

## ПОМОЩЬ РЕБЕНКУ В АДАПТАЦИИ К ШКОЛЕ

**Адаптация к школе** – процесс привыкания к новым школьным условиям, который каждый первоклассник переживает и осознает по-своему. Период адаптации ребенка длится от 2-3 недель до полугода. Это зависит от разных факторов: индивидуальных особенностей ребенка, степени подготовленности его к школе и т.д.

Самое важное и необходимое для ребенка любого возраста, а для первоклассника особенно - это правильный режим дня. Большинство родителей знают это, но на практике довольно трудно убедить, что многие трудности обучения, ухудшение здоровья связаны именно с нарушениями режима. Очень важно иметь расписание дня, составленное вместе с ребенком, и главное - его соблюдать. Нельзя требовать от ребенка организованности и самоконтроля, если сами родители не в состоянии соблюдать ими же установленные правила.

### ПРОБУЖДЕНИЕ



- Будите ребёнка спокойно, проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте с утра, не дёргайте по пустякам.
- Не торопите. Умение рассчитать время - ваша задача.
- Когда ребенка утром торопят, то часто он делает все еще медленнее. Это его естественная реакция, его мощное оружие в борьбе с расписанием, который его не устраивает.
- Перед выходом в школу ребенок должен **ОБЯЗАТЕЛЬНО** позавтракать, несмотря на то, что в школе ему будет организовано горячее питание.

### ВЫХОД В ШКОЛУ



- Если ребенок забыл положить в сумку учебник, пенал, лучше подать их молча, чем с утра выяснять «Как ты мог забыть? О чем ты думал?»
- Ни в коем случае не читать нотации ребенку перед выходом в школу. Лучше пожелать ему удачного дня.

## **ВОЗВРАЩЕНИЕ ИЗ ШКОЛЫ**



- Встречайте ребёнка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться.
- Если ребёнок чересчур возбужден, если хочет поделиться, не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, выслушайте, это не займёт много времени;
- Если увидите, что ребёнок огорчён, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет всё сам.

## ОТДЫХ



- После школы первоклассник обязательно должен отдохнуть, но не лежа перед телевизором и, не сидя за компьютером, а на свежем воздухе.
- Ни в коем случае не лишайте ребенка прогулки в наказание за полученную плохую отметку.

## ПОРА СПАТЬ



Дошкольников и младших школьников лучше укладывать спать самим родителям. Если перед сном доверительно поговорить с ним, внимательно выслушать, показать, что ты понимаешь ребенка, тогда он научится раскрывать душу и освободится от страхов, тревоги, спокойно заснет.

## ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА



- Ни в коем случае не сравнивать его результаты с результатами более успешных учеников.
- Сравнить ребенка можно только с ним самим и хвалить только за одно: улучшение его собственных результатов. Следует подчеркнуть, что раз он что-то научился делать хорошо, то постепенно научится всему остальному.
- Родители должны терпеливо ждать успехов.
- Ребенку надо найти сферу, где он мог бы реализовать себя (кружки, танцы, спортивные секции, изостудии и т.д.).
- Никогда не отправляйте ребенка одновременно в первый класс и какую-то секцию или кружок. Само начало школьной жизни считается тяжелым стрессом для 6-7-летних детей. Если малыш не будет иметь возможности гулять, отдыхать, делать уроки без спешки, у него могут возникнуть проблемы со здоровьем. Поэтому, если занятия музыкой и спортом кажутся вам необходимой частью воспитания вашего ребенка, начните водить его туда за год до начала учебы или со второго класса.

