**Самоопределение и выбор профессионального пути**

Профессиональное самоопределение – осознанный выбор направления трудовой деятельности. Важно, чтобы оно осуществлялось с пониманием ответственности за реализацию намеченного пути. Выбор профессии – процесс динамичный и многоступенчатый. Чтобы трудовая деятельность была приятной частью жизни, следует регулярно анализировать совершаемые действия и результаты. Если промежуточные итоги сигнализируют о том, что настало время изменений, нельзя их игнорировать.

Не стоит торопиться трактовать ощущение необходимости сменить сферу деятельности собственной слабостью или временной прихотью. Периодически условия жизни меняются. Мы рефлексируем, пересматриваем цели – все это неотъемлемые составляющие полноценной жизни.

Емко определить основы профессионального самоопределения удалось профессору факультета психологии МГУ им. Н. Ломоносова С. Пряжникову. В его понимании они представляют собой поиск личных смыслов в выбираемой и осваиваемой специальности. Это ещё раз подчеркивает, что без любимого дела в жизни сложно целостно развиваться.

У профессионального самоопределения есть ряд функций:

* Целостное осознание индивидуальных психических и физических особенностей.
* Анализ и познание своих личностных особенностей (психология личности).
* Принятие сложившихся социально-экономических условий жизни.
* Изучение разных видов деятельности, их сравнение, выбор места в социуме.
* Освоение выбранной профессии. Формирование субъективных критериев оценки себя, как специалиста.

Также важно изучить структуру профессионального самоопределения. Теоретических её вариаций много, но на практике зачастую принято использовать разработку Е. А. Климова на основе идей выдающегося советского психолога С. Л. Рубинштейна. Эта модель профессионального самоопределения позволяет разложить процесс на три плоскости и наглядно продемонстрировать ценность успешной профориентации, а также её зависимость от особенностей личности.

Она включает следующие компоненты:

* «Могу». Эта часть отражает склонности, умения, навыки, способности, черты [характера](https://lifemotivation.online/razvitie-lichnosti/samorazvitie/formirovanie-haraktera) и поведения.
* «Хочу». Включает в себя желания, внутренние потребности, мотивы, [ценности](https://lifemotivation.online/razvitie-lichnosti/samorazvitie/zhiznennye-tsennosti) и идеалы.

Также есть «Надо». Это внешние требования, обусловленные тенденциями общества и выдвигаемые к человеку.

Ученики старшей школы впервые предпринимают серьезные шаги в профессиональном и личностном самоопределении. Они начинают глубже изучать интересующую область на факультативах, специальных подготовительных курсах. Чтобы их выбор был обдуманным, требуется внимательное отношение старшего поколения к ним.

Важна в этот период полноценная профориентационная подготовка, погружение в обстановку разных [профессий](https://lifemotivation.online/razvitie-lichnosti/samopoznanie/kak-vybrat-professiyu-rebyonku). Для этого организовываются экскурсии, встречи с представителями разных специальностей.

Предстоящий переход от привычного образа жизни за партой к серьезному углублению в выбранную сферу – огромный [стресс](https://lifemotivation.online/razvitie-lichnosti/samorazvitie/kak-snyat-stress). Важно, чтобы педагоги и психологи подготовили старшеклассников к предстоящим переменам. Они должны помочь в профессиональном самоопределении с помощью познавательных уроков, индивидуальных бесед.

Большая ответственность в этот период лежит также на членах семьи будущих студентов. Не стоит отказывать юным личностям в беседах на волнующие их темы, а также навязывать собственное мнение как единственно верное. Создайте атмосферу принятия, доверия, поддержки. Этим вы поможете старшеклассникам убедиться в возможности реализовать собственные образы светлого будущего.

**РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПОДРОСТКА**

1. 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. Расширяйте знания о профессиональном мире. Чтобы выбирать, нужно знать, из чего выбирать.

3. Профессиональные консультации и экскурсии