

**ТЕТРАДЬ УЧАЩЕГОСЯ  
ДЛЯ ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЫ ЖИЗНЕННЫЕ  
КАРЬЕРНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ  
IX класс**

**Автор: Лия СКЛИФОС, кандидат педагогических наук,  
национальный эксперт в области карьерного образования**

**Chișinău 2023**

# СОДЕРЖАНИЕ

## IX-й класс

### Глава I. Изучение информации для последующего выбора подходящих профессий

1. Общие вопросы карьеры и решения касающиеся построения карьеры
2. Факторы, способные повлиять на решения касающиеся выбора профессии
3. Учимся принимать обоснованные решения
4. Изучаем современные профессии и профессии будущего в области здравоохранения
5. Изучаем современные профессии и профессии будущего в области экологии и устойчивого развития
6. Изучаем современные профессии и профессии будущего в области СМИ и образования
7. Изучаем современные профессии и профессии будущего в области городской логистики и социальной сферы
8. Изучаем современные профессии и профессии будущего в области информационных технологий и продаж
9. Изучаем современные профессии и профессии будущего в области спорта и сельского хозяйства
10. Изучаем современные профессии и профессии будущего в области машиностроения и современных материалов
11. Самопознание – верный шаг на пути к успешной карьере
12. Определяем области профессиональной деятельности, в которых, мы могли бы построить успешную карьеру
13. Гала-представление мечтаний о карьере: Фестиваль профессий и ремесел

### Глава II. Ответственный подход к планированию собственной карьеры

1. Определяем подходящие нам профессии.
2. Изучаем образовательные предложения в стране и за рубежом, касающиеся выбранной нами профессии.
3. Изучаем навыки, необходимые для продвижения по карьерной лестнице.
4. Решаем кем стать: наемным работником, работодателем/предпринимателем, фрилансером.
5. Разрабатываем собственный проект развития карьеры.
6. Галерея карьерных проектов: Превращаем мечты в карьерные проекты

### Глава III. Изучаем рынок труда с точки зрения дальнейшей карьеры

1. Исследуем риски и преимущества, связанные с построением успешной карьеры в выбранной области.
2. Какова ценность труда?
3. Ищем возможности для трудоустройства.
4. Составляем убедительное резюме (CV).
5. Приобретаем опыт работы.
6. Дни карьеры: Успешная карьера дома!

### *Дорогие ученики!*

Подростковый возраст является прекрасной и интересной порой в жизни каждого человека. Это именно тот возраст, когда вы стремитесь утвердиться в самых разных сферах деятельности, изучаете информацию и обретаете необходимый опыт, касающийся вашей будущей профессии и карьерного роста. Ваш возраст открывает перед вами огромные возможности для самоутверждения в качестве личности. Правильный выбор профессии - очень важен так как он определяет ваше будущее.

В этот период, как никогда, полезно проявить инициативу, получить из надежных источников необходимую информацию о профессиях, об учебных заведениях, готовящих специалистов в интересующей вас области, об организациях и компаниях, которые смогут помочь вам лучше понять себя и то, чем вы могли бы заниматься, что вам нравится и т.д.

Мы понимаем, что вам нужно больше информации и возможностей для личностного самоутверждения. Что вам нужна поддержка в принятии решений, касающихся карьеры и личностного развития. Исходя из этого, мы предлагаем цикл интерактивных занятий, которые помогут вам лучше понять, кто вы, чем вам нравится заниматься, какими качествами и навыками вы обладаете, какие профессии вам больше всего подходят, как принимать взвешенное, осознанное решение, касающееся вашего карьерного развития и роста, как преодолеть стереотипы в принятии карьерных решений и кто может помочь вам в этом процессе.

Желаем вам успеха и уверены, что за короткое время вы поймете, чего хотите на самом деле и какие возможности существуют для осуществления вашей мечты.

## **ГЛАВА I. ИЗУЧЕНИЕ ИНФОРМАЦИИ ДЛЯ ПОСЛЕДУЮЩЕГО ВЫБОРА ПОДХОДЯЩИХ ПРОФЕССИЙ**

1. Общие вопросы карьеры и решения касающиеся построения карьеры
2. Факторы, способные повлиять на решения касающиеся выбора профессии
3. Учимся принимать обоснованные решения
4. Изучаем современные профессии и профессии будущего в области здравоохранения
5. Изучаем современные профессии и профессии будущего в области экологии и устойчивого развития
6. Изучаем современные профессии и профессии будущего в области СМИ и образования
7. Изучаем современные профессии и профессии будущего в области городской логистики и социальной сферы
8. Изучаем современные профессии и профессии будущего в области информационных технологий и продаж
9. Изучаем современные профессии и профессии будущего в области спорта и сельского хозяйства
10. Изучаем современные профессии и профессии будущего в области машиностроения и современных материалов
11. Самопознание – верный шаг на пути к успешной карьере
12. Определяем области профессиональной деятельности, в которых, мы могли бы построить успешную карьеру
13. Гала-представление мечтаний о карьере: Фестиваль профессий и ремесел

# ТЕМА 1: АСПЕКТЕ GENERALE PRIVIND CARIERA ȘI DECIZIILE DE CARIERĂ

## УЧАСТВУЙТЕ!



*Задание 1.* В каком случае, накануне окончания учебы, вы будете соответствовать образу, представленному на картинке слева, и почему?

Поработайте самостоятельно в течение одной минуты и запишите возникнувшие у вас идеи.

*Задание 2.* Обсудите с коллегой по паре в течение 2 минут а затем по очереди представьте обсуждаемые вами идеи, которые будут записаны преподавателем на доске. Не забудьте так-же дополнить и свой список идей.

## НАКОПИТЕ И ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 3.* Прочитайте текст, приведенный в Приложении 1 и расставьте значки на полях применяя следующий алгоритм:

v – если информация вам известна

+ – если вы находите информацию полезной для себя

? – если информация требует дополнительного изучения

## ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 4.* Объединитесь в группы по 4 человека, обсудите пройденный материал и запишите на постере 3-4 полезные идеи, которые следует воплотить в ближайшие 2-3 недели. Обоснуйте свое решение.

NB! Каждая группа представит результаты своей работы и при необходимости ответит на вопросы.

## ДЕЙСТВУЙТЕ!

*Задание 5.* Обсудите с какой-нибудь ресурсной личностью, решения связанные с карьерой и представьте высказанные ею идеи на следующем занятии.

Когда вы приняли решение относительно своей будущей работы?

Какие факторы повлияли на ваше решение?

## Приложение 1. Выбор профессии

**Карьера** — это эволюционная последовательность действий и должностей, которых достигает человек, а также установок, знаний и навыков, которые формируются в течение всей его жизни:

● *Предпрофессиональную деятельность*, например ту, которую осуществляют дети, ученики, студенты. Следовательно вы сейчас находитесь на этом этапе развития вашей карьеры, и усилия, направленные на самопознание, обретение навыков взаимодействия с другими людьми, на изучение мира профессий, и приобретение опыта очень важны.



● *Профессиональную деятельность* выражающую жизненный период, когда люди заняты работой или находятся в ее поиске. На этом этапе интенсивно развивается как профессиональная, так и личная карьера, появляются новые роли, такие как муж, жена, мать, отец и т.д. Этот период жизни очень важен с точки зрения обеспечения равновесия между личной и профессиональной

жизнью.

● *Пост профессиональная деятельность*. Этот этап относится к людям, завершившим предыдущий этап своей жизни, и вышедшим на пенсию. Существует стереотип, что выход на пенсию — это конец карьеры, но это не соответствует действительности. Карьера означает обучение и деятельность. Пока человек живет, он учится и действует. Поэтому он продолжает развивать свою карьеру.



**Nota Bene!** *Карьера* — это метафорическое „путешествие” человека, во время которого он проходит через периоды учебы, работы и других видов жизнедеятельности.

**Выбор профессии** — это этап, когда человек принимает решения, имеющий большое значение для всей его дальнейшей жизни. Школа и семья способствуют достижению необходимого уровня зрелости для принятия такого решения. Что необходимо сделать, чтобы быть подготовленным к принятию такого решения?

