Рассмотрено на районном профессиональном объединении педагогов социально-психологического направления протокол от 13.10.2020

Рекомендации по профориентации для учащихся и родителей

У меня растут года, будет мне семнадцать. Где работать мне тогда? Чем заниматься? Люди старшего поколения хорошо помнят эти стихи В. Маяковского. В своем детстве они впитывали слова классика и задавались этим непростым вопросом Кем быть? Столяр, инженер, врач, кондуктор, летчик, матрос… советская действительность диктовала свои условия и выбор у тогдашних подростков был невелик. Однако, дети выросли, реализовались в своих профессиях, воспитали собственных детей и теперь вновь перед ними замаячил вопрос Кем быть? Кем быть сыновьям и дочкам? Как выбрать профессию ребенку? Куда отправить учиться чадо после школы? Приступая к разговору о том, что родители могут сделать для успешной профориентации своих детей, приведу строки , которые заканчивают стихотворение В. Маяковского Кем быть? Книгу переворошив, намотай себе на ус – все работы хороши, выбирай на вкус!

Итак, вашему ребенку 15 или 17 лет. У него самого есть какое-то видение будущего, а возможно нет. Ребенок переживает непростой период в своем развитии. Он сам не всегда способен адекватно оценить свои способности и пристрастия. Родитель может помочь. Но очень важно, чтобы родительская помощь была ненавязчивая, своевременная и мудрая. Для этого я приведу небольшой перечень советов, что нужно делать родителям подростков для того, чтобы выбранный путь профессионального развития стал первой ступенью на пути к успеху в жизни.

1. Относитесь к своему ребенку, как ко взрослому человеку с уважением его личной свободы и права на собственный выбор. Объясню, что это значит. Важно разграничить понятия «свобода» и «произвол». Свобода рождается из доверия, а произвол из попустительства и безразличия. Ребенок, который видит, что ему доверяют, в большинстве случаев будет ценить это доверие и постарается соответствовать «взрослым» правилам жизни. Если, в течение всего детства вы воспитывали в ребенке личность, то он естественным образом примет ответственность за свою жизнь и тем самым вступит в эру взросления. Главное помнить — ваш ребенок это уже не крохотный несмышленый комочек, это человек, который унаследует ваш мир.

2. Регулярно просматривайте списки вакансий. Изучайте тенденции в развитии экономики, науки и техники. За последние 20 лет, мир настолько изменился, что многие просто не успевают уследить за тем, как канули в лету востребованные в пору юности сферы деятельности и появились новые, доселе невиданные профессии с труднопроизносимыми названиями. Но

реальность такова, что наши дети будут ориентироваться на более наукоемкие информационные технологии, которые затронут все сферы жизни. Необходимо иметь представление о них.
3. Забудьте слово «династия». Этот совет касается вашего и только вашего отношения к династичности своей профессии. Если ребенок сам захочет идти по вашим стопам — честь ему и хвала. Но навязывать ребенку неизбежность вашего выбора — это уже насилие над личностью. Если вы в самом деле желаете передать свои знания и умения ребенку, нужно вдохновить его собственным энтузиазмом, поделиться с ним той любовью, которой вы наполняете свое дело. И пусть он сам примет решение, пойдет ли он по стопам родителя или выберет другой путь. Также не стоит навязывать детям свои несбывшиеся мечты. Хотя рассказать о них стоит. Как знать, может вы сами того не ведая, в юности приоткрыли дверь в самореализацию своего ребенка.
4. Внимательно и некритично оцените успеваемость вашего ребенка. Здесь ключевое слово «некритично». У среднего учащегося в табеле можно заметить группу предметов на которые оценки ниже, чем по остальным дисциплинам. По этому критерию можно судить о том, кто растет в вашей семье — гуманитарий или математик. Бывают ситуации, когда все предметы отмечены невысокими оценками, а физкультура или музыка, а может иностранный язык — отлично. Это наиболее ясный сигнал для мам и пап о том, какими способностями наделен ребенок. Развивая эти способности вы сможете увидеть будущую профессию ребенка, даже если вы не готовы к этому. Поверьте, что рок-музыкант это тоже работа. И наиболее яркие звезды в свое время отнюдь не блистали успеваемостью по всем предметам кроме музыки.
5. Вспомните вредные привычки, за которые вы ругаете ребенка. Это странный совет, но следуя ему, вы заметите такие склонности сына или дочки, которые в дальнейшем могут стать не просто профессией, а любимым делом. Ваша дочь слишком много болтает по телефону и ей все подружки «плачут в жилетку»? — возможно в вашей семье растет хороший психолог. Ваш сын постоянно сидит за компьютером? — возможно это будущий программист закладывает базис новых открытий. Ребенок без ума от кинофильмов? — а ведь может оказаться, что он станет кинорежиссером или оператором. Девочка крутится перед зеркалом? — присмотритесь повнимательнее, у нее есть все шансы стать неплохим модельером или стилистом.

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ Что могут сделать родители, чтобы помочь ребенку выбрать профессию?

