



# Советы психолога

**Совет №1.** Протестируйтесь. Чаще всего получается так, что выпускник знает наверняка лишь одно, то чем ему заниматься совсем неинтересно. Далее — абсолютная неразбериха. В наше время существует множество специализированных тестов, для определения наиболее привлекательного профессионального направления, мы говорим не об интернет-тестировании. Если в качестве эксперимента пройти хотя бы 3–4 теста онлайн — можно получить прямо противоположные результаты. Настоящий грамотный профориентационный тест намного глубже и серьезнее. По словам психолога Е. Сусловой — пакет тестов должен быть подобран сугубо индивидуально, и быть подготовлен специалистами в этой области. Следует помнить, что воспринимать результат тестирования не следует как «приговор». Речь идёт лишь о склонностях к определённому виду направлений, с учётом предпочтений, психических особенностей и интеллекта.

**Совет №2.** Расширьте свои знания. Чтобы стало немного легче ориентироваться в данной проблеме, необходимо подтянуть свои знания о рынке труда, новых направлениях, современных тенденциях и специальностях, в которых есть перспектива. Ежегодно выпускается справочная литература, где можно подробно ознакомиться с такими профессиями, о которых школьникам зачастую даже не известно. Возможно, именно одна из них окажется призванием.

**Совет №3.** Ознакомьтесь лучше с профессиями. В момент окончания школы представления о профессиях у подростка сильно приблизительные, а чаще и вовсе неверные. Обычно видятся лишь положительные стороны либо, наоборот — лишь отрицательные. Родители ребёнка должны обязательно помочь ему, разъяснив множество моментов. Не стоит забывать и о специализированных Днях открытых дверей в вузах и ссузах, которые можно начать посещать уже с 9-го класса, постепенно знакомясь с направлениями и принимая решение.

**Совет №4.** Структурируйте свои пожелания. Можно, как советуют некоторые специалисты, подготовить для себя таблицу. Вертикально расположив наиболее близкие сердцу профессии, а горизонтально — то, что хотелось бы получить от работы. Таблица должна получиться

максимально подробной. Если профессиональная сфера и какое-либо требование совпадают, то «+», если нет, то «-». Таким образом сформируется более чёткая картина представлений, что поможет определиться с выбором или заметно сузит круг выбора.

**Совет №5.** От слова к делам. Итак, примерно определились и что-то выбрали. Теперь необходимо это испытать. Есть много специализированных секций и школ с различными учебными группами, которые дают возможность попробовать себя кем угодно — от автомеханика до предпринимателя. В большинстве таких учреждений занятия бесплатные. А при МГУ им. Ломоносова имеются даже школы юных журналистов и психологов.

**Совет №6.** Запасной аэродром. Какой бы ни была уверенность в том, что желанное найдено, всегда нужно рассмотреть что-то дополнительно. Жизнь — штука непредсказуемая, случиться может всякое — не смогли поступить в нужный ВУЗ, не хватило капли таланта, получили травму, несовместимую с выбранным направлением. Да и можно ведь просто проснувшись утром — передумать, разочаровавшись в своём выборе.

**Совет №7.** Решение принимаете только самостоятельно! Совет мамы с папой — крайне полезен, не должно быть навязывания мнения с их стороны. Психологи говорят, что мы чаще всего делаем выбор, ориентируясь на своё окружение — учителя и друзья, родственники. И как правило, идём двумя путями либо следуем их мнению, либо делаем принципиально наоборот. А что нужно самому подростку? Вот, например, мама всю жизнь танцевала, но пришлось бросить это занятие, и теперь она желает добиться желаемого через дочь, которая, в принципе, прекрасно танцует, но очень сильно, плюс ко всему, увлекается химией. Так как же быть? Решение принимать следует дружно и всей семьёй, можно спросить совета и своих друзей, рекомендации преподавателя по танцам и учителя химии.

Родители: нет слова «династия»!

Можно рассказывать о своей работе, задыхаясь от восторга, и пророчить успешную карьеру своему ребёнку. И если подросток сам захочет продолжить дело отца или матери — прекрасно. Но нельзя его заставлять! Человек, занимающийся не своим делом, может быть несчастен потом всю жизнь.

**Итак, подведем общий итог:**

1. Проконсультируйтесь с родными и знакомыми: какая, по их мнению, профессия больше всего вам подходит.
2. Средства массовой информации помогут получить больше сведений о новых тенденциях, а специальные источники (литература, интернет и т. д.) расскажут о самых востребованных направлениях.

3. Помните о собственных желаниях и жизненных приоритетах.
4. Сделайте хороший анализ добытых материалов, рассмотрите его со всех точек зрения, и постарайтесь ответить себе «Что мне нужно в жизни?»
5. По возможности проконсультируйтесь со специалистом в вопросах профориентации.