

*Курс професійного вибору
до проєкту*

“Creative Labs”



"Знайди своє справжнє захоплення і змінюй світ на краще."
Стів Джобс

"Creative Labs"- проєкт з профорієнтації для творчих підлітків з поміж ВПО у м. Київ

Головна мета проєкту полягає у тому, аби учасники — підлітки ВПО, 12-16 років, що переїхали до м. Київ в результаті початку активних бойових дій в рідних містах, виявили та розкрили свої сильні сторони, лідерські навички та професійні схильності, здобули необхідну інформацію стосовно актуальних професій майбутнього та кар'єрного шляху у креативному секторі.



Цей матеріал було створено ГО "Місце Натхнення" в межах проєкту "Формула стійкості" Інституту лідерства та управління УКУ за фінансової підтримки ЮНІСЕФ та Уряду Кореї. Його зміст є відповідальністю ГО "Місце Натхнення", та необов'язково відображає позицію ЮНІСЕФ та / або Уряду Кореї.

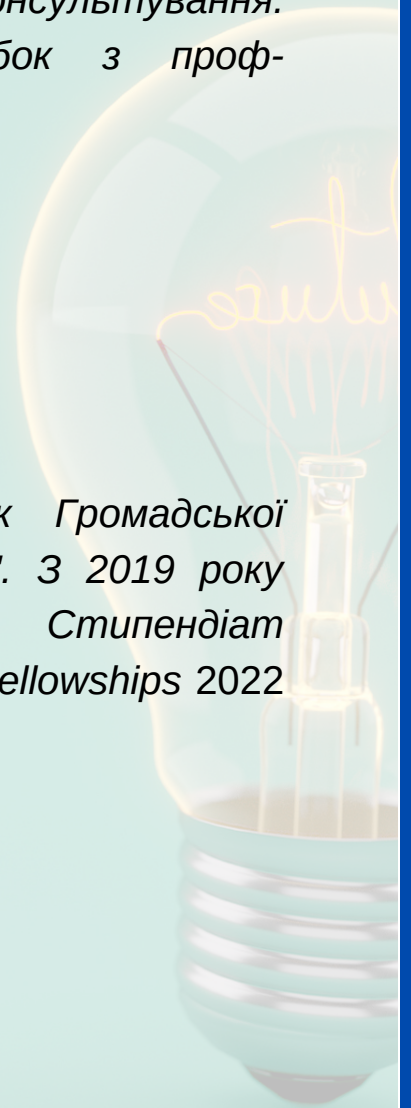
Відомості про авторів



Оксана Сіленко - психологиня, тьюторка та експертка з кар'єрного консультування. Авторка методичних розробок з проф-орієнтації для школярів.

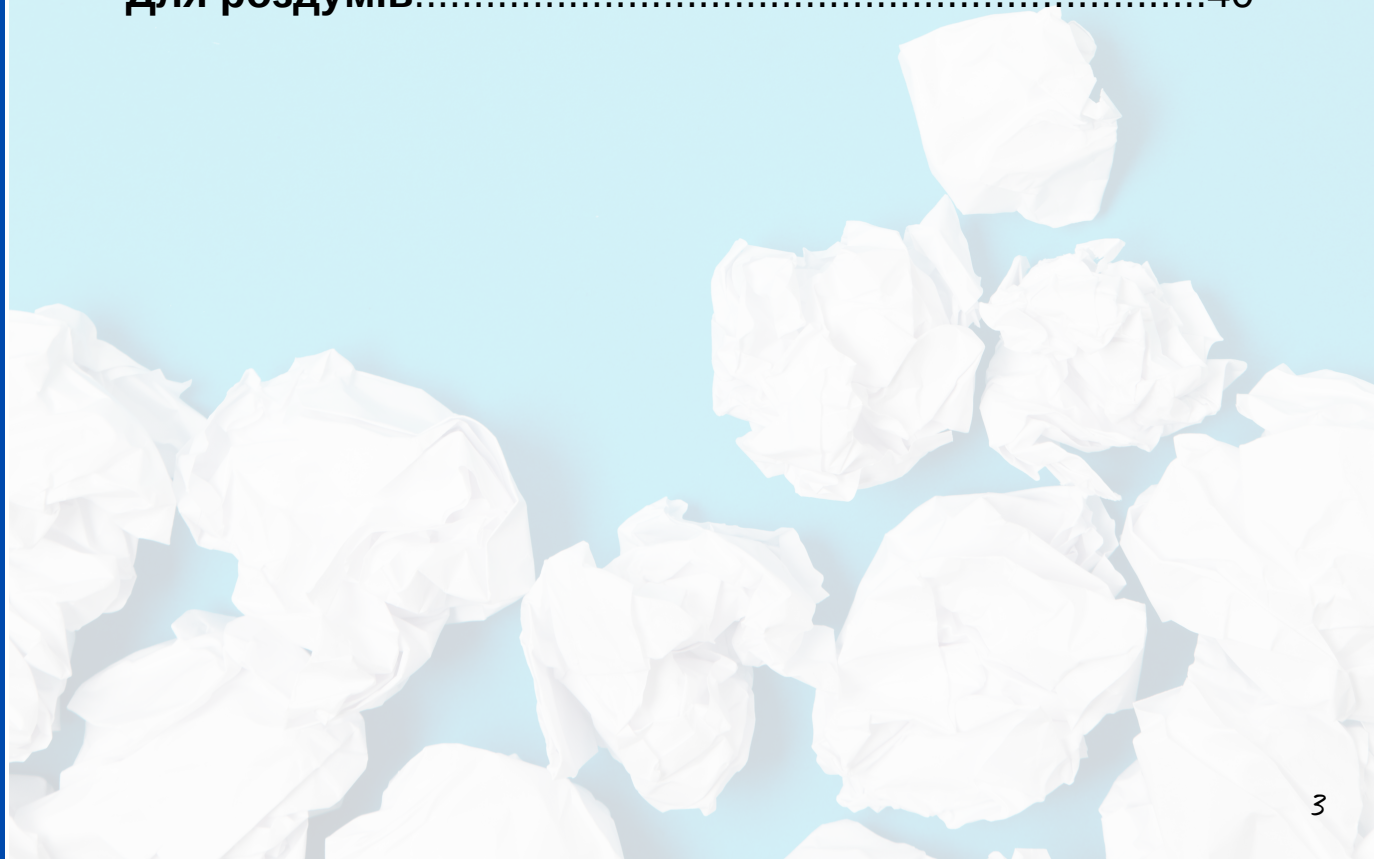


Семка Ростислав - керівник Громадської організації "Місце Натхнення". З 2019 року працює у громадянській сфері. Стипендіат Eastern Partnership Civil Society Fellowships 2022 року.