- *Изучать самих себя* – необходимо провести тщательный анализ своих поступков, слабых/сильных сторон, а также определить свое место в семье, в учреждении, в социуме и т.д.
- *Тщательно изучить свою образовательную и профессиональную среду*, для того чтобы уметь предвидеть определенные проблемы, неприятные события, и научиться использовать имеющиеся возможности и шансы; чтобы следить за тем, что происходит в интересующей нас сфере деятельности, и постоянно собирать обратную связь, чтобы быть более подготовленными и не оказаться застигнутым врасплох в случае появления непредвиденных трудностей.
- *Неустанно заботиться о своей репутации и имидже* - подчеркивайте свои навыки и достижения, все то, что выделяет вас, что демонстрирует ваши особые качества, вашу способность всецело посвятить себя профессиональной деятельности и ваше умение доводить начатые проекты до конца.
- *Быть мобильными, постоянно развиваться* - следите за соответствием ваших личных навыков тем, которые востребованы в семье, школе и на рынке труда.

- *Вести счет собственным достижениям* – представляйте свидетельства того, чему вы научились, чего достигли, покажите те осязаемые результаты, которых вам удалось добиться, поскольку они являются очень ценными факторами, способствующими развитию вашей карьеры.
- *Всегда иметь запасной план развития карьеры и быть готовыми к действиям* - всегда будьте активны.
- *Поддерживать себя в форме* – обеспечьте своему психическому и материальному состоянию хороший фундамент, необходимый комфорт и правильный баланс.

Все что происходит в жизни человека, так или иначе оказывает влияние на его карьеру, и в этой связи необходимо обеспечить баланс между двумя основными составляющими жизни: семьей и работой.

Решение каждого человека о выборе сферы своей профессиональной деятельности должно выражать равновесие между личными и общественными интересами.

## ТЕМА 2: ФАКТОРЫ, СПОСОБНЫЕ ПОВЛИЯТЬ НА РЕШЕНИЯ КАСАЮЩИЕСЯ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Представьте своим коллегам идеи касающиеся выбора профессии, высказанные ресурсной личностью во время беседы с вами.

*Задание 2.* Сформулируйте несколько выводов на основе услышанного

---

---

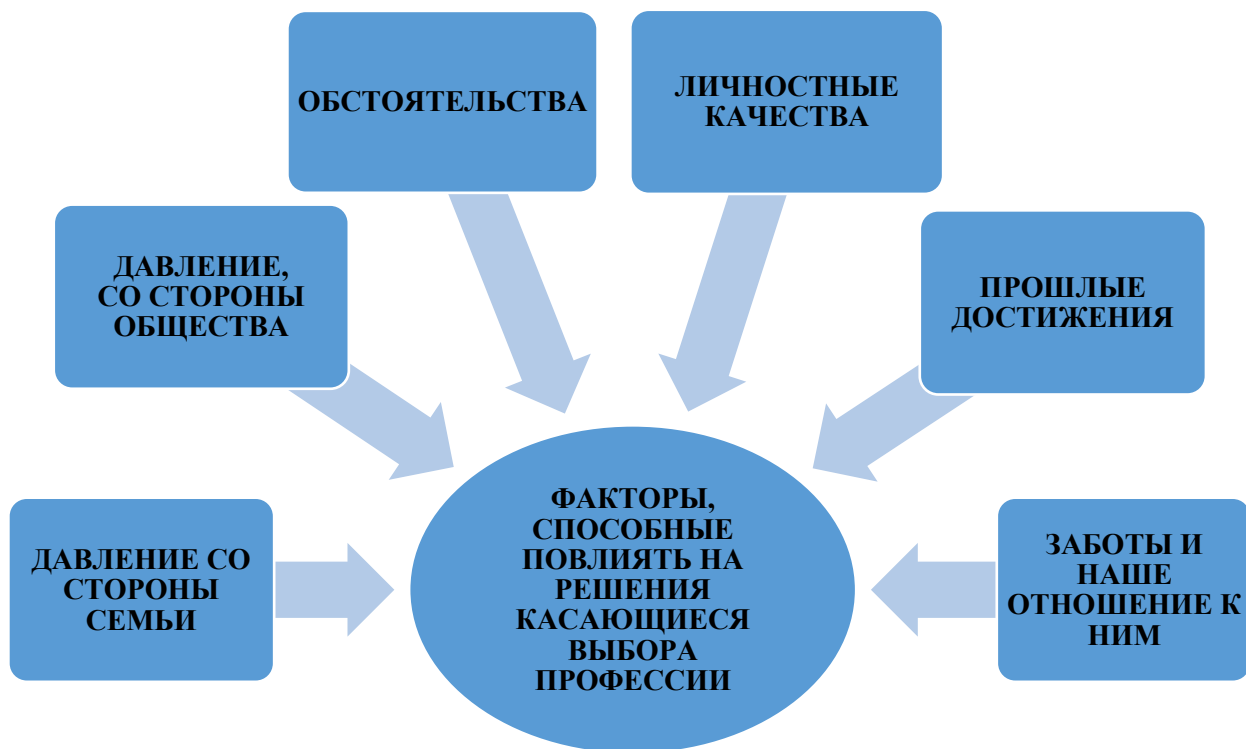
---

*Задание 3.* Проанализируйте в группах один из факторов, представленных в Приложении 1 и попытайтесь дать ему объяснение на примере собственного опыта.

---

---

---



### Anexa 1. Factori de influență asupra deciziilor de carieră

Представьте результаты обсуждения

### НАКОПИТЕ И ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 4:* прочитайте разбившись на группы текст, представленный в Приложении 2 с использованием техники *Дополнительного обучения*. Данная техника включает в себя следующие шаги:

Данный материал разработан в рамках проекта "Образовательная и социально-психологическая инклюзия детей-мигрантов", фаза 2, реализуемого Фондом развития при финансовой поддержке Детского фонда Песталоцци.



1. Все члены группы изучают информацию о каком-либо факторе.
2. Один из членов группы выступает в роли учителя и объясняет остальным этот фактор.
3. Все участники вспоминают случаи из жизни, касающиеся обсуждаемого фактора.
4. По окончании обсуждения одного фактора ученик, который выступал в роли преподавателя, на свой выбор назначает преподавателем другого члена группы.
5. Все члены группы изучают информацию о другом факторе.
6. Ученик, назначенный играть роль преподавателя, объясняет остальным своим коллегам суть обсуждаемого фактора.
7. Все участники вспоминают случаи из жизни, касающиеся обсуждаемого фактора.
8. Процедура повторяется до тех пор, пока не будут проанализированы все факторы.

### **ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!**

*Sarcina nr. 5:* найдите правильные решения для снижения эффекта факторов влияния.

---

---

---

Представьте остальным коллегам ваши решения и запишите их на доске.

### **ДЕЙСТВУЙТЕ!**

*Sarcina nr. 6:* разработайте самостоятельно или вместе с коллегами по группе план действий, направленный на преодоление факторов негативного влияния.

---

---

---

---

## **Приложение 2. Факторы, способные повлиять на решения касающиеся выбора профессии**

Существует ряд факторов, которые могут сыграть определенную роль в процессе выбора профессии и развития карьеры (McDowell and Hostetler (2001)), таких как:

- *Давление со стороны семьи.* Близкие люди навязывают нам свою модель жизни для подражания. Даже если молодой человек противится этому, прикрываясь самыми благородными намерениями его семья стремится поддерживать в нем дух и состояние инфантилизма.
- *Давление со стороны общества.* Общество определяет и навязывает нам профессиональные модели, придавая им определенное значение в конкретный момент времени. Оно насаждает так-называемый «модный» тренд в выборе, стремлении и оценке профессий.
- *Обстоятельства.* Финансовое положение, роль родителя, семейное положение и т.д., являются факторами, которые иногда благоприятствуют карьере, поскольку поддерживают или предрасполагают человека к высокой степени совместимости с соответствующей профессиональной областью, но бывают случаи, когда они препятствуют нормальному развитию карьеры.
- *Личностные качества.* Существуют черты характера, которые в одних профессиональных сферах усиливаются, а в других подавляются. Кроме того, отношение человека к профессии во многом определяется его когнитивными, аффективными и волевыми доминантами и их сочетанием.

● *Прошлые достижения.* Каждый человек несет в себе личную историю в плане стремлений, испытаний, регрессов, удовлетворений, связанных с профессией или профессиональными

Данный материал разработан в рамках проекта "Образовательная и социально-психологическая инклюзия детей-мигрантов", фаза 2, реализуемого Фондом развития при финансовой поддержке Детского фонда Песталоцци.