## «Поощрение и наказание детей в семье»



**Уважаемые родители! Нет никаких сомнений в том, что вы любите своих детей и желаете им добра. Но быть родителями – это радостный, но и напряжённый труд. Попробуем ответить на вопросы: нужно ли наказывать детей? когда и как это делать? можно ли испортить ребёнка похвалой? за что можно хвалить ребёнка? Воспитывать ребёнка – нелёгкое дело. Из всех трудных ситуаций, в которые дети часто ставят своих родителей, нужно стараться выйти с уважением к их человеческому достоинству, без применения физических наказаний и словесных оскорблений. На минуту задумайтесь над тем, как вы разговариваете с сыном или дочерью. Часто ли критикуете, что-то напоминаете, угрожаете, читаете лекции или мораль, допрашиваете, высмеиваете, придираетесь и ворчите? Никогда? Иногда? Эти распространенные методы общения с детьми даже при самых благих намерениях родителей приводят к потере хороших отношений, затрудняют и обедняют общение. Представьте себе, что вы читаете нравоучительные лекции друзьям или, насмехаясь, критикуете их. Вряд ли они надолго останутся вашими друзьями. Если вы будете обращаться с детьми как с лучшими друзьями, то ваши отношения могут улучшиться.**

Когда вам трудно или у вас неприятности, чего вы хотите от окружающих? Чтобы вас оставили в покое? Внимательно выслушали и поняли ваше состояние? Дети любого возраста будут делиться с теми, кто умеет слушать. Необходимо не только слушать своего ребёнка, ну и услышать его. Ребенку, как и взрослому, стремится поделиться с кем-то своими проблемами. Если родители не умеют слушать ребенка, он будет искать другого слушателя, а для родителей будет упущена замечательная возможность установить более тесный контакт с ребенком. Приходя в

детский сад или выйдя во двор, они могут поделиться своими проблемами происходящими дома, на улице.

Своими поступками ребенок вызывает удовлетворение или неудовлетворение, радость, симпатию или огорчение, горе, гнев. Родители ласково улыбнулись ему, нежно прикоснулись — они довольны его поступком, одобряют его: действуй так и впредь. На лице недовольство, жесткость — этим предупредили ребенка. В поощрениях и наказаниях мудрость и эмоции тесно переплетаются, и в этом сила их воздействия на ребенка.

Прежде чем наказывать, задайте себе вопрос, почему ребенок так поступил, выясните ситуацию и ответьте себе на вопрос: можно ли его за это наказывать? Ведь может оказаться, что ребенок совершил проступок неосознанно, не специально. Кроме того, задумайтесь, как часто Вы хвалите и поощряете малыша? Возможно, поощрений гораздо меньше, чем наказаний, а ведь ребенку необходима любовь и ласка. Чаще обнимайте малыша, говорите ему о том, что Вы его любите. Может быть, тогда количество провинностей резко уменьшится, ведь ребенку не надо будет обращать на себя внимание, родители и так будут уделять ему достаточно времени.

### **Какими должны быть наказания?**

Наказывать ребенка нужно таким образом, чтобы не разрушились доверительные отношения между вами (т.е. между родителем и ребенком). Постарайтесь изначально понять мотивы поступка ребенка, поставьте себя на его место, попробуйте вникнуть в его логику. Часто этого достаточно, чтобы понять, как наказывать и наказывать ли. Не наказывайте прилюдно. Больше разговаривайте, объясняйте. Формируйте отношения так, чтобы ребенок не хотел огорчать вас, т.е. страх наказания (криков, ограничений) должен стоять на втором месте. Будьте последовательны — за один и тот же проступок или наказывайте всегда, или никогда не наказывайте. Ребенок должен чувствовать определенность — что можно и что нельзя. А то бывает родители, будучи в хорошем настроении, прощают то, за что наказывают, когда сами не в духе. Это плохо. Наказывайте только по принципиальным вопросам, не разрушайте самоуважение ребенка. Для интереса посчитайте, сколько раз за день вы делаете замечаний, а сколько раз хвалите и проявляете нежность. Соотношение должно быть 20/80. Даже будучи наказанным, ребенок должен понимать, что его любят несмотря ни на что, т.е. ребенок должен чувствовать безусловную любовь. Нельзя говорить фраз: «Если ты будешь так делать, я тебя не буду любить», «Мы столько тебе отдали, а ты...». Наказав один раз, не упоминайте о проступке спустя какое-то время: «А помнишь, как ты поступил тогда? Это было ужасно!». Не переусердствуйте с формированием чувства

стыда у ребенка. Важный момент – не забывайте про возраст своего ребенка. То, что позволительно двухлетнему малышу, недопустимо для дошкольника. Не запрещайте ребенку делать вещи, которые естественны для его возраста. Например, малыш бегает, прыгает и падает, соответственно, вымазывает одежду. Однако бегать и прыгать – это природные потребности растущего малыша.