Чаще всего родители спрашивают нас о двух вещах: как связаны с профориентацией **психологические тренинги** и как могут помочь мамы и папы своим детям в выборе будущей профессии. Диана Сапегина, психолог проекта АРТ Личность, считает, что специалисты и родители должны работать вместе. И написала об этом статью, которую мы приводим ниже.

"К моменту, когда встает проблема выбора, в 15-17 лет, молодые люди имеют очень смутные представления о себе, они еще мало в чем успели себя попробовать. Так же мало подростки знают и о различных специальностях, чаще всего их представления поверхностны. В этом возрасте их больше занимают вопросы взаимоотношений со сверстниками, а не будущая работа, которая кажется мифически далекой.

Получается, что один из самых важных выборов в своей жизни молодые люди делают, руководствуясь случайными обстоятельствами, иногда значимыми, но не имеющими никакого отношения к грамотному выбору профессии.

Родители могут позаботиться о том, чтобы ребенок был достаточно взрослым к моменту выбора. Ощущал свою независимость в делах, мыслях, поступках. И действовал исходя из внутренних убеждений и критериев, а не опираясь на внешние. Чтобы имел сформированные идеалы, знал к чему будет стремиться. Был способен принимать решения самостоятельно. Спокойно и позитивно относился к своему будущему. Для этого нужно быть всего лишь достаточно хорошими родителями, слушать и слышать своего ребенка, любить его.

Во-вторых, мамы и папы могут создать условия для того, чтобы ребенок узнал свои способности и ограничения. Смог попробовать различные занятия, понял, что ему нравится делать, что у него хорошо получается, а что нет. Часто приходится слышать от родителей, что им надоело, когда ребенок постоянно бросает кружки, дополнительные занятия. Они хотят, чтобы он с малых лет выбрал себе путь и планомерно двигался к определенной цели. Но это ошибка. Слишком велик соблазн идти по пути наименьшего сопротивления, заниматься преимущественно тем, что хорошо получается. В результате может получиться так, что имея отличные успехи в математике, ребенок может оказаться слаб физически или совершенно не сведущ в литературе. Еще хуже, если он окажется не приспособлен к социальным контактам со сверстниками, и у него возникнут проблемы в общении.

Поэтому здорово, если ребенок во многом себя пробует – и спорт, и музыка, и живопись. Ходит в туристический походы и в литературный или биологический кружок. И не стоит огорчаться, если сын или дочь начинает чем-то заниматься, а через год бросает и переключается на другое. Ведь в этом поиске он многое узнает о себе и о мире профессий

Единственным условием должно быть прохождение полного цикла каждого вида деятельности. Если это спорт, то от тренировок к первым соревнованиям, если музыка или танцы, то от разучивания танца или музыкального произведения к концерту. Это важно, потому что человек должен понимать, что привлекательные стороны профессии появляются не сразу, до этого необходимо выдержать время рутины. Ребенку необходимо пройти хотя бы один полный цикл обучения определенному делу, чтобы отличить отсутствие желание заниматься именно этой работой, от отсутствия желания вообще прикладывать какие-либо усилия.

Работа с психологом помогает подросткам заметно облегчить трудоемкий процесс **выбора профессии.** А главное, сделать его гораздо более точным. Вот как это происходит.

Психологические тренинги помогают подросткам обрести готовность к выбору профессии. Дети участвуют в специально смоделированных коммуникативных и ролевых играх. Это позволяет им настроиться на самопознание, увидеть свои личностные особенности, получить доступ к своим желаниям, поверить в то, что можно добиться намеченных целей, если захотеть. Во время упражнений ребята могут не только узнать о себе новое, но и улучшить свои навыки взаимодействия с другими людьми, понять свои ошибки и исправить их.

Дети пробуют себя в разных ролях и в разных видах деятельности. Иногда им приходится брать на себя функцию лидера, иногда учиться играть второстепенную роль. Пробовать договариваться в конфликтной ситуации. Планировать и реализовывать свои проекты. Создавать нечто новое, искать внутри себя творчество.

И в результате мы можем увидеть:

- Способен ли подросток отвечать за свои поступки?
- Какую позицию он чаще всего занимает в группе, как общается с окружающими?

Насколько он склонен к самоорганизации, может контролировать свои желания и чувства?

Есть ли у него организаторские, лидерские, творческие способности?

Какова его работоспособность в различных условиях?

Специальные диагностические методики позволяют выявить способности, интересы, склонности участника. Узнать его особенности мышления, памяти, внимания. Получить представление о его эмоционально-волевой системе, личностных качествах.

Такое сочетание методов позволяет проверять данные тестов непосредственно наблюдением за поведением ребенка в группе и составлять более объективный портрет его личности. Кроме того, тут же сверять его с представлением самого человека о себе. А после этого самому подростку становится намного понятнее, какая деятельность будет для него наиболее подходящей.

В начале и в конце программы мы проводим консультации с родителями. Они индивидуальные, отдельно с каждой семьей. Консультация перед тренингом нужна для того, чтобы узнать у родителей их представление о ребенке, его привычках интересах. Услышать их пожелания и ожидания от тренинга. Помимо групповых целей, существуют индивидуальные запросы каждого ребенка. И специалист, работая с группой в целом, помогает каждому участнику получить помощь в рамках его индивидуального запроса.

