

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

«Детско - юношеский центр «Контакт»

Методические рекомендации учащимся и их
родителям (Помощь в самоопределении):

МИР ПРОФЕССИЙ



*Выбор профессии – это оптимальное
(лучшее в данных условиях) решение задачи,
причём задачи со многими неизвестными,
а иногда - приближёнными, неверными данными.*

Составитель: педагог-психолог

Горина Оксана Витальевна

Нижний Новгород

Май, 2018 г.

Многогранный мир профессий. Классификации профессий

Детство пролетает как сон. Большую часть своей сознательной жизни мы являемся взрослыми людьми. Но задумывались ли Вы когда-нибудь о том, насколько успех нашей взрослой жизни зависит от того, как мы «поработали» в детстве?

Как учились в школе, сколько книг успели прочитать, в каких ремеслах себя попробовать? Сумели ли вовремя понять, чем бы хотели заниматься в жизни, и определиться, какая профессия нам по душе и по силам? Согласитесь, от родителей здесь тоже очень многое зависит. И каждый родитель рано или поздно встает перед вопросом: как помочь своим детям в выборе жизненного пути?

В качестве «шпаргалок» для решения этой непростой задачи предлагаем Вашему вниманию размышления семейного и детского психолога Елены Громовой.

— Во сколько лет у ребенка должна появиться хотя бы мысль о будущей профессии, и когда стоит бить тревогу и предпринимать какие-то действия родителям, чтобы ребенок задумался о своем будущем?

— Надо сказать, что мысли о будущей профессии приходят к детям достаточно часто и меняются несколько раз. Поэтому следует предоставлять им возможность объять все, что они хотят, и не заставлять насильно ходить на те дополнительные занятия, которые ребенок выбрал. **Некоторые родители говорят: «Раз уж выбрал, пусть ходит».** Но кто это сказал? Ребенок еще не знает себя, он себя только узнает и познает, и он должен многое попробовать, чтобы понять, что ему нравится, что ему близко. Если уже к 9-му классу, когда ребенок сдает экзамены ГИА в школе, и когда уже есть возможность выбора: идти в колледж, или уходить в 10-й класс дальше учиться, — он еще не определился, тогда стоит задуматься — куда же ему все-таки двигаться дальше. До 8-го класса и начала 9-го можно еще спокойно дать ему возможность менять свое мнение.



ВРАЧ



УЧИТЕЛЬНИЦА



ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА



ШОФЕР



ПОВАР



ПРОДАВЕЦ



СТРОИТЕЛЬ



ПАРИКМАХЕР



ПОЖАРНЫЙ

Мир профессий разнообразен и динамичен: одни профессии исчезают, другие появляются. Знаете ли Вы, кто такой «Бакенщик», а кто «Андеррайтер»? Многие из Вас сейчас воспользуются интернетом, для того чтобы получить информацию об этих профессиях. Насколько хорошо Вы ориентируетесь в мире профессий? Сколько профессий вы знаете: 50, 100, 1000...? В «Международном стандарте классификации профессий» (есть, оказывается, и такой документ!) описаны 9333 профессии. Все профессии принято классифицировать, объединять в группы по ряду общих свойств и признаков. В нашей статье мы приведем три наиболее часто встречающиеся классификации профессий. Возможно, эта информация позволит Вам определить себя к какому-либо типу и получить общее представление о желаемой профессии.

Классификация Е.А. Климова

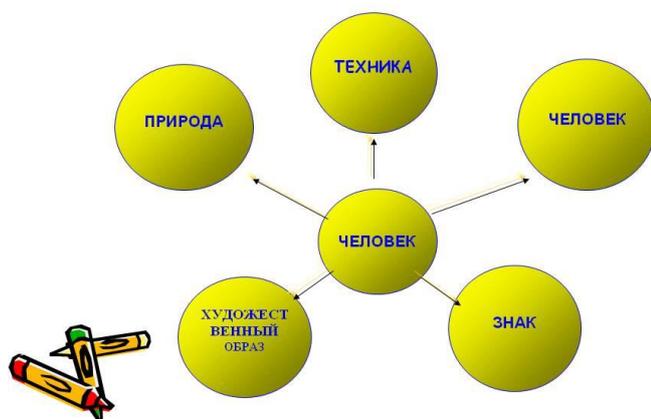
В России наиболее известна классификация профессий, предложенная **Е.А. Климовым**, где в качестве критерия выступает отношение человека (субъекта труда) к предмету труда.