перспективами. Они могут быть факторами диссонанса, поскольку с ними связаны неудачи, разочарования, удары по самолюбию и т.д.

- *Заботы и наше отношение к ним.* Бывают счастливые случаи, когда формальные заботы совпадают или дополняются личными интересами. Внутренний конфликт может привести к разрыву отношений со значимыми людьми в рабочей среде или к игнорированию сильных мотивов, не соответствующих выбранному карьерному пути.

Исходя из того, что развитие карьеры — это непрерывный процесс, в ходе которого человек проходит ряд стадий, очень важную роль играют карьерные решения и проектирование карьеры.

## ТЕМА 3: УЧИМСЯ ПРИНИМАТЬ ОБОСНОВАННЫЕ РЕШЕНИЯ

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Представьте составленный вашей группой план действий, направленный на преодоление факторов негативного влияния, и сформулируйте 1-2 вывода.

---

---

---

*Задание 2.* Вспомните конкретную ситуацию, когда вам нужно было принять решение. Как вы действовали в этом случае и как вы обычно принимаете решения? Опишите этапы принятия решения.

---

---

---

*Задание 3.* Обсудите со своими коллегами по паре и представьте остальным присутствующим на занятии ваши собственные методы принятия решений.

### НАКОПИТЕ И ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 4.* Изучите этапы принятия решений, взяв за основу информацию, представленную в **Приложении 1**. Этапы принятия решений.

### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 5.* Работая в группах проанализируйте одну из рассмотренных выше ситуаций и определите, какое решение будет наиболее правильным, если при его принятии применить данную модель. Представьте результат всем коллегам, записав его на постере.

### ДЕЙСТВУЙТЕ!

*Задание 6.* Выясните, какова ваша способность принимать решения, ответив дома на вопросы теста, представленного в **Приложении 2**.

#### *Приложение 1. Этапы процесса принятия решений*

Этап 1. Сформулируйте стоящую перед вами проблему, относительно которой вам необходимо принять решение. В зависимости от того, как мы опишем проблему, мы определим ее причины, а затем, исходя из выявленных причин, мы сможем выработать наиболее оптимальное для нее решение. Важность этого этапа часто не осознается нами и как следствие, зачастую приводит к принятию неверных решений.

Этап 2. Соберите как можно больше информации о возможных вариантах решения проблемы. Из множества версий выделите две, которые на ваш взгляд являются наиболее приемлемыми. Мы часто пытаемся искать решения проблем, основываясь на своем прошлом опыте, и эта привычка ограничивает нас в поиске новых решений. Для принятия верного решения в большинстве случаев



нужно сгенерировать не менее 5 вариантов, из которых позже будут выделены и тщательно проанализированы только 2.

Этап 3. Проанализируйте выбранные варианты. Определите их преимущества и недостатки, а также положительные и/или отрицательные последствия их применения.

Вариант 1		Вариант 2	
Преимущества и положительные последствия	Недостатки и отрицательные последствия	Преимущества и положительные последствия	Недостатки и отрицательные последствия

*Внимание!* Для принятия правильных решений необходимо проанализировать каждый из существующих вариантов исходя из краткосрочной и долгосрочной перспективы.

Этап 4. Определите, какие важные для нас ценности могут быть удовлетворены или задеты, в случае принятия того или иного решения. Для удобства, предлагаем вам список основных и наиболее важных человеческих ценностей: здоровье, семья, друзья, репутация, образование, карьера, власть, благосостояние, любовь, истина, любознательность, справедливость, честь, ответственность и т.д.

Этап 5. Выберите вариант, который в наибольшей степени отражает вашу основную ценность, и подумайте над тем, как его улучшить, уменьшив при этом возможные негативные последствия.

Этап 6. Составьте план действий по реализации принятого решения и выполните его. Очевидно, что выбор наилучшего варианта не гарантирует что ситуация автоматически изменится. Первым реальным шагом на пути к изменениям являются действия. Действия на уровне сообщества означают, что различные его члены берут на себя ответственность.

Этап 7. Оценка принятого решения. Каждое решение имеет свою цель. Окончательная проверка принятого решения должна дать ответ на несколько вопросов. Получили ли мы того, чего хотели? Очевидны ли изменения? Стала ли ситуация лучше, хуже или осталась неизменной? Какие новые проблемы возникли в результате реализации решения?

## Приложение 2. Какова ваша способность принимать решения

Ответьте “ДА” или “НЕТ” на вопросы, приведенные ниже.

№	Вопросы	ДА	НЕТ
1	Часто ли вы пытаетесь избежать или отложить принятие важных решений, говоря себе, что проблема решится сама собой?		
2	Когда от вас требуется принять очень важное решение, вы начинаете волноваться, и при этом снижается ваша эффективность?		
3	Считаете ли вы ниже своего достоинства советоваться с коллегами, даже если они обладают большим опытом и знаниями в интересующем вас вопросе?		
4	При принятии решений касающихся важных вопросов, относительно которых существуют аргументы как за, так и против, склонны ли вы полагаться на интуицию?		
5	Нравится ли вам часто оказываться в ситуациях, когда нужно принимать решения?		



## ТЕМА 4: ИЗУЧАЕМ СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИИ И ПРОФЕССИИ БУДУЩЕГО В ОБЛАСТИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Что нового вы узнали, во время прохождения теста на определение способности принимать решения.

*Задание 2.* Запишите в своих тетрадках название нескольких профессий из области здравоохранения.

---

---

---

*Задание 3.* Нарисуйте таблицу с двумя колонками.

Область здравоохранения	
Существующие профессии	Новые профессии, появившиеся как результат изменений, произошедших в обществе и мире в целом

*Задание 4.* Заполните список профессий в первой графе таблицы, обсудив его с коллегой сидящим рядом. *Prezentati profesiile și noi vom face o listă comună la tablă.*

*Задание 5.* Учитывая изменения, произошедшие в обществе и в мире в целом, попробуйте предположить, какие новые профессии появятся в данной области, и отметьте их в колонке справа.

### НАКОПИТЕ И ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 6.* Ознакомьтесь с профессиями будущего в области здравоохранения. Каждый из присутствующих получит лист с описанием одной из профессий. Затем, учащиеся постараются открыть для себя новые профессии, перемещаясь по классу и обсуждая поочередно с другими своими коллегами профессии, которые тем известны.

**NB!** Каждый ученик представит профессию, описанную на своем листе, выслушает представления своих коллег делая при этом записи в своей тетрадке.

### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 7.* Работая в группах по 3 человека определите 2-3 профессии будущего, которые на ваш взгляд были бы полезны в вашем населенном пункте, и объясните, почему вы так считаете.

---

---

---

*Задание 8.* Представьте выбранные профессии на плакате, в креативной манере. Закрепите плакат на стене и представьте его своим коллегам.



**Задание 9.** Представьте нескольким из своих знакомых или членам своей семьи профессии будущего, которые показались вам наиболее интересными, и отметьте их реакцию на информацию об этих профессиях.

---

---

---

---

### Приложение 1. Профессии будущего в области здравоохранения

Медицина — это та сфера деятельности, в которой количество профессий, со временем, будет постоянно расти. В этой области существуют тенденции, которые так или иначе будут способствовать появлению новых профессий. В связи с увеличением продолжительности жизни людей возникнет потребность в специалистах, обладающих медицинскими знаниями и навыками для обеспечения достойной старости.

Возникнет потребность в биотехнологии, т.е. в умении людей использовать свойства организмов для решения технологических задач. Благодаря этой научной дисциплине человечество уже решило множество проблем, таких как изобретение вакцин, производство инсулина, создание антибиотиков и многие другие.



Эта область медицины только начинает развиваться. Любое заболевание легче предотвратить, чем лечить. Поэтому возникает необходимость в превентивной или профилактической медицине. Её основная задача заключается в том, чтобы выявить на ранней стадии те изменения в организме, которые могут привести к заболеванию, и вовремя вмешаться.

Другим новым направлением является биологический хакинг, который исследует возможности повышения когнитивных способностей человека и продления его жизни с помощью молекулярной биологии.

Следует отметить, что врач будущего должен не только знать анатомию человека и быть в состоянии правильно поставить диагноз в области своей специализации, но и уметь системно подходить к изучению человеческого организма неустанно интересуясь результатами новейших исследований в данной области и эффективно обмениваясь приобретенным опытом и знаниями со своими коллегами.