Зміст

Вступ.....	4
Заняття №1.....	5
Заняття №2.....	12
Заняття №3.....	14
Заняття №4.....	17
Заняття №5.....	19
Заняття №6.....	23
Заняття №7.....	35
Заняття №8.....	39
Для роздумів.....	40



Вступ

Привіт. Ти тримаєш в руках зошит, який допоможе тобі пізнати світ професій. Навчить ставити і перевіряти гіпотезу про майбутню професію. Прокачає навички та вміння.

Будь-яке захоплення може стати професією. Так само і професія може бути захоплюючою. І якщо ти вмієш робити красиві речі, вирощувати квіти або розводити домашніх тварин, ремонтувати побутову техніку, писати комп'ютерні програми, грати в шахи, ходити у туристичні походи, займатися східними єдиноборствами, танцювати або займатися історією міста, то ти не тільки маєш можливість повноцінно відпочивати, спілкуватися з

різними людьми і бути цікавим співрозмовником, а й стати професіоналом. Разом з тобою ми спробуємо знайти відповіді на всі твої питання, допомогти тобі поринути у дослідження світу професій та власних умінь та навичок, спробувати зробити вибір професії.



Заняття №1.

Вправа. "Вгадай професію"

Перелік професійних сфер

Переглянь сфери та познач від 1 до 15 в порядку найбільш цікавих до найменш цікавих.

- Здоров'я та медицина
- Спорт, відпочинок і туризм
- Мистецтво, творчість і дизайн
- Сценічне мистецтво, медіа та журналістика
- Продаж, маркетинг і реклама
- Адміністрування та управління бізнесом
- Фінанси, право та політика
- Комп'ютерні та інформаційні технології
- Наука та дослідження
- Тварини, фермерство та довкілля
- Інженерія та виробництво
- Будівництво
- Транспорт
- Безпека та рятувальні служби
- Соціальний захист і освіта

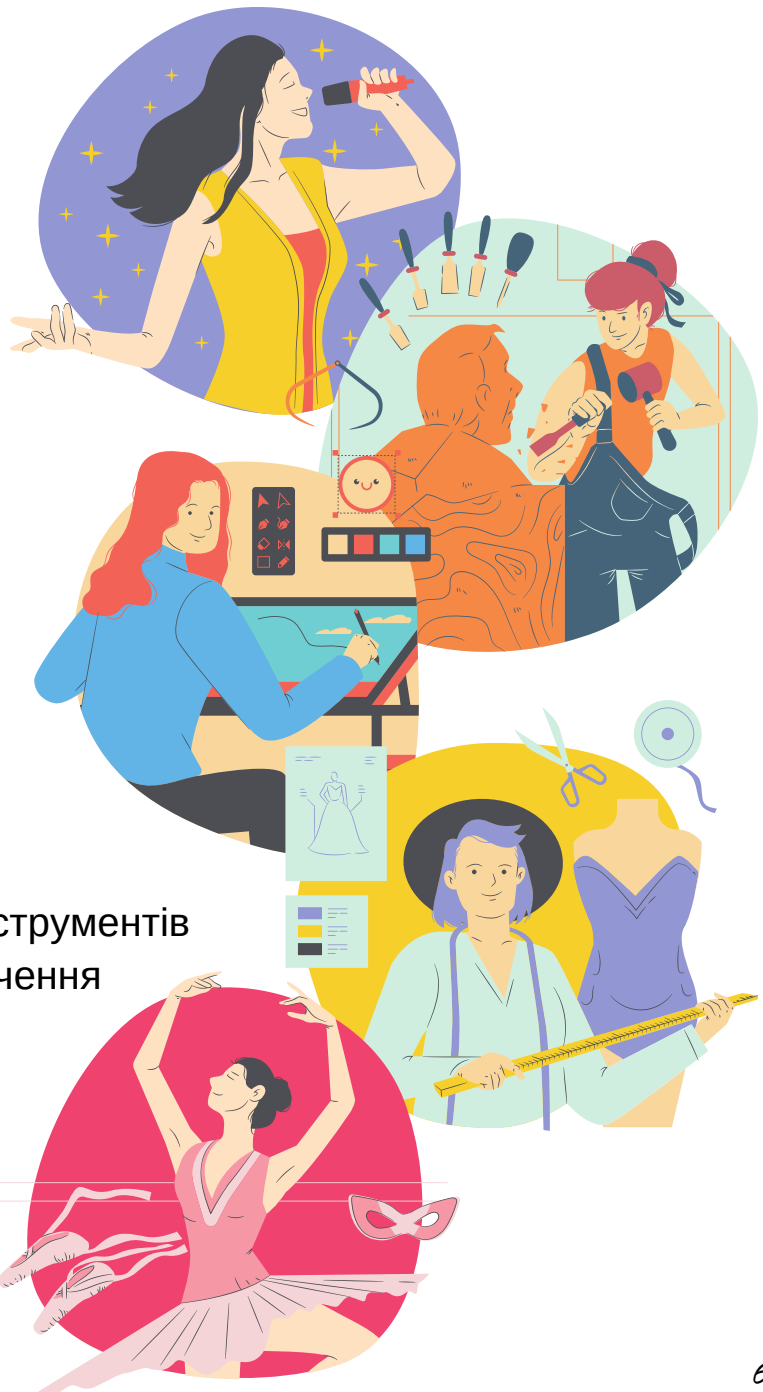


Що таке креативні індустрії?

Термін «креативні індустрії» вживають для позначення видів економічної діяльності, у сфері продукування та реалізації ідей, знань та інформації, де оригінальні ідеї мають виняткове значення, наприклад, діяльність у сфері мистецтва або ЗМІ, в ІТ-сфері тощо. Ми з вами розглянемо такі блоки креативних професій:

1. культура, мистецтво, дизайн.

