

Консультация для родителей

Взгляд в будущее

(жизненное и профессиональное самоопределение подростков)

В жизни каждого человека наступает момент, когда приходится решать, где продолжать образование или куда пойти работать, т.е. практически выбрать профессию, свой жизненный путь.

Выбор профессии – сложный и ответственный шаг в жизни молодого человека. Для выбора профессии подростку необходима информация о мире профессий в целом, о возможностях и требованиях каждой из них и о себе самом, своих способностях, интересах. Категоричность подросткового выбора и нежелание рассмотреть различные варианты и возможности часто служат своего рода психологическим защитным механизмом, средством уйти от мучительных сомнений и колебаний. В будущем это может привести к разочарованию.

Огромное влияние на профессиональное самоопределение подростков оказывают родители. Они служат моделью определенного образа жизни и являются источником формирования важных жизненных ценностей и убеждений. Родители могут создать основу для осознанного выбора - дать ребенку почувствовать себя в полной безопасности дома, создать условия, в которых он сможет свободно общаться с родителями и делиться самыми важными переживаниями.

Со стороны родителей, возможны различные варианты поведения в отношении ребенка при выборе им той или иной профессии, учебного заведения. Например:

1 - *Позитивная активная позиция.* Родители стараются помочь детям выбрать профессию с учетом их индивидуальных психофизиологических особенностей.

2 - *Жесткая активная позиция.* Родители безапелляционно, иногда в ультимативной форме предлагают ребенку свой выбор профессии и учебного заведения. При этом индивидуальные особенности ребенка, его отношение к такой ситуации учитываются минимально или вообще игнорируются, никаких объяснений ребенку не дается.

3 - *Пассивная позиция.* Родители самоустраиваются, предоставляя детям возможность самостоятельно формировать профессиональный план. Иногда такая позиция вызвана негативным опытом со старшим ребенком, когда жесткая позиция вызвала нежелательные последствия.

Уважаемые родители!

Профессиональное становление и самоопределение подростка – процесс многоаспектный.

В нем должны соединиться и ужиться **три базовых фактора:** Я-хочу, Я-могу, Я-надо.

- **«Хочу»** - это желания, интересы, склонности личности. Выбрать ту профессию и специальность, которую хочет ребенок («Я-хочу»). Следует ознакомиться с выбранной специальностью, изучить требования, которые она предъявляет к человеку.

- **«Могу»** - это человеческие возможности (физиологические и психологические, образовательные ресурсы личности).

Учесть возможности ребенка («Я-могу»):

- интересы, склонности;
- успехи в учёбе и потенциальные способности;
- свои сильные и слабые стороны;
- состояние здоровья.

Учесть особенности ребенка:

- темперамент;
- черты характера;

- ощущение, восприятие, память, внимание, мышление;
- представление;
- самооценка.

• **«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».

Кроме основных факторов, есть и другие, которые влияют на выбор профессии:

- **личные профессиональные предпочтения** - то, что является потребностью подростка;
- **позиция родителей.** Часто родители побуждают подростка выбрать профессию по своему предпочтению;
- **позиция сверстников.** Порой подростки выбирают профессию "за компанию", либо по местоположению учебного заведения (колледж, вуз) или предприятия;
- **позиция учителей,** которые тоже могут повлиять на выбор подростка своим авторитетом;
- **способности** заложены природой в человеке и их стоит развивать, с тем, чтобы они способствовали наилучшему выбору профессии;
- **уровень притязаний.** Часто подростки ориентированы на профессии высшей категории, "модные" или высокооплачиваемые, которые не соответствуют ни их внутреннему миру, ни способностям. В итоге происходит разочарование в профессии.
- **информированность** играет важную роль в выборе профессии. У подростка на виду и на слуху невеликий выбор профессий. Изучение профессиограмм помогает сориентироваться в мире профессий. Таким образом, возрастает и интерес к другим, ранее неизвестным профессиям;
- **склонности** – это избирательная направленность, побуждающая заниматься определенной деятельностью. В ее основе желание совершенствовать навыки и умения, связанные с этой профессиональной деятельностью.

Помните, что при выборе будущей профессии нужно:

- Учесть какие профессии и специальности нужны в регионе.
- 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.

Предлагаем несколько практических советов и упражнений, которые помогут вам научиться оставлять ребенку возможность выбора, воспитывать в нем ответственность и веру в себя.

Эти советы максимально актуальны для подростков в возрасте 12-16 лет. Для детей младше важно делать корректировку на возраст и их картину восприятия мира, хотя общий посыл

остается тем же. Что касается детей старше, то родители уже сделали большую часть доступных им шагов.

7 упражнений для родителей «Как научить ребенка делать выбор?»

1. Ребенок тоже человек

Думаю: Мой ребенок — это формирующаяся, а с 14 лет по большей части сформировавшаяся личность со своим характером и взглядом на жизнь. Я уважаю его мнение и принимаю его наравне со своим собственным.

Делаю: Я с интересом слушаю то, что мне рассказывает ребенок, и принимаю важность того, что для него сейчас важно. Я делюсь с ним тем, что важно для меня, и принимаю его мнение по этому поводу.

