αξία της σωστής επιλογής σπουδών και κατάρτισης, **προκειμένου να διεκδικήσει με αξιώσεις το** **επάγγελμα που επιθυμεί.** Συνειδητοποιεί, επίσης, την **ανάγκη της διαρκούς επιμόρφωσης** στο επιλεχθέν αντικείμενο για κάθε επαγγελματία, ώστε να μπορεί **να παρακολουθεί τη συνεχώς εξελισσόμενη τεχνογνωσία** και να **υιοθετεί εγκαίρως τις νέες μεθόδους**, που θα του διασφαλίσουν την καλύτερη δυνατή επαφή με την επαγγελματική του επιλογή και **θα τον καταστήσουν αποτελεσματικότερο και πιο παραγωγικό.**

- Στο πλαίσιο του επαγγελματικού προσανατολισμού ο νέος προχωρά σε μια διττή εμβάθυνση, καθώς αφενός επιχειρεί να γνωρίσει καλύτερα τον εαυτό του και τις κλίσεις του, ενώ αφετέρου επιδιώκει να γνωρίσει όσο γίνεται πληρέστερα τα επαγγέλματα που κινούν το ενδιαφέρον του. Ο μόνος τρόπος, άλλωστε, για να επιτευχθεί η ιδανική επιλογή επαγγελματικής σταδιοδρομίας είναι να βρεθεί **η κατάλληλη ισορροπία ανάμεσα στα ενδιαφέροντα, τις δεξιότητες και τις επιδιώξεις του νέου, και στο επάγγελμα εκείνο που θα του δώσει την ευκαιρία να αξιοποιήσει και να αναδείξει καλύτερα τις δυνατότητές του.**

- Η επιλογή του σωστού για το κάθε άτομο επαγγέλματος λειτουργεί επωφελώς και για το κοινωνικό σύνολο, καθώς **ο επαγγελματίας που ασχολείται με το αντικείμενο που του ταιριάζει είναι σαφώς πιο αποδοτικός και πιο υπεύθυνος κατά την τέλεση της εργασίας του.**

- Ο επαγγελματικός προσανατολισμός **δίνει στον νέο την ευκαιρία να γνωρίσει καλύτερα το εύρος των επιλογών** που είναι διαθέσιμες, ώστε να μη βασίσει την επιλογή του αποκλειστικά σε υποδείξεις του άμεσου οικογενειακού του περιβάλλοντος∙ υποδείξεις που συχνά δεν ανταποκρίνονται ούτε στις πραγματικές επιθυμίες του νέου, αλλά ούτε και στις πραγματικές δεξιότητες και ικανότητές του.

- Ο νέος ,συνειδητοποιώντας τον ανταγωνισμό που διέπει την αγορά εργασίας, αντιμετωπίζει με μεγαλύτερη υπευθυνότητα τη διαδικασία επαγγελματικής επιλογής. **Αποκτά πιο ενεργό ενδιαφέρον, αναζητά πληροφορίες, επιδιώκει τη διασταύρωση και τεκμηρίωσή τους, και οδηγείται σταδιακά σε μια ουσιαστικότερη γνώση όσων σχετίζονται με τις δυνατότητες επαγγελματικής αποκατάστασης.**

- Με την επιλογή του σωστού επαγγέλματος **ο νέος θα έχει την ευκαιρία να εξελιχθεί στο μέλλον σ’ έναν ενήλικα που** **θα αντλεί ικανοποίηση από την εργασία του και θα αισθάνεται εσωτερική πληρότητα.** Συναισθήματα που θα αντανακλώνται τόσο στην ποιότητα της δουλειάς του, όσο και στις διαπροσωπικές και κοινωνικές του σχέσεις. Διότι, παρόλο που το επάγγελμα δεν αποτελεί το σημαντικότερο κομμάτι της ζωής ενός ανθρώπου, κατέχει ωστόσο εξαιρετικά σημαντική θέση, και μπορεί να επηρεάσει σε μεγάλο βαθμό τη στάση και τη συμπεριφορά του ατόμου. Ένας άνθρωπος, άλλωστε, που δεν είναι ικανοποιημένος με την επαγγελματική του επιλογή, αδυνατεί αφενός να αποδώσει στο μέγιστο των δυνατοτήτων του, κι έχει αφετέρου μια αρνητική στάση απέναντι στους ανθρώπους με τους οποίους τυχόν συνεργάζεται ή έρχεται σ’ επαφή.