Консультация после тренинга помогает родителям лучше увидеть возможности ребенка и его дальнейшие шаги в выборе профессии, обсудить возникающие вопросы с психологом и вместе разработать дальнейший план действий

Подводя итог, следует отметить, что для того, чтобы сделать правильный выбор, человек должен хорошо знать:

- чем он хочет заниматься, что ему нравится делать
- какими способностями он обладает, что он может делать
- и насколько та профессия, которой он предполагает заниматься востребована на рынке труда.

Все это можно понять, только опытным путем, участвуя в тренингах, пробуя разные специальности, общаясь с представителями различных профессий. Чем больше активности подросток будет проявлять в поиске подходящего дела, тем более продуманным и стабильным будет его выбор".

Что нужно знать при выборе учебного заведения?

Вместе, но не вместо

Всем родителям хочется обеспечить благополучное будущее своим детям. Мы хотим, чтобы они получили надёжную, уважаемую, высокооплачиваемую профессию. Кроме того, у нас есть определённые представления о характере и склонностях наших детей. И мы стремимся поделиться с детьми нашим жизненным опытом, нашими представлениями о том, какой жизненный путь будет для них предпочтительнее. Кто-то из нас считает, что выбор профессии целиком зависит от самого подростка, кто-то стремится показать преимущества и недостатки той или иной работы. Кто же несёт ответственность в таком непростом деле, как выбор будущей профессии?

Для родителей важно 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 ребенок 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. В психологии не случайно существует термин «профессиональное самоопределение». Важно, чтобы у подростка сложилось ощущение, что сделанный им выбор профессии – это его самостоятельный выбор. Дело в том, что выбор подразумевает ответственность за его последствия. Кто выбирает, тот и отвечает. И если подростку кажется, что профессию он выбрал не сам, то он и учится не для себя. Учёба его тяготит, он воспринимает её как скучную, тягостную обязанность. И наоборот, само ощущение, что данную профессию подросток выбрал сам, значительно стимулирует его к продвижению по пути профессионального развития.

Профессиональное самоопределение - событие, которое часто в корне меняет все течение жизни, затрагивая все ее сферы. Любимая работа - важнейшая составляющая жизни. Заниматься в жизни любимым делом – значит, жить в согласии с собой. Люди, нашедшие «свою работу», могут четко осознавать: «Я на своем месте, это верно сделанный выбор». И выбор должен осуществить именно тот, кому дальше жить с этим выбором, то есть, сам подросток.

Возможно, выбранную вами профессию можно получить в нескольких учебных заведениях. В таком случае возникает проблема выбора учебного заведения. Правильный выбор можно сделать, узнав все об этих учебных заведениях. Собирая информацию об учебном заведении, следует получить ответы на следующие вопросы:

• Какой уровень образования позволяет получить учебное заведение (профессионально-техническое, среднее специальное, высшее)?

• По каким специальностям и специализациям осуществляется профессиональная подготовка?

• Какая квалификация присваивается по окончании учебного заведения?

• Каковы предоставляемые формы обучения (дневная, вечерняя, заочная)?

Платное или бесплатное обучение? Размер оплаты?

• Какие требования предъявляются к поступающим (возраст, состояние здоровья, пол, уровень образования)?

• Каков порядок приема в учебное заведение (сроки подачи документов, сроки сдачи экзаменов, льготы поступающим)?

• Какова продолжительность обучения?

• Оказывает ли учебное заведение помощь в трудоустройстве выпускников?

• Есть ли подготовительные курсы. Когда они начинают работать и какая оплата?

• Когда проводятся «Дни открытых дверей» в учебном заведении?

• Адрес учебного заведения и его полное название?

Памятка выбирающему профессию

Выбор профессии — сложный и ответственный шаг в твоей жизни. Не предоставляй выбор своей будущей профессии случаю. Пользуйся информацией профессионалов. Профессию надо выбирать обдуманно, с учетом своих способностей, внутренних убеждений (только равнодушные идут куда придется), реальных возможностей, взвесив все «за» и «против».

С ЭТОЙ ЦЕЛЬЮ:

• Изучи глубже самого себя: разберись в своих интересах (что тебе интересно на уровне хобби, а что может стать профессией), склонностях, особенностях своего характера и физических возможностях.

• Подумай, какие у тебя сильные и слабые стороны, главные и второстепенные качества.

• Ознакомься с профессиями, которые соответствуют твоим интересам и способностям. Прочти побольше книг, статей, журналов. Наметь предварительно избираемую профессию или группу родственных профессий.

• Побеседуй с представителями избираемых профессий, постарайся побывать на рабочем месте этих специалистов, ознакомься с характером и условиями труда. Продумай, как, где и когда можно попробовать свои силы в этом деле практически и — действуй!

• Ознакомься с учебными заведениями, в которых можно получить избранную профессию.

• Сопоставь свои личные качества и возможности с характером той профессии, которую ты выбрал.

• Приняв решение, не отступай перед трудностями. Будь настойчив в достижении намеченных целей.

ЖЕЛАЕМ УСПЕХА!

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.