

## Как помочь ребенку выбрать профессию?



Образовательная система устроена так, что 17-летним подросткам приходится определяться с профессией, выбирать «дело всей жизни». Если у вас доверительные отношения с ребенком, он придет просить совета у вас.

Чтобы помочь ребенку определиться с профессией, нужно долго с ним разговаривать (без критики и негатива), вместе пытаться искать путь к успеху (и обсуждать, что вообще такое — успех), изучать перспективные профессии, спрашивать совета у специалистов, пробовать, ошибаться и считаться с мнением подростка, даже если оно отличается от вашего.

### Когда нужно начинать профориентацию?

В учреждениях образования вопросы профориентации начинают обсуждаться в 9 классе, **когда ребенку исполняется 14-15 лет**. А также в этом возрасте формируются представления о современном мире, профессиях и своих интересах.

### С чего начать родителю?

Лучше всего, если ребенок пройдет профориентационный тест совместно с психологом, для анализа результатов и обсуждения возможностей. Важно понимать, что ничего конкретного психолог не скажет, скорее это станет хорошим шагом к пониманию особенностей личности ребенка.

### «Если ребенок ничего не знает и не хочет...»

Не рекомендуется заставлять ребёнка поступать в ВУЗ ради корочки: если есть возможность, то лучше потратить пару лет на самоопределение, а потом найти подходящую профессию, поступив в университет осознанно. Оставайтесь поддерживающим и понимающим родителем. Помните, что жизнь сына или дочери не принадлежит вам, нельзя управлять абсолютно всем. Позвольте детям сделать выбор самостоятельно.

**Главное — не давите на ребенка и не принимайте решения за него. Не знать, кем ты хочешь стать, — нормально.**

Если у ребенка нет никаких предпочтений, можно остановить выбор на наборе специальностей широкого профиля с упором на коммуникативные навыки и soft skills, которые пригодятся в любой профессии.

### **«Выбор ребенка мне кажется неправильным...»**

К сожалению, когда вы не помогаете ребёнку сделать собственный выбор, а делаете выбор за него — особенно когда он уже определился с областью своих интересов, — вы создаете много потенциальных проблем и для себя, и для ребенка. В дальнейшем они будут связаны с чувством упущенных возможностей, неудовлетворенностью собой и профессией, обидой и чувством вины по отношению к родителям.

**Ребенок выберет путь практического применения своих навыков сам, когда понятия, которыми оперируете вы — стабильность, прибыльность, — станут ему доступны.**

На данный момент ваша главная задача — поддержка и помощь в определении направления, с помощью которого ребенок сможет раскрыть свой потенциал и обрести уверенность в себе.



### **Книги для подростков по теме самоопределения:**

#### **1. «Ты можешь больше, чем ты думаешь»**

Ученый Говард Гарднер рассказывает о восьми типах интеллекта. У каждого из нас развит тот или иной тип, и эти способности можно легко превратить в огромные таланты.

#### **2. «Почему я?»**

Эта книга написана Айджей Марок — ей 19 лет и она часто подвергалась гонениям в школе. Она рассказывает о том, как научиться принимать себя таким, каким есть, и как сделать так, чтобы насмешки одноклассников не сломали жизнь. Айджа рассказывает, как уже в раннем возрасте определиться с тем, чего ты хочешь и стать бесстрашным.

#### **3. «Гибкое сознание»**

Известный психолог Кэрол Дуэк создал революционную концепцию гибкого сознания. Иметь гибкое сознание — значит, иметь установку на рост. Сами по себе задатки не имеют никакой ценности. Ценности имеет только то, как ты их разовьешь и сможешь ими воспользоваться.

#### **4. «Ребенок-оптимист»**

Психолог Мартин Селигман и его коллеги более 30 лет изучали депрессию и пессимизм и выяснили, как сформировать правильное восприятие к жизни у человека в самом раннем возрасте. Эта книга поможет поменять отношение ко всему происходящему и стать более оптимистичным.

#### **5. «Мой ребёнок-интроверт»**



В этой книге вы найдете исследования по теме интроверсии, разнообразные примеры и советы, важные для достижения гармонии в семье. Благодаря опросникам вы сможете определить, где находится ваш ребенок по шкале интроверсии и экстраверсии, чтобы затем помочь ему использовать свои сильные стороны для достижения успеха в спорте, на учебе и в общении в мире экстравертов. Книга будет интересна родителям, учителям и психологам.

#### **6. «Гении и аутсайдеры»**

Эта книга обязательна к прочтению взрослым и подросткам. В ней журналист Малькольм Гладуэл делится исследованиями, которые стали известны во всем мире как «правило 10 000 часов».

#### **7. «Чего ты по-настоящему хочешь? Как ставить цели и достигать их»**

У тебя есть мечта? Сейчас самое подходящее время задуматься об этом, даже если тебе кажется, что постановка цели – не слишком приятное занятие и оно вполне может подождать до тех пор, пока ты не вырастешь. Приобрести цель – все равно что ответить на главный вопрос всей жизни: чего ты по-настоящему хочешь? Советы и вдохновляющие идеи из этой книги помогут тебе поставить перед собой цель и достичь ее!

## **Мотивирующие фильмы для подростков:**

### **1. «Вселенная Стивена Хокинга», Великобритания, Япония, 2014, 16+**

Мотивирующая драма, основанная на мемуарах Джейн Хокинг, бывшей жены известного ученого-космолога. Фильм показывает, как физика покоряется человеческой воле и мысли.

### **2. «Человек, который познал бесконечность», Великобритания, США, Сингапур, Индия, 2015, 12+**

Биографическая драма об индийском математике-самоучке Сринивасе Рамануджане. Герою приходится делать сложный выбор между семьей и работой. Также обаяние этой истории строится на истории крепкой дружбы двух разных по возрасту и по культуре ученых, объединенных общей страстью к математике.

### **3. «Мост в Терабитию», США, 2007, 0+**

Надежды ученика пятого класса Джесса Аарона стать самым быстрым бегуном в классе разбились после того, как новичок Лесли Берк одержала победу в соревнованиях.

Оснований для враждебности по отношению друг к другу у Джесса и Лесли более чем достаточно, и тем не менее между ними завязывается дружба.

### **4. «Добейся успеха», США, 2000, 12+**

Торренс (Кирстен Данст) становится новым лидером школьной группы поддержки. У девушки появляется множество новых обязанностей и проблем. Сможет ли она с ними справиться?

### **5. «Тренер Картер», США, Германия, 2005, 16+**

Фильм основан на реальной истории, происшедшей в 1999 году в Ричмонде, штат Калифорния. Тренер школьной команды по баскетболу Кен Картер принял в середине сезона беспрецедентное решение, запретив игрокам, не испытавшим еще ни одного поражения, выходить на площадку из-за низкой успеваемости в школе. В итоге команда пропустила две игры в чемпионате, а юным баскетболистам был закрыт доступ в спортзал до тех пор, пока они не стали хорошо учиться.