**3. Παράγοντες που επηρεάζουν την επιλογή επαγγέλματος**

**- Σε προσωπικό επίπεδο, ο νέος προσανατολίζεται προς ορισμένες επαγγελματικές επιλογές ανάλογα με τα ενδιαφέροντα και τις επιθυμίες του, καθώς και τις δεξιότητές του.** Ενώ, συχνά λαμβάνει υπόψη του τις  γενικότερες **επιδόσεις του στο σχολείο ή τις επιδόσεις του σε συγκεκριμένα σχολικά μαθήματα.**

Η **προσωπικότητα**, βέβαια, του νέου, και οι ειδικότερες επιδιώξεις του, βαρύνουν ιδιαίτερα στην επαγγελματική επιλογή, καθώς ανάλογα με το πώς επιθυμεί να χτίσει το μέλλον του και το πώς αντιμετωπίζει τον κόσμο γύρω του, προχωρά και στις ανάλογες επιλογές.

- Σημαντική επίδραση, ωστόσο, ασκούν **τόσο οι γονείς όσο και το ευρύτερο οικογενειακό περιβάλλον,** καθώς από νωρίς παρατηρούν και αντιλαμβάνονται στοιχεία της προσωπικότητας του νέου, τα οποία τους παρέχουν ενδείξεις για τις πιθανές αρέσκειες ,αλλά και για τις γενικότερες κλίσεις του. Βέβαια, συχνά παρατηρείται η τάση των γονιών είτε να ωθούν τον έφηβο προς κάποιο επάγγελμα που οι ίδιοι θεωρούν «αξιόλογο» ή «προσοδοφόρο» είτε να θέτουν ως βασικό κριτήριο επιλογής πρωτίστως την οικονομική διασφάλιση, αφήνοντας κατά μέρος τις προτιμήσεις και τα ενδιαφέροντα του νέου.

- Συνάμα, **οι επαγγελματικές επιλογές των γονιών ή άλλων μελών της ευρύτερης οικογένειας,** λειτουργούν συχνά ως οδηγοί για την επαγγελματική πορεία του νέου, ιδίως αν υπάρχει κάποιος έτοιμος εργασιακός χώρος. Ενώ, παράλληλα, **η γενικότερη οικονομική κατάσταση**, αλλά και **το μορφωτικό υπόβαθρο των γονιών** διαδραματίζουν καθοριστικό -πολλές φορές- ρόλο στις επιλογές του νέου είτε θετικά, με πλήθος πνευματικών ερεθισμάτων και παροχή σημαντικών ευκαιριών εκπαίδευσης είτε αρνητικά, με σαφή περιορισμό της επαφής του νέου με τον χώρο της παιδείας και κατ’ επέκταση της πολυετούς εκπαίδευσης.

- **Το σχολείο** έχει, επίσης, σημαντική επίδραση στην επιλογή του νέου, διότι μέσα από την ενασχόληση με τα διάφορα μαθήματα και τις επιμέρους σχολικές δραστηριότητες, του παρέχει την ευκαιρία να διερευνήσει τις δυνατότητες, τα ενδιαφέροντα και τις κλίσεις του. Επιπλέον, στο πλαίσιο του σχολικού επαγγελματικού προσανατολισμού, του προσφέρει -ή θα πρέπει να του προσφέρει- μια πιο ολοκληρωμένη προσέγγιση σε αυτή την εξαιρετικής σημασίας επιλογή.

