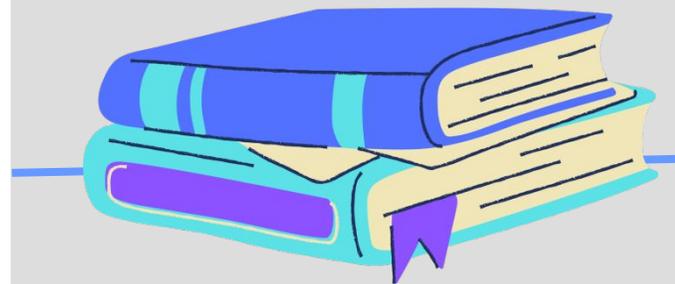


# Как помочь ребёнку выбрать будущую профессию?

ГБУ ДО ЦППМСП Московского района  
педагог-психолог Фёдорова Оксана Владимировна  
педагог-психолог Соломина Наталья Александровна



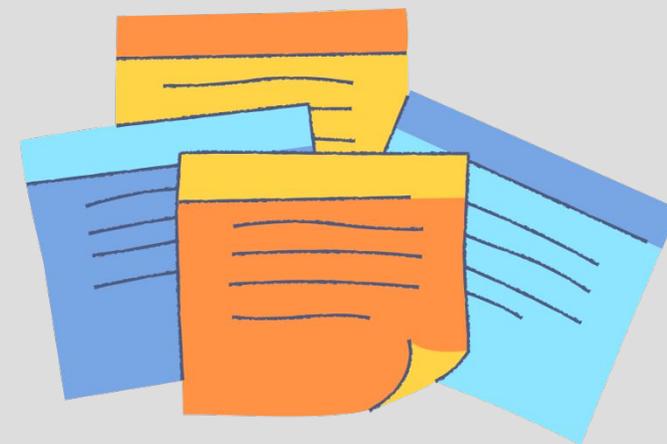
# Выбор профессии - дело серьезное!

В мире существует более 50 тысяч профессий...



## Причины, по которым подросток ещё не сделал выбор будущей профессии :

- ◆ Ребенок не знает себя, своих возможностей и на что он способен
- ◆ У ребенка нет понимания глобальных целей на жизнь (чего он хочет добиться)
- ◆ Навязанное мнение родителей, родственников, друзей, педагогов, СМИ Желание угодить: родителям, уважаемым родственникам, друзьям, противоположному полу (повысить свою привлекательность)
- ◆ Не может выбрать между несколькими профессиями
  - Сложность заключается в том, что подростки не знают профессию, которая бы отвечала их талантам и способностям



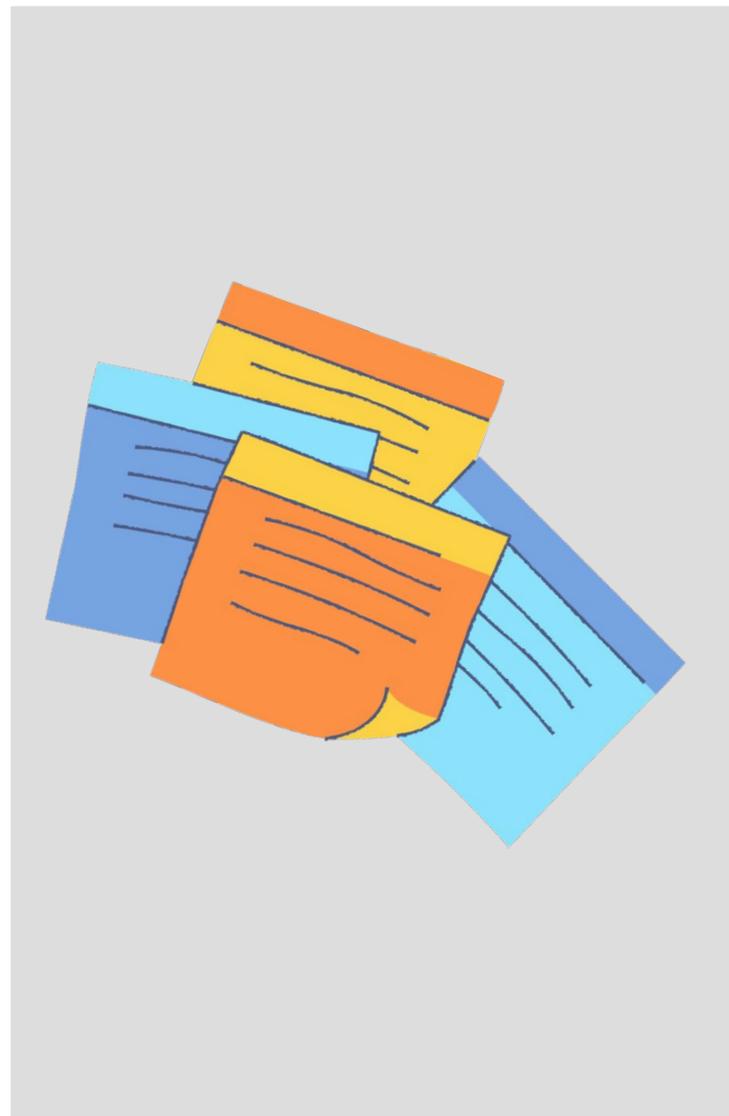
# Причины, по которым подросток ещё не сделал выбор будущей профессии :