Наказание не должно отменять награды. Если вы ранее что-то подарили ребенку, ни в коем случае нельзя это забирать за плохие поступки.

Иногда в практике семейного воспитания применяется и такая мера наказания: родители некоторое время не разговаривают с провинившимися детьми. В тех семьях, где дети любят и глубоко уважают своих родителей, они тяжело переносят эту меру наказания и стараются вести себя лучше. Особенно осторожно следует применять наказания по отношению к капризным детям. Иногда полезно не обращать на них внимания до тех пор, пока не перестанут капризничать. На капризных детей лучше воздействовать добрым словом, чем суровым наказанием.

Попробуйте установить в семье **символическое наказание**. Например, сидение на месте – стуле или диване. В этом наказании нет унижения и жестокости, но в то же время для ребенка ограничение движения – серьезное лишение.

Есть и такие родители, которые сначала покричат на своих детей, побранят их, а потом уступят и разрешат всё, чего требуют дети. В результате такой непоследовательности в характере ребёнка появляются черты упрямства. Добиться послушания от него становится всё труднее. И в этом виновны сами родители.

Некоторые родители считают, что ремень – лучшее лекарство от непослушания. Однако физическое наказание вызывает у ребенка чувство обиды и озлобляет его. Дети, к которым применяли физическое насилие, вырастают замкнутыми и жестокими, стремятся побить более слабых. Ударив ребенка, можно нанести ему психическую травму, последствия которой проявятся не сразу, а через много времени.

Иногда мы наказываем ребенка из-за своего плохого настроения. Это абсолютно недопустимо, так как свое самочувствие мы все равно не улучшаем, а ребенок страдает. Поведение взрослых в данном случае расходится с целью и приносит вред. Ребенок сначала плачет и просит прощения, но он не ощущает своей вины, поэтому не получает никакого урока на будущее. Необходимо избегать оскорблений, приклеивания «ярлыков». Оценивайте именно данный поступок ребенка, а не его личность. Ведь если любому человеку часто повторять, что он болван, то, в конце концов, он в это поверит. Такое поведение со стороны

родителей формирует у ребенка заниженную самооценку, что в будущем приведет к появлению множества проблем.

С малолетними детьми наказаний за нежелание что-нибудь делать лучше будет вообще избегать. Во-первых, малыш до конца может не осознать связь между разбросанными по дому игрушками и криком мамы, либо, что будет еще хуже, наказанием, которое отсрочено, к примеру, не купленной на последующий день машинкой. Кроме того, вероятность того, что спустя некоторое время не будет повторено то же самое, весьма мала. Не следует также забывать о том, что все озвученные угрозы нужно по идее выполнять.

Вариантов по процессу приучения маленьких детей к исполнению собственных обязанностей довольно много: — Во-первых, малыш с большим удовольствием откликается на любое предложение поиграть. И тогда, к примеру, уборку собственных вещей и игрушек можно легко превратить в весьма увлекательное занятие: пойти уложить всех спать, поискать домики для всех предметов. — Во-вторых, маленькие дети обожают подражать своим родителям. И если вы с большим увлечением станете собирать игрушки, то, скорее всего, ваш ребенок, пускай и ненадолго, постарается присоединиться к вам.

### **Какой должна быть похвала?**

Она взвешена, как и мера наказания. Непомерная похвала приводит к переоценке возможностей и недооценке трудностей, что приводит ребенка к неудачам. Очень вредно дарить детям деньги или заключать с ними сделки о премировании деньгами за хорошие отметки. Например, получил школьник «5» — родители выдают ему за это определенную сумму денег. Дети должны помнить, что учёба — это первейшая их обязанность, которую они должны добросовестно выполнять.