- **Οι εκάστοτε οικονομικές συνθήκες και οι τάσεις της αγοράς**, κατευθύνουν συχνά την επιλογή του νέου, καθώς **αίφνης παραγκωνίζονται επαγγέλματα που παλαιότερα θεωρούνταν ιδιαιτέρως αποδοτικά, και αναδύονται νέες επαγγελματικές ευκαιρίες.** Άρα, επιλογές που κάποτε θα έμοιαζαν λογικές και αναμενόμενες, σταδιακά καθίστανται παρωχημένες και δεν ενδείκνυνται για τις νεότερες γενιές. Καίρια, ως προς αυτό, μπορεί να σταθεί **η συμβουλευτική** στο πλαίσιο του επαγγελματικού προσανατολισμού, **ώστε να διαγιγνώσκονται έγκαιρα οι αλλαγές που επέρχονται στην αγορά εργασίας.**

- Ο τρόπος που ο νέος αντιλαμβάνεται τα πράγματα, και άρα το ζήτημα της επαγγελματικής αποκατάστασης, διαμορφώνεται μέσα από **το πλέγμα των κοινωνικών του συναναστροφών (γονείς, συγγενείς, φίλοι), αλλά και μέσα από τις παραστάσεις που δέχεται από τα Μέσα Μαζικής Επικοινωνίας.** Είναι, επομένως, εύλογο πως ανάλογα με τα εκάστοτε **πρότυπα που προβάλλονται από τα ΜΜΕ** επηρεάζονται κι οι επιδιώξεις των νέων ανθρώπων.

**Είσαι έφηβος/η και βρίσκεσαι στο στάδιο της λήψης εκπαιδευτικών και επαγγελματικών αποφάσεων**:

• **Τώρα διαμορφώνεις την εικόνα για τον εαυτό σου ,αλλά και την επαγγελματική σου ταυτότητα, κάνοντας όνειρα και σχέδια για τη μελλοντική προσωπική και επαγγελματική σου ζωή.** Μπορεί άλλες φορές να πιστεύεις ότι είσαι ικανός/ή για τα πάντα και άλλες φορές να μην είσαι απόλυτα σίγουρος/η για τα δυνατά σου σημεία και για το τι σε ενδιαφέρει πραγματικά ή συχνά να μην ξέρεις τι να επιλέξεις. Μπορεί να βιώνεις άγχος και πίεση από τις αποφάσεις που καλείσαι να πάρεις, γεγονός που ορισμένες φορές σε οδηγεί να αναβάλλεις τη λήψη σοβαρών αποφάσεων για αργότερα ή να ακολουθείς τις επιλογές σημαντικών προσώπων για εσένα.

• **Στη φάση αυτή, κυρίως μέσα από το σχολείο ,αλλά και τις εξωσχολικές σου δραστηριότητες, έχεις τη δυνατότητα να αναπτύξεις βασικές δεξιότητες και ικανότητες**, όπως: επικοινωνία στη μητρική γλώσσα, επικοινωνία στις ξένες γλώσσες, μαθηματική ικανότητα και βασικές ικανότητες στην επιστήμη και την τεχνολογία, ψηφιακή ικανότητα, δεξιότητα του να μαθαίνω πώς να μαθαίνω, κοινωνικές ικανότητες και ικανότητες που σχετίζονται με την ιδιότητα του πολίτη, αίσθημα πρωτοβουλίας και επιχειρηματικότητα, πολιτισμική γνώση και έκφραση. Φρόντισε να αναπτύξεις όσο μπορείς αυτά τα χαρακτηριστικά, καθώς αποτελούν τη βάση για όλες τις μελλοντικές σου κινήσεις και επιλογές, είναι οι «μεταβιβάσιμες» δεξιότητες που θα αξιοποιείς και στην επαγγελματική ,αλλά και στην προσωπική σου ζωή.

• Στο στάδιο αυτό είναι σημαντικό **να διερευνήσεις τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς σου, τα ενδιαφέροντα, τις κλίσεις και τις ιδιαίτερες ικανότητες και δεξιότητές σου.** Επίσης, η έγκυρη και έγκαιρη **πληροφόρηση για τις ευκαιρίες εκπαίδευσης και για τον κόσμο της αγοράς** **εργασίας** είναι πολύ σημαντική για σένα σε αυτή τη φάση. Προσπάθησε να αναζητάς μόνος/η σου τις πληροφορίες ,ώστε να αποκτάς μια δική σου εικόνα για το τι συμβαίνει γύρω σου και στην αγορά εργασίας.