## ◆ Родитель не уверен в выборе ребёнка

- подросток не может грамотно аргументировать свой выбор и убедить в нём родителя;
- родитель не до конца знает, на что способен ребёнок;
- родитель не уверен, что его ребёнок знает себя и на что он способен

## ◆ Подросток ничего не хочет (некоторые причины почему подросток ничего не хочет):

- недостаток информации о профессиях;
- к мнению ребёнка редко прислушивались, он не привык осуществлять выбор в чем либо;
- страх признаться родителям о том, какая профессия нравится;
- протест против переезда в другой город на обучение



## Причины, по которым подросток ещё не сделал выбор будущей профессии :

- ◆ Способ привлечь к себе внимание
- ◆ Отсутствие поддержки
- ◆ Физиологические особенности
- ◆ Страх перед будущим
- ◆ Страх совершить ошибку, подвести кого-то. От этого «неприятное» решение затягивается на неопределённый срок



# Основные позиции родителей в отношении выбора профессии ребёнка:

## Позиция невмешательства

Родители предоставляют ребёнку полную свободу выбора, в его решение не вмешиваются. Фактически это уход от решения вопросов и самоустранение

## Авторитарная позиция

Родители подавляют инициативу ребёнка, считая, что он в силу своей неопытности, незрелости просто не в состоянии еще решать столь сложный и ответственный вопрос как выбор профессии. При этом индивидуальные особенности ребенка мало учитываются

## «Противодействие выбору»

Родители не согласны с выбором ребенка, поскольку знакомы с этой профессией по своему личному опыту

## Авторитетная позиция

Родители стараются помочь ребёнку в выборе будущей профессии, учитывая их индивидуальные психологические, физиологические особенности. Они принимают активное участие в его решении, но при этом не проявляют авторитарности: прежде чем высказать собственное мнение, внимательно выслушивают мнение ребенка.

# Помощь подростку на пути его профессионального самоопределения

## Рекомендация 1 :

Первая и самая важная рекомендация для Вас – **окажите своему ребенку эмоциональную поддержку!**

Ваша любовь и внимание очень нужны ему, даже если ребенок и не спешит Вам в этом признаться.

### Как подросток поймет, что Вы его поддерживаете:

- Не «давите» на него с выбором профессии, не заикливайтесь на обсуждении этой темы, **помните о важности доверительных бесед на другие темы** (о его самочувствии, настроении, интересах, хобби, друзьях и т.д.), особенно в этот непростой период.
- **Выражайте вербально свою любовь и поддержку** через фразы: «Ты справишься со всеми трудностями», «Помни, я рядом и готов тебя выслушать, когда ты сам захочешь что-либо обсудить», «Я люблю и ценю тебя» и др.
- **Помните о физических проявлениях своей поддержки:** просто посидеть рядом с ребенком за одним столом за завтраком, объятия, поцелуи.