Наименование типа профессий, характеристика предмета труда	Подтипы, примеры отдельных профессий
«Человек - человек» Предмет труда: люди, группы, коллективы, социальные процессы	<ol style="list-style-type: none">1. Медицинское обслуживание (врач, медсестра, санитарка, фельдшер).2. Воспитание и обучение (воспитатель, учитель, спортивный тренер, дефектолог).3. Бытовое обслуживание (продавец, проводник, официант, парикмахер и др.).4. Информационное обслуживание (журналист, библиотекарь, экскурсовод).5. Защита общества, государства (юрисконсульт, адвокат, участковый инспектор, следователь).
«Человек - техника» Предмет труда – технические системы, материалы и заготовки, энергия.	<ol style="list-style-type: none">1. Создание, монтаж, сборка технических устройств (инженер-конструктор, радиомеханик, монтажник конструкций).2. Эксплуатация технических средств (крановщик, инженер-технолог, швея, токарь, слесарь).3. Ремонт технических устройств (электромонтер, слесарь-ремонтник).4. Строительство (каменщик, штукатур-маляр, столяр-плотник).
«Человек - знаковая система» Предмет труда – условные знаки, цифры, коды, естественные и искусственные языки.	<ol style="list-style-type: none">1. Тексты на родном и иностранных языках (корректор, технический редактор, машинистка, делопроизводитель, переводчик).2. Цифры, формулы, таблицы (программист, экономист, кассир).3. Чертежи, карты, схемы (чертежник, закройщик, штурман).4. Звуковые сигналы (радист, телефонист, стенографист).
«Человек - природа» Предмет труда - животные, растения,	<ol style="list-style-type: none">1. Изучение, анализ состояния и условий жизни растений и животных (микробиолог, гидробиолог, агрохимик).2. Уход за растениями и животными (овощевод, животновод, лесник,

биологические и микробиологические процессы.	зоотехник, садовод). 3. Профилактика заболеваний растений и животных, борьба с их вредителями и возбудителями болезней (ветеринар, агроном по защите растений, врач карантинной службы).
«Человек - художественный образ» Предмет труда – художественные образы, их части, элементы, свойства.	1. Музыка (композитор, музыкант, артист оперного театра, дирижер, музыкант-педагог). 2. Литература (писатель, журналист, редактор). 3. Живопись и скульптура (художник-реставратор, художник-оформитель, художник по моделированию одежды, дизайнер, скульптор). 4. Театральное и киноискусство (актер, режиссер, хореограф, театровед, кинооператор). 5. Прикладное искусство (резчик по дереву, огранщик алмазов, резчик по камню, ювелир, чеканщик художественных изделий, столяр-краснодеревщик).

Все профессии соотносятся здесь с пятью основными типами:

КЛАССИФИКАЦИЯ ПРОФЕССИЙ



1. «Человек – природа» – представители этого типа имеют дело с растительными и животными организмами, микроорганизмами и условиями их существования. Например, мастер-плодоовощевод, агроном, зоотехник, ветеринар, микробиолог. *Естественно, что таким людям нравится взаимодействовать с живой или с неживой природой, вообще с природой. Им нравится проводить время в заботе о животных, им*

интересен мир растений, и здесь можно сразу понять, что этот человек относится к этому типу.

2. «Человек – техника» – *Здесь все тоже лежит на поверхности — это человек, у которого достаточно легко получается взаимодействовать с техникой. Например, он может быстренько починить что-то, разбирается во всех механизмах, они его слушаются и поддаются ему.*

Работники имеют дело с неживыми, техническими объектами труда. Например, слесарь-сборщик, техник-механик, инженер-механик, техник-технолог общественного питания, инженер-электрик.

