**«Родительская помощь**

**в профессиональном определении»**

## ПРОФЕССОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ СТАРШЕКЛАССНИКОВ:

Советы родителям, как помочь подростку в выборе профессии

Профессиональное самоопределение является начальным звеном профессионального развития личности. Выбор профессии - важный и ответственный шаг в жизни каждого человека, т.к. часто определяет в дальнейшем весь жизненный путь человека. Поэтому очень важно предостеречь в этот момент от возможных ошибок, оказать помощь в выборе дела по душе. В результате неправильного выбора профессии подросток не может найти свое место в жизни, не может высоко подняться по карьерной лестнице, что ведет к нервным срывам и психическим расстройствам, а общество теряет талантливых журналистов, врачей, инженеров, ученых, поваров, портных…

Профессиональное становление и самоопределение подростка – это процесс многоаспектный. В нем должны соединиться и ужиться три базовых фактора: Я-хочу, Я- могу, Я-надо.

* «Хочу» - это желания, интересы, склонности личности.
* «Могу» - это человеческие возможности (физиологические и психологические, образовательные ресурсы личности).
* «Надо» - это потребности рынка труда, обязанности человека перед обществом, людьми, семьёй и т. д.

« Я-хочу» должно быть адекватно «Я-могу» и учитывать требования социальной среды «Я-надо».

Профильная и профессиональная ориентация подростка включает в себя:

* ориентацию в мире профессий (Какие профессии существуют? Чем занимается человек определенной профессии?);
* осознание того, что интересно ему и что он можешь делать;
* ориентацию на рынке труда, т.е. в том, какие профессии нужны сегодня региону и стране в целом;
* ориентацию на рынке образовательных услуг, т.е. то есть, где можно получить интересующую ребенка профессию.

Отмечается, что значительная часть подростков (возраст 14-16 лет) испытывает страх перед необходимостью принятия решения. За долгие годы учебы в школе детям предлагались в основном готовые решения, все было известно наперед и определено расписаниями и учебными планами. И вдруг предлагают определиться в таком важном вопросе.

Кто-то считает, что главное при выборе профессии – это совет родителей. А кто-то считает, что главное – личный интерес вашего ребенка. Чтобы правильно выбрать будущее дело по душе и по плечу, нужно сознательно и самостоятельно встать на позицию равного уважения к разным видам труда. Это совсем не просто. Даже многие взрослые работающие люди могут иметь предвзятое, пристрастное и несправедливое мнение о «других» видах деятельности. А дела людей могут быть подчас неожиданно разнообразны: есть люди, которые лучшее время жизни отдают изучению клюквы и

озабочены сохранением болот, другие видят смысл своего труда как раз в том, чтобы осушать, уничтожать болота. Нет «интересных» и «неинтересных» профессий.

# Главное для родителей - отдавать себе отчет в том, что они лишь помогают ребенку определиться, а вовсе не определяются вместо него.

Информацию о профессиональных планах ребенка можно получить только в ходе откровенной беседы с ним, ни в коем случае не на бегу. Лучше всего завести разговор как бы «к слову». При этом старайтесь проявлять терпение, такт и искреннюю заинтересованность. Если старшеклассник не может четко сформулировать свои планы, надо попытаться понять, с чем это связанно. Важно учитывать степень влияния сверстников на решение сына или дочери и насколько такое влияние оказывается положительным. Если Вас огорчает профессиональный выбор ребенка, не отговаривайте его и не запрещайте ему что-то категорично. Постарайтесь выяснить, на чем основан его выбор.

# Сознательный выбор профессии (специальности) основывается на:

* знаниях о мире профессий;
* знаниях о выбираемой конкретной профессии;
* изучении своих интересов;
* изучении своих способностей;
* знании своих сильных и слабых качеств;
* состоянии своего здоровья;
* учёте материальных условий семьи;
* учёте ситуации на рынке труда.

# При выборе будущей профессии необходимо:

* Учесть какие профессии и специальности нужны в регионе, где вы живете.
* Учесть особенности ребенка (интересы, склонности, способности, темперамент, черты характера, ощущение, восприятие, представление, память, внимание, мышление, здоровье, самооценка), помочь избрать наиболее привлекательную и подходящую профессию.
* Подробно изучить эту профессию, выяснить содержание и условия труда, а также требования профессии к человеку, изучить возможности приобретения профессии и перспективы профессионального роста. Дать возможность практически попробовать ребенку свои силы в этой профессии.
* Сравнить полученные знания о профессии с профессиональными возможностями ребенка, при необходимости посоветоваться с другими (родителями, учителями, врачами, профконсультантами). При соответствии профессиональных возможностей ребенка требованиям предпочитаемой профессии помочь ребенку в профессиональном самоопределении. При отсутствии такого соответствия изучить запасной профессиональный вариант.
* Выбрав будущую профессию, одобрять настойчивость в реализации профессионального намерения и овладении профессией в совершенстве.

