**Как помочь старшекласснику в профессиональном самоопределении?**

**Выбор будущей профессии** – это интересный момент жизни, и в то же время, как и любой выбор, приносящий волнения, сомнения, переживания и для ребенка, и для родителей. Ваша задача грамотно помочь ребенку в этом сложном деле, ведь выбор должен быть не только осознанным, но и соответствовать интересам и способностям ребенка.

**Почему ребенку нужна ваша помощь?**

Большинство детей в 14-16 лет еще психологически не готовы сделать выбор самостоятельно и многие испытывают страх перед необходимостью принятия решения и это естественно, так как вопрос очень важный и принятое решение повлияет на дальнейшую жизнь ребенка. Поэтому, учащемуся очень важно ощущать поддержку и сопричастность со стороны близких, он должен знать, что в любой момент может обратиться к вам за помощью.

Но не стоит полностью снимать с него ответственность за совершаемый выбор. Важно, чтобы у него сложилось ощущение, что это он так решил. Ведь если подростку кажется, что профессию он выбрал не сам, то и учится он не для себя, воспринимая учебу как скучную и тягостную обязанность. Мы должны помочь им в этом сложном деле, но не осуществлять выбор за них.

**В чем же может состоять ваша помощь и что важно учитывать?**

1. **Очень важно находить время для общения с ребенком по душам**, только так вы можете узнать о его мечтах, планах, интересах. При этом, конечно, важна ваша искренняя заинтересованность. При беседе постарайтесь не навязывать свое мнение, если советуете, то предлагайте несколько вариантов. А самое главное не высмеивайте мечты ребенка, какими бы нереальными они не были. Не обижайте его подобными реакциями, ведь это первый важный самостоятельный выбор в жизни ребенка. Позвольте ему быть уверенным в себе и доверять вам.
2. **Детям очень важен опыт своих родителей.** Расскажите, как вы выбирали профессию, чем при этом руководствовались, кто вам помог.
3. **Если вас огорчает профессиональный выбор вашего ребенка, не отговаривайте его и не запрещайте категорично, это приведет только к конфликту.** Действуйте конструктивно: постарайтесь выяснить, на чем основан его выбор, проанализируйте последствия этого решения: положительные и отрицательные. Объясните ребенку, что ответственность за принятое решение будет на нем.
4. **Если ребенок выбрал для себя какую-либо профессию, помогите ребенку проанализировать ситуацию** по следующей схеме: его внутренние резервы (способности, знания по предметам), внутренние помехи (что есть в ребенке такого, что может помешать осуществлению мечты: состояние здоровья, недостаточные знания, личностные особенности) и возможность преодоления этих помех, внешние благоприятные факторы (наличие поддержки в окружающем мире), внешние неблагоприятные факторы.
5. **Если старшеклассник не может определиться со своими планами, надо попытаться понять, с чем это связано**. Если он только мечтает, а ничего не делает, надо помочь ему составить конкретный план, обсудив, сколько времени у него есть и что необходимо успеть. Ребенок всегда выбирает только то, что знает, поэтому дайте ему как можно больше информации о различных профессиях, о его возможностях в жизни. Вероятно, для самоопределения ему не хватает именно этих знаний.
6. Многим подросткам трудно из-за робости и отсутствия необходимых навыков сделать какие-то конкретные действия, и в этом помощь родителей может быть незаменима. **Сходите с ним на день открытых дверей в разные образовательные учреждения**, изучите имеющиеся у них образовательные направления.
7. **Обсуждая будущую профессию, не зацикливайтесь на одном варианте, рассматривайте разные,** так как наличие альтернативы может снизить напряжение и тревогу у ребенка.
8. **Современные юноши и девушки при выборе профессии ориентируются на следующие факторы:** престижность профессии, качества личности, присущие представителям этой профессии, принципы и нормы отношений, характерные для данного профессионального круга. Сейчас, видимо, одним из наиболее важных факторов становится материальный – возможность хорошо зарабатывать в будущем. Объясните, что это, конечно, важно, но если работа не приносит радости, то это сделает невыносимой жизнь.
9. **Предложите ребенку обратиться на консультацию к педагогу-психологу и пройти профориентационное тестирование.** Чтобы выбрать профессию, необходимо не только разбираться в мире существующих профессий, но прежде всего, познать себя – свои личностные качества, способности, склонности.
10. **Помните: самая главная ценность – здоровье и благополучие ребенка.** А это возможно лишь тогда, когда требования, предъявляемые к ребенку, соответствуют его способностям.