

Советы родителям по выбору профессии

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.

Для Вас, уважаемые родители, представлена информация по каждому из ключевых этапов профессионального выбора и рекомендации, 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.

Типичные ошибки при выборе профессии:

- Выбор профессии «за компанию». Часто молодой человек или девушка, не знаящие 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 в избранной профессии. Необходимо знать и учитывать особенности организма подростка, условия, в которых придется работать, иначе его может ожидать

разочарование или ухудшение состояния здоровья. Ряд профессий предъявляют очень высокие требования к физическому здоровью, а для некоторых профессиональных занятий существует ряд строгих медицинских критериев профессиональной пригодности (например, хорошее зрение для повара, кондитера, 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 психологи, 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 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 хорошо 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.

Родителям не нужно забывать о потребностях, интересах, способностях своих детей. Можно помогать, но не заставлять. Для принятия реалистичного решения о выборе профессии необходимо проанализировать следующие факторы:

Первый фактор – «Хочу»

Помочь подростку оценить его интересы и склонности, выяснить, какие профессии ему нравятся, представляет ли он, чем хотел бы заниматься каждый 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»

Узнайте, будет ли востребована выбираемая профессия на рынке труда и где можно получить профессиональное образование по избранной специальности.

1. Обозначьте несколько альтернативных вариантов профессионального выбора.
2. Оцените вместе с подростком достоинства и недостатки каждого варианта.
3. Исследуйте шансы его успешности в каждом выборе и просчитать последствия каждого варианта.
4. Продумайте вместе с ребенком запасные варианты на случай затруднения в реализации основного плана.

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, вступительными экзаменами. В этом вам могут помочь информационные справочники для абитуриентов, встречи с представителями учебных заведений на профориентационных мини-ярмарках, проводимых Центром занятости населения, Дни открытых дверей, ежегодно организуемые учебными заведениями.

3 этап

Поступление в учебное заведение

Когда вся необходимая информация собрана, шансы оценены, 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 подготовленный 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, следует 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.

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

Первое, что необходимо знать, - это физиологические спады и подъемы, говоря проще, когда усталость объективно обусловлена, и действительно нужно отдохнуть, а когда наиболее благоприятное время для занятий.

Существуют регулярные колебания дневной работоспособности:

— физиологические подъемы: 5 ч., 11 ч., 16 ч., 20 ч., 24 ч.;

— физиологические спады: 2 ч., 9 ч., 14 ч., 18 ч., 22 ч.

К сожалению, ни один человек не может избежать чувства усталости и напряжения. Но уменьшить его, сделать легко переносимым, можно и нужно. Для снятия напряжения незаменима вода. Можно посоветовать уставшему ребенку встать под душ с теплой водой и расслабиться. Предложить мысленно выполнить упражнение: «Представь, что поток воды уносит с собой твою усталость и напряжение, почувствуй облегчение, сделай напор воды более сильным, а саму воду – более прохладной. Теперь ощути, как каждая струйка наполняет твоё тело энергией и силой».

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».

И последнее, организуйте своему ребенку в период подготовки к экзаменам регулярное 3 – 4-разовое питание. Мы не откроем ничего нового, если скажем, что именно в этот период в рационе особенно важны овощи и фрукты. Нужно заменить конфеты и булочки на яблоки, гранаты, орехи, изюм. Очень благотворно на работу мозга влияет фосфор, т.е. употребление рыбы, сыра, бобовых, молочных продуктов. Теплое молоко с медом перед сном действует лучше всякого снотворного. Вместо кофе и чая лучше пить соки, компоты или молоко.

4 этап

Подготовка будущего профессионала

Итак, необходимый результат достигнут, и ребенок стал студентом. Начало процесса обучения – это начало самого важного этапа – подготовки будущего профессионала, который должен быть готов выдержать острую конкуренцию за право получения хорошей работы.

Как родители могут помочь ребенку, ставшему студентом? Необходимо понять, что, обучаясь в учебном заведении, молодой человек в то же время готовится к поиску работы. Как правильно это сделать?

— Оценить свои навыки, способности, сильные стороны.

- Поставить определенную и реальную цель, составить четкое представление о том, какую работу и на каких условиях он хотел бы иметь.
- Соотнести свои возможности с требованиями рынка труда по его специальности.
- Подготовить информацию о себе, составить резюме.
- Определить сферы деятельности и предприятия, где может быть подходящая работа.
- Подготовиться к собеседованию с работодателем.
- Осуществлять активный поиск работы.
- Пройти испытательный срок, заключить трудовой контракт, и начать работу в организации.

Сформировать четкое представление о работе, которую хотел бы получить молодой человек, поможет совместный анализ его предпочтений, который полезно проводить на протяжении всего периода обучения студента. Какие предметы и спецкурсы вызывают наибольший интерес? Какие аспекты изучаемых дисциплин привлекают повышенное внимание – теоретические, исследовательские, прикладные?

Помогите, если это возможно, при организации производственной практики. Ее роль в ходе обучения бесценна:

- она дает представление о содержании и условиях работы;
- предоставляет опыт, который можно анализировать: что получается лучше, и почему? В чем затруднения, и какими причинами они обусловлены? Как преодолеть трудности и развить необходимые для работы умения?

Если практикант проявит себя как перспективный работник и удовлетворит строгим требованиям работодателя, это может стать впоследствии вариантом постоянного трудоустройства.

К моменту окончания учебного заведения молодой человек должен сформировать четкие цели поиска работы и представление о том, как они могут быть реализованы, какие дополнительные навыки он должен для этого получить, какие умения развить, какие профессионально важные качества приобрести.