Очень хотелось бы исключить самый распространённый метод поощрения — конфеткой, шоколадкой. Конечно, купить конфетку проще, чем заняться с ребёнком. Проще, но далеко не лучше! И ещё одно правило- поощрение должно следовать за хорошим поступком, а не обещаться заранее: «Сделай то-то, а за это получишь то-то». Ребёнок должен учиться получать удовлетворение от самого труда, действия, а не стараться ради награды. Ведь в жизни не за каждым добрым делом следует награда, и не надо приучать ребёнка всегда ожидать её.



***Воспитание ребенка – это большой труд. А главное правило в воспитании –***

*любовь и восприятие ребенка, как личности, как человека. Не забывают об этом.*

**Умейте дарить прощение! Принимайте ребёнка таким, какой он есть.**

**Любите сына или дочку, несмотря ни на что!!!**



*Если ученик в школе не научится сам ничего творить, то и в жизни он всегда будет только подражать, копировать...» Л.Н.Толстой*

*«Цель воспитания—научить наших детей обходиться без нас»  
Эрнст Легове*

*«Если они не знают, в какую гавань держать путь, то ни один ветер не будет для них попутным»*

*«Каждый человек получает два воспитания: одно дают ему родители, передавая свой жизненный опыт, другое, более важное, он получает сам»  
Эрнст Тельма*

### **«ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ ПОДРОСТКОВ»**

#### **Для родителей крайне важно:**

- Выбор профессии — важное и ответственное дело! Выбирая профессию, нужно учитывать в первую очередь интересы подростка, его склонности, способности, желания и только потом семейные традиции и интересы.
- Не выбирайте за него, а помогайте двигаться к правильному выбору.
- Учитывайте в выборе будущей профессии личностные качества и особенности здоровья своего ребенка, которые необходимы ему для данной специальности.
- Обсуждайте вместе с ним возможные «за» и «против» выбранной им профессии.
- Рассматривайте выбор будущей профессии не только с позиции материальной выгоды, но и с позиции морального удовлетворения.
- Поддерживайте ребенка, если у него есть терпение и желание, чтобы его мечта сбылась.
- Если ваш ребенок рано увлекся какой-то профессией, дайте ему возможность поддерживать этот интерес с помощью литературы, занятия в кружках и т.д.
- Научите его анализировать себя в предполагаемых обстоятельствах.
- И в правильном выборе и при ошибке в выборе не корите его, а поддержите.
- Советы давайте так, чтобы хотелось за ними обращаться.
- Не относитесь к занятиям своего ребенка свысока. Найдите время их выслушать, а лучше всего попробуйте лучше увлечься тем, что интересует его. В общении на равных вы совершенно другими глазами увидите своего ребенка и его друзей. И поверьте, в совместных делах, в сотрудничестве при обсуждении и решении общих задач ваши знания,

ваши компетентные советы более умелого и опытного человека будут приняты подростками с благодарностью.

Итак, ваш ребенок стоит перед необходимостью важнейшего выбора – профессионального самоопределения. Разумеется, каждый сам кузнец своего счастья, только от него самого зависит успех или неудача в выборе профессии. Но готовность ребенка к этому решающему шагу зависит и от того, помогают ли ему родители или нет. Позиция родителей очень важна, она должна быть мудрой, ответственной. В первую очередь следует руководствоваться принципом «Не навреди!».

## **Рекомендации родителям по профессиональному самоопределению старшеклассников.**

Вот, наконец, и пришло то время, когда ваш ребенок стоит на пороге выбора будущей профессии – это интересный момент жизни, и в то же время, как и любой выбор, приносящий волнения, сомнения, переживания и для ребенка, и для родителей. Ваша задача грамотно помочь ребенку в этом не простом деле, ведь выбор должен быть не только осознанным, но и соответствовать интересам и способностям ребенка.

