

## Рекомендации родителям по оказанию помощи детям в выборе профессии



### Родители, помните:

- выбор профессии – это совместное решение ваше и вашего ребёнка: имейте в виду, что заниматься нелюбимым делом – очень тяжело, даже если этому делу отданы годы, деньги, надежды родителей.
- профессию надо выбирать в соответствии с возможностями, способностями и желанием Вашего ребёнка;
- дайте возможность сыну или дочери возражать вам по существу;
- не стоит смеяться над выбором вашего ребенка: искренний выбор дает силы к достижению, а значит, принесет ему счастье, деньги и славу;
- энергия достижения иссякает, если идея достижения принадлежит другому человеку;
- профессия должна доставлять удовольствие на духовном, эмоциональном и физическом уровнях;
- ведите наблюдения: за что хвалят ребенка в школе, за что его ругают (то, за что его ругают, это тоже может быть частью дарования), что у него получается легче всего, чем ему хочется все время заниматься, о чем он любит говорить, о чем спрашивает часто: всё это поможет выбрать профессию с учётом интересов ребёнка;
- советуйтесь с профессионалом

*Выбор профессии - задача не из легких даже для взрослых людей, обладающих определенной личностной зрелостью. Еще более она сложна для старшеклассников, поэтому помощь родителей в ее решении просто неоценима. Ведь именно родители лучше чувствуют и знают своего ребенка, наблюдают его характер, привычки и интересы в течение многих лет, да и просто готовы прийти на помощь первыми.*

Задумываясь о выборе будущей профессии для Вашего ребенка, ставили ли Вы перед собой следующие вопросы:

- Какие интересы и склонности Вы отмечаете у своего ребенка?
- Соответствует ли выбранная им профессия особенностям его темперамента?
- Что Вы делаете для развития профессиональных интересов у сына (дочери)?
- Кем хочет стать Ваш ребенок?
- Чем Вы советуете ему заниматься после окончания школы (где учиться, где работать)?
- Согласен ли сын (дочь) с Вашим советом? А если не согласен, в чем причины разногласий?

- Как Вы оцениваете возможность найти работу по профессии, которую мечтает получить Ваш ребенок?

Анализируя ответы на эти вопросы, Вы сможете лучше понять своего ребенка, помочь ему осуществить выбор профессии, которая его не разочарует, спланировать его профессиональное будущее в современном мире.

В Памятке для родителей представлена информация по каждому из ключевых этапов профессионального выбора и рекомендации родителям, желающим оказать своему ребенку посильную помощь в решении вопроса "Кем стать?"

### **1 этап. Принятие решения о выборе профессии**

Важнейшая задача этого этапа - помочь ребенку разобраться в своих профессиональных интересах и склонностях, сильных и слабых сторонах своей личности.

На этом этапе подросток особенно нуждается в поддержке и одобрении со стороны родителей, это помогает ему обрести уверенность в себе.

Оказывая помощь подростку в выборе профессии, нужно помочь ему избежать типичных ошибок. Знание их оградит молодого человека от лишних или неверных шагов, сэкономит время и поможет получить наиболее подходящую для него профессию.

#### **Стратегия выбора профессии:**

1. Проанализировать три основных фактора, чтобы найти оптимальные варианты и реализовать свой план в действие.

Первый фактор «Хочу»: Помочь подростку оценить его интересы и склонности, выяснить, какие профессии ему нравятся, представляет ли он, чем хотел бы заниматься каждый трудовой день.

Второй фактор «Могу»: Познакомить ребенка с требованиями, которые может предъявить выбранная им профессия. Помочь ему выявить способности и умения, знания и навыки, полученные в школе, рассказать, как можно применить их к выбираемой профессии.

Третий фактор «Надо»: Обсудить с подростком, насколько реально найти работу по выбранной профессии, в каких учебных заведениях можно получить интересующую его специальность.

2. Обозначить несколько альтернативных вариантов профессионального выбора.