К

#### Профессии будущего в области здравоохранения:

- *Терапевт-генетик, специализируется на диагностике, лечении и консультировании пациентов с генетическими нарушениями и наследственными заболеваниями. Врач данной специализации сотрудничает с исследователями с целью разработки генетических и индивидуальных методов лечения.*
- *Специалист в области нутригеномики изучает взаимодействие между питанием и генами, с целью разработки диет и диетологических мероприятий с учетом генетического профиля каждого человека. Данный подход может помочь в профилактике и лечении таких заболеваний, как ожирение, диабет и сердечно-сосудистые заболевания.*

- *Терапевт виртуальной реальности* использует виртуальные технологии для лечения различных заболеваний, таких как тревога, фобии, посттравматическое стрессовое расстройство и хроническая боль. Погружая пациента в контролируемые состояния, он помогает ему справиться со своими страхами и научиться стратегиям управления симптомами.
- *Геронтолог* – это врач, специализирующийся на вопросах старения и занимающийся изучением, профилактикой и лечением таких связанных со старением проблем, как деменция, остеопороз и сердечно-сосудистые заболевания. В сотрудничестве с врачами, медсестрами и другими специалистами по уходу за пожилыми людьми он разрабатывает программы и мероприятия, направленные на улучшение качества жизни пожилых людей.
- *Специалист в области здорового старения* проводит консультации по естественному старению, с целью поддержания правильного уровня функциональности организма и сохранения высокого качества жизни.
- *Специалист в области персонализированной медицины* занимается разработкой индивидуальных методов лечения и терапии на основе генетических, биохимических и жизненных особенностей каждого пациента. Этот инновационный подход может привести к более эффективному лечению болезней с меньшим количеством побочных эффектов.
- *Тканевый инженер* – это специалист, применяющий принципы биологии, химии и инженерии для создания биологических материалов, способных заменить или восстановить поврежденные или больные ткани.
- *Специалист по психическому здоровью на рабочем месте* занимается укреплением психического здоровья сотрудников путем разработки программ и мероприятий, направленных на повышение чувства удовлетворенности своей работой, и производительности, а также на создание равновесия между трудовой деятельностью и личной жизнью.
- *Молекулярный диетолог* консультирует по вопросам взаимодействия питательных веществ, особенно микроэлементов, с генетическими факторами, влияющими на здоровье и предрасположенность пациента к заболеваниям.
- *Инженер по медицинскому оборудованию* осуществляет установку, ввод в эксплуатацию, техническое обслуживание и ремонт медицинского оборудования.



## ТЕМА 5: ИЗУЧАЕМ СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИИ И ПРОФЕССИИ БУДУЩЕГО В ОБЛАСТИ ЭКОЛОГИИ И УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Расскажите о реакции людей, которым вы представили информацию о профессиях, специализированных в области здравоохранения. Как вы себя при этом чувствовали?



*Задание 2.* Прокомментируйте рисунок и скажите, как он связан с темой нашего занятия.

---

---

---

---

---

*Задание 3.* Продолжая работать в парах, определите профессии, которые способствуют охране окружающей среды. Представьте результаты.

---

---

---

Запишите профессии на прикрепленном к доске плакате.

### НАКОПИТЕ И ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 4.* Нарисуйте в тетрадях таблицу состоящую из 2 колонок на подобии той, что представлена ниже. Затем прочитайте текст представленный в **Приложении 1** и впишите в колонку слева 2-3 профессии, которые вам больше всего понравились, объясняя свой выбор в колонке справа.

№	Профессии, которые я бы выбрал для себя	Аргументы в пользу моего выбора
1		
2		
3		

### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 5.* Обсудите профессии будущего и определите, какие изменения произойдут в вашем сообществе, когда на работу начнут принимать специалистов с такими профессиями. Расставьте профессии в определенной последовательности, исходя из степени их полезности для вашего сообщества, расположив их на оси ценностей используя десятибалльную шкалу, где:

1 = бесполезная; 5 = среднего уровня полезности; 10 = очень полезная

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10 →

### ДЕЙСТВУЙТЕ!

**Задание 6.** Расскажите о профессиях будущего представителям местной мэрии и спросите их, кто из них мог бы внести вклад в развитие сообщества, если бы работал по одной из представленных профессий.

---

---

---

---

### Приложение 1: Экология и устойчивое развитие

Переработка отходов и охрана природы - это область, вызывающая особую озабоченность у активистов экологического движения и одновременно бросающая вызов всему человечеству. В развитых странах уже существуют системы, помогающие восстанавливать и сохранять природные ресурсы.



Были созданы и уже применяются датчики, отслеживающие изменения климата и поведение животных. Они также способны прогнозировать ущерб, наносимый окружающей среде жизнедеятельностью человека. На основе этих данных экологи разрабатывают природоохранные программы. По этой причине, уже существует острая необходимость в подготовке специалистов, которые смогут решать экологические проблемы на глобальном уровне.

В настоящее время можно выделить следующие тенденции в области экологии:

Крупные компании все чаще используют новые источники энергии, например солнечные батареи, и переходят на энергосберегающие технологии. Это позволяет экономить средства и сокращать использование дефицитных природных ресурсов.

Популяризация электромобилей позволяет решить сразу несколько проблем. Среди них: чистота воздуха, эргономика, экономия. Многие "зеленые" компании предоставляют электромобили в пользование своим сотрудникам, но и рядовой потребитель уже может позволить себе электромобиль. В развитых городах создается удобная инфраструктура для использования таких автомобилей.

Во всем мире уже принято использовать биоразлагаемые материалы вместо пластиковой тары.

Повышение осведомленности о влиянии человека на окружающую среду и необходимость построения более устойчивого будущего привели к появлению новых карьерных возможностей в области экологии и устойчивого развития. Эта макро-категория включает в себя профессии, занимающиеся охраной окружающей среды, управлением экологическими ресурсами и продвижением "зеленых" и устойчивых практик в различных отраслях. Специалисты в этой области должны быть целеустремленными, нацеленными на инновации, и готовыми работать с различными заинтересованными сторонами для создания эффективных и долгосрочных решений.



## Профессии будущего в области экологии и устойчивого развития

- *Специалист по возобновляемым источникам энергии* занимается разработкой, внедрением и управлением системами производства энергии из возобновляемых источников, таких как солнце, ветер, вода и биомасса. Он сотрудничает с инженерами, исследователями и политиками, содействуя переходу к чистой и устойчивой энергетической экономике.
- *Инженер в области циркулярной экономики* занимается разработкой и внедрением решений и систем, которые минимизируют отходы и максимально восстанавливают ресурсы, за счет переработки, регенерации и повторного использования материалов и энергии. Он работает в различных отраслях промышленности, таких как производство, транспорт и строительство.
- *Специалист по управлению водными ресурсами* занимается планированием, разработкой и управлением водными ресурсами для обеспечения их эффективного и устойчивого использования. Он сотрудничает с инженерами, исследователями и местными властями с целью решения таких проблем, как загрязнение, безопасность водных ресурсов и адаптация к изменению климата.
- *Городской эколог* изучает взаимодействие между природной и городской средой с целью разработки стратегий сохранения биоразнообразия и обеспечения устойчивого развития городов. Он работает вместе с градостроителями, архитекторами и местными властями, над решением таких вопросов, как загрязнение воздуха, утилизация отходов и защита естественной среды обитания.
- *Консультант по устойчивому развитию* помогает организациям и компаниям улучшать экологические показатели и внедрять устойчивые методы ведения бизнеса. Он занимается анализом и оценкой влияния деятельности предприятий на окружающую среду, предлагая решения по снижению потребления ресурсов, утилизации отходов и сокращению выбросов парниковых газов.
- *Эколог-логист* – это специалист по обеспечению экологически безопасной логистики.
- *Аудитор экосистемных услуг* – это специалист, проводящий аудит и составляющий отчеты о состоянии экосистемных услуг.
- *Городской садовник* – это специалист по особому уходу и по специальным инструментам, применяемым для этого вида деятельности.
- *Специалист по управлению отходами* занимается планированием деятельности по управлению отходами, обучению персонала, занимающегося управлением отходами, оценкой деятельности по управлению отходами и т.д. Другим специалистом в этой области является менеджер по безотходному производству, который занимается поиском наиболее эффективных и устойчивых, с экономической точки зрения, решений для процесса переработки отходов.
- *Агро эколог* отвечает за принятие оптимальных решений по (ре)проектированию, созданию и поддержанию агроэкологического производства.