• Στην προσπάθειά σου αυτή **μπορείς να ζητήσεις υποστήριξη από τον σύμβουλο επαγγελματικού προσανατολισμού**. Ο σύμβουλος, με την αξιοποίηση ειδικών τεστ επαγγελματικού προσανατολισμού, αλλά κυρίως μέσα από τη συζήτηση μαζί σου θα σε βοηθήσει να σχεδιάσεις τη σταδιοδρομία σου, με βάση τα δικά σου χαρακτηριστικά.»

[Ανάπτυξη Δεξιοτήτων Δια Βίου Διαχείρισης Σταδιοδρομίας (Έκδοση του ΕΟΠΠΕΠ)]

«Κάτω από τις νέες συνθήκες οικονομικής κρίσης και κοινωνικής αστάθειας, ο σύγχρονος εργαζόμενος καλείται να αναλάβει με υπευθυνότητα πρωτοβουλίες και να δείξει μεγαλύτερη προσωπική ευθύνη, προκειμένου να κατευθύνει τη ζωή του και να διαχειριστεί με αποτελεσματικό τρόπο τη σταδιοδρομία του. Για να το επιτύχουν αυτό οι άνθρωποι χρειάζεται να διαθέτουν δεξιότητες δια βίου διαχείρισης της σταδιοδρομίας τους, δηλαδή, ένα πλέγμα πολύπλευρων δεξιοτήτων που βοηθούν στη συλλογή, ανάλυση, σύνθεση και οργάνωση των πληροφοριών για τον εαυτό, την εκπαίδευση και τα επαγγέλματα, καθώς και στη λήψη αποφάσεων, την επίλυση προβλημάτων και την υλοποίηση μεταβάσεων. Με τη βοήθεια των δεξιοτήτων αυτών, οι πολίτες που διεκδικούν μια θέση στην αγορά εργασίας μπορούν να υιοθετήσουν έναν ενεργό τρόπο αναζήτησης εργασίας και επαγγελματικής προσαρμογής, ο οποίος επιτρέπει στο άτομο να αναγνωρίζει και να συνειδητοποιεί τις επαγγελματικές ευκαιρίες που του παρουσιάζονται και να προσαρμόζεται

στις εργασιακές αλλαγές και τις συνθήκες εργασίας με αποτελεσματικό τρόπο.»

[Ανάπτυξη Δεξιοτήτων Δια Βίου Διαχείρισης Σταδιοδρομίας (Έκδοση του ΕΟΠΠΕΠ)]

**Δημιουργώ συνειδητά και σταθερά, μελλοντικά σχέδια για τη σταδιοδρομία**

- Το ζήτημα που απασχολεί τους μαθητές της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης είναι «τι κάνω μετά;». Ο σχεδιασμός της σταδιοδρομίας αποτελεί μία από τις σημαντικότερες αποφάσεις των εφήβων. **Ο έφηβος πιέζεται να αποφασίσει κατά πόσο θα αρχίσει να εργάζεται ή θα σπουδάσει και, αν τελικά επιλέξει να εργαστεί, ποιο επάγγελμα θα ακολουθήσει και πώς θα σχεδιάσει τη σταδιοδρομία του.**

- **Πολλοί νέοι άνθρωποι θα δεχτούν επιρροές από γονείς και θα προσπαθήσουν να διαμορφώσουν το νόημα της ζωής τους και την ταυτότητά τους ανεξάρτητα από αυτές τις, πιθανόν αλληλοσυγκρουόμενες επιρροές.** Ωστόσο, τα πράγματα αλλάζουν, καθώς **ο έφηβος βρίσκεται μπροστά σε δύσκολες επιλογές** που διαμορφώνονται από τη νέα, πολύπλοκη εργασιακή πραγματικότητα σχετικά με την πορεία που θα ακολουθήσει στο μέλλον. Για να αντιμετωπίσουν οι έφηβοι το μέλλον τους, **χρειάζεται να κάνουν προσωπικά σχέδια** που θα πρέπει να συνδέονται άμεσα με τις κοινωνικές και οικονομικές διαστάσεις της ζωής. Αυτό σημαίνει ότι οι νέοι είναι απαραίτητο **να αξιοποιήσουν τους** **προσωπικούς και κοινωνικούς τους στόχους, τις πεποιθήσεις προσωπικής επάρκειας και τα συναισθήματα που βιώνουν, προκειμένου να αναπτύξουν την ικανότητά τους για:**

• Ενεργό και ευέλικτη στοχοθεσία: **βελτίωση της αντίληψης των προσωπικών στόχων και ανάπτυξη των δεξιοτήτων εκείνων που θα βοηθήσουν την προσέγγιση των στόχων αυτών**.

