**Kā palīdzēt savam bērnam?!**

**Ikviens vecāks vēlas, lai viņu bērns pieaugot būtu laimīgs un veiksmīgs. Karjeras izvēle ir viens no faktoriem, kas to ietekmē. Kā vecāki var palīdzēt savam bērnam saprast ar ko nodarboties nākotnē?**

Pirms profesijas un izglītības iestādes izvēles vecākiem vajadzētu apdomāt, kādas prasmes piemīt viņu bērnam, kuri mācību priekšmeti padodas vislabāk un kuri rada grūtības; vai bērnam ir talants teorētisko zināšanu apguvē, vai praktisku dotību dēļ viņam labāk izvēlēties arodskolu.

Vecākiem bērna karjeras izvēlē ir ļoti būtiska loma. Taču kāda rīcība ir pareiza? Cik daudz iesaistīties, kā atbalstīt, virzīt, mudināt profesijas izvēles ceļā? Kā novērtēt bērna talantus, potenciālu un psiholoģiskās īpašības un tās veiksmīgi attīstīt, neuzspiežot savu viedokli? Vienas, pareizas atbildes uz šiem jautājumiem nav! Ir ieteicams sadarboties ar skolotājiem, klašu audzinātājiem un karjeras konsultantu! Vislabāk ir ieklausīties savā bērnā, novērtēt viņa vēlmes, atbalstīt un neuzbāzīgi dalīties ar savu pieredzi, gala lēmumu par profesijas izvēli atstājot paša bērna ziņā.

To, cik veiksmīgi izveidosies cilvēka karjera dzīves laikā, ietekmē vairāki faktori:

* **Dzīves modelis.** Liela nozīme ir dzīves modelim, ko bērns redz ikdienā. Kādas ir vecāku attiecības ar savu darbu, vai viņi ir priecīgi, apmierināti, vai darbs padodas un sniedz gandarījumu? Liela ietekme ir arī citu bērna dzīvē nozīmīgu cilvēku, piemēram, tantes, kaimiņa vai draugu vecāku attieksmei pret savu profesiju, rādot pozitīvu piemēru, kādu bērnam gribētos atkārtot savā darba dzīvē.
* **Patstāvība.** Veiksmīga karjera dzīves laikā ir cieši saistīta ar to, cik sekmīgi bērns skolas laikā apgūst spēju patstāvīgi darboties, attīsta apzinīgumu, disciplīnu, pacietību, pašvadītas mācīšanās prasmi, kā arī spēju mācīties no pieļautajām kļūdām.
* **Īpašu prasmju un spēju izkopšana.** Ikvienam bērnam vajadzētu attīstīt vienu vai vairākas spējas vai prasmes, kas padodas ļoti labi, piemēram, kāda mūzikas instrumenta apguve vai sporta disciplīna. Tās veido stabilas personības prasmīguma kodolu. Sastopoties dzīvē ar jaunām situācijām, grūtībām, tiek liktas lietā īpašo prasmju izkopšanā izmantotās īpašības, lai šīs grūtības pārvarētu. Ja bērns ir apguvis, ka, sevi pārvarot, attīstot, pilnveidojot, var pārvarēt problēmas, rast izeju un gūt panākumus, tas palīdzēs arī veiksmīgas karjeras veidošanā un dzīvē kopumā. Vecāku uzdevums šajā ceļā ir rast vidusceļu starp ļoti augstu prasību līmeni – lai ko darītu, vienmēr būs slikti un nav jēgas censties – un pārslavēšanu par katru nieku, kas neatbilst realitātei.

Bērni šodien attīsta un izkopj ļoti daudz un dažādus talantus, izmēģina visādas iespējas. Ir jaunieši, kam ļoti labi padodas viss, bet nav sajūta, ko īsti dzīvē gribētos darīt. Kā vecāki šādā situācijā var palīdzēt? Ja viss padodas, tā noteikti ir pazīme, ka cilvēks ir talantīgs un viņam nevajadzētu baidīties izvirzīt augstākus mērķus. Talantīgi cilvēki viegli mēdz pielāgoties dažādām situācijām, un tāpēc reizēm, viegli var pazaudēt saikni ar savām dziļākajām vajadzībām. Šādā brīdī svarīgi sev pajautāt – kas man personīgi patīk, kas mani aizrauj, rada prieku un aizrautību?! Nevis analizēt, kas sanāk, padodas, bet tieši – kas sniedz emocionālu piepildījumu, gandarījumu. Jo mēdz būt, ka sanāk un padodas viss, bet prieka par darīto nav.

Tātad **vecāku galvenais uzdevums** ir būt blakus, atbalstīt un sniegt drošības izjūtu. Jāatceras, ka vecāki ir kā paraugs. No viņiem bērni pat neapzināti mācās attieksmi pret darbu, motivāciju gūt panākumus un zināšanas par dažādām profesijām.

Ja jums ir pusaudzis un jūs vēlāties mērķtiecīgi piedalīties viņa karjeras plānošanas procesā, paturiet prātā, ka:

♣Pusaudžiem vajag pietiekami daudz laika sev un savām interesēm;

♣Ar pusaudzi jāveido savstarpējas uzticības un uzmundrinājuma attiecības;

♣Jāatzīst aktivitātes, kurās pusaudzis uzrāda labus rezultātus;

♣Jāatbalsta pusaudža izvēles un mērķi;

♣Jāiedrošina spert nākamo soli.

♣Jums jāakceptē pusaudža unikālā personība.

Rakstā izmantotie avoti:

<https://viaa.gov.lv/files/news/727/mans_berns_izvelas_karjeru_web.pdf> <https://www.delfi.lv/calis/jaunumi/berns-nav-vecaka-pagarinajums>

<https://www.mammamuntetiem.lv/berns/skolens/40698/karjeras-izvele-ka-runat-ar-bernu-par-to-jau-sodien>

**!!!** NODERĪGAS SAITES

NIID.LV – karjeras izvēles testi un izglītības iespējas

PROFESIJUPASAULE.LV – Kur un kā meklēt informāciju par profesiju

PRAKSE.LV - lielākais karjeras portāls Latvijā

 *Pedagogs karjeras konsultants*

*Vija Jurjeva*