- Актор
- Дизайнер інтер'єрів
- Дизайнер-модельєр
- Дизайнер реклами
- Закрійник
- Карикатурист
- Кіноактор
- Кінодраматург
- Кіномеханік
- Кінооператор
- Композитор
- Критик
- Ландшафтний дизайнер
- Літературознавець
- Манекенниця
- Мистецтвознавець
- Мультиплікатор
- Настроювач музичних інструментів
- Оператор кіно та телебачення
- Письменник
- Режисер
- Реставратор
- Сценограф
- Ткач
- Фотограф
- Хореограф



2. менеджмент, маркетинг, реклама та піар.

- Діджитал маркетолог
- Маркетолог аналітик
- Директор маркетингу
- BTL-менеджер
- P.O.S.- спеціаліст
- Product-менеджер
- PR-спеціаліст
- Рекламний агент
- Арт-директор
- Бренд-менеджер
- Кліпмейкер
- Копірайтер
- Креативний директор
- Маркетолог
- Медіабайер
- Медіапланнер
- Менеджер з PR
- Клієнт менеджер
- Менеджер з реклами
- Мерчендайзер
- Регіональний менеджер
- Соціолог
- Спічрайтер
- Супервайзер
- ТВ-байер
- Трейд-маркетинг менеджер



3. креативний світ в ІТ.

- Адміністратор бази даних
- Адміністратор сайту
- Аналітик
- Бізнес-аналітик
- Веб-дизайнер
- Веб-програміст
- Верстальник
- Консультант з ERP-систем
- Контент-менеджер
- Менеджер з продажу
- Менеджер інтернет-проектів
- Програміст
- Програміст 1С
- Редактор сайтів
- Системний адміністратор
- Системний аналітик
- Спеціаліст з інформаційної безпеки
- Сценарист комп'ютерних ігор
- Тестувальник ПЗ
- ERP-програміст
- HTML-верстальник



Вправа. Можливо, у вас вже є на прикметі кілька професій, які ви розглядаєте, як потенційні сфери подальшого професійного становлення.

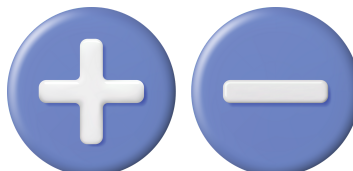
Бланк попереднього професійного вибору

Професії, що цікавлять	Що свідчить на користь цієї професії	Що непокоїть, заважає зупинитись на цій професії

Інформація про давні та сучасні, престижні, високооплачувані, модні і дуже модні професії. А також, що потрібно знати й уміти, щоб бути фахівцем у певній галузі.

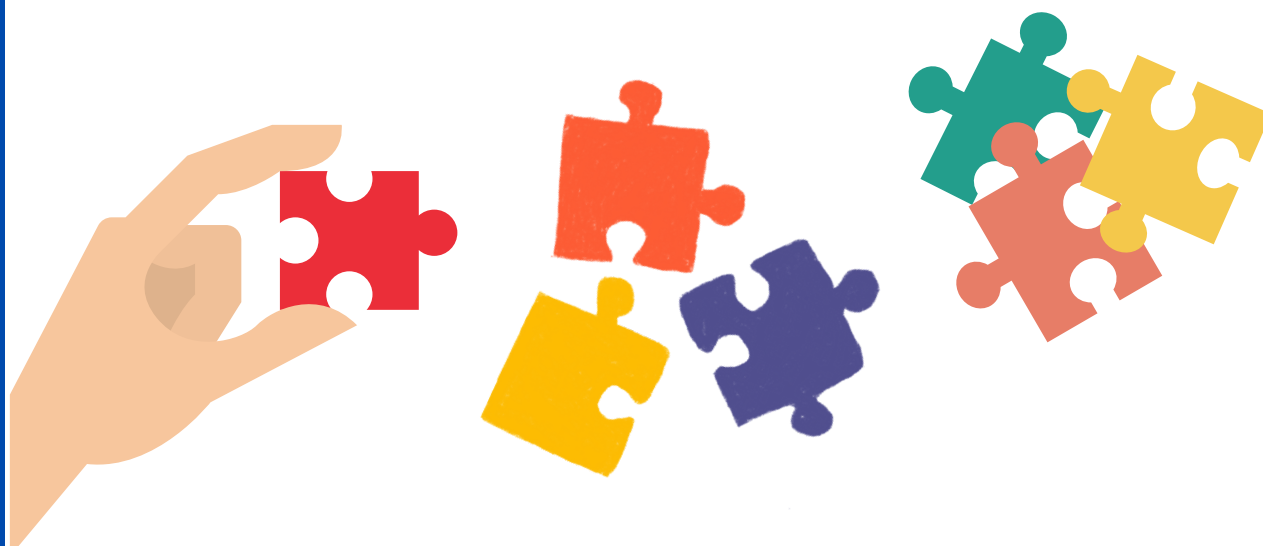


Вправа. Давайте проаналізуємо, що допомагає, а що заважає вашому професійному самовизначенню. Позначте знаком “+” ті фактори, які на вашу думку, виконують позитивну роль у вашому просуванні до самостійного вибору професії. Знак “-” використовуйте для позначення факторів, які заважають.



Фактори	"+"	"_"
Зацікавлення (Що мені подобається?)		
Здібності (Що я вмію робити?)		
Переваги (Чого б я хотів?)		
Знання про професії (Які бувають професії? Чим займаються спеціалісти?)		
Думка вчителів, сподівання, їхні погляди на мою майбутню професію		
Думка друзів. сподівання і погляди друзів		
Думка родини про майбутню професію		
Особисті плани (А чого ж хочу я)		

Зверни увагу, що одні і ті ж фактори можуть впливати, як позитивно так і негативно.



Вправа. Професія майбутнього

Потрібно вигадати та намалювати професію, що буде існувати в майбутньому:

- Яка буде назва?

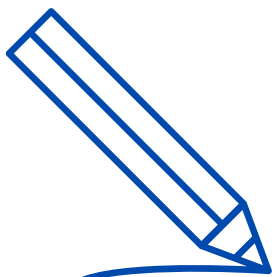
- Чим буде займатися спеціаліст цієї професії?

- Які потреби суспільства вона задовольнятиме?

- Чому ця професія буде затребуваною, у чому її особливість?



Представлення професії. Малюнок



Заняття №2.