**Почему ребенку нужна ваша помощь?** Большинство детей в 14-16 лет еще психологически не готовы сделать выбор самостоятельно и многие испытывают страх перед необходимостью принятия решения и это естественно, так как вопрос очень важный и принятое решение повлияет на дальнейшую жизнь ребенка. Поэтому, учащемуся очень важно ощущать поддержку и сопричастность со стороны близких, он должен знать, что в любой момент может обратиться к вам за помощью.

Но не стоит полностью снимать с него ответственность за совершаемый выбор. Важно, чтобы у него сложилось ощущение, что это он так решил. Ведь если подростку кажется, что профессию он выбрал не сам, то и учиться он не для себя, воспринимая учебу как скучную и тягостную обязанность. Мы должны помочь им в этом сложном деле, но не осуществлять выбор за них.

### **В чем же может состоять ваша помощь и что важно учитывать:**

1. Очень важно находить время для общения с ребенком по душам, только так вы можете узнать о его мечтах, планах, интересах. При этом, конечно, важна ваша искренняя заинтересованность. При беседе постарайтесь не навязывать свое мнение, если советуете, то предлагайте несколько вариантов. А самое главное не высмеивайте мечты ребенка, какими бы нереальными они не были. Не обижайте его подобными реакциями, ведь это первый важный самостоятельный выбор в жизни ребенка. Позвольте ему быть уверенным в себе и доверять вам.
2. Детям очень важен опыт своих родителей. Расскажите, как вы выбирали профессию, чем при этом руководствовались, кто вам помог.
3. Если вас огорчает профессиональный выбор вашего ребенка, не отговаривайте его и не запрещайте категорично, это приведет только к конфликту. Действуйте конструктивно: постарайтесь выяснить, на чем основан его выбор, проанализируйте последствия этого решения (ближние (через 1-2 года) и дальние (через 5-10 лет), положительные и отрицательные). Объясните ребенку, что ответственность за принятое решение будет на нем.
4. Если ребенок выбрал для себя какую-либо профессию, помогите ребенку проанализировать ситуацию по следующей схеме: его внутренние резервы (способности, знания по предметам), внутренние помехи (что есть в ребенке такого, что может помешать осуществлению мечты: состояние здоровья, недостаточные знания, личностные особенности) и возможность преодоления этих помех, внешние благоприятные факторы (наличие поддержки в окружающем мире), внешние неблагоприятные факторы (наличие помех в окружающем мире).
5. Если старшеклассник не может определиться со своими планами, надо попытаться понять, с чем это связано. Если он только мечтает, а ничего не делает, надо помочь ему составить конкретный план, обсудив, сколько времени у него есть и что необходимо успеть. Ребенок всегда выбирает только то, что знает, поэтому дайте ему как можно больше информации о различных профессиях, о его возможностях в жизни. Вероятно, для самоопределения ему не хватает именно этих знаний.

6. Многим подросткам трудно из-за робости и отсутствия необходимых навыков сделать какие-то конкретные действия (позвонить, посетить школу или учебное заведение), и в этом помощь родителей может быть незаменима. Сходите с ним на день открытых дверей в разные образовательные учреждения, изучите имеющиеся у них образовательные направления.
7. Обсуждая будущую профессию, не заикливайтесь на одном варианте, рассматривайте разные, так как наличие альтернативы может снизить напряжение и тревогу у ребенка.
8. Современные юноши и девушки при выборе профессии ориентируются на следующие факторы: престижность профессии, качества личности, присущие представителям этой профессии, принципы и нормы отношений, характерные для данного профессионального круга. Сейчас, видимо, одним из наиболее важных факторов становится материальный – возможность хорошо зарабатывать в будущем. Объясните, что это, конечно, важно, но если работа не приносит радости, то это делает невыносимой жизнь.
9. Предложите ребенку обратиться на консультацию к психологу и пройти профориентационное тестирование. Чтобы выбрать профессию, необходимо не только разбираться в мире существующих профессий, но прежде всего, познать себя – свои личностные качества, способности, склонности.
10. Помните: самая главная ценность – здоровье и благополучие ребенка. А это возможно лишь тогда, когда требования, предъявляемые к ребенку, соответствуют его способностям.

