

Рубрика: Маршрут в будущее

Дата: 16 февраля 2026 года

Февральское перепахуе: как не бояться выбирать профессию в середине года?

Февраль — месяц контрастов. С одной стороны, до окончания учебного года еще есть время, с другой — для учеников 9-х и 11-х классов это точка невозврата: заявления на экзамены поданы или вот-вот будут поданы. Для остальных параллелей это время, когда усталость от учебы накрывает с головой, и вопрос «Кем быть?» кажется неподъемно сложным.

Давайте разберемся, как прожить этот период с минимальной тревогой и максимальной пользой.

Для учеников: «Синдром середины года»

Если вам кажется, что вы запутались и все планы, построенные осенью, рухнули — это нормально. Февральская усталость имеет свойство «подкрашивать» будущее в мрачные тона.

Что делать прямо сейчас?

1. Техника «Три дороги».

Часто мы думаем, что выбор профессии — это один-единственный правильный путь, и если ошибешься — все пропало. Это не так. Возьмите лист бумаги и нарисуйте три возможных сценария вашего будущего после школы.

- *Путь А:* Идеальный (если все получится, как в мечтах).
- *Путь Б:* Реалистичный (с учетом ваших текущих баллов и возможностей семьи).
- *Путь В:* Запасной (если что-то пойдет не так или вы передумаете).

Это упражнение снижает тревогу: вы видите, что варианты есть всегда.

2. **Февральский челлендж «Один день из жизни...»**

Теория в учебниках и ролики в TikTok часто дают ложное представление о профессии. Выберите 2-3 специальности, которые вам интересны, и попробуйте найти в соцсетях или на форумах реальных людей (можно через родителей или знакомых), кто работает в этой сфере. Попросите рассказать про *один обычный вторник* на работе. Что конкретно он делает с 9 до 18? Это отсеивает романтику и показывает реальность.

3. **Не сравнивай себя с одноклассниками.**

В феврале обостряется конкуренция. Кто-то уже твердо решил идти на врача, а кто-то — в IT. Но то, что выбрал друг, может абсолютно не подходить тебе. Прислушивайся к себе: от каких заданий (даже по школьным предметам) у тебя загораются глаза, а от каких клонит в сон?