Вправа. “Дослідник”

Скориставшись QR-кодом, потрібно підготувати інформацію про дві будь-які професії (обов'язки, необхідні знання та риси характеру, заклади, де можна отримати дану спеціальність). Приклад професії сфери мистецтва, технічні професії, виробничі професії, інтелектуальні професії, нові та маловідомі професії.



Вправа. “Профконсультація”

Інструкції: Зараз у нашій країні розвивається служба професійної консультації. До фахівців приходять діти з батьками, щоб порадитись про вибір професії.

Мета нашої гри подивитися на професійний вибір під іншим кутом, спробувати допомогти друзям дізнатися більше про світ професій, тим самим навчитися краще вирішувати свої власні проблеми.

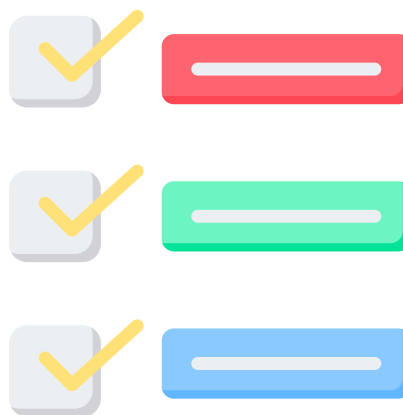
Тож розподілимо ролі: профорієнтолог, учень. Потрібно сформулювати профорієнтаційну проблему, уточнити інтереси, уподобання, критерії вибору, уявлення про майбутню роботу, про шляхи отримання професії. Потім міняємось ролями.

Вправа. "Мої критерії вибору професії"

Інструкція: Перед тобою перелік критеріїв, які впливають на вибір професії. Подивись на критерії з точки зору того, що важливо для тебе в майбутній роботі. Познач кольоровим маркером ті варіанти, які для тебе важливі, а також доповни своїми критеріями. Познач зі списку три найважливіші критерії та пронумеруй їх у порядку важливості.

Критерії:

- Задоволення від роботи
- Самореалізація
- Гарна оплата
- Визнання
- Затребуваність на ринку праці
- Творча робота
- Гнучкий графік
- Престижність



Допиши свої варіанти



Заняття №3.

Вправа. Вкажіть 3 професії, яким зараз надаєте перевагу.

Вправа. Подорож у майбутнє. 5 років вперед...

- З чого починається твій день? _____

- Де ти знаходишся? _____

- Що ти бачиш навколо себе? _____

- Які люди тебе оточують? _____

- Як і над чим ти працюєш? _____

- Як ти відпочиваєш? _____



Вправа. Маркетолог

На даний час, професія маркетолога є затребуваною та високооплачуваною, давайте спробуємо себе в цій ролі. Придумай концепцію і просування нового продукту/послуги у твоєму місті:

- Назва
- Слоган
- Цільова аудиторія (вік, стать, рівень доходів, інтереси)
- Як рекламуватимеш цей продукт

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. In the bottom right corner, there is a small, stylized blue circular graphic element, possibly representing a hole punch or a decorative feature. The overall appearance is that of a clean, unused piece of stationery.[illegible]

Вправа . Гра «Заселення».

Хід гри: Тренер: «Людство поставило перед собою завдання частково переселитися у зв'язку з перенаселенням планети Земля на іншу планету, яку назвали «Каталея». Вона знаходиться на відстані, яку можна подолати за 1 рік на космічному кораблі. Ця планета має такі ж кліматичні умови, як і матінка-Земля, але необхідно підготувати «Каталея». Для цього зібрали найкращих представників всіх існуючих професій. Космічний корабель може вмістити тільки 10 чоловік (не враховуючи членів екіпажу). Кожен спеціаліст може взяти з собою обладнання, необхідне для його роботи (станки, матеріали, інструменти, портативні лабораторії)».

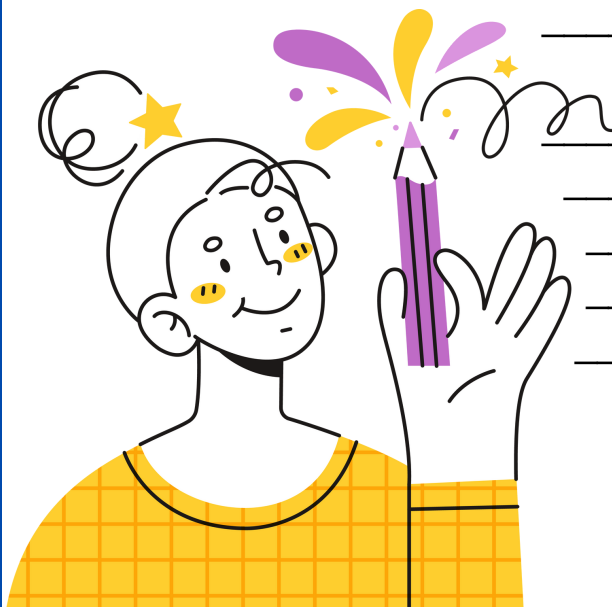


Заняття №4.

Вправа. "СТВОРЕННЯ СВІТУ"

Описати частину створеного світу, відповівши на наступні пункти:

- Дати всьому необхідні назви;
- Підкреслити характерні особливості;
- Державний лад;
- Сфери діяльності;
- Предмети імпорту та експорту;
- Приблизна чисельність населення;
- Чим населення займається, найбільш затребувані професії;
- Чи є безробіття, перспективи розвитку ринку праці;
- Культурні традиції (гімн, прапор, сленг, міфи, легенди, норми, правила, стандарти життя і поведінки, що потрібно знати і вміти іноземцю, щоб потрапити в державу, і т.д.).



Вправа. “Я - особливий”

Я особливий тому що _____

У мене є близькі люди ... _____

У мене є таланти та здібності _____

У мене є улюблені заняття... _____

У мене є пам'ятки, які є дорогі для мене... _____

У мене є успіхи та перемоги, якими я пишаюсь... _____

Я маю плани та цілі, яких я хочу досягти... _____

У мене є друзі.. _____

Я маю до кого звернутися по допомогу.. _____

У мене є обов'язки й відповідальність за... _____

Я знаю, що для мене важливе в житті... _____

Я маю якості та риси характеру, які мені подобаються... _____

У мене є друзі та хороші знайомі серед дорослих... _____

Мене люблять у школі, тому що... _____

Почуваюся добре, коли... _____



Заняття №5.

Оцінка розвитку власних навичок

Навички	Оціни навичку за шкалою від 1 до 5	План моїх дій, як буду тренувати навички
Комунікативні навички <u>Ти вмієш:</u> знайомитись із незнайомими людьми, висловлювати власну думку, слухати інших, переконувати інших, вирішувати конфлікти		
Критичне мислення <u>Ти вмієш:</u> вигадувати та реалізовувати ідеї, ігри, шукати інший, невідомий варіант виходу із ситуації, вигадувати різні історії		
Робота в команді <u>Ти вмієш:</u> працювати над завданням в команді, полюбляєш брати участь у командних іграх, полюбляєш навчатися з однокласниками		

Навички	Оціни навичку за шкалою від 1 до 5	План моїх дій, як буду тренувати навички
Організаторські навички та лідерство <u>Ти вмієш:</u> переконати команду прислухатися до тебе, організувати однокласників, наприклад, виконати спільно завдання, взяти відповідальність за вчинок команди		
Емоційний інтелект <u>Ти вмієш:</u> визначати свої і чужі емоції, знаходити відмінності між ними, співпереживати людям у біді, контролювати власні емоції		



Вправа. "СПЛЯЧЕ МІСТО"

Загальна інструкція: "В деякому місті деякі злі сили зачарували всіх жителів, перетворивши їх в млявих, майже сплячих істот. Щоб розбудити людей, необхідно якось запалити в них іскру життя. Для цього необхідно запропонувати жителям прості і зрозумілі, але при цьому реалістичні програми поліпшення їхнього життя. За умовою гри, наш клас (або група) повинен протягом уроку розробити такі програми за наступними напрямками:

- 1 - порядок і спокій в місті, зниження кількості злочинів і правопорушень (юридичні аспекти);
- 2 - більш досконале управління містом (влада, управління);
- 3 - пожвавлення економічного життя, підвищення добробуту і зайнятості жителів (економіка в широкому сенсі);
- 4 - щастя жителів, допомога у вирішенні сімейних, особистісних проблем, допомога в пошуку сенсу життя (психологічні аспекти);
- 5 - здоров'я жителів, профілактика захворювань і збочень, вирішення екологічних проблем (медицина).



Вправа. “ТОП професії”

Вкажіть декілька професій, яким ви надаєте перевагу на даний момент.

Назвіть найбільш цікаві сучасному молодому поколінню професії.

1. професії пов'язані зі спортом _____

2. творчі професії _____

3. виробничі професії _____

4. пов'язані із точними науками _____

5. професії, які потребують винятково вищої освіти _____



Заняття №6.

Вправа. План вибору професії

Професія, яка тобі подобається/цікава	
В яких галузях/ напрямках працює ця людина (освіта, наука, сектор бізнесу, державна служба)	
Що робить цей спеціаліст (функціональні обов'язки)	
Які навички є необхідними для реалізації у цій професії	
Що приваблює тебе у цій професії	
Що викликає сумніви з приводу вибору цієї професії	
Яких представників цієї професії ти знаєш	
Які перспективи цієї професії в майбутньому	
Який розмір зарплати. Пошукай у вакансіях на сайтах працевлаштування	

В яких вишах навчають цієї професії в Україні та закордоном	
Знайди людей, які успішно реалізувалися у цій професії	
Запитай про таких людей у своїх батьків, друзів, родичів	
Пошукай їх у соціальних мережах, на конференціях або інших заходах	
Запиши їхні ПІБ і контакти	

Вправа. "СУД НАД БЕЗРОБІТНИМ"

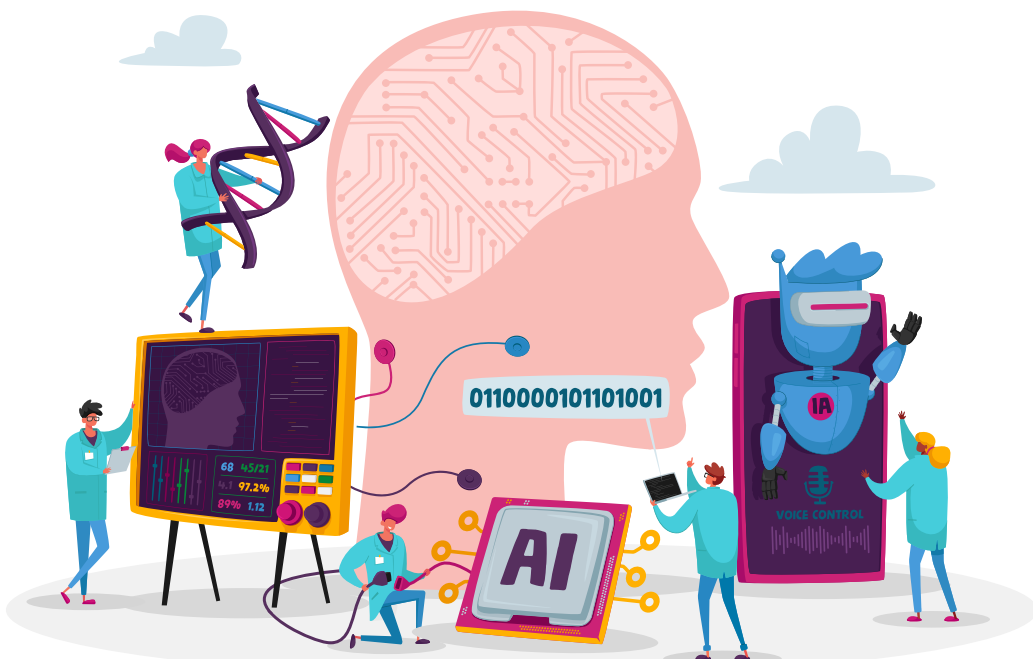


Тест множинного інтелекту Говарда Гарднера

Інструкція: Прочитай твердження і постав позначки «так» біля кожного, з яким ти погоджуєшся. Далі порахуй кількість «так» у кожному блоці й запиши в таблиці під назвою інтелекту.

Якщо ти відповіси «так» хоча б на одне із запитань – у тебе проявлений даний тип інтелекту певною мірою.

Вербальний/ лінгвістичний інтелект Кількість «так» _____	1.Любиш читати? 2.Любиш вигадувати/розказувати/писати різні історії? 3.Виходить складати вірші та слогани? 4.Писати в соціальних мережах? 5.Вивчати іноземні мови? 6.У тебе великий словниковий запас? 7.Пишеш без помилок? 8.Тобі подобається обговорювати різні поняття? 9.Добре запам'ятовуєш імена та факти? 10.Полюбляєш ігри зі словами – анаграми, шифри, скрабл, кросворди? 11.Коли цікавишся якоюсь темою, шукаєш більше інформації про неї?
---	---



Музичний інтелект Кількість «так» _____	1.Любиш співати? 2.Слухати музику? 3.Граєш на якомусь інструменті? 4.Вмієш читати ноти? 5.Легко запам'ятовуєш мелодії та пісні? 6.Можеш за першими нотами розпізнати пісню? 7.Можеш на слух відрізнити гру різних музичних інструментів в оркестрі? 8.Коли займаєшся різними справами, наспівуєш собі мелодії? 9.Відчуваєш ритм в оточуючих тебе звуках? 10.Складаєш власні пісні, читаєш реп? 11.Краще запам'ятовуєш факти, коли придумуєш пісні про них?
--	--

Логічний інтелект Кількість «так» _____	1.Тобі цікаві цифри? 2.Захоплюєшся наукою? 3.Легко розв'язуєш математичні завдання? 4.Любиш розгадувати головоломки? 5.Тобі подобається рахувати? 6.Цікавишся, як працюють комп'ютери, технічні пристрої? 7.Любиш вгадувати кількість предметів (наприклад, цукерок в упаковці)? 8.Легко запам'ятовуєш числа й статичні дані (футбольний рахунок, висоту найбільших будівель у світі)? 9.Тобі подобаються логічні ігри та ігри-стратегії? 10.Помічаєш зв'язок між діями та їх результатами (причинно-наслідкові зв'язки)? 11.Уявляєш інформацію у вигляді графіків і таблиць?
--	---

Образний інтелект

Кількість «так»

1. Багато малюєш?
2. Запам'ятовуєш обличчя краще ніж імена?
3. Любиш дивитися кіно та відеоролики?
4. Помічаєш візерунки та малюнки в приміщеннях, на вулиці?
5. Любиш фантазувати?
6. Любиш візуалізувати події, місця?
7. Замальовуєш свої ідеї?
8. Звертаєш увагу на стиль одягу й зачіску оточуючих, їхні машини, велосипеди та інші повсякденні речі?
9. Мислиш образами і легко «зображуєш» предмети у своїй уяві?
10. Любиш розбирати і збирати різні технічні пристрої?
11. Часто користуєшся: папером, фарбами, маркерами?

Тілесний інтелект

Кількість «так»

1. Ти рухаєшся в кімнаті, коли думаєш?
2. Добре танцюєш?
3. Пародіюєш оточуючих? У тебе виходить копіювати їхні жести та міміку?
4. Любиш рухатися на перервах?
5. Рухи допомагають тобі краще запам'ятовувати інформацію?
6. У тебе хороша координація і реакція?
7. Любиш грати у виставах, брати участь у шкільних подіях?
8. Подобаються активні ігри?
9. Легко освоюєш нові фізичні рухи?
10. Любиш збирати конструктор, пазл?
11. Займаєшся різними видами спорту. Можливо, вже досяг успіху в одному з них?

Соціальний інтелект Кількість «так» _____	1.Любиш спостерігати за людьми? 2.Легко заводиш друзів? 3.Охоче допомагаєш іншим, якщо вони цього потребують? 4.Відчуваєш себе впевнено, знайомлячись з новими людьми? 5.Вмієш вгадати настрій людини з погляду? 6.Подобається переконувати людей? 7.Любиш групові заняття та жваві дискусії? 8.Часто буваєш посередником у відносинах з друзями та рідними? 9.Любиш вигадувати різні заняття для себе та друзів? 10.Знаєш, як надихнути оточуючих на спільну взаємодію або зацікавити тим, що цікаво тобі самому? 11.Волієш вчитися та працювати в команді, а не на одинці?
Внутрішній інтелект Кількість «так» _____	1.Більше любиш займатися на одинці, аніж у групі? 2.Відстоюєш свої переконання, навіть якщо вони не популярні серед інших? 3.Як правило, усвідомлюєш свої почуття, розумієш їх причину? 4.Тобі подобається вести щоденник і описувати в ньому свої думки, спогади, емоції? 5.Добре розумієш свій характер? 6.Любиш ставити цілі та досягати їх? 7.Не дуже переймаєшся через те, що про тебе думають інші люди? 8.Тебе можна назвати нонконформістом (готовність індивіда відстоювати свою особисту позицію в тих випадках, коли вона суперечить позиції більшості.)? 9.Подовгу розмірковуєш про важливі для тебе теми? 10.Знаєш, що у тебе добре виходить, а що – не дуже? 11.Думаєш про майбутнє і про те, ким хотів би стати?

Природний інтелект Кількість «так» _____	1.Любиш тварин? 2.Любиш проводити час на природі, ходити в походи? 3.Любиш доглядати за свійськими тваринами (вдома або у родичів, друзів)? 4.Ти легко пристосовуєшся до різних місць та подій? 5.У тебе є рослини вдома або сад у дворі? 6.Ти любиш доглядати за рослинами? 7.Ти добре запам'ятовуєш інформацію про місця, де побував, імена людей і назви тварин, рослин, явищ? 8.Ти легко можеш зорієнтуватися у незнайомій ситуації або на новому місці? 9.Ти намагаєшся дізнатися більше про місця та явища, які помічаєш навколо? 10.Ти любиш визначати назви дерев, квіток, птахів, що побачив на вулиці? 11.Часто спостерігаєш за природою?
Філософський інтелект Кількість «так» _____	1.Часто розмірковуєш про життя? 2.Вступаєш у дискусії про релігію, духовність і філософські поняття – істини, сенсу життя, про те, що правильне і не правильне? 3.У твоєму житті сталися події, які змусили тебе поглянути на життя інакше? 4.Ти думаєш про сенс життя на самоті? 5.Тобі цікаво, чому у людей такі різні погляди і вірування? 6.Тебе цікавлять книги про філософію і духовність, вони змушують тебе глибше замислитися над сенсом життя? 7.У тебе є рідна людина, наставник, друг, з яким ти любиш говорити про сенс життя? 8.Тобі сняться сни на духовні, релігійні теми або сни про Всесвіт? 9.Ти замислюєшся про те, наскільки великий та дивовижний Всесвіт? 10.Розмірковуєш, чи зможемо ми коли-небудь подорожувати в часі? 11.Замислюєшся над тим, чи існує життя на інших планетах?