## Роль родителей в профессиональном самоопределении учащихся

Удачный выбор профессии... Можно ли его осуществить, от кого это зависит и как заранее определить, что выбор сделан правильно? Парадокс состоит в том, что гораздо легче выявить, когда выбор делается ошибочно, нежели понять, что этот выбор сделан верно. В выборе профессии пересекаются три линии: способности человека, его намерения, желания и спрос на профессию. Отсюда и формула удачного выбора: способности и желания совпадают с потребностями рынка труда. Однако простота этой формулы – всего лишь внешний эффект. Человек меняется, обновляется рынок труда и образования – как успеть за всеми этими изменениями? Фактор времени становится главным противником профориентационной работы. Задача взрослеющего человека сделать время своим союзником в выборе жизненного пути. Современный ритм жизни несколько стремителен, а возможностей не явилось так много, что сегодня важно задаваться не только вопросом: “Как выбирать профессию?” но и “Когда выбирать профессию?” Разумеется, задуматься над выбором пути в жизни никогда не поздно, но лучше это сделать во время. Возможности, появившиеся в образовании в последнее время станут вашими возможностями, если вы и ребенок начнете планировать карьеру и реализовывать план с 8-9 класса. Чем могут помочь родители, чтобы их ребенок не разочаровался в выборе профессии, уже на начальном этапе обучения в училище, техникуме или ВУЗе, мы попытаемся разобраться. Влияние родителей на выбор профессии их детьми безусловно. Опросы школьников показали, что для них советы родителей относительно выбора профессии и учебного заведения имеют большое значение, чем рекомендации школы, учителей. Нет родителей, которые бы не желали детям добра. Они волнуются за будущее детей, искренне желают им счастья и хотят помочь в выборе профессии. Но родители могут ошибаться. И эти ошибки порой весьма неприятно сказываются на судьбе детей. Есть очевидные ошибки – например неумеренная переоценка способностей своих сыновей и дочерей. Казалось бы, именно родители имеют наиболее полное представление о склонностях и способностях детей, могут сопоставлять желания детей с их реальными возможностями. А в действительности иногда бывает, что родители не сумели найти свое место в жизни, свою работу, полюбить ее. И вот стараются осуществить собственную мечту в своих детях, навязывая им дело, которым не пришлось заниматься самим. Некоторые родители, проявляя бурную заботу о “выгодном”, “удобном”, “беспроигрышном” устройстве своих сыновей и дочерей в их взрослой жизни, настаивают, чтобы они выбрали престижную, по их мнению профессию, это, а не другое место учебы. Они уверены, что они, родители, как никто, знают, что нужно их ребенку, что для него лучше. И часто ошибаются, действуют вопреки его подлинным интересам. Любой ценой пытаюсь достичь заветной цели, они порой заставляют ребенка отказываться от “своего” выбора. И если смогут уговорить, то чаще всего результат получается точно такой же, как у них не сложилось, не удалось. Влиять на формирование интересов, помогать развитию способностей нужно, но навязывать свою волю, не следует даже в том случае, если это вызвано самыми добрыми намерениями. Нельзя решать за детей, нельзя допускать, чтобы забота о детях превращалась в думанье за них. Подростки чрезвычайно нуждаются в помощи, совете, но в то же время они считают себя уже взрослыми и не терпят диктата, давления. В последнем случае может возникнуть психологический бунт, проявляемый либо в форме бурного разлада с родителями, выражающегося в стремлении поступить “назло” родителям, хотя, порой, и вопреки своим интересам и склонностям, либо в форме

полнейшего смирения с судьбой, глубокой апатией. Нужно найти "золотую середину" между инициативой ребенка и вашим активным участием. Крайняя позиция: "Пусть все решает сам" и "Что он без меня решит" - в конечном счете приведут к отчуждению между вами. Среди условий успешного взаимодействия родителей с ребенком можно выделить следующее:

Знания родителями интересов и потребностей ребенка;

Умение упрочить сотрудничество в достижении общей цели;

Общаться с детьми нестандартно, естественно;

Глубоко "по-настоящему" чувствовать ребенка, быть готовыми и способными к сопереживанию, становиться на позицию ребенка, видеть в нем личность;

Умение управлять собой, своим поведением, чувствами, исключить во взаимоотношениях с детьми грубость, авторитарность, назидательность, панибратство;

Умение требовать, поощрять и наказывать].

Что же можно посоветовать детям, решающим вопрос "Кем быть?", как предостеречь их от ошибок в выборе профессии?"

Говорят, на ошибках учатся. Еще говорят, лучше учиться на чужих ошибках, чем на своих. Остановимся подробнее на наиболее часто встречающихся причинах, приводящих к неправильному выбору профессии. Их можно условно разделить на три группы:

Первая из них - недостаточная информированность о профессиях.

Опрос показал, что ориентация школьников в мире профессий довольно однобокая диапазон специальностей, на которые нацеливаются учащиеся зачастую очень узок: учащиеся называют в своих ответах всего около 20 профессий в то время, как их рассчитывается около 40 тысяч.

Школьники почти не обладают информацией о содержании профессии. Хотят быть бухгалтерами, но дальше фразы "бухгалтер начисляет зарплату" их представления об этой профессии не идут. Выбирают профессию юриста и не могут сказать, чем он занимается.

Многие родители, к сожалению, не могут дать совет детям в профессиональном выборе именно потому, что сами мало знают о профессиях, об их требованиях, о правилах, которыми следует руководствоваться при решении столь важного вопроса, об учебных заведениях. Часто родители не задумываются над тем, будет ли профессия соответствовать склонностям детей, готовы ли они нравственно, социально, психологически соответствовать требованиям профессии.

Найдите и прочитайте вместе с сыном или дочерью специальную литературу о заинтересовавшей профессии, ознакомьтесь с профессиограммой, поговорите с человеком этой профессией, посетите вместе учебное заведение, где готовят этих специалистов, узнайте о перспективах трудоустройства и профессионального роста.

Помогите ребенку соотнести профессиональные намерения с минусами профессий. В ходе такого сопоставления ваш ребенок станет думать о своем выборе гораздо реалистичнее. Не так часто встречаются старшеклассники, которые понимают, что любая профессия имеет объективные минусы. Вот лишь краткий перечень таких трудностей:

Сложности с трудоустройством;

Длительное время профессиональной подготовки;

Трудности в согласовании профессиональных и личных планов;

Сложности в оценке результатов труда (важно ли для вашего ребенка сделать что-либо и полюбоваться результатами своего труда или он может работать на будущее);

Профессиональные риски для здоровья, как физического, так и психологического. Вторая группа ошибок связана с незнанием себя, своего здоровья, способностей, с неумением соотнести их с требованиями профессий. Для правильного выбора профессий необходимо в них разбираться в себе, правильно оценивать свои слабые и сильные стороны, реально оценить способности.

Во многих случаях школьники неадекватно оценивают свои способности. К нежелательным последствиям приводит как их переоценка, так и недооценка. В первом случае это может привести к негативным результатам на вступительных экзаменах или во время учебы в ВУЗе. Во втором, вместо желаемой специальности, получение которой связано с прохождением большого конкурса, нередко выбирают другую, более надежную с точки зрения попадания в ВУЗ.

Разобраться в себе, свои личностных особенностях, реально оценить способности – для подростков это бывает трудной задачей, им необходим совет знающего их человека, и, прежде всего, родителей. Любая профессия предъявляет определенные и порой достаточно жесткие требования к личности и организму работающего, поэтому при выборе профессии нужно учитывать состояние здоровья. Учащиеся часто склонны переоценивать свое здоровье, не замечать незначительные с их точки зрения “болячки”. Никто лучше родителей не знает отклонения в состоянии здоровья детей, поэтому в вопросе профессиональной пригодности подростков вмешательство родителей будет вполне уместно и даже необходимо, но опять же при условии, что сами родители знают медицинские противопоказания по профессиям, интересующим их детей [3].