3. **«Человек – человек»** – предметом интереса, распознавания, обслуживания, преобразования здесь являются социальные системы, сообщества, группы населения, люди разного возраста. Например, продавец, парикмахер, врач, учитель и т.д. *К этому типу относится человек, которому нравится взаимодействовать с людьми. Он любит общаться, легко идет на контакт, для него общение очень важно в жизни. Поэтому ему больше всего подойдут такие профессии, которые требуют общения с другими людьми.*
4. **«Человек – знаковая система»** – *это человек, которому интересно, у которого хорошо получается взаимодействовать с миром знаков, информацией в виде таблиц, цифр, чертежей — все что связано с обозначением, т. е. с превращением информации в знаковую систему. Если человеку это интересно, то можно подумать о том, чтобы искать ему специальность именно в этом направлении.* Интерес представляют естественные и искусственные языки, условные знаки, символы, цифры, формулы. Например, математик, редактор издательства, программист, лингвист и т.д.
5. **«Человек – художественный образ»** – *Это творческие люди, которым интересно рисовать, петь, танцевать — то есть не просто что-то выполнять, а именно привносить что-то свое. К ним относятся художники, актеры, и т.д.* В профессиях данного типа мир видится работником, прежде всего, как некая данность, в которой можно найти, выделить красивое, прекрасное. Такого человека мир волнует, как область, которую можно преобразовать и в которую можно привнести красоту, удобство, затрагивающую эмоции форму какого-то содержания. Например, художник-декоратор, художник-реставратор, настройщик музыкальных инструментов, артист балета, актер драматического театра и т.д.
6. Шестой тип, который уже сейчас выделяют: **«Человек – самореализация»** – *это человек, для которого важно добиться каких-то определенных результатов, показать себя, реализовать себя в чем-то. Это спортсмены, политические деятели, фотомодели, — профессии, связанные с реализацией именно самого себя.* Хотя надо сказать, что очень многие профессии взаимодействуют с разными типами, и нельзя сказать, что какая-то профессия относится только к одному-единственному типу. И, тем не менее, важно понять, к каким именно хотя бы двум типам Вы больше относитесь, ведь это уже поможет Вам сузить круг.

Можно сказать, что есть люди исполнительского типа и есть люди творческого типа. Кому-то проще выполнять готовое задание, которое ему дали. Есть люди – исполнители, очень хорошие исполнители. Им нужна такая работа, где для них все предсказуемо, есть четкий график работы, режим дня, есть четкие обязательства, объем работы. А есть те, которым, наоборот, очень тесны определенные рамки, и им проще работать в каком-то творческом режиме, когда они сами могут решить — в какой день им поспать, а в какой поработать до 12

часов или до 2-х часов ночи. Когда они сами определяют примерные сроки для себя — они более свободны, и для них это очень важно. Каждый конкретный человек должен, прежде всего, честно ответить самому себе на вопрос: «Я больше исполнитель, или я больше творческая натура, чего во мне больше»? И тогда будет понятно, учитывая эту особенность, по какому профессиональному пути стоит двигаться, а где будет достаточно трудно.



Вообще, при выборе профессии необходимо учитывать интересы, способности и личностные качества. Бывает так: есть интерес к чему-то, а способностей в этом направлении не хватает. Или способности хорошие, но нет определенных личностных качеств, которые нужны именно для этой профессии. К примеру, профессия работника МЧС – ребенку интересно, он может освоить это, а не хватает выносливости, выдержки,

самообладания. И тогда встает вопрос: выбирать ли этот путь, если чувствуется подобное расхождение. Если совсем затруднительно с выбором, тогда стоит искать запасной вариант. А бывает ситуация, когда человек настолько хочет идти по данному профессиональному пути, что он занимается самовоспитанием, и ему удастся выработать в себе какие-то личностные качества, которых не было изначально - ради того, чтобы быть в этой профессии.

Кроме этого его классификация делит профессии по целям, средствам труда, по условиям труда.

По целям труда:

«Гностические профессии» (от древнегреческого «гнозис» - знание, познание). Таких профессий, связанных с чисто познавательным трудом и, в то же время, органично включенных в самые недра материального производства, немало, и все они весьма разнообразны.

«Преобразующие профессии» - Большинство профессий является не чисто гностическим, а связанным с активным изменением свойств и состояний предметов труда. Познание здесь не самоцель, оно обслуживает преобразующую деятельность человека.

«Изыскательские профессии» - В этом классе профессий на первый план выступает такая цель деятельности, которая предполагает что-то изобрести, придумать, найти новый вариант решения.