• Θετική πίστη στις ατομικές ικανότητες: **θετικές προσδοκίες για την επίτευξη της πορείας του επαγγελματικού στόχου.**

• Γνώση και αξιοποίηση συναισθημάτων: **επένδυση κατάλληλης συναισθηματικής ενέργειας στην υλοποίηση των στόχων (προσωπικών και επαγγελματικών).**

• Κοινωνική ευαισθητοποίηση: **αντίληψη της σχέσης μεταξύ ατομικής και κοινωνικής ευημερίας.**

Η ανάπτυξη αυτών των δεξιοτήτων θα βοηθήσει τους εφήβους να λειτουργούν με αποτελεσματικό τρόπο στο ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον και να σχεδιάσουν τη σταδιοδρομία τους με τέτοιο τρόπο προκειμένου να πετύχουν μια βαθύτερη αίσθηση ικανοποίησης και εκπλήρωσης.»

[Ανάπτυξη Δεξιοτήτων Δια Βίου Διαχείρισης Σταδιοδρομίας (Έκδοση του ΕΟΠΠΕΠ)]

**Η διαμόρφωση της ταυτότητας κατά τον J.Marcia**

Χρησιμοποιώντας ως βάση τη θεωρία του Εrikson, ο Marcia (1980) περιγράφει τη διαμόρφωση της ταυτότητας ως αποτέλεσμα του επιπέδου λειτουργίας δύο χαρακτηριστικών - διαδικασιών, της αναζήτησης / διερεύνησης και της δέσμευσης. Κατά την αναζήτηση, ο έφηβος διερευνά εναλλακτικούς τρόπους δράσης και παίρνει σχετικές αποφάσεις. Η **δέσμευση** είναι η ψυχολογική επένδυση σε μια πορεία δράσης ή σε μια ιδεολογία. Παράδειγμα, ένας έφηβος που αμφιταλαντεύεται από τη μια δραστηριότητα στην άλλη, και του οποίου τα ενδιαφέροντα διαρκούν μόνον μερικές εβδομάδες, ενώ ένας άλλος έχει έναν συγκεκριμένο στόχο και δεσμεύεται σε αυτόν, π.χ. προσφέροντας εθελοντική εργασία σε ένα ίδρυμα (Peterson, Marcia, & Carpendale, 2004).

**Ο Marcia πρότεινε τις εξής τέσσερις (4) μορφές ταυτότητας**:

**Κατακτημένη ταυτότητα**. Ο έφηβος με αυτή τη μορφή ταυτότητας έχει με επιτυχία διερευνήσει και σκεφθεί λεπτομερώς ποιος είναι και τι θέλει να κάνει. Έπειτα από μια περίοδο κρίσης, κατά την οποία μελέτησε ποικίλες εκδοχές, δεσμεύεται σε μια συγκεκριμένη ταυτότητα. Ο έφηβος που έχει επιτύχει αυτή τη μορφή ταυτότητας, τείνει να είναι ψυχολογικά υγιέστερος και να εμφανίζει υψηλότερα κίνητρα επιτυχίας και υψηλότερου επιπέδου ηθικό συλλογισμό, σε σύγκριση με τον έφηβο οποιασδήποτε άλλης κατηγορίας.

