

## «Первые шаги во взрослую жизнь» (профессиональное самоопределение)

*"Все наши мечты могут стать реальностью,  
если у нас хватит смелости следовать им до конца".  
Уолт Дисней*



Современный мир постоянно претерпевает различные изменения, которые затрагивают все сферы общества. Это верно и для современного рынка труда. Современный рынок профессий динамично меняется и подстраивается под экономическое развитие региона. Каждый год появляются новые профессии, которые требуют от людей получения новых знаний и навыков. Современному человеку самому необходимо держать руку на пульсе и прогнозировать все изменения, чтобы понимать, что может быть актуально через 5-10 лет.

Старшеклассникам приходится ориентироваться в различных профессиях. Перед ними более 150 новых интересных профессий, а выбрать надо одну, что совсем не просто, поскольку в основе отношения к выбору профессии лежит не свой собственный, а чужой опыт – сведения, полученные от родителей, друзей, знакомых, из телепередач, кино и Интернета. Этот опыт обычно абстрактен, не пережит, не выстрадан. Кроме того, нужно верно оценить свои объективные возможности – уровень учебной подготовки, здоровье, материальные условия семьи и, главное, свои способности и склонности.

Поскольку «мир труда и профессий» – одна из основных сфер взаимодействия человека и общества, то профессиональное самоопределение в юношеском возрасте - необходимое условие личностного и жизненного самоопределения.

Как же выбрать профессию? Трудно сделать выбор, если не знаешь с чего начать? Профессиональное самоопределение личности – сложный и длительный процесс, охватывающий значительный период жизни.

**Самоопределение** – это формирование человеком активной жизненной позиции, на основании которой он разрабатывает и реализует варианты возможных действий в конкретных жизненных ситуациях.

**Профессиональное самоопределение** – личный выбор человека в приобретении профессии и реализации себя на рынке труда. Самоопределение реализуется при тщательном анализе личных интересов, склонностей, способностей и талантов.



Профессиональное самоопределение тесно связано с жизненным самоопределением личности, так как непосредственно влияет на качество жизни человека, его самореализацию, чувство собственного достоинства и значимости в обществе.

В процессе формирования профессионального самоопределения современной молодежи можно выделить следующие этапы:

- этап фантазийный (соответствует дошкольному возрасту);
- этап предварительного выбора профессии (7-10 лет);
- этап пробного выбора профессии (11-14 лет);
- этап реального выбора профессии (15-17 лет);
- этап профессионального обучения и этап профессионализации.

На каждом из этапов профессиональное самоопределение характеризуется различной степенью сформированности.

Результатом процесса профессионального самоопределения в старшем школьном возрасте является выбор будущей профессии. Старшеклассник должен не просто представлять себе свое будущее в общих чертах, а осознавать способы достижения поставленных жизненных целей. Сам выбор дальнейшего профессионального пути – это и есть выход во взрослую жизнь.

В старших классах подростки начинают рассматривать учебу как необходимую базу, предпосылку будущей профессиональной деятельности. Наибольший интерес проявляют к тем предметам, которые будут важны в выбранной профессии. Значимым становится фактор успеваемости по этим предметам (если старшеклассники решили продолжить образование после школы). Существует тенденция, проявляющаяся в старших классах: чем ближе выпускные экзамены, тем чаще меняется уровень притязаний, а затем и пересмотр жизненных планов. Это может быть следствием разумного отказа от беспочвенных надежд, но может быть и страх перед решительным шагом – выбором профессионального пути. Поэтому важно знакомить юношей и девушек с конкретными примерами удачного или неудачного выбора профессии, оказавшего существенное влияние на весь жизненный путь человека.

## Какие факторы обуславливают выбор профессии

Правильный выбор профессии предполагает необходимость соотнесения знаний о себе со знаниями о профессиональной деятельности. Это и является основным составляющим процесса профессионального самоопределения на этапе выбора профессии. Хотя на практике оказывается, что интересы и склонности учитываются в последнюю очередь, а вот мнение родителей оказывает огромное влияние. Принято выделять следующие факторы, влияющие на выбор профессии:

- *Внешние факторы* подразумевают место профессии на рынке труда, заработную плату, мнение значимых людей, престиж профессии.



- *Внутренние факторы* подразумевают способности самого человека, который стоит перед выбором, кем стать.

*Внешние факторы*, влияющие на выбор профессии, характеризуются нестабильностью. Профессии, которые пользуются спросом на сегодняшний день, могут быть невостребованными через

некоторый промежуток времени. Безусловно, мнение и поддержка семьи важный момент при выборе профессии. Необходимо четко осознавать разницу между рынком труда, когда работали родители, и нынешним, о котором они, возможно, не полностью осведомлены. Можно воспользоваться Интернетом, почитать отзывы людей разных профессий или попросить знакомых людей поделиться своим опытом. Обсудить полученную информацию в кругу семьи.

*Внутренние факторы* – характер и личностные качества влияют на то, каким специалистом станет подросток. Не стоит окунаться с головой в медицину, если химия и биология являлись сложными и непонятными предметами. Хороший программист вряд ли получится из того, кто не особо понимал математику и информатику. Учитель без творческих способностей, любви к детям обрекает себя на душевное расстройство. Работа должна доставлять удовольствие и быть интересной и понятной для самого человека.

Правильный выбор профессии приносит огромное моральное удовлетворение, так как человек получает возможность в полной мере реализовать свой потенциал, ведь только занимаясь любимым делом, можно добиться жизненного успеха.

## Какова роль родителей в профессиональном становлении детей

Ошибки в определении критериев выбора будущей профессии допускают не только старшеклассники, но и их ближайшее окружение – родители. Часто *нереализованные желания* одного из родителей определяют направленность выбора профессии своего ребенка. Еще одно

распространенное заблуждение родителей – *игнорирование способностей своих детей*. Нельзя забывать, что человек вступает в мир как индивид, наделённый совокупностью природных свойств. Его способности формируются в деятельности, развиваясь на основе генетически определённых задатков.

В настоящее время установлено, что генотип определяет границы возможностей человека, которые он может достичь, теоретически, а среда и воспитание определяют, в какой мере эти возможности будут реализованы человеком практически. У многих старшеклассников *отсутствует представление о собственных способностях, не раскрыта область склонностей и интересов*. В этом случае нужно помочь им искать свои интересы и таланты.

Родители знают своего ребенка с пеленок. Они лучше всех могут охарактеризовать свою дочь или сына и сказать, в какой сфере их ребенок мог бы добиться успеха. Конечно, родители должны часто разговаривать с детьми об их будущем. Профессия играет очень важную роль в жизни человека, поэтому бросать ребенка один на один с выбором нельзя.

Профессиональное самоопределение – процесс важный, длительный, поэтапный. Знакомство с профессиями надо начинать еще в дошкольном возрасте. Задача родителей не навязывать подростку уже готовое решение, а помочь ему определиться самому.

Как это сделать?

**ШАГ 1.** *Составьте 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 в профориентации – 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.





**ШАГ 2.** *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. Задача родителя – выступить экспертом, поделиться той информацией, которой он владеет, рассказать, что представляет собой та или иная профессия, какие ограничения она накладывает. К профориентационной работе можно привлечь друзей и знакомых. Например, если ваше чадо подумывает, не стать ли ему инженером, а среди ваших знакомых как раз таковые имеются, то 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.

**ШАГ 3.** *Больше информации!* Активно (и вместе с ребенком!) собирайте информацию о рынке труда, о новых и перспективных специальностях. В этом могут помочь ежегодно выпускаемые справочники профессиональных учебных заведений, профессиональные журналы, а также Интернет-сайты, перечень которых вы можете найти на сайте Центра «Диалог» в разделе «Профориентация» – «Методическая копилка тьютора». Загляните вместе в «Атлас профессий» (<http://atlas100.ru/>). Иногда ребенок находит профессию, о существовании которой он не догадывался (и даже не догадывались его родители!).



**ШАГ 4.** *От слов - к делу.* Но не стоит ограничиваться только рассказами и разговорами. Все мы знаем, что подростки довольно скептически относятся к мнению взрослых. Гораздо важнее непосредственный опыт. Если ребенка заинтересовала какая-то профессия, предложите ему «прорепетировать» ее в профильном кружке, секции, практической работе летом и т.п.

**ШАГ 5.** *На экскурсию – в колледж, институт.* У вас есть отличная возможность вместе с ребенком познакомиться с мероприятиями городского профориентационного проекта «Профи-дебют: масштаб – город». Чем разнообразнее будут источники о профессиональном выборе (Интернет, пресса, разговоры со студентами и выпускниками и т.д.), тем больше информации об учебных заведениях получит старшеклассник и легче построит траекторию профессионального выбора. Подробную информацию о проекте можно найти на сайте Центра «Диалог» в разделе «Профориентация».

**ШАГ 6.** *Обсуждайте альтернативы.* Говоря с ребенком о будущей профессии, не останавливайтесь только на одном варианте. Как правило, сам подросток о запасном варианте не задумывается, поэтому для родителей важно поставить перед ним вопрос: что он будет делать, если ему не удастся реализовать намеченное?

Важно, чтобы выпускник понимал, что желаемый им уровень образования, например, высшее, может быть достигнут и ступенчатым путем: колледж – ВУЗ или совмещение работы с заочной формой обучения, или путем использования целевого направления на поступление от предприятия.

Наличие альтернативы позволяет снизить у ребенка напряжение и тревогу. Когда родители думают над тем, как ребенку определиться с выбором профессии, они часто забывают упомянуть о том, что *ситуацию можно всегда исправить*. Да, конечно, первые годы учёбы придётся посвятить изучению той профессии, которую ребенок выбрал. Но всё же есть возможность позже переучиться, получить дополнительную специальность и изменить направление деятельности. Объясните это ребёнку, так как данный вопрос может снять лишнее бремя ответственности выбора и избежать неприятностей в поведении старшеклассника.

**ШАГ 7. Предложите пройти профконсультацию.** Профконсультация – это помощь специалиста в профессиональном самоопределении, основанная на индивидуальном изучении личности. Она включает тестирование и беседу с психологом. Чтобы выбрать профессию, необходимо не только разбираться в мире существующих профессий, но, прежде всего, познать себя – свои личностные качества, способности, стремления. Ведь очевидно, что карьерных высот человек скорее добьется в том деле, которое, с одной стороны, ему интересно, а с другой – соответствует его способностям.

помните,  
это важное  
ребенка на  
жизнь.



Родители,  
выбор профессии –  
решение вашего  
пути во взрослую  
Поддержите его в  
Профессиональном самоопределении! Этим вы обеспечите его счастливую  
судьбу, финансовый достаток и успешную профессиональную деятельность!

*Информацию подготовили:  
педагог-психолог С.С. Ларюшкина,*

*методист Т.М.Р*