## ТЕМА 6: ИЗУЧАЕМ СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИИ И ПРОФЕССИИ БУДУЩЕГО В ОБЛАСТИ СМИ И ОБРАЗОВАНИЯ

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Как отреагировали представители местной мэрии, когда вы спросили их, какая из профессий, связанных с экологией и устойчивым развитием, может внести вклад в развитие сообщества? Какие профессии были названы ими и как они обосновали свой выбор?

*Задание 2.* Составьте самостоятельно два списка. В первый список впишите профессии из области СМИ, а во второй – из области образования. Запишите списки в таблицу, приведенную ниже.

Профессии из области СМИ	Профессии из области образования

*Задание 3.* Обсудите с коллегой составленные каждым из вас списки и составьте вместе один общий список

*Задание 4.* Представьте свои результаты всем присутствующим в классе.

### НАКОПИТЕ И ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 5.* Внимательно прочитайте текст и представьте, что у вас есть возможность, в своем учебном заведении, развивать навыки по одной из специальностей, представленных в **Приложении 1**. Какая это будет специальность и почему вы ее выбрали?

---

---

---

*Задание 6.* Выберите 3-4-х коллег, с которыми вы хотели бы вместе работать над школьным проектом, основанным на выбранных вами профессиях.

---

---

### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 7.* Разработайте вместе с коллегами по группе школьный проект, основанный на профессиях, выбранных каждым из членов группы. Оформите проект в виде плаката, а затем представьте его остальным коллегам.

### ДЕЙСТВУЙТЕ!

*Задание 8.* Организуйте в вашей школе выставку плакатов, разработанных вами.

### Приложение 1: Медиа, создание контента и образование

В настоящее время качественный контент является обязательным условием привлечения клиентов в любую компанию, поэтому такие профессии, как фотограф, дизайнер, видеограф, писатель, копирайтер, художник, редактор и другие, будут актуальны еще долгое время.

Кроме того, современные СМИ стали основным источником информации для человека, а социальные сети - основным средством коммуникации. Внимание потребителя - главный

ресурс для маркетологов, поэтому такие навыки, как креативность и умение вызвать интерес, будут все больше и больше востребованы на рынке труда.

### ***Профессии будущего в области медиа***

- *Fact checker* - специалист по проверке фактов на достоверность.
- *Дизайнер эмоций* - создает необходимый эмоциональный фон для контента предлагаемого потребителю.
- *Продюсер семантического поля* формирует и развивает необходимую картину мира, создавая и фильтруя поток информации.
- *Медиаполицейский* отслеживает противоправные действия в информационном пространстве, борется с киберпреступностью.
- *Инфостилист* создает алгоритм отбора информации в соответствии с потребностями человека.



### **Образование**

Несмотря на то, что сфера образования считается достаточно консервативной, развитие технологий изменило и эту область. На смену привычному офлайн-обучению в школах, специализированных учреждениях и на курсах повышения квалификации проводятся онлайн-курсы с использованием большого количества инновационных методик обучения.



Акцент в образовании сейчас делается на использовании игр и личностном подходе к обучению. Эти методы позволяют научиться с энтузиазмом обрабатывать информацию, развивать творческие способности и научиться решать сложные аналитические задачи.

Важно, чтобы специалисты, занимающиеся обучением людей, были эмпатичными, критически мыслящими, гибкими и готовыми адаптироваться к новым требованиям работодателей.

### ***Профессии будущего в области образования***

- *Специалист по изображению еще нерожденного ребенка* формирует возможную картину будущей жизни ребенка и траекторию его развития. Подбирает образовательные программы в соответствии со склонностями ребенка и пожеланиями родителей.
- *Игровой педагог* создает образовательные программы на основе игровых методик.
- *Валидатор знаний* разрабатывает многомерные системы оценки знаний, обеспечивающие обратную связь и раскрывающие потенциал учащегося.
- *Тренер коллективных навыков* специализируется на развитии навыков продуктивной работы в группе, таких как: эмоциональный интеллект, построение границ, ненасильственное общение, эффективное распределение ролей и задач в группе.
- *Упаковщик учебного контента* разбивает учебный материал на небольшие блоки, из которых создаются индивидуальные программы обучения под конкретные задачи и потребности.



## ТЕМА 7: ИЗУЧАЕМ СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИИ И ПРОФЕССИИ БУДУЩЕГО В ОБЛАСТИ ГОРОДСКОЙ ЛОГИСТИКИ И СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Как отреагировали коллеги в вашей школе на разработанную и представленную выставку плакатов о профессиях? Что вы при этом чувствовали?

*Задание 2.* Обсудите с коллегами по группе и в течение 7 минут нарисуйте город/деревню будущего.

По завершении работы, представьте свои рисунки и пусть остальные участники занятия определяют, какие основные изменения произойдут в будущем и какие новые профессии станут необходимыми. Затем решите вместе, каким образом и в какой степени произошедшие изменения повлияют на социальную сферу и какие профессии будут востребованы в этой области.

Запишите результаты своих презентаций в общую таблицу.

Востребованные профессии		Новые профессии	
В сфере городской логистики	В социальной сфере	В сфере городской логистики	В социальной сфере

### НАКОПИТЕ И ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 3.* Прочитайте самостоятельно текст под названием "Социальная сфера". Обсудите его с партнерами по группе и предложите изменения и дополнения к ранее сделанным вами рисункам. Объясните каждое предложенное изменение или дополнение.

*Задание 4.* Прочитайте Самостоятельно текст под названием "Логистика городов".

Обсудите его с партнерами по группе и предложите изменения и дополнения к ранее сделанным вами рисункам. Объясните каждое предложенное изменение или дополнение.

### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 5.* Поразмышляйте немного об обществе, в котором вы живете. Представьте, что к вам переехали для постоянного проживания 3 семьи и для них были построены новые дома. Выберите 3-4 профессии будущего, которые могли бы стать приоритетными для сообщества и способствовали бы его развитию.

---

---

---

### ДЕЙСТВУЙТЕ!

*Задание 6.* Нарисуйте изображение сообщества будущего и разместите его на доске объявлений в мэрии, доме культуры или школе. Понаблюдайте и отметьте в тетрадях реакцию людей на вашу работу.

---

---

---

---

## Приложение 1. Область городской логистики и социальной сферы



### Социальная сфера

Работа социальных служб становится все более прозрачной, у людей появляется все больше возможностей для обращения к социальным службам по различным вопросам. Благодаря развитию информационных технологий стало гораздо проще привлечь внимание общественности к проблемам

неравенства и дискриминации, и, как следствие, возросла вовлеченность общества в их решение.

Кроме того, люди проявляют инициативу и создают некоммерческие организации для помощи другим людям, например, волонтерские проекты по поиску пропавших людей или благотворительные фонды.

### Профессии будущего в социальной сфере

- *Посредник в решении социальных конфликтов* разрешает ненасильственным путем споры, возникающие между социальными группами по имущественным, культурным, национальным и религиозным вопросам.
- *Специалист по адаптации мигрантов* обучает национальному языку и культуре, в том числе через Интернет.
- *Разработчик платформ совместного пользования* создает платформы, на которых можно обмениваться услугами, продуктами питания и ненужными вещами.
- *Куратор волонтерских групп* - специалист, который набирает социально активных людей и организует их работу по решению социальных проблем.
- *Руководитель кризисного центра* курирует деятельность социальных работников, психологов, юристов по оказанию необходимой помощи незащищенным слоям населения.

### Сфера городской логистики

Существует теория, согласно которой в будущем не будет маленьких городов и деревень, вся жизнь будет строиться вокруг крупных мегаполисов. Эту тенденцию мы наблюдаем уже сейчас: многие жители пригородов ежедневно ездят на работу в крупные города.

Сейчас важно создать комфортные условия для жизни и общения для большого количества людей, которые будут жить в мегаполисах.

Градостроительство, умные дороги, грамотная инфраструктура - это те отрасли, которые нуждаются в специалистах, готовых принимать оперативные решения с учетом потребностей и комфорта людей в городской среде. Ведь удобство жизни напрямую влияет на экономическое развитие местности, будь то город или село.