Професії до типів інтелекту

Підкресли із запропонованого списку ті професії, які тобі подобаються

Вербальний/лінгвістичний інтелект

• Копірайтер в рекламній , маркетинговій агенції • Адвокат, юрист • Журналіст • Редактор • Коректор • Лобіст • Політик • Вчитель будь-якої мови • Логопед	• Фахівець зі зв'язків з громадкістю (PR) • Директор радіо чи телебачення • Сценарист • Спічрайтер(пише промови для політиків) • Перекладач • Редактор сайтів • Письменник, поет • Науковий співробітник
---	--

Музичний інтелект

• Фахівець з музичної терапії • Фахівець з історії музики • Вчитель музики • Музикант, співак • Фахівець з налаштування фортепіано • Автор пісень • Редактор звукових ефектів у кіно • Звукорежисер	• Музичний продюсер, редактор • Фахівець з акустики • Диригент • Композитор • Діджей • Музичний етнограф • Виробник музичних інструментів • Аранжувальник • Директор/менеджер студії звукозапису або групи оркестру
---	---



Логічний інтелект

- Програміст
- Розробник відеоігор
- Вчений (біолог, хімік, фізик, астроном, геолог, ботанік, океанолог)
- Астронавт
- Криптоаналітик/фахівець із підбирання шифрів
- Інженер
- Епідеміолог
- Кліматолог
- Лікар-судмедексперт

- Страховий агент
- Інвестиційний аналітик
- Кредитний фахівець
- Статист
- Метеоролог
- Кредитний брокер
- Соціолог
- Фінансовий консультант
- Аудитор
- Банкір
- Економіст
- Біржовий брокер
- Викладач наукових дисциплін

Образний інтелект

- Дизайнер
- Декоратор
- Винахідник
- Художник зі спецефектів у кіно
- Фотограф, фотожурналіст
- Пілот
- Моряк
- Кадастровий інженер
- Інженер будівельник
- Вчитель малювання
- Художник

- Фахівець з екологічного проектування
- Урбаніст
- Архітектор
- Картограф
- Ілюстратор
- Кінооператор
- Режисер документальних фільмів
- Кінорежисер
- Фахівець з реклами
- Фахівець зі створення анімаційних фільмів



Тілесний інтелект

- Майстер бойових мистецтв
- Механік
- Музикант
- Диригент
- Спортивний тренер
- Фізіотерапевт
- Професійний спортсмен
- Скульптор
- Каскадер
- Хірург
- Кравець

- Акробат
- Актор
- Реставратор
- Майстер-ремісник
- Хореограф, танцюрист
- Гімнаст, артист, мім
- Ювелір
- Стоматолог
- Перукар
- Косметолог
- Масажист



Соціальний інтелект

- Фахівець зі зв'язків з громадкістю
- Фахівець по роботі з персоналом
- Антрополог
- Криміналіст
- Адвокат
- Медпрацівник
- Поліцейський
- Політик
- Спеціаліст по рекламі

- Соціолог
- Психолог. Психотерапевт
- Журналіст
- Громадський активіст. Керівник громадської організації
- Соціальний працівник
- Ведучий ток-шоу
- Вчитель
- Турагент
- Тренер

Внутрішній інтелект

- Психолог
- Коуч
- Психіатр
- Соціальний працівник
- Вчитель
- Письменник
- Актор, кінорежисер
- Художник
- Комік

- Поет
- Слідчий
- Винахідник
- Підприємець
- Керівник (у бізнесі, політиці)
- Бізнес-консультант
- Інвестор
- Ремісник

Природний інтелект

- Агроном
- Іхтіолог
- Ландшафтний дизайнер
- Морський біолог
- Метеоролог
- Альпініст
- Гід
- Фотограф живої природи
- Орнітолог
- Палеонтолог
- Біолог-антрополог
- Моряк
- Ветеринар
- Вулканолог

- Психолог
- Поет
- Інструктор з йоги
- Фахівець з проведення духовних ретритів
- Викладач історії та релігії
- Теолог
- Пастор, священник



Філософський інтелект

- Підприємець у сфері здорового способу життя
- Масажист
- Іглорефлексотерапевт
- Коуч
- Викладач медитації
- Письменник
- Парапсихолог
- Філософ

- Психолог
- Поет
- Інструктор з йоги
- Фахівець з проведення духовних ретритів
- Викладач історії та релігії
- Теолог
- Пастор, священник

Мій список професій



Заняття №7.

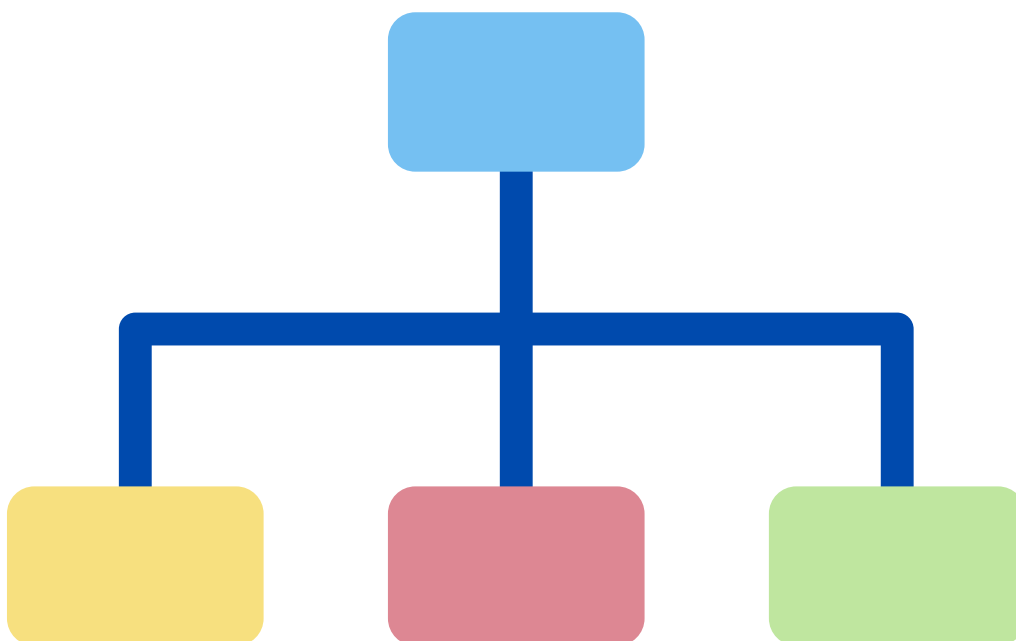
Вправа. “Схема вибору професії”