**Δοτή ταυτότητα**. Η περίπτωση αυτή αφορά εφήβους, που έχουν δεσμευθεί σε μια συγκεκριμένη ταυτότητα, αλλά αυτό έγινε χωρίς να περάσουν από μια περίοδο κρίσης, στην οποία να διερεύνησαν εναλλακτικές επιλογές. Αντίθετα, αποδέχθηκαν τις αποφάσεις των άλλων σχετικά με το τι είναι σωστό για τους ίδιους. Αντιπροσωπευτικός έφηβος αυτής της κατηγορίας είναι ο γιος, ο οποίος μπαίνει στην οικογενειακή επιχείρηση, διότι αυτό αναμένουν οι άλλοι από τον ίδιο ή η κόρη, η οποία αποφασίζει να γίνει γιατρός, επειδή η μητέρα της είναι γιατρός. Αν και τα άτομα στην κατηγορία αυτή δεν είναι απαραιτήτως δυστυχισμένα, χαρακτηρίζονται από αυτό που μπορεί να αποκληθεί «άκαμπτο σθένος»: Είναι άτομα ευτυχισμένα και ικανοποιημένα από τον εαυτό τους και, παρ’ όλα αυτά, έχουν έντονη ανάγκη για κοινωνική αποδοχή και συνήθως είναι αυταρχικοί.

**Μορατόριουμ**. Παρόλο που ο έφηβος αυτής της κατηγορίας έχει διερευνήσει εναλλακτικές ταυτότητες σε κάποιο βαθμό, δεν έχει ακόμη δεσμευθεί. Ως εκ τούτου, σύμφωνα με τον Marcia, παρουσιάζει υψηλά επίπεδα άγχους και βιώνει ψυχολογική σύγκρουση. Από το άλλο μέρος, είναι συχνά άτομο γεμάτο ζωή, ελκυστικό και επιζητεί στενές διαπροσωπικές σχέσεις. Τελικά, ο έφηβος αυτός καταλήγει σε μια ταυτότητα, αλλά ύστερα από πολλή προσπάθεια.

**Σύγχυση ταυτότητας**. Οι έφηβοι αυτής της κατηγορίας ούτε διερευνούν εναλλακτικές λύσεις ούτε δεσμεύονται στην εξέταση συγκεκριμένης ταυτότητας. Συνήθως είναι ασταθείς και κινούνται από τη μία επιλογή στην επόμενη. Αν και μπορεί να φαίνονται ανέμελοι, η απουσία δέσμευσης μειώνει την ικανότητά τους να διαμορφώσουν στενές σχέσεις. Στην πραγματικότητα, τα άτομα αυτά είναι κοινωνικώς απομονωμένα.

Ας σημειωθεί εδώ ότι:

(α) **Δεν είναι απαραίτητο ο έφηβος να προσκολληθεί μόνιμα σε μία από τις τέσσερις κατηγορίες ταυτότητας**. Μάλιστα, ορισμένοι έφηβοι κινούνται μπρος–πίσω, από το μορατόριουμ στην κατακτημένη ταυτότητα και αντίστροφα. Για παράδειγμα, παρόλο που ένας έφηβος με δοτή ταυτότητα μπορεί να έχει, στην αρχή της εφηβείας του, καταλήξει σε μια επαγγελματική πορεία που θα ακολουθήσει, χωρίς πολλή προσωπική εμπλοκή, αργότερα ίσως αξιολογήσει εκ νέου την επιλογή του και μετακινηθεί σε διαφορετική κατηγορία ταυτότητας.

(β) **Είναι πολύ πιθανό ότι δεν πρέπει να μιλάμε για μία, περιεκτική ταυτότητα, αλλά για επιμέρους πλευρές ταυτότητας**. Ο ίδιος ο Μarcia θεωρούσε ως ξεχωριστές πλευρές της ταυτότητας την επαγγελματική, την πολιτική και την θρησκευτική ταυτότητα. (γ) **Η ολοκλήρωση της ταυτότητας, για τα περισσότερα άτομα τοποθετείται στο τέλος της δεύτερης δεκαετίας**, σε μερικές μάλιστα περιπτώσεις, στην αρχή της τρίτης δεκαετίας της ζωής (Kroger, 2000. Μeeus, 2003). Πάντως υπάρχουν πολλές ενδείξεις ότι η επαγγελματική πλευρά της ταυτότητας επιτυγχάνεται πρώτη χρονικά, πράγμα που πιθανώς οφείλεται, εκτός των άλλων, στο εκπαιδευτικό σύστημα (Solomontos-Kountouri, & Hurry, 2008).»

[Ανάπτυξη Δεξιοτήτων Δια Βίου Διαχείρισης Σταδιοδρομίας (Έκδοση του ΕΟΠΠΕΠ)]