### Профессии будущего в сфере городского и дорожного строительства

- *Проектировщик доступности* проектирует инфраструктуру для детей, пожилых людей и для людей с ограниченными возможностями.
- *Специалист по реконструкции* оценивает состояние старых зданий, принимает технологические решения по их реконструкции.
- *Специалист по разработке строительных материалов* составляет стандарты на строительные материалы, оценивает их пригодность и прогнозирует срок службы.

- *Архитектор домов с нулевым энергопотреблением* создает проекты домов с автономным питанием.
- *Инженер по безопасности транспортных систем* решает проблемы эксплуатации транспортных систем, связанные с экологической безопасностью.
- *Специалист по модернизации транспортных систем* внедряет в существующую транспортную сеть современные технологии: камеры, датчики, табло и т.д.
- *Оператор автоматизированных транспортных систем* следит за действиями беспилотных автомобилей, при необходимости исправляет обнаруженные ошибки.



## ТЕМА 8: ИЗУЧАЕМ СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИИ И ПРОФЕССИИ БУДУЩЕГО В ОБЛАСТИ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ПРОДАЖ

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Вам было дано задание нарисовать дома общество будущего и разместить рисунки на доске объявлений в мэрии, в доме культуры или в школе. Как реагировали люди на ваши рисунки?

*Задание 2.* Обсудите с коллегой и определите ситуации, в которых технологическое решение может заменить человека. Представьте выявленные ситуации членам вашей группы и сформулируйте вместе выводы.

---

---

*Вопросы:*

- Какие профессии в области информационных технологий вам известны?

---

- Какие новые профессии, по вашему мнению, появятся в ближайшие 5-10 лет?

---

- В последнее время многие люди занимаются продажами. Какие профессии в этой области вы знаете и какие, новые профессии в этой области могут появиться в будущем? Опишите их?

### НАКОПИТЕ И ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 3.* Прочитайте текст и выберите 1-2 профессии из каждой области, которые, вам кажутся наиболее интересными и подходящими для вас.

Профессии их области информационных технологий:

---

Профессии их области продаж:

---

*Задание 4.* Обсудите с коллегами по группе и составьте общий список профессий. Представьте его всем участникам занятия. Что изменилось бы в вашем сообществе, если бы в нем работали люди, обладающие такими профессиями?

### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

---

*Задание 5.* Подойдите по очереди к плакату, на котором представлен список различных профессий, обсуждаемых на данном уроке, и поставьте галочку в виде латинской буквы V напротив одной профессии, которая вам наиболее интересна. Объяснять свой выбор, при этом, не нужно.

*Задание 6.* Обсудите результаты с коллегами по группе и сформулируйте общий вывод, а затем представьте его всему классу.

---

---

---

## **ДЕЙСТВУЙТЕ!**

*Задание 7.* Найдите человека, работающего в одной из изучаемых сегодня областей. Свяжитесь с ним и проведите интервью. Вы можете сделать это встретившись с ним лично или через Интернет, задав следующие вопросы:

- Каковы основные задачи специалистов, работающих по данной профессии?

---

---

- Почему вы выбрали именно эту профессию?

---

---

- Что вы можете сказать об условиях вашей работы?

---

---

- Что я должен знать и делать, если выберу эту профессию?

---

---

---

- Где можно получить необходимую профессиональную подготовку?

---

---

- Каковы перспективы работы в этой области?

---

---

- Что вам нравится и что не нравится, работая в этой области?

---

---

---

Подготовьте отчет о результатах этого интервью и представьте его коллегам на следующем занятии.

**NB!** Если сотрудник даст свое согласие, то вы можете сфотографировать его за работой.

### Информационные технологии

Компьютеры уже заменяют человеческий труд везде, где это возможно. Например, с появлением приложений для вызова такси исчезла необходимость в диспетчерах. А такие приложения, как Booking и Airbnb, заменяют туристические агентства.



Однако автоматизированные процессы имеют свои пределы. Сейчас основными направлениями в IT-секторе являются машинное обучение нейросетей, которые смогут решать сложные задачи, и создание квантового компьютера для ускорения объемных вычислений.

В мире через несколько десятилетий программирование станет новым обязательным навыком для каждого из нас, поскольку все сферы

деятельности будут работать с использованием программного обеспечения.

Технологии и вычислительная техника являются ключевыми направлениями для развития и роста экономики, а также для повышения качества жизни. Профессионалы в этой области должны обладать творческими и аналитическими способностями и быстро адаптироваться к новым тенденциям и технологиям.

### Профессии будущего в сфере информационных технологий

- *Специалист по искусственному интеллекту и машинному обучению* занимается разработкой алгоритмов и моделей, которые позволяют машинам обучаться и принимать решения на основе данных. Эти технологии находят применение в самых разных областях, таких как медицина, финансы, маркетинг и транспорт.
- *Специалист по технологии блокчейн* будет работать над тем, чтобы транзакции и информация записывались таким образом, чтобы их нельзя было подделать. Эта технология находит применение в таких областях, как криптовалюты, финансовые услуги, логистика и кибербезопасность.
- *Специалист по кибербезопасности* отвечает за защиту компьютерных систем, сетей и данных от киберугроз, таких как кибератаки, кража данных и другие противоправные действия, которые могут повлиять на целостность и конфиденциальность информации.
- *Инженер-программист* занимается проектированием, разработкой, тестированием и сопровождением программных приложений и систем. Он работает в различных отраслях, таких как информационные технологии, телекоммуникации, видеоигры и финансовые услуги.
- *Разработчик виртуальной и дополненной реальности* отвечает за создание иммерсивных впечатлений и приложений с использованием различных технологий. Эти технологии находят применение в таких областях, как образование, развлечения, здравоохранение и маркетинг.
- *Специалист по анализу больших данных* занимается сбором, обработкой, анализом и интерпретацией больших объемов данных для извлечения ценных сведений и принятия обоснованных решений. Эта работа находит применение в различных областях, таких как маркетинг, финансы, здравоохранение и научные исследования.
- *Программист квантовых компьютеров* создает языки квантового программирования, алгоритмы и конечное программное обеспечение.
- *Дизайнер интерфейсов* создает понятные и простые в использовании интерфейсы для оборудования, технологий, программного обеспечения.
- *IT-евангелист или IT-проповедник* взаимодействует с конечными пользователями IT - продуктов и продвигает новые решения среди групп, консервативно настроенных по отношению к передовым технологиям. Он учит людей пользоваться новым программным обеспечением и сервисами для преодоления цифрового неравенства среди населения.

- *Сетевой адвокат* - это специалист, обеспечивающий защиту прав пользователей в Сети.

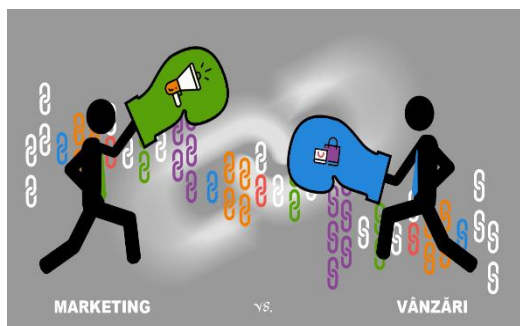
## Продажи

Люди, умеющие продавать, всегда будут высоко цениться на рынке труда. Несмотря на то, что продажи уже почти полностью автоматизированы, руководители компаний понимают, что роботы могут облегчить процесс общения, но не могут продавать. Особенно это касается сложных товаров и услуг, которые не входят в необходимый продуктовый ассортимент.



Поэтому, если вы обладаете навыками продаж, вы будете востребованы во многих отраслях. Несмотря на проблемы, вызванные пандемией, в среднем по миру доходы и благосостояние населения растут, а значит, будет увеличиваться спрос на товары и услуги, повышающие уровень жизни.

## Профессии будущего в сфере продаж



- *менеджер по работе с клиентами* - специалист, который занимается активным продвижением и продажей товаров и услуг, управляет отношениями с существующими клиентами и привлекает новых.

- *Маркетолог или специалист по маркетингу* помогает компаниям и брендам понять своих клиентов и их потребности, анализируя маркетинговые данные на местном, региональном и

национальном уровне.

- *Супервайзер* - специалист, контролирующий работу каждого сотрудника с целью доведения качества обслуживания до совершенства.
- *Визуальный мерчандайзер* - специалист, отвечающий за оформление торговых площадей.