3. Оценить вместе с подростком достоинства и недостатки каждого варианта.

4. Помочь исследовать шансы его успешности в каждом выборе и просчитать последствия каждого варианта.

5. Продумать вместе с ребенком запасные варианты на случай затруднения в реализации основного плана.

Типичные ошибки при выборе профессии:

Выбор профессии «за компанию»: Часто молодой человек или девушка, не знающие своих способностей, просто поступают в то же учебное заведение, что и их друзья.

Выбор престижной профессии: В данный момент престижными считаются профессии экономиста, бухгалтера, юриста, менеджера, переводчика и др. Интерес к ним есть у большинства выпускников школ, но не у всех есть способности к этим профессиям (высокая эрудиция, энергия, коммуникабельность, работоспособность).

Отождествление учебного предмета с профессией: Например, ученица хорошо пишет сочинения и решает, что ее призвание - журналистика. Однако профессия журналиста предполагает частые поездки, умение вникать в разные сферы деятельности и взаимоотношения людей, а не только написание статей.

Отождествление профессии с конкретным человеком, который нравится: к примеру, младший брат восхищается старшим, летчиком по профессии. Из любви к брату он тоже решает, что это его призвание. Но это далеко не всегда соответствует действительности.

Несоответствие здоровья и условий труда по избранной профессии: необходимо знать и учитывать особенности организма подростка, условий, в которых придется работать, иначе его может ожидать разочарование или ухудшение состояния здоровья. Ряд профессий предъявляют очень жесткие требования к физическому здоровью, а для некоторых профессиональных занятий существует ряд строгих медицинских противопоказаний (например, плохое зрение для водителя).

Устаревшие представления о характере труда и возможностях профессии: незнание динамики развития профессий в связи с техническим прогрессом приводит к ошибкам. Нередко под названием профессии скрыт совершенно новый темп и характер труда. Всегда нужно стремиться узнать именно о современном облике профессии.

Неумение разобраться в себе, своих склонностях, способностях и мотивах: помощь в самопознании могут оказать психолог, специалисты по профориентации, учителя, родители, специальная литература.

Выбор профессии под давлением родителей: Очень часто родители совершают ошибки, влияющие на правильность профессионального выбора подростка:

- Нередко родители активно предлагают, а иногда даже настаивают на выборе варианта, который в силу различных обстоятельств жизни не удалось осуществить им самим, то есть через ребенка они пытаются реализовать свою собственную мечту.

- Часто родительские советы можно объединить под рубрикой «полезно для семейной жизни»: «Будь врачом, нас и себя будешь лечить», «Становись поваром - хоть готовить научишься» и т.д.

- Еще одно родительское заблуждение - представление о том, что высшее образование, которое непременно должен получить их ребенок, автоматически разрешит проблемы с нахождением удачной и оплачиваемой работы. Особенно печально, когда установка на получение высшего образования столь сильна, что в жертву ей приносятся и способности, и склонности, и реальная оценка ситуации.

Важно, чтобы молодой человек понимал, что желаемый им уровень образования, в данном случае высший, может быть достигнут и ступенчатым путем: колледж - ВУЗ; работа и заочная форма обучения.

Родителям не нужно забывать о потребностях, интересах, способностях своих детей. Можно помогать, но не заставлять.

## **2 этап. Выбор учебного заведения**

Итак, после серьезных раздумий и совместных обсуждений профессия выбрана. Следующий шаг - знакомство со структурой учебных заведений города, уровнем получаемого в них образования, вступительных экзаменах. В этом вам могут помочь информационные справочники для абитуриентов, встречи с представителями учебных заведений на профориентационных мини-ярмарках, проводимых Центрами занятости населения, Дни открытых дверей, ежегодно организуемые учебными заведениями.

## **3 этап. Поступление в учебное заведение**

Когда вся необходимая информация собрана, шансы оценены и окончательное решение принято, начинается один из самых ответственных моментов - экзаменационная пора. Чем родители могут быть полезны своему ребенку в этот важный период?

Во-первых, абсолютной верой в его силы, возможности и способности. Вместо того, чтобы акцентировать внимание на сложностях и повышенной ответственности экзаменов, необходимо сосредоточиться на позитивных моментах подготовки: возможности систематизировать знания, сделать понятными неясные вопросы и т.п.

Во-вторых, в некоторых случаях полезно просто не мешать и не пытаться активно руководить процессом подготовки. Вовремя приготовленный ужин или совместная прогулка могут оказаться полезнее нравоучений. Поверьте, ваш ребенок осознает значимость ситуации ничуть не меньше, чем вы, так как он ответственен за ее исход.

В-третьих, если поступление в этом году не состоялось, не спешите обрушивать на голову ребенка поток своих сожалений и обвинений. Нужно совместно разобраться, в чем причина неудачи, где в подготовке было «слабое звено». Возможно, необходимо скорректировать планы?

Важно, чтобы ребенок был уверен в том, что неудача не умаляет его человеческого достоинства, а процесс подготовки можно совершенствовать и добиваться положительного результата.

Сохранение работоспособности в период подготовки к экзаменам

Чтобы сохранить высокую работоспособность, надо уметь отдыхать. Помогите ребенку организовать свой рабочий день, эффективно чередуя время занятий и отдыха.

Для обретения уверенности и силы могут помочь «ресурсные образы»: «Попробуй вспомнить или придумать место, где тебе хорошо и спокойно. Это может быть картина цветущего луга, берега моря, поляны в лесу и т.п. Представь, что ты находишься именно в этом месте, ощущаешь запахи, слышишь шелест травы или шум волн, видишь голубое небо! Представь, что все это твое и может быть доступно тебе в любое время».

В этом поиске родители - самые надежные и верные помощники!

Огромную роль в выборе будущей профессии играет семья, хотя сами подростки этого могут не осознавать. Зачастую они ориентируются на профессии родственников. Всем нам известны примеры трудовых династий, когда несколько поколений одной семьи работают по одной специальности, и случаи, когда кто-то становится «врачом, как мама» или «шофером, как папа». С одной стороны, семейная традиция может ограничивать вероятный выбор. Подросток как бы идет по инерции, не пытаясь понять, насколько профессия родителей действительно соответствует его собственным интересам и склонностям. С другой стороны, он очень хорошо представляет данную профессию и отдает себе отчет в том, какие качества для нее требуются. Например, дети врачей прекрасно знают, что медицинская профессия подразумевает срочные вызовы и сверхурочную работу, а также просьбы о помощи со стороны знакомых и соседей, а дети учителей – что необходимо готовиться к урокам и проверять тетради. Таким образом, если подросток выбирает профессию родителей, важно обсудить с ним мотивы его выбора, понять, что им движет.

Семья – это то пространство, где формируется отношение к работе, к профессиональной деятельности. У каждого из нас, взрослых, есть свое представление о работе, которое мы, порой сами того не ведая, передаем ребенку. Если родители относятся к работе как к значимой части собственной жизни, рассматривают ее как средство самореализации и самовыражения, то ребенок с раннего детства усваивает, что удовлетворенность жизнью напрямую связана с работой, и наоборот.

Важно понимать, что выбор, который ребенок делает сейчас, не окончателен. Никто не знает, как изменится наша жизнь через 10 лет, какова будет ситуация на рынке труда. Возможно, что профессии, которые в настоящее время оплачиваются достаточно высоко, совсем не будут таковыми, и наоборот. Многие из нас по разным причинам меняют профессии в течение жизни. Некоторые люди на всю жизнь остаются верными избранной профессии, другие пробуют себя в разных областях профессиональной деятельности. Ни

тот, ни другой путь не является единственно правильным, и невозможно предсказать, по какому пути пойдут наши дети. Тот выбор, который они делают на данном этапе, отражает их нынешние интересы и потребности. Возможно, выбранная профессия всегда будет им интересна, а может, через некоторое время их предпочтения изменятся. В любом случае остается возможность что-то переиграть или начать заново. И это говорит не о том, что выбор профессии сделан неудачно, а, напротив, о стремлении человека наиболее полно реализовать свои возможности в профессиональной деятельности.

И, наконец, самое главное для подростков, как бы они ни стремились к самостоятельности, — это ощущение поддержки со стороны взрослого. Для детей важно, что по трудному пути самоопределения они идут не одни, что рядом находится взрослый, который поддержит в трудную минуту и поможет, какой бы путь они не выбрали. Это ощущение придает уверенность в своих силах и побуждает к достижениям, теперь уже не учебным, а профессиональным.

### **Что нужно знать родителям о психологии выбора профессии:**

Выделяют следующие причины *ошибочного выбора профессии*:

- отношение к выбору профессии как к выбору пожизненного пристанища. В условиях динамичного экономического развития общества, технологического прогресса человеку нередко приходится несколько раз в течение жизни менять специальность и профессию;
- предрассудки чести — необоснованный взгляд на некоторые важные профессии, считающиеся непрестижными и «неприличными»;
- выбор профессии под прямым или косвенным влиянием друзей, родственников, знакомых;
- перенос отношения к человеку — представителю той или иной профессии — на саму профессию;
- увлечение только внешней или какой-нибудь частной стороной профессии. К таким привлекательным профессиям относятся профессии менеджера, топ-модели, летчика, актера и др.;
- отождествление учебного предмета в школе с профессией;
- незнание или недооценка своих физических возможностей и способностей;
- незнание основного содержания трудовых действий и операций выбираемой профессии или слабое представление о нем.

### **Типичные детские страхи, мешающие правильно выбрать профессию**

**1. «Я плохо знаю предмет (физику) и не сдам экзамен».** Этот страх понять можно. Что стоит за ним? Нет настоящей страсти к профессии, для которой надо учить алгебру. Алгебра – препятствие. Человек не готов ради мечты

выучить алгебру. Или это просто слова «не знаю физику», уловка, увертка от родительского требования стать инженером? «Я знаю, чего хочу: буду артисткой».

## **2. «У меня все хорошо получается, но сильно я ничего не люблю**

Я боюсь, что у меня ничего не получится, что мне будет скучно. Как мне быть?» За этим рассуждением стоит тревога не состояться, пройти мимо ГЛАВНОГО. В этом случае стоило бы обратиться к хорошему специалисту по профориентации. Но если браться самостоятельно за дело, то можно попробовать метод исключения. Написать десять профессий, которые ни в коем случае не хотелось бы практиковать. Вот их исключить. Посмотреть, что их объединяет. Написать десять более или менее симпатичных профессий, определить, что объединяет их. Это работа над поиском критериев, и лучше все же заняться ею в компании человека, который знает содержание современных профессий. Советую обратиться к специалисту.

## **3. «У меня все плохо получается. Я серая мышь и не верю в себя. Но жить как-то надо»**

При внимательном рассмотрении оказывается, что есть такие действия, которые человек делает хорошо. Другое дело, что он не придает этому значения, и окружающие не придают этому значения. Подумаешь – умеет слушать, хочет помогать, имеет доброе сердце... Это еще не профессия!

Вопрос: что любит делать человек, чем он готов заниматься все время? Когда человек говорит про себя, что он все делает плохо, то это он себя меряет по стандартным меркам или даже просто повторяет чужие слова о нем. Школьные мерки известны. Успеваешь в школьной программе – значит, молодец. В жизни это становится большим заблуждением. Выпускники-отличники часто могут быть безвольными существами из-за того, что у них способности выше среднего.

В ребенке, надо воспитывать волю к преодолению препятствий, особенно если эти препятствия внутренние – лень, тупость, плохая память. Больших вершин достигают трудолюбивые. И еще такие, которые не боятся учиться у жизни и делать работу над ошибками, при этом, не страдая излишним чувством вины.

## **4. «А вдруг я ошибусь? Мама лучше знает!»**

Какой бы папа или мама не была внимательной и заботливой, но она все же недостаточно осведомлена о профессиях. Ведь на свете есть не только врач, учитель, переводчик и экономист с юристом. Есть, например, биофизик, зоопсихолог, этнолог. Родители, желая добра своему чаду, двигают его в «хлебную» с их точки зрения профессию.

Часто внимательные родители хорошо чувствуют способности своего ребёнка и дают ему максимум того, что можно дать – языки, спорт, общение, рисование, музыку, танцы. И все равно конфигурация ЗАПРОСА на профессию может быть скрыта от глаз, долго не поддаваться описанию.

### **5. «А вдруг я не поступлю (в хорошее место) и потеряю год?»**

Этот страх неудачи подогревается коллективными причитаниями по поводу недоступности «Элитных» учебных заведений или престижных профессиональных сфер для «простых» людей. Постепенно страх переходит в уверенность ребенка в недостижимости цели и отсутствие желания пытаться что-либо сделать. Важно рассеять этот страх, а не подпитывать его. Нужно предложить ребенку подстраховаться поступлением в несколько мест. Объяснить, что в случае неудачи – у него будет лишний год, чтобы хорошо подготовиться. Главное адекватно оценивать свои силы и не лениться.

### **6. «А вдруг я окажусь в нижнем слое общества?»**

Данное заблуждение продиктовано современным обществом, где единственный приоритет профессиональной деятельности – построение успешной карьеры и занятие высокопоставленной должности. Такое развитие пугает детей и внушает им необходимость выбора профессии, предполагающей возможность роста. Ребенок готов пожертвовать своими интересами и истинными пристрастиями, считая их недостойными. Но наша жизнь такова, что каждый должен заниматься своим делом, делать его хорошо и получать от своей деятельности удовольствие. Мир не может состоять из одних начальников.

### **7. «Как я уеду от родителей?»**

Самый большой страх детей и родителей связан с переменой места жительства, при условии необходимости переезда в город, где находится учебное заведение. Безусловно, с этой проблемой сталкиваются все семьи. Нужно успокоиться и не делать из этого трагедий. Необходимо оказать помощь и поддержку в установлении контактов ребенка в другом городе и развивать навыки самостоятельной жизни.

### **8. «А вдруг у меня нет таланта?»**

О том, есть ли талант, судят по результатам жизни, по продуктам, которые вы создаете. Бывает, что взрослые не видят способностей в ребенке, бывает, что видят. Их мнение может существенно повлиять на его развитие. Но сильнее всего влияет именно разнообразие интеллектуального и чувственного опыта, которое может дать растущему человеку среда. А может и не дать. Детям необходимо пробовать себя в различных делах, с различными предметами, обогатить впечатления. Создание для ребенка сферы всевозможного развития и разностороннего приложения сил, поможет ему познать себя и определиться со своими склонностями.

### **9. «Смогу ли я этим зарабатывать?»**

Вот я бы пошла в психологи, но мама и папа говорят, что эта профессия не кормит».



Данный страх порожден неосведомленностью. Незнание, в чем состоит профессия, какие требования она предъявляет к человеку, как можно развиваться в профессии и чего достигнуть – распространенная причина неверного выбора. Что же делать? Искать сведения в интернете, посетить специалиста по профессиональной ориентации, читать о профессиях, смотреть фильмы о них, слушать радиопередачи, смотреть, как работают знакомые специалисты, проситься в помощники.

### ***Подведем итог***

Опасения и ошибки при выборе профессии вызваны, в общем, тремя причинами:

- неосведомленностью о профессиях;
- незнанием и непониманием своих сильных и слабых сторон;
- нежеланием взрослеть, стать самостоятельным и решиться на подвиг – произвести на белый свет свое собственное желание, мнение и отстоять его перед окружающими людьми, друзьями и родителями.