3 группа ошибок: Незнание самих правил выбора профессий

Выбирать по душе надо не только профессию, но и связанный с нею образ жизни и подходящий вид деятельности. Для одних профессий необходимо усидчивость, для других характерен постоянный риск. Один человек не терпит монотонности, другой не выносит суеты. Все это надо учитывать. Нельзя относиться к профессии, как к чему-то вечному, неизменному.

Не надо поддаваться рекламным стереотипам, необходимо узнать не только о радужной стороне профессий, но и о теневой.

Не может быть надежным и мотивированным выбор профессии или место работы за компанию с друзьями, одноклассниками. Многие подростки после девятого класса идут в десятый из-за неосознанной боязни расстаться с привычным окружением, многие не могут ясно определить свое будущее и тянуться к тем, кто увереннее и смелее делает выбор. Получается, что выбирают не свою профессию, а профессию друга.

Распространенная ошибка как школьника, так и их родителей – автоматически перенос интереса к школьному предмету на будущую профессию, когда уверенную пятерку по какому-то из школьных предметов считают единственным и достаточным условием успешного выбора профессии. Одно дело любить книги, и совсем другое – быть учителем без педагогических способностей. Надо оценивать при выборе профессии и свои возможности.

Выбирая профессию, путь ее получения, подростки и родители часто упускают из виду еще одну немаловажную проблему – возможность трудоустройства по выбранной профессии после окончания учебного заведения.

Это некоторые распространенные ошибки при выборе профессии, знания их уберечь от многих случайностей.

Очень важно помочь ребенку сделать свой профессиональный выбор более конкретным, пусть он вместе с вами попробует построить план своей карьеры. Возможно, этот план не будет реальным проектом, важно, что ребенок продумал сделанный им выбор вовремя.

Разумеется, выбор профессии не ограничивается психологической поддержкой. Но на первых этапах самоопределения ребенок нуждается именно в этой помощи. Обращение к профессионалу – одно из лучших решений.

Хочется отметить, что к психологу обращаются две категории родителей: те, которые не знают, на кого переложить ответственность за принятие решения, и те, кто успешно содействует самоопределению ребенка и стремится принимать решения, обладая исчерпывающей информацией. Профконсультант поможет не только точнее оценить уже проявившиеся способности и намерения, но и определить потенциал, который пока скрыт, сделать прогноз развития способностей.

Вашему ребенку нужна поддержка психолога при выборе профессии, если:

Профессии, который ребенок наметил для себя, как желанные, мало согласуются друг с другом;

Ребенок всячески отказывается обсуждать проблему выбора профессии, мотивируя тем, что еще рано;

Выбор, сделанный ребенком, резко расходится с вашими ожиданиями;

Ребенок не редко принимает решения под влиянием своих друзей.

Родители, помните, что какой бы жестокой не становилась жизнь, нельзя относиться к выбору профессии, как к работе сапера, лишая ребенка права на ошибку. Конечно, этот совет особенно хорош, если ваше чадо начинает задумываться об этом задолго до необходимости принимать решения. Но задача взрослых научить ребенка принимать решения в этой сфере, ведь современная жизнь так стремительна, что выбирать профессию и образование придется не раз! Задача взрослого – помочь подростку взрослеть рядом с ним, быть нужным своему ребенку, а это значит, быть всегда настроенным “на его волну”, не уходить от трудных вопросов, чутко улавливая малейшие, но такие важные перепады его эмоций. И взрослым и детям нужно всегда помнить, что человек “состоит” из души, тела и дела, которое его кормит, одевает, согревает. Выбирает он не профессию в чистом виде, а нечто большее – приемлемые условия и безопасность труда, его доход, среду и “климат” общения, то есть уровень и образ жизни.