2. Каждый человек имеет право на свою жизнь и любой выбор в ней

Думаю: Мой ребенок — это целый самостоятельный мир. Со своими идеями, взаимоотношениями с окружающим миром и собой. И как любой человек, мой ребенок имеет право сделать свой выбор. Любой: заболеть, поиграть в футбол или сделать домашнее задание по математике. Тот выбор, который он сделает, будет лучшим выбором, который он видит, исходя из своей точки зрения.

Делаю:

- Я напоминаю себе: то, что я вижу, знаю и понимаю - это моя точка зрения, основанная на моем жизненном опыте. Бывают и другие точки зрения. И это нормально.
- Я уточняю у моего ребенка, почему он делает тот выбор, который делает.
- Я узнаю у него: что для него важного в том, что он делает?
- Я рассказываю ему, что я вижу важного в том, что он делает или не делает.
- Я позволяю ему делать то, что он считает нужным, рассчитывая на мою поддержку, вне зависимости от его выбора.

3. У каждого действия есть последствия

Думаю: Как бы мне ни казалось что-то правильным или неправильным, эта концепция имеет все шансы не совпадать с тем видением, которое есть у моего ребенка. Зато я точно знаю, что у каждого действия есть последствия: те, которые я могу предсказать прямо сейчас, и те, которые прямо сейчас я не вижу. Вне зависимости от того, что я выбираю делать прямо сейчас, я несу ответственность за все последствия своих действий. Точно так же, как и мой ребенок.

Делаю:

- Я спрашиваю у моего ребенка, какие он видит последствия того, что он делает сейчас.
- Я уточняю у моего ребенка, каких результатов он хочет добиться своими действиями.
- Я делюсь с ним своим видением последствий его действий.
- Я позволяю ему действовать согласно его собственному решению, отдавая себе отчет в том, что ответственность за свой выбор он несет сам в полной мере.

4. Моя жизнь - это моя жизнь

Думаю: Человеческое счастье - достаточно тонкая материя, чтобы сказать наверняка, что именно сделает другого человека счастливым. Я понимаю, что мое представление о том, как строить жизнь — это лучшее из возможных для меня на данный момент представлений. У моего ребенка есть все шансы сформулировать представление, сильно отличающееся от моего. При этом его представление будет лучшим для него.

Делаю:

- Я отвечаю себе на вопрос: чего именно я хочу для своего ребенка в жизни?
- Я обсуждаю те возможности, которые наблюдаю, со своим ребенком и спрашиваю, какие возможности для себя обнаружил он.
- Я поддерживаю его в том выборе, который он для себя делает.

5. Мой ребенок - моя копия

Думаю: Основное и до определенной поры единственное, что делает мой ребенок - с точностью копирует поведение своих родителей, то есть нас. Все, что мне в нем нравится - это то, что мне

нравится наблюдать в себе. Все, что меня в нем раздражает - это то, что я отказываюсь замечать в себе. И если я вспомню, как я веду себя в подобной ситуации, я удивлюсь совпадению.

Делаю:

- Я с удовольствием делаю то, что я хочу, чтобы делал мой ребенок. Хочу научить его читать - регулярно и с удовольствием читаю.

6. Выбор и принятие ответственности - это навык

Думаю: Для того чтобы научиться кататься на велосипеде, нужно для начала найти велосипед, а потом на него сесть и попробовать поехать. Принятие решения и ответственности за него - точно такой же навык, как и езда на велосипеде. Поскольку для меня важно, чтобы мой ребенок научился принимать самостоятельные решения, я готов терпеливо уделять свое время и внимание процессу его обучения, понимая, что с первого раза даже на велосипеде мало у кого получается ездить.

Делаю:

- Я создаю ситуации, в которых мой ребенок может попрактиковаться в самостоятельном принятии решений, и поддерживаю его в любом выборе.
- Я позволяю моему ребенку совершать ошибки и то, что я воспринимаю как ошибки.
- Я разбираю с ним шаги, которые привели его к имеющемуся результату.
- Я интересуюсь, какие уроки он извлек из каждого опыта и как они могут повлиять на его выбор в будущем.

7. Вопрос лучше ответа

Думаю: Когда я хочу получить консультацию, я обращаюсь к человеку, которого считаю специалистом, и задаю ему соответствующий вопрос. После чего я ухожу с ответом, а он остается специалистом в этом вопросе. Я хочу, чтобы мой ребенок стал специалистом в жизни.

Делаю:

- Я задаю вопрос ребенку и поддерживаю его в поиске его собственного ответа на него.

Уважаемые родители!

В вопросе о выборе профессии недопустимы с вашей стороны нажим на ребенка, нежелание считаться с его интересами. Чтобы иметь возможность корректировать их, нужны авторитет, терпение и такт. Это позволит детям сделать правильный выбор и не совершить досадных ошибок, которые сложно исправить, а порой и совершенно невозможно.

Профессиональная деятельность занимает большую часть жизни человека, значит и подход к ней должен быть серьезный и взвешенный.

Педагог-психолог: Иванченко Татьяна Дмитриевна
КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа № 2»