## ТЕМА 9: ИЗУЧАЕМ СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИИ И ПРОФЕССИИ БУДУЩЕГО В ОБЛАСТИ СПОРТА И СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Вам было дано задание найти человека, работающего в области информационных технологий или продаж, и провести с ним интервью. Представьте результаты этого интервью своим коллегам.

*Ответьте на следующие вопросы:*

- Какой примерно процент людей в вашем населенном пункте или в стране в целом занимается сельским хозяйством?
- Как вы думаете, почему?
- Какие профессии в сфере сельского хозяйства вы знаете?
- Кто из вас хотел бы сделать карьеру в этой области?
- Какой процент людей в вашем населенном пункте или в стране в целом занимается спортом?
- Как вы думаете, почему?
- Считаете ли Вы, что спорт - это профессия. Обоснуйте свое мнение.
- Какие профессии в сфере спорта вы знаете?

### НАКОПИТЕ И ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 2.* Прочитайте текст и составьте вместе с коллегами по группе диаграмму, отражающую по отдельности характеристики, присущие каждой из профессиональных сфер, обсуждаемых на уроке, а в середине диаграммы впишите общие характеристики, присущие обоим профессиональным сферам.



### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 3.* Распределитесь по группам. Несколько групп нарисуют картину под названием: "Спортивное сообщество", а другие нарисуют картину с названием: "Сельскохозяйственное сообщество". Затем, группы представят остальным свои рисунки.

### ДЕЙСТВУЙТЕ!

*Задание 4.* Определите учреждения, где можно получить работу в области спорта или сельского хозяйства и подготовьте РРТ-презентацию об одном из таких учреждений.



### Спорт

Спортивные достижения всегда были одним из способов демонстрации престижа страны. С появлением новых технологий физическая подготовка превратилась в дело строгого соблюдения рекомендаций, но в профессиональном спорте важно и психологическое состояние спортсмена. В будущем, чемпионов, скорее всего, будут готовить с детства, поэтому на ранних этапах подготовки важно создать команду из профессионалов, которые будут курировать спортсменов с первых шагов и до успешного завершения карьеры.



Что касается любительского спорта, то в этой области онлайн-тренировки только набирают обороты. Со временем будут установлены правила работы тренеров с людьми в Интернете, например, соответствующий уровень мастерства и контроль над безопасной техникой выполнения.

### Профессии будущего в сфере спорта

- *Аналитик жизненного пути профессионального спортсмена* - это специалист, умеющий работать с большими данными в области генетики, медицины, психологии и способный на основе данных о ребенке сделать прогноз о предрасположенности к тому или иному виду спорта.
- *Дата-тренер* - это тренер, который на основе анализа постоянно меняющихся данных о спортсмене составит оптимальную программу тренировок и план питания.
- *Консультант по карьере спортсмена* - педагог-психолог спортивной школы, который помогает понять роль спортивной карьеры в жизни и определить дальнейшие планы после ее завершения.
- *Онлайн-тренер* составляет план тренировок и проводит их в режиме онлайн с учетом целей и возможностей клиента. Демонстрирует технику выполнения упражнений.
- *Тренер для взрослых клиентов* следит за физическим здоровьем и готовит клиентов к спортивным соревнованиям.

### Сельское хозяйство

По данным социологов, к 2050 году население Земли вырастет на 1,7 млрд. человек. Чем больше население планеты, тем больше нужно производить продуктов питания. В сельском хозяйстве существует множество нерешенных проблем: неурожаи из-за насекомых, стихийные бедствия, засухи, истощение плодородных почв.



Сегодня необходимо готовить специалистов, способных мыслить глобально и находить системные решения в производстве и сохранении достаточного количества урожая.

Сельскохозяйственный сектор переходит к автоматизации процессов: автоматизированное хранение и логистика, беспилотная уборочная техника, интеллектуальные системы орошения и многое другое. Для работы этих систем необходимы

высококвалифицированные работники.

### Профессии будущего в сфере сельского хозяйства

- *Биотехнолог* занимается применением научных принципов и передовых технологий в сельском хозяйстве для улучшения производства продуктов питания, повышения эффективности и устойчивости. Он работает в таких областях, как биотехнология, генная инженерия и точное земледелие, для выведения сортов растений, устойчивых к болезням, вредителям и экстремальным климатическим условиям.
- *Агроном-экономист* следит за экономической эффективностью сельскохозяйственных предприятий и анализирует потребности рынка.
- *Оператор сельскохозяйственной техники* управляет беспилотниками и роботами, следит за работой их датчиков.
- *Агроном ГМО* (генетически модифицированных организмов) внедряет в сельское хозяйство достижения биотехнологии, создает культуры с нужными рынку свойствами.
- *Агрокибернетик* внедряет в сельское хозяйство автоматизированные системы.

## **ТЕМА 10: ИЗУЧАЕМ СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИИ И ПРОФЕССИИ БУДУЩЕГО В ОБЛАСТИ МАШИНОСТРОЕНИЯ И СОВРЕМЕННЫХ МАТЕРИАЛОВ**

### **УЧАСТВУЙТЕ!**

*Задание 1.* На прошлом занятии вам было задано определить учреждения, в которых можно получить работу в области сельского хозяйства и/или спорта, и подготовить РРТ-презентацию об одном из них. Представьте выбранное вами учебное заведение всей группе.

*Задание 2.* Ответьте на следующие вопросы:

- Какие инженерные профессии вам известны?

---

- Какие специальности в этих областях вам известны?

---

- Как вы думаете, какие новые профессии в этих областях появятся в будущем?

---

---

### **НАКОПИТЕ И ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!**

*Задание 3.* Ознакомьтесь вместе с коллегами по группе с информацией по данной теме и разместите ее на плакате в виде схемы. Представьте схему своим коллегам.

### **ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!**

*Задание 4.* Нарисуйте с коллегами по группе портрет инженера будущего. Представьте свои рисунки всему классу.

### **ДЕЙСТВУЙТЕ!**

*Задание 5.* Побеседуйте с каким-нибудь инженером из вашего сообщества и запишите самые ценные, на ваш взгляд, мысли об этой профессии, которые он выскажет.

---

---

---

---

## **Приложение 1. Машиностроение и современные материалы**

### **Машиностроение и современные материалы**

В век технологий и инноваций машиностроение и современные материалы играют важнейшую роль в развитии общества. Эта макрокатегория включает в себя профессии, направленные на изучение и применение новых технологий, таких как биотехнологии, робототехника, нанотехнологии и современные материалы, для создания инновационных решений и повышения качества жизни.

Специалисты в этих областях работают в постоянно меняющейся среде, требующей от них гибкости и быстрой адаптации к новым вызовам и возможностям. Эти профессии

Данный материал разработан в рамках проекта "Образовательная и социально-психологическая инклюзия детей-мигрантов", фаза 2, реализуемого Фондом развития при финансовой поддержке Детского фонда Песталоцци.



способствуют разработке продуктов и технологий, которые могут произвести революцию в целых отраслях, таких как здравоохранение, транспорт, энергетика, экология, и оказать значительное влияние на глобальную устойчивость и эффективность.

### **Профессии будущего в области машиностроения и современных материалов**

- *Инженер в области биотехнологий и геномики* изучает живые организмы и биологические процессы и работает с ними с целью разработки новых продуктов, технологий и методов лечения различных заболеваний. Эта профессия необходима для разработки лекарств, персонализированных (индивидуальных) методов лечения, генной терапии и устойчивого сельского хозяйства.
- *Инженер по робототехнике и автоматизации* занимается проектированием, созданием и внедрением роботизированных систем и средств автоматизации для повышения эффективности промышленных процессов и облегчения деятельности человека. Эта работа предполагает знание механики, электроники, информатики и управления.
- *Разработчик экологически безопасной продукции* занимается созданием инновационных продуктов и решений, соответствующих принципам устойчивого развития и оказывающих минимальное воздействие на окружающую среду. Он может работать в таких областях, как экологичная упаковка, разработка устойчивых средств передвижения или биоразлагаемых материалов.
- *Исследователь в области нанотехнологий* изучает и работает с веществом на наноуровне, что находит применение в таких областях, как медицина, электроника, энергетика и материалы. Эта работа требует глубоких знаний в области химии, физики и инженерии.
- *Архитектор систем "умного города"* отвечает за планирование и интеграцию цифровых технологий и интеллектуальной инфраструктуры в городах с целью повышения качества жизни, эффективности использования ресурсов и устойчивости. Эта работа предполагает взаимодействие с экспертами в таких областях, как транспорт, энергетика, связь и утилизация отходов.
- *Инженер по перспективным материалам* разрабатывает, обрабатывает и применяет новые или улучшенные материалы для создания инновационных продуктов и решений в таких отраслях, как авиация, автомобилестроение, энергетика и электроника. Эта работа требует знаний в области химии, физики, механики и машиностроения.

