**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**КАК ПОМОЧЬ ПОДРОСТКУ ВЫБОРАТЬ ПРОФЕССИЮ?**

1. **Не давать быстрые и простые ответы на сложные вопросы.**

Ваш ребенок ищет себя? Чудесно. Помогите ему больше узнать про красоту и сложное устройство мира, в котором вы с ним живете. Обращайте его внимание на жизнь и поступки великих людей, на то, сколько всего может сделать человек один или в команде для других людей, на значимость проблем, которые ежедневно решают представители разных профессий. Будет полезно знакомить ребенка с яркими представителями различных профессий или находить форматы, через которые подросток сможет сделать это самостоятельно — тогда есть надежда, что за уставшими серыми лицами на улице или в транспорте ваш ребенок начнет видеть героев, ежедневно улучшающих жизнь общества и его собственную. Осознавая это, он будет так или иначе выбирать наиболее подходящий для себя жизненный путь.

1. **Показывать и объяснять своему ребенку, как его действия уже сейчас меняют ту или иную ситуацию к лучшему.**

Часто родители склонны критиковать ребенка за то, что он чего-то не сделал, тогда как похвалить лишний раз бывает страшно: а вдруг перехвалю? Уместная похвала придает человеку, который ее получает, сил и уверенности в себе, а также понимания — «вот это делать я умею хорошо, и это кому-то нужно». Именно такие мысли ложатся в основу подлинного самоопределения человека.

1. **Быть примером для своего ребенка.**

Как часто родители огорчаются, встретившись с тем, что ребенок не хочет быть на них похожим и слушать их советы. Здесь важно честно ответить себе на вопрос: а могу ли я быть достойным примером для подражания? Занимаюсь ли я сам любимым делом или просиживаю дни на скучной работе, потому что не могу решиться на что-то настоящее? Действительно ли я помогаю кому-то своей профессиональной деятельностью или смысл моей работы не понятен мне самому, и я делаю это просто ради денег? Если вы работаете на скучной работе и исключительно ради денег, то, может, оно и к лучшему, что ваш ребенок не хочет быть на вас похожим. Если же вы заняты любимым делом и видите смысл в том, что делаете, убедитесь, что ваш ребенок об этом знает. Рассказывайте ему больше о своей работе, о коллегах, которыми восхищаетесь — не обязательно только об удачных сторонах работы, иногда рассказ о трудностях и их преодолении может дать подростку более глубокое понимание профессиональной деятельности.

4. **Профориетационное тестирование.** Психологи при помощи тестов помогут подростку определить и выделить сильные стороны, которыми он обладает. С опорой на сильные качества личности проще выбрать профессиональную деятельность, с которой захочет связать жизнь. И наконец, самое главное для подростков, как бы они ни стремились к самостоятельности, — это ощущение поддержки со стороны взрослого.

Для детей важно, что по трудному пути самоопределения они идут не одни, что рядом находится взрослый, который поддержит в трудную минуту и поможет, какой бы путь они ни выбрали. Это ощущение придает уверенность в своих силах и побуждает к достижениям, теперь уже не учебным, а профессиональным. Важнее – вырастить в ребенке Человека: взрослого, готового брать на себя ответственность и уверенного в том, что у него обязательно всѐ получится. Такой человек без работы никогда не останется.