# Ошибки при выборе профессии:

* увлечение внешней или частной стороной профессии;
* незнание мира профессий, выбор «за компанию»;
* неумение разбираться в своих способностях

# Рекомендации родителям в помощи выбора профессии подростком:

*Каждый сам выбирает свою профессию; советы нужно слушать, а решать и поступать по-своему.* Осознайте ценность выбора вашего ребенка (для себя и для общества), помогите ему:

## Изучить профессию и всё, что с ней связано.

Составьте вместе таблицу профессиональных предпочтений :

* Выбирая профессию, человек выбирает не только способ добывания денег, но и социальную среду, образ жизни . Предложите ребенку подумать над тем, каким требованиям, по его мнению, должна отвечать его будущая работа .
* Составьте максимально подробный список таких требований (уровень заработной платы, характер и условия труда, престижность, занятость, реальное трудоустройство и т. д.).
* Впишите эти пункты в столбцы, а в строки - названия профессий, кажущихся ребенку наиболее привлекательными.
* Заполняя таблицу, сопоставляйте требование и профессию: если они совпадают, ставьте в этой клетке плюс, если нет - минус.
* Проанализируйте, какая профессия набрала плюсов больше всего. Возможно, около этой специальности ребенку и стоит искать свое призвание. Разумеется, такой способ не самый точный. Но его преимущество в том, что он предлагает школьнику самостоятельно поразмышлять (и может быть, впервые!) над личной системой ценностей, над тем, каким он видит свое будущее.
* ***Сориентироваться в конкретной социально-экономической ситуации*** (потребность, престижность, зарплата и др.). Принцип «Больше информации»: Активно (вместе с ребенком!) собирайте информацию о рынке труда, о новых и перспективных специальностях . В этом могут помочь ежегодно выпускаемые справочники, профессиональные журналы, а также интернет-сайты. Иногда в подобных изданиях ребенок находит профессию, о существовании которой он не догадывался (и даже не догадывались его родители!).
* ***Расширяйте знания о профессиональном мире*.** Чтобы выбирать, нужно знать, из чего выбирать. Между тем, очевидно, что жизненный опыт подростка ограничен, его представления о трудовой деятельности отрывочны, а подчас и нереалистичны. Например, многие старшеклассники утверждают, что собираются стать менеджерами, но на вопрос о том, что это за работа, внятно ответить не могут. Другие смешивают понятия «профессия» и «должность», например заявляют: «Хочу быть начальником!» Кто-то говорит, что любит играть в компьютерные игры, получать информацию из Интернета, поэтому хочет стать программистом. А ведь программист - отнюдь не просто пользователь компьютера. Задача родителя - выступить экспертом, поделиться той информацией, которой он владеет: рассказать, что представляет собой та или иная профессия, какие ограничения она накладывает. можно привлечь друзей и знакомых. Например, если ваше чадо подумывает, не стать ли ему юристом - и среди ваших знакомых как раз таковые имеются,
* стоит попросить их пообщаться с вашим ребенком, даже сводить его к ним на работу. Опыт подобного общения может заставить подростка задуматься о том, насколько его представления о выбранной специальности соответствуют действительности

## Выделите дальнюю профессиональную цель (мечту), соотнесите её с другими жизненными целями (личностными, семейными, досуговыми).

* ***Постройте для себя систему ближних и средних перспектив как этапов движения к дальней цели.*** Если старшеклассник только мечтает, а ничего не делает, надо помочь ему составить конкретный план, обсудив, сколько времени у него есть и что необходимо успеть.

## Учесть при выборе не только профессию, но и связанный с ней образ жизни и подходящий вид деятельности.

* Принцип « От слов - к делу!» Не стоит ограничиваться только рассказами и разговорами. Все мы знаем, что подростки довольно скептически относятся к мнению взрослых, особенно родителей. Гораздо важнее непосредственный опыт. Если ребенка заинтересовала какая-то профессия, предложите ему «порепетировать» ее в профильном кружке, секции, классе. Задача в приобретении начального профессионального опыта, в оценке специальности «изнутри».
* Полезно предложить ребенку поработать на осенних или зимних каникулах, выбрав какое-то конкретное занятие.
* В институт - на экскурсию. Неплохо сводить ребенка на «день открытых дверей» в вуз - и желательно не в один. Не придавайте таким походам чрезмерное значение - ведь совсем не обязательно, что именно здесь ваш отрок захочет провести свои студенческие годы. Идите в вуз просто как в музей - посмотреть, пообщаться, прочувствовать «мое - не мое».
* Чтобы выбрать профессию, необходимо не только разбираться в мире существующих профессий, но прежде всего познать себя - свои личностные качества, способности, стремления . Карьерных высот человек скорее добьется в том деле, которое, с одной стороны, ему интересно, а с другой - соответствует его способностям. Например, дизайнеру важно иметь зрительную логику и образное мышление, журналисту - умение замечать детали и связно излагать мысли, инструктору по фитнесу - физическую подготовку и организаторские способности и т. д.
* Осознать трудности (внешние и внутренние) на пути к намеченным целям и наметить (спланировать) пути и средства преодоления трудностей.

**Таким образом,** выбор профессии – это важный шаг в жизни подростка, в то же время сложный, но интересный процесс, включающий в себя разные аспекты, которые необходимо учесть. Необходимо помнить о том, что выбор профессии часто вызывает серьезные сомнения и трудности у подростков, т.к. в 14-16 лет они психологически еще не готовы сделать выбор самостоятельно. Потому нуждаются в помощи взрослых. При этом следует понимать, что если подростку кажется, что профессию он выбрал не сам, то и воспринимать дальнейшую учебу и освоение профессии он будет как скучную и тягостную обязанность. Поэтому важно: не сняв полностью ответственность за совершаемый выбор с ребенка сделать так, чтобы у него сложилось ощущение, что это он так решил.