# Помощь подростку на пути его профессионального самоопределения

## Рекомендация 2 :

Давать возможность свободы выбора. Поддерживать стремление, потребность, желание, интерес ребенка, посещать кружки, мастер–классы, секции различных сфер деятельности.

Если ребенку интересно исследовать какую-либо область науки, вид спорта, рукоделие и тому подобное, то важно дать этому интересу место в жизни ребенка, помочь ему его реализовать. Ведь понимание самого себя, своих интересов и возможностей закладывает прочный фундамент для верного выбора профессии в будущем, помогает понять «что моё», а что «не моё». **Давая возможность самостоятельного выбора, у ребенка формируется социальная ответственность**, которая в дальнейшем поможет ему в принятии решения в выборе своего профессионального пути



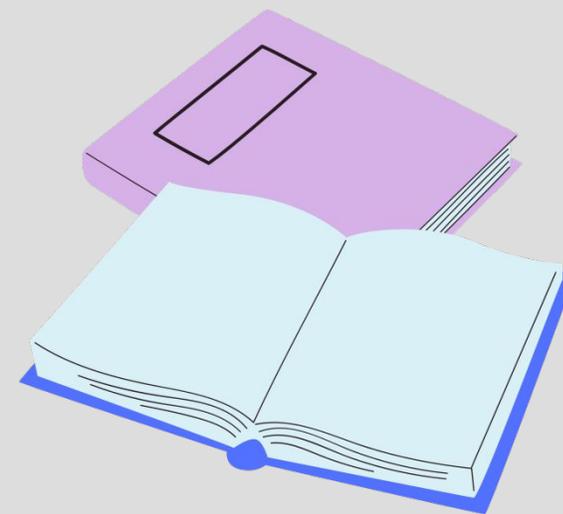
# Помощь подростку на пути его профессионального самоопределения

## Рекомендация 3:

### Поощряйте в ребенке его самостоятельность!

Эта рекомендация перекликается с предыдущей. Остается только добавить, что подростку крайне важно, чтобы ему доверяли, особенно самые близкие люди!

Помните, сделать окончательный выбор в своей будущей профессии должен он сам! Ваш ребенок навсегда останется для Вас вашим ребенком, но очень важно постепенно отпустить его во взрослую жизнь. И только так ребёнок не будет обвинять родителей, если что-то пойдёт не так, или думать, что он упустил жизненно важный шанс при выборе профессии.



# Помощь подростку на пути его профессионального самоопределения

## Рекомендация 4:

### Старайтесь выражать критические замечания конструктивным способом!

Помните, когда наступает временная фаза «Выбора профессии», подросток чаще всего находится в состоянии тревоги, внутреннего волнения. В такие моменты подростки еще более ярко реагируют на наши советы и высказывания в свой адрес.

Типичные фразы	Тот же смысл, но другая форма
Ты должен учиться!	Думаю, в учебе ты можешь достигнуть хороших результатов
Ты должен слушать учителей и родителей!	Ты знаешь, анализ мнения окружающих помогает расширению нашего кругозора
Ты должен думать о будущем!	Каким ты видишь свое будущее?