Тип профессии по предмету труда	Гностические (распознать, определить)	Преобразующие (обработать, обслужить)	Изыскательские (изобрести, придумать)
Человек - природа	Ботаник	Ветеринар	Биоинженер
Человек - техника	Наладчик станков с ЧПУ	Водитель, слесарь	Изобретатель, Инженер
Человек - знаковая система	Графолог	Архивариус, библиотекарь	Программист
Человек художественный образ	Литературный критик	Актёр	Художник, дизайнер
Человек - человек	Психолог	Учитель, врач	Режиссёр

По средствам труда:

1. **«Ручные орудия труда»** (непосредственное выполнение функции).
Лаборант химико-бактериологического анализа, контролер слесарных и станочных работ, фельдшер-лаборант, слесарь, картограф, художник-живописец.
2. **«Механизированные орудия труда»** (управление машинами, механизмами).
Машины с ручным управлением создаются для обработки, преобразования, перемещения предметов труда, поэтому типичными профессиями для этого подразделения классификации являются машинист экскаватора, токарь, водитель автомобиля.
3. **«Автоматизированные орудия труда»** (управление станками, устройствами).
Оператор инкубационных цехов, оператор станков с программным управлением, оператор магнитной записи.
4. **«Функциональные средства организма человека»**. Здесь имеются в виду психологические средства труда – разного рода мысленные эталоны (например, у акробата – мысленный образец последовательности действий, у дирижера – образные эталоны и т.д.).

По условиям труда:

- **«Условия бытового типа»**
В таких условиях работает, например, лаборант, бухгалтер, программист.

- **«Работа на открытом воздухе».**
В режиме резкого перепада температуры, влажности. Эти условия характерны для агронома, монтажника стальных и железобетонных конструкций, тракториста-механизатора.
- **«Необычные условия труда»**
Под водой, на высоте, под землей, а также в условиях повышенной температуры и других. Примеры профессий – водолазы, шахтеры, маляры, монтажники.
- **«Условия с повышенным уровнем моральной ответственности»**
За здоровье и жизнь человека или за большие материальные общественные ценности. К этой группе относятся профессии учителя, судьи, продавца.

Классификация Л.А. Йовайши

Литовский автор **Л.А. Йовайша** разделял все профессии по преимущественным профессиональным ценностям, таким образом, он выделил **6 сфер профессиональных интересов.**

1. **«Сфера искусства»** – профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью. Людей творческих профессий кроме специальных способностей (музыкальных, литературных, актерских) отличает оригинальность и независимость.
2. **«Сфера технических интересов»** – речь здесь идет о практических видах деятельности. Круг этих профессий очень широк – производство и обработка металла; сборка, монтаж приборов и механизмов; ремонт, наладка, обслуживание электронного и механического оборудования; монтаж, ремонт зданий, конструкций; управление транспортом; изготовление изделий.
3. **«Сфера работы с людьми»** – профессии, связанные с управлением, обучением, воспитанием, обслуживанием (бытовым, медицинским, справочно-информационным). Людей, успешных в профессиях этой группы, отличает общительность, способность находить общий язык с разными людьми, понимать их настроение, намерения.
4. **«Сфера умственного труда»** – профессии, связанные с научной деятельностью. Кроме специальных знаний такие люди обычно отличаются рациональностью, независимостью суждений, аналитическим складом ума.
5. **«Сфера физического труда»** – профессии, связанные с занятиями спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельностью, службой в армии. Все они предъявляют особые требования к физической подготовке, здоровью, волевым качествам.
6. **«Сфера материальных интересов»** – профессии, связанные с расчетами и планированием (бухгалтер, экономист); делопроизводством, анализом текстов и их преобразованием (редактор, переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (чертежник, топограф). Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности.

Рекомендуем вам пройти одну из методик: «Дифференциально-диагностический опросник» (ДДО) Е.А. Климова, «Опросник профессиональных предпочтений» (ОПП) Дж. Голланда, «Определение профессиональных интересов» Л.А. Йовайши. Это позволит Вам определить свой профессиональный тип и сделать первый шаг на пути профессионального выбора¹.