### **Заключительные выводы**

Реалии и опыт показывают, что для успешной карьеры также необходимы межпрофессиональные навыки, которые позволяют нам работать более эффективно. Ниже мы перечислим некоторые из этих навыков:

- ✓ Ориентация на клиента
- ✓ Системное мышление
- ✓ Критическое мышление
- ✓ Способность к творчеству
- ✓ Управление вниманием
- ✓ Экологическое мышление
- ✓ Программирование IT-решений
- ✓ Умение работать с людьми
- ✓ Психическое здоровье
- ✓ Эмоциональный интеллект и т.д.

# ТЕМА 11: САМОПОЗНАНИЕ – ВЕРНЫЙ ШАГ НА ПУТИ К УСПЕШНОЙ КАРЬЕРЕ

## УЧАСТВУЙТЕ!

*Упражнение 1. "Каким я вижу себя и каким меня видят другие".* Разделитесь на группы по 4 человека. Каждый из вас получит по 4 карточки. Используя различные символы, изобразите на каждой из карточек по одному из своих коллег по группе, включая самого себя. Затем, соберите у своих коллег карточки с собственным изображением, рассмотрите те символы, при помощи которых вас изобразили коллеги и задав им дополнительные вопросы попытайтесь понять каким вас видят коллеги.

Позже, запишите в одной колонке те положительные качества какими охарактеризовали вас коллеги и которые вы хотели бы в себе более полно развить. В другой колонке запишите отрицательные характеристики, которыми отметили вас коллеги и которые вы хотели бы исправить или изменить. Потом расскажите, как вы восприняли положительные характеристики, данные вам вашими коллегами и как отрицательные.

Что нового я узнал о себе	Что бы я хотел в себе изменить

*Задание 2.* обсудите в группах или парах, то что изображено на картинках и объясните скрытый смысл представленных изображений



---

---

---

---



---

---

---

---



---

**ВВ!** Представьте доставшееся вам изображение и объясните его смысл. После завершения обсуждения сформулируйте свои выводывыводы.

---

### **НАКОПИТЕ И ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!**

*Мини-презентация.* "То, что находится позади нас, и то, что находится перед нами, - мелочи по сравнению с тем, что находится внутри нас". Ральф Уолдо Эмерсон

Самопознание - одна из самых сложных и трудных форм человеческого познания. Это связано с тем, что оно имеет дело с психической реальностью, которая, в отличие от физической и материальной, труднее поддается восприятию, анализу. Во-вторых, слово "самопознание" предполагает, что объектом анализа и оценки является сам субъект, который занимается исследованием. Еще одна причина, затрудняющая самопознание - отсутствие стандартизированных, проработанных стратегий, обеспечивающих точность самопознания. Я-образ - это представление, которое человек имеет по отношению к самому себе. Оно формируется с течением времени на основе самосознания в контексте взаимодействия с другими людьми и включает в себя знания о своих способностях, ценностях, убеждениях и чертах характера.

*Задание 3.* Прочитайте текст в Приложении 1. Обсудите прочитанное и представьте информацию в виде схемы или рисунка.

### **ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!**

*Упражнение: "Эго-пазл"* – это упражнение, в котором вам предстоит воссоздать себя как личность с помощью различных форм и цветов, заполняя элементы пазла: качества, недостатки, навыки, интересы, последние достижения и то, что вы хотели бы изменить в себе.

*Необходимые материалы:* цветная бумага, ножницы, клей, белые карточки, цветные карандаши / Продолжительность: 40 мин.

*Сценарий занятия:* Группам из пяти человек выдается пакетик с "личным ресурсом", состоящий из разноцветной бумаги (разного размера, формы) и ножниц. Каждый член  
Данный материал разработан в рамках проекта "Образовательная и социально-психологическая инклюзия детей-мигрантов", фаза 2, реализуемого Фондом развития при финансовой поддержке Детского фонда Песталоцци.

группы будет собирать свой собственный "Эго-пазл". Он может быть разной формы, в зависимости от личности. На каждом элементе пазла участник должен написать свои достоинства и недостатки, навыки ("что я умею делать лучше всего"), увлечения, то, что он хотел бы изменить в себе, и свои последние достижения. Пазл" будет наклеен на картон, представлен всему классу и проанализирован. В конце занятия "конструкции" будут выставлены на всеобщее обозрение, чтобы члены группы могли лучше узнать друг друга.

## ДЕЙСТВУЙТЕ!

Анкета для самооценки и самовосприятия.

*Инструкция:* внимательно прочитайте приведенные ниже утверждения и ответьте на них, поставив знак X в соответствующем квадратике на листе ответов.

№	Утверждения	Да	Нет
1	Я думаю, что я хороший человек или по крайней мере не хуже, чем остальные люди.		
2	Я думаю, что обладаю некоторыми выдающимися качествами		
3	В целом я склонен считать себя неполноценным		
4	Я могу делать то, что делают большинство детей		
5	Я думаю, что у меня слишком много недостатков		
6	У меня позитивное отношение по отношению к себе		
7	Я в целом доволен собой		
8	Я хотел бы иметь более высокую самооценку		
9	Время от времени мне кажется, что я бесполезен		
10	Иногда мне кажется, что я ни на что не годен		

### Толкование:

Поставьте один балл, если вы ответили утвердительно на следующие вопросы: 1, 2, 4, 6, 7.

Поставьте один балл, если вы ответили отрицательно на следующие вопросы: 3, 5, 8, 9, 10.

Ответы на вопросы с общим количеством набранных баллов

ДА 1, 2, 4, 6, 7

НЕТ 3, 5, 8, 9, 10

Общее количество набранных баллов

Ответ	Номера вопросов	Общее количество набранных баллов
Да	1, 2, 4, 6, 7	
Нет	3, 5, 8, 9, 10	
Общее количество набранных баллов		

*Толкование результатов:*

- Если сумма набранных баллов меньше 7, это значит, что у ученика отрицательное отношение к самому себе.

Данный материал разработан в рамках проекта "Образовательная и социально-психологическая инклюзия детей-мигрантов", фаза 2, реализуемого Фондом развития при финансовой поддержке Детского фонда Песталоцци.

- Если сумма набранных баллов от 7 до 10, то ученик имеет положительную самооценку

## Приложение1. Самопознание

Отправной точкой для принятия решения о карьере является самоанализ. Многие находятся под влиянием обстоятельств, родителей и коллег.

Поэтому самопознание важно, когда вы хотите понять, какая профессия и карьера дадут вам желаемый уровень удовлетворения от работы. Деятельность которой вы занимаетесь, должна учитывать ваши личные качества, то, что вам интересно, и то, что у вас хорошо получается, как в школе, так и в свободное от учебы время. Не менее важно понимать, что вы уникальны, и совершенно нормально, что тот вид деятельности, который подходит вашим друзьям, может не подойти вам. Понять это поможет рефлексия и анализ опыта, а также развитие уверенности в своих силах.

Для успеха в карьере очень важны три аспекта:

1. **Осознание своих способностей и навыков.** Можно сказать, что человек обладает навыками и способностями в той или иной области, если он способен работать в этой области лучше, чем в какой-либо другой. Нам необходимо знать, какими навыками и способностями мы обладаем и в каких областях у нас больше всего шансов на успех. Навыки, склонности - это часть наших сильных сторон. Их можно выявить, прежде всего, путем самонаблюдения за своей деятельностью. Можно считать, что мы обладаем навыками, способностями в той или иной области, если нам удастся быстрее приобретать знания и формировать конкретные навыки, если мы добиваемся лучших результатов, если мы можем и любим заниматься этой деятельностью в течение длительного времени, не уставая.
2. **Осознание своих интересов.** Интересы - это предпочтения человека к тем или иным областям знаний или деятельности, играющие ключевую роль в принятии решения о выборе профессии. Один из способов выявления интересов - проанализировать свой предыдущий опыт: в каких мероприятиях мы участвовали, в каких областