

## Родительский университет по теме:

### *Как помочь старшекласснику в профессиональном самоопределении?*

Определение профессиональных склонностей и способностей старшеклассников. Факторы, влияющие на выбор профессии. Роль родителей в процессе выбора профессии и самоопределении старшеклассника. Приоритеты старшеклассников в выборе профессии. Профессиональные династии.

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: Яхочу, 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, семьей 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? И 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 архиважном 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 определяют 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 связано. 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.

Необходимо:

- Решить какой путь избрать после 9 класса: продолжать общее образование в старшей школе или в профессиональных учреждениях (техникум, профессионально-техническое училище и т.д.). В этой части выбора больше всего действует фактор «надо». В сегодняшних социально-экономических условиях первостепенное значение имеют:
- социальный заказ, положение на рынке труда;
- уровень материального обеспечения семьи;
- возможности получения помощи в обучении;
- условия оплаты труда в данной сфере;
- местная инфраструктура профессионального образования (местная конъюнктура учебных заведений).
- Выбрать ту профессию и специальность, которую хочет ребенок («Я-хочу»). Следует ознакомиться с выбранной специальностью, изучить требования, которые она предъявляет к человеку.
- Учесть возможности ребенка («Я-могу»):
- интересы, склонности;
- успехи в учёбе и потенциальные способности;
- свои сильные и слабые стороны;
- состояние здоровья.

При выборе будущей профессии нужно:

- 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 интернетсайты. Иногда в подобных изданиях ребенок находит профессию, о существовании которой он не догадывался (и даже не догадывались его

родители!). • Выделить дальнюю профессиональную цель (мечту), соотнести её с другими жизненными целями (личностными, семейными, досуговыми). • Построить для себя систему ближних и средних перспектив как этапов движения к дальней цели. Если старшекласник 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. - 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». • Не бояться поиска, риска, смело исправлять ошибки, возвращаться с неправильно избранного пути и найти в случае необходимости резервный вариант на случай неудачи по основному направлению. Помогите своему ребенку подготовить «запасной вариант» на случай неудачи на выбранном пути. Обсуждайте альтернативы! Говоря с ребенком о будущей профессии, не закидывайтесь на одном варианте. Как правило, сам подросток о запасном аэродроме не задумывается, поэтому для родителей важно поставить перед ним вопрос: что он будет делать, если ему не удастся реализовать намеченное? Наличие альтернативы позволяет снизить у ребенка напряжение и тревогу. Можно спросить прямо: «А чем ты собираешься заниматься, если у тебя не получится стать экономистом?» А можно обсуждать эту проблему применительно к третьим лицам: «Представляешь, Андрей всю жизнь мечтал стать футболистом, готовился к спортивной карьере, но получил травму, и ему пришлось уйти. Теперь он думает, кем быть». • Осознать трудности (внешние и внутренние) на пути к намеченным целям. • 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.

### Советы для учащихся и их родителей по выбору профессии

Уважаемые папы и мамы!

1. Выбор профессии — важное и ответственное дело! Выбирая профессию, нужно учитывать в первую очередь интересы ребенка, его склонности, способности, желания и только потом семейные традиции и интересы.

2. Дайте своему ребенку право выбора будущей профессии.

3. Обсуждайте вместе с ним возможные «за» и «против» выбранной им профессии.

4. Рассматривайте выбор будущей профессии не только с позиции материальной выгоды, но и с позиции морального удовлетворения.

5. Учитывайте в выборе будущей профессии личностные качества своего ребенка, которые необходимы ему в данной специальности.

6. Если возникают разногласия в выборе профессии, используйте возможность посоветоваться со специалистами-консультантами.

7. Не давите на ребенка в выборе профессии, иначе это может обернуться стойкими конфликтами.

8. Поддерживайте ребенка, если у него есть терпение и желание, чтобы его мечта сбылась.

9. Если ваш ребенок ошибся в выборе, не корите его за это. Ошибку можно исправить.

10. Если ваш ребенок рано увлекся какой-то профессией, дайте ему возможность поддерживать этот интерес с помощью литературы, занятия в кружках и т. д.

Помните, что дети перенимают традиции отношения к профессии своих родителей!

Подготовила  
педагог-психолог  
Бабахина С.В.