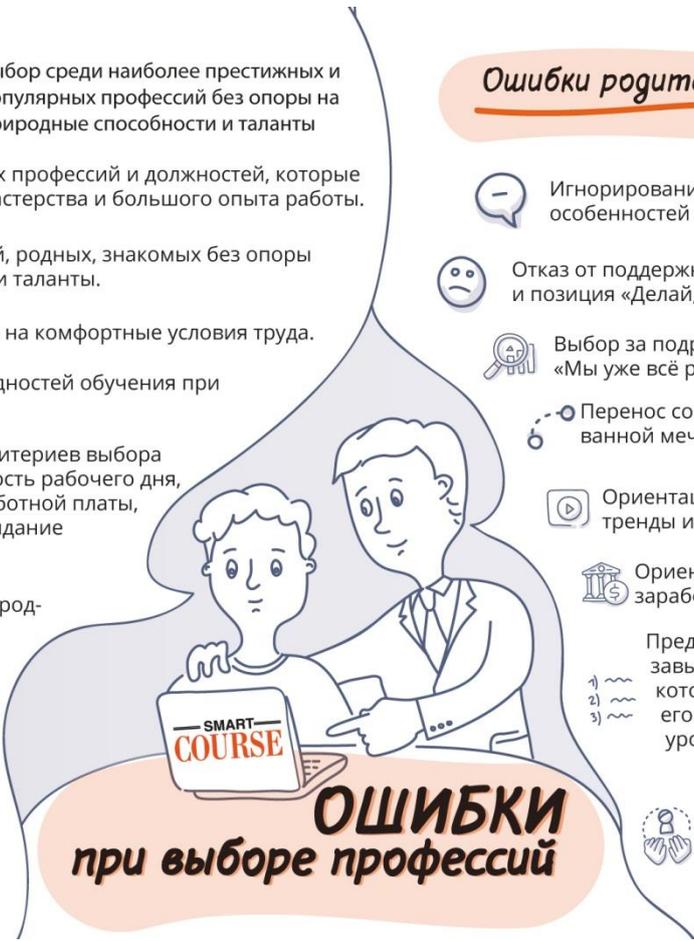
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ СТАРШЕКЛАССНИКОВ **Советы родителям: как помочь подростку в выборе профессии**

Ошибки подростков

-  Выбор среди наиболее престижных и популярных профессий без опоры на природные способности и таланты
-  Выбор высокооплачиваемых профессий и должностей, которые требуют высокого уровня мастерства и большого опыта работы.
-  Выбор профессии родителей, родных, знакомых без опоры на природные способности и таланты.
-  Ориентация исключительно на комфортные условия труда.
-  Снижение до минимума трудностей обучения при освоении профессии.
-  Плохое понимание своих критериев выбора профессии: продолжительность рабочего дня, место работы, уровень заработной платы, требования к здоровью, ожидание пользы и т.д.
-  Неумение оценить свои природные способности и мотивы.
-  Передача ответственности за выбор профессии родителям и знакомым.
-  Выбор за компанию, вместе с друзьями.
-  Перенос отношения к человеку на саму профессию.

Ошибки родителей

-  Игнорирование индивидуальных особенностей подростка.
-  Отказ от поддержки в процессе выбора и позиция «Делай, что хочешь».
-  Выбор за подростка и позиция «Мы уже всё решили».
-  Перенос собственной нереализованной мечты на жизнь подростка.
-  Ориентация исключительно на тренды и моду на профессии.
-  Ориентация на высокую заработную плату и льготы.
-  Предъявление к подростку завышенных требований, которые противоречат его способностям и уровню здоровья.
 - 1) ~~~
 - 2) ~~~
 - 3) ~~~
-  Отсутствие веры в готовность и способности подростка к самостоятельному выбору и позиция «Мал ещё».



ОШИБКИ при выборе профессий

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.

¹ http://resurs-yar.ru/shkolnikam_i_abiturientam/malaya_enciklopediya/mnogogrannyj_mir_professij_klassifikacii_professij/

- «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 интернет-сайты. Иногда в подобных изданиях ребенок находит профессию, о существовании которой он не догадывался (и даже не догадывались его родители!).

- **Понять**, когда ребенок говорит «я хочу быть...», что он может и что надо в данных обстоятельствах.

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

- **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 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 **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.
- 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.²

² <https://nsportal.ru/shkola/materialy-dlya-roditelei/library/2014/01/03/professionalnoe-samoopredelenie-starsheklassnikov>

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.



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.

1. Дайте своему ребенку право выбора будущей профессии.
2. В первую очередь найдите «золотую середину» между инициативой ребенка и вашим активным участием, между «Пусть все решает сам!» и «Что он без меня решит!» Различайте, что он уже может, а чему еще только учится.
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.