# Помощь подростку на пути его профессионального самоопределения

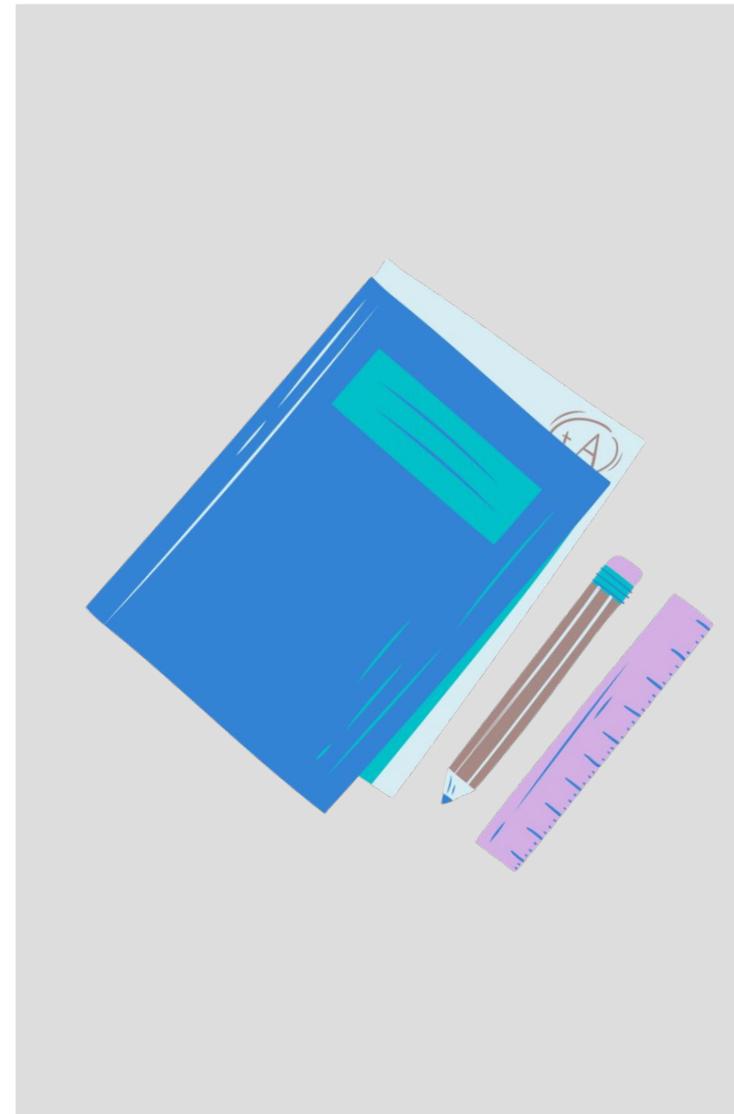
## Рекомендация 5:

Старайтесь принимать своего ребенка, таким, какой он есть; а значит и выбор его профессии, даже если Вам не нравится этот выбор. Проявите доверие к своему ребенку!

- **Практический совет.** Предложите составить вместе с ним список «плюсов» и «минусов» выбранной им профессии.

Так, если подросток согласится, Вы сможете мягко и конструктивно выразить свои критические замечания. Позвольте ребенку **самому решить**, при этом, прислушиваться ему к этим замечаниям или нет. И если он отказывается признать то, что, **по Вашему мнению**, данная профессия ему не подходит – отпустите ситуацию, мысленно сказав себе, что Вы попробовали изменить ситуацию.

- **Позвольте Вашему ребенку принимать решения самостоятельно**, методом собственных проб и ошибок, и вероятно, он обязательно скажет Вам за это спасибо в будущем!



# Помощь подростку на пути его профессионального самоопределения

## Рекомендация 6 :

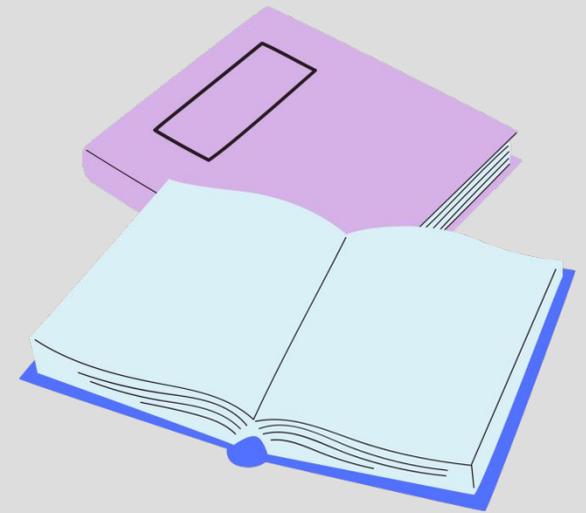
Расскажите ребенку о сайтах по поиску работы, таких как Superjob или HeadHunter

С помощью данных платформ подросток сможет **самостоятельно посмотреть**, насколько востребована на данный момент потенциально выбранная им профессия, какие требования предъявляет работодатель к соискателю по той или иной профессии, какая на данный период времени у этой вакансии средняя заработная плата, на какие предприятия подросток сможет устроиться на работу в будущем.

## Рекомендация 7:

**Покажите подростку при его желании заинтересовавшую его профессию «изнутри»**

- **При возможности, если у Вас есть знакомые той профессии, которую потенциально выбрал Ваш ребенок, попросите их рассказать ему о специфике своей профессии из первых уст, раскрыть «тонкости своей работы».**
- **Лучше на этапе выбора познакомиться с интересующей профессией поближе, чем потратить несколько лет на обучение, а потом столкнуться с конфликтом ожидания и реальности**



# Помощь подростку на пути его профессионального самоопределения

## Рекомендация 8.

Говорите на одном языке с Вашим ребенком!

Во время бесед на тему выбора профессии используйте интернет-ресурсы, которые помогут подростку в профессиональном самоопределении современным способом!

- <https://smartia.me/professions/> (просматривая данный сайт, проходите по вкладкам и узнавайте о профессиональных умениях и различных видах профессий)
- <https://profilum.ru/professions> (здесь Вы можете познакомиться с каталогом профессий, узнать какие профессиональные навыки необходимы в освоении этой профессии и увидеть примерный средний доход в данной сфере деятельности)
- [http://www.profvibor.ru/catalog/index.php?sort=name&order=desc&SECTION\\_ID=132](http://www.profvibor.ru/catalog/index.php?sort=name&order=desc&SECTION_ID=132)  
(Здесь можно найти статьи на тему профориентации, пройти профдиагностику онлайн)



**ПОЛЕЗНЫЕ  
САЙТЫ ПО  
ПРОФОРИЕНТАЦИИ:**

<https://bilet.worldskills.ru>

<https://www.ucheba.ru>

<https://postupi.online>

<https://spb.proforientator.ru>

<https://времякарьеры.рф>

<https://www.proftime.edu.ru>

[www.profvibor.ru](http://www.profvibor.ru)

<https://proektoria.online/>



**Список бюджетных  
организаций, в  
которые Вы можете  
обратиться за  
профорientационной  
поддержкой**

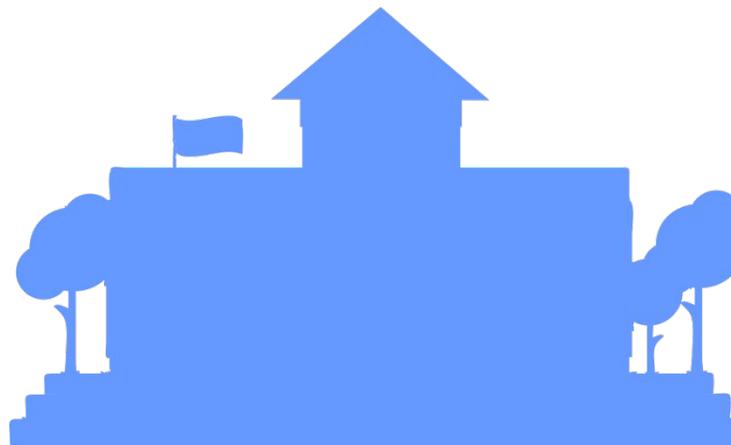
**1) ГБУ ДО ЦППМСП Московского района Санкт–Петербурга  
+7 812 246-20-55, +7 951 647-07-24**

**2) ГБУ ДО ЦДЮЮТТ Московского района Санкт-Петербурга  
+7 812 708-59-41, +7 812 708-59-96**

**3) ГБУ ЦСЗПОМ «Вектор»  
+7 812 314-72-45, +7 812 312-11-12**

**4) ДУМ. Городской Центр содействия профессиональному  
самоопределению детей и молодежи  
+7 812 571-08-89, +7 812 315-86-90**

**5) Агенство занятости населения Московского района Санкт–  
Петербурга  
+7 812 320-06-54**



# Благодарим за внимание!

**Наши контакты:**

**Телефон:**

+7 (812) 246-20-55

**Электронная почта:**

[ppmsc-mosk@yandex.ru](mailto:ppmsc-mosk@yandex.ru)

**Сайт:** <http://cppmsp-mosk-spb.ru/>

**Группа ВК:** <https://vk.com/cppmspclub>

**Адрес:**

196070, г. Санкт-Петербург, пл. Чернышевского, дом 8,  
литера А

