

# В КАКОМ ВОЗРАСТЕ НАЧИНАЕТСЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ?

Чтобы родитель мог помогать своему ребенку в вопросах выбора профиля обучения, специальности, профессии, ему необходимо понимать, какие задачи стоят перед ребенком на каждом этапе.

## ДОШКОЛЬНОЕ ДЕТСТВО

**Задача:** формирование позитивной установки и положительного отношения к труду.

Необходимо разговаривать с ребенком о том, почему вы любите свою работу, что в ней для вас ценно, кроме денег.

## 1-4 КЛАССЫ

**Задача:** формирование элементарных представлений о профессиях, о созидательном и нравственном значении труда. В этом возрасте возрастает желание подражать взрослым. Необходимо поддержать ребенка в этом стремлении, помогать в развитии первичных профессиональных интересов и склонностей.



**ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА НАЧИНАЕТСЯ В ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ И ДЛИТСЯ ВСЮ ЖИЗНЬ!**

## 5-9 КЛАССЫ

**Задача:** формирование мотивации к труду, осознание собственных интересов и способностей, соотнесение своих индивидуальных особенностей с требованиями к конкретным профессиям, расширение профессионального кругозора, получение практического опыта профессиональной деятельности.

## 10-11 КЛАССЫ

**Задача:** определение профессиональных планов и намерений, проектирование вариантов образовательно-профессионального маршрута.

# Как родитель может помочь ребенку

в профессиональном самоопределении?

## Покажите личный пример

То, что вы транслируете в семье, то, что видят ваши дети, формирует у них самих отношение к работе.

Не забывайте делиться моментами радости, успехами и достижениями в профессиональной сфере!

На личном примере продемонстрируйте, что работа делает человека лучше! 😊

## Помогите узнать себя

Помогите определить сильные стороны, понять свой характер, определиться с интересами.

## Покажите профессии изнутри

Совместно посещайте профориентационные мероприятия, содействуйте в получении профессионального опыта (например, помогите трудоустроиться в период каникул).

## Разберитесь сами

Чтобы советовать и направлять ребенка, нужно самому понимать тренды рынка профессий, разбираться в том, какие профессии наиболее перспективны и востребованы, знать основные правила выбора профессий.

## Организируйте помощь специалистов

Если ребенку сложно определиться, обратитесь за помощью к специалисту (например, организуйте профориентационную консультацию с психологом).

## Верьте ребенку и верьте в ребенка!

Детям очень важна поддержка родителей.

Важно содействовать получению разнообразного опыта, поддерживать интерес ребенка, даже если вы считаете его бесполезным с точки зрения выбора профессии. Постарайтесь не давить на ребенка «с высоты своего опыта», а дать право на собственные ошибки.



Почему тестирование не помогло ребенку определиться с выбором? Почему профориентационная экскурсия не повлияла на его самоопределение? Почему не удастся четко определить, что интересно ребенку? Не хватает рефлексии\*!

## РЕФЛЕКСИЯ ПОМОЖЕТ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ВЫБОРЕ!

Рефлексия помогает повысить качество процесса профессионального самоопределения, и вообще любого образовательного процесса за счет способности ребенка распознавать свои эмоции, анализировать свои действия, оценивать достигнутые результаты и определять пути их развития. У рефлексии есть 3 уровня:



### ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ

ЧТО БЫЛО  
ИНТЕРЕСНО?



### ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ

ЧТО НОВОГО Я  
УЗНАЛ?



### ПРАКТИЧЕСКИЙ

ЧТО И КАК Я СМОГУ  
ПРИМЕНИТЬ В  
ЖИЗНИ?



\*Рефлексия - размышление человека, направленное на анализ самого себя (самоанализ) – собственных состояний, поступков и прошедших событий.

**Обсуждайте эти вопросы с ребенком после каждого профориентационного мероприятия, тогда польза от него будет намного заметнее!**

# ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ПРОФЕССИИ,

чтобы выбор был осознанным?

01

## ЧЕМ ЗАНИМАТЬСЯ?

Т.е. виды труда. Например, обслуживать, консультировать, продавать, исследовать и т.д.

02

## С КЕМ/ЧЕМ ВЗАИМОДЕЙСТВОВАТЬ?

Т.е. каков предмет труда. Например, техника, человек, художественный образ, информация, финансы и т.д.

03

## КАКИЕ СРЕДСТВА ИСПОЛЬЗОВАТЬ?

Т.е. с помощью чего осуществляется деятельность. Например, ручные или механические средства, автоматическое оборудование или собственное мышление, голос, слух и т.п.

04

## В КАКИХ УСЛОВИЯХ?

Например, работа в офисе, в экстремальных условиях, работа в home office или в лаборатории. А также в каком формате: в штате организации, фрилансером, и т.п.

Если мы выбираем, например, новый телефон, то тщательно изучаем его характеристики, ищем модель по душе и по карману, соответствующую нашим задачам и вкусу. Выбор профессии – дело гораздо более сложное! Однако и профессии можно анализировать по конкретным параметрам.



05

## КАКИЕ ОБЯЗАННОСТИ?

Содержание труда (например, разработка документации, проектирование и т.п.). Из чего состоит типичный рабочий день специалиста.

06

## КАКИЕ ТРЕБОВАНИЯ?

Какое требуется образование, что необходимо знать и уметь.

07

## С КАКИМИ КАЧЕСТВАМИ?

Какие способности и качества характера требуются специалисту, какие soft skills необходимы, какие физические данные (в том числе, какие ограничения по здоровью существуют) и т.д.

08

## КАКИЕ ПЕРСПЕКТИВЫ?

Какой карьерный рост возможен, какие родственные профессии, какой уровень заработной платы, насколько перспективна и востребована профессия и т.д.