Суть схеми у тому, щоб знайти для себе кар'єрний шлях, що найбільше підходить, на перетині трьох сфер:

1.Чого хочу я? (проаналізувати власні мрії, бажання, те, що у вас виходить добре. Якщо все ж таки не вдається відповісти на питання, спробуйте виокремити чого точно ви не хочете. Також дієвим є вправа “100 бажань”. А також, що ви хочете отримувати від роботи, а що їй готові віддати?).

2.Що я можу? (аудит власних навичок, вмінь та здібностей. Вправа “прохання про відгук”, попросіть, щоб рідні та вчителі дали відгук про вас, що найкраще у вас виходить. Пройдіть профорієнтаційні тести).

3.Що потрібно ринку? (дослідження та аналітика ринку, сайтів з пошуку роботи, консультація кар'єрних консультантів, проф-орієнтологів).



Вправа. "5 КРОКІВ"

Вправа . Запишіть 3 професійні сфери, які вам подобаються на даний час

Вправа. Сітка цілей

1.Що я маю?	2.Що я хочу мати, але не маю?
3.Що я не хочу, але маю?	4.Що я не хочу, але і не маю?

Вправа. “Незакінчені речення”

1. Я вдячний за _____

2. На день народження хочу отримати _____

3. На безлюдний острів візьму _____

4. Золоту рибку попрошу _____

5. Понад усе хочу _____

6. Завтра хочу змінити _____

7. Прошу вибачення за _____

8. Відчуваю гордість, коли _____

9. Комплімент, який найчастіше чую _____

10. Напевно, мені ніхто не повірить, але _____

11. Зовсім маленьким я мріяв _____

12. Ніколи не забуду _____

13. Щастя для мене _____

14. Є таке місце _____

15. Ніколи не відмовляюсь _____

16. Розумію, що потрібно _____

Заняття №8.

Вправа. Продовжіть фразу "Вибір професії для мене..."

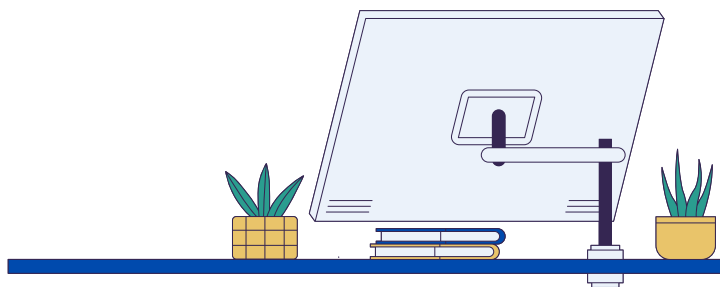
Вправа. "Карусель"

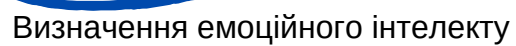
Опишіть свої дії в кожній з наступних ситуацій:

Ситуація А. Перед вами людина, яку ви зовсім не знаєте, бачите її вперше, але вам доведеться працювати в одній компанії.

Ситуація Б. Перед вами людина, яка вам дуже близька, вам треба домовитись про зустріч ввечері, але поруч директор і ви не можете поговорити.

Ситуація В. Перед вами ваш колега, якого ви не долюблюєте, але він чимось засмучений і ніяк не може заспокоїтися. Підійдіть до нього, почніть розмову, заспокойте.





Для роздумів

[illegible]

?

Мій розвиток

2023

2024

2025

Мої мрії

Університети, що розглядаю

Мої критерії вибору професії

Іспити, які будуть потрібні

Мої ТОП-3 професії

Моя професійна мета

Мої сильні сторони

Точки росту

SCAN ME



Рівень емоційної стійкості

SCAN ME



Анкета «Якорі кар'єри»

SCAN ME



Дослідження творчої уяви

SCAN ME



Схильності особистості

SCAN ME



Дослідження основних мисленнєвих операцій

SCAN ME



Анкета для абітурієнтів

SCAN ME



Психометричний тест особистості

SCAN ME



Шкала прокрастинації

SCAN ME



Яка професія мені підходить?

SCAN ME



Тип мислення

SCAN ME



Визначення рівня комунікативності

SCAN ME



Тест на визначення особистості

SCAN ME



Діагностика модальності

SCAN ME



Самооцінка психічних станів

SCAN ME



Оцінка особистої продуктивності



Список використаної літератури

- 1.Тетяна Швець «Тьюторинг. Практики впровадження». Шкільний світ. 2017.
- 2.Тамара Сухенко «Як обрати професію майбутнього». Фоліо. 2019.
- 3.Томас Армстронг книга – путівник із множинного інтелекту «Ти можеш більше, ніж ти думаєш». Манн, Іванов та Фербер. 2015.
- 4.Гордон Драйден та Джаннетт Вос «Революція у навчанні». Літопис. 2011.
- 5.Т. Жжабаров, Н. Антонова, М. Лобазнікова «Як перетворити мрію на професію». Манн, Іванов та Фербер. 2019.
- 6.Кен Робінсон «Покликання». Манн, Іванов та Фербер. 2010.
- 7.Денієл Пінк «Драйв. Дивовижна правда про те, що нас мотивує». Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля». 2017.
- 8.А.В. Руденко; іл. Ю. Василенко. «Три кроки до моєї професії. Блокнот для підлітків». Харків: вид.група «Основа». 2022.
- 9.Анна Мазур, Настя Пасенко. «Кар'єра без драм та травм». Віхола. 2021.

Київ 2023