**Рекомендации психолога по профориентации**

|  |
| --- |
| Не стоит ориентироваться только на престижность профессии, забывая о собственных желаниях и возможностях. Это чревато получением модной, но нелюбимой работы.Все мы имеем право на ошибку, и, получив профессию, можем понять, что это не то, что нам нужно. Но это не должно останавливать вас в поиске именно той профессии, к которой лежит душа.Слепо следуя за друзьями, Вы рискуете выбрать неподходящую профессию, если ориентируетесь только на чужое мнение.Если Вам нравится человек — представитель какой-либо профессии, то это хорошая возможность узнать о его деятельности с разных сторон. Однако не стоит выбирать профессию только из симпатии к человеку, так как сама работа может не подходить именно вам.Часто мы видим только положительные стороны профессии, забывая о «темной стороне медали». Стоит узнать о профессии как можно больше, чтобы рассмотреть и плюсы и минусы.Не отождествляйте школьные учебные предметы с профессией, различайте эти понятия. Очень редко профессия совпадает с тем школьным предметом, который вам интересен. Кроме того, любимые предметы редко связаны только с одной профессией, и могут понадобиться в разных сферах деятельности.Не зная своих способностей, ты рискуешь выбрать неподходящую профессию, которая не будет у тебя получаться, не будет приносить удовольствия.Когда Вы решаете задачу по математике, то выполняете определенные действия в определенной последовательности. Было бы разумно поступить так же и при выборе профессии. К тому же, за консультациями по профориентации Вы всегда можете обратиться к школьному психологу в службу СППС. **Пусть Ваш выбор будет правильным!****Как выбрать профессию?**Если ты с детства мечтал стать врачом или космонавтом, и до сих пор не сомневаешься в правильности своего выбора – у тебя нет проблем. Что бы ни говорили мама и бабушка, ты с упорством штудируешь учебники по химии или биологии, или посещаешь кружок «юный физик» и хорошо представляешь себе, что будешь делать по окончании школы. Если это так, то ты – счастливчик. Потому что многие ребята совершенно не представляют себе, куда пойти учиться.Психологи считают, что при выборе профессии очень важно соответствие между психологическими особенностями человека и соответствующими характеристиками профессии. Профессия должна быть **ИНТЕРЕСНА**. Если ты любишь технику – интерес к ней будет поддерживать тебя в деятельности инженера, специалиста по информационным технологиям, строителя, физика…Любая профессия требует, чтобы у человека присутствовали так называемые «профессионально важные качества». Поэтому, выбирая определенную профессию, важно осознать, есть ли у тебя **СПОСОБНОСТИ**, соответствующие профессионально важным качествам. В ситуации сомнения выбирай ту профессию, где твои способности будут максимально реализованы, в этой деятельности ты добьешься наибольшего успеха.Наконец, тип реализуемой профессиональной деятельности должен совпадать с твоим **ЛИЧНОСТНЫМ**, характерологическим типом. Скажем, если ты общителен – тебе больше подойдут профессии, связанные с многочисленными контактами, а если эмоционально неустойчив – не сможешь выполнять рутинные виды деятельности, требующие концентрации в течение длительного времени.Итак, разобравшись в своих способностях, интересах и личностных чертах, ты приступаешь к выбору уже не профессии – а вуза или факультета.Выясни, какие специальности и специализации соответствуют интересующему тебя виду деятельности.И всегда помни: окончательный выбор только за тобой, ибо выбирая профессию, ты выбираешь судьбу. Профессия должна приносить удовольствие, положительные эмоции, обеспечивать максимальную реализацию твоих возможностей и приносить пользу обществу. **Рекомендации родителям по профориентации**1. 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.
2. Если старшеклассник не может четко сформулировать свои планы, надо попытаться понять, с чем это связанно.
3. Полезно предложить ребенку поработать на осенних или зимних каникулах, выбрав какое-то конкретное занятие.
4. Если Вас огорчает профессиональный выбор ребенка, не отговаривайте его и не запрещайте ему что-то категорично. Постарайтесь выяснить, на чем основан его выбор.
5. Если старшеклассник только мечтает, а ничего не делает, надо помочь ему составить конкретный план, обсудив, сколько времени у него есть и что необходимо успеть.
6. Помогите своему ребенку подготовить «запасной вариант» на случай неудачи на выбранном пути. Нет проблем у тех мам и пап, чьи дети с ранних лет мечтают о карьере врача, космонавта или юриста и с упорством штудируют учебники, готовясь к поступлению в вуз. Впрочем, по заверениям специалистов, таких детей меньшинство, гораздо больше тех, у кого выбор профессии вызывает серьезные сомнения и трудности. Что делать родителям в такой ситуации? Разворачивать серьезную профориентационную работу! Причем вопрос о том, куда пойти учиться, лучше начинать решать еще в 8-9-м классе.

**Вместе, но не вместо**Главное для родителей — отдавать себе отчет в том, что они лишь помогают ребенку определиться, а вовсе не определяются вместо него. Помогают — потому что большинство детей в 14-16 лет еще психологически не готовы сделать выбор самостоятельно, более того, значительная часть их испытывает страх перед необходимостью принятия решения. За долгие годы учебы в школе им предлагались в основном готовые решения, все было известно наперед и определено расписаниями и учебными планами. И растерянность подростка, когда ему вдруг предлагают определиться в таком архиважном вопросе, вполне понятна. Так что вряд ли родителям стоит так уж рассчитывать на полную самостоятельность ребенка в выборе профессии: ваш повзрослевший малыш подсознательно ждет совета от старших, даже если прямо он об этом не говорит.С другой стороны, нельзя 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 учится он не для себя, воспринимая учебу как скучную и тягостную обязанность. Но, разумеется, действенная профориентационная работа возможна только в тех семьях, где налажена доверительная атмосфера. Если же диалога не получается и обсуждение любого вопроса заканчивается открытой конфронтацией, значит, сначала надо восстанавливать «погоду в доме» (и лучше при помощи психолога), а уж потом заниматься планированием будущего.**6 шагов к решению**Итак, задача родителей — не навязывать подростку уже готовое решение, а помочь ему определиться самому. Как это сделать?ШАГ 1. Составьте 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 профориентации — 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.ШАГ 2. 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. К профориентационной работе 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.ШАГ 3. Больше информации! Активно (и 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.ШАГ 4. От слов — к делу. Но 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.ШАГ 5. 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».ШАГ 6. Обсуждайте альтернативы. Говоря с ребенком о будущей профессии, не зацикливайтесь 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». Ошибка — тоже опыт. Выбор профессии — дело, без сомнения, важное и ответственное, но не стоит относиться к нему как к процессу необратимому. Тот выбор, который делают наши дети сегодня, отражает лишь их нынешние интересы и потребности. Замечательно, если выбранная специальность всегда будет им интересна, ну а если их предпочтения изменятся — в этом нет никакой трагедии. Специалисты отмечают, что выбор профессии один раз и на всю жизнь уходит в прошлое. Мы живем в мире, который стремительно меняется. Невозможно предсказать, какова будет ситуация на рынке труда, скажем, лет через десять. Не исключено, что специальности, которые в настоящее время востребованы и высоко оплачиваются, совсем не будут таковыми и наоборот. Но в любом случае у каждого остается возможность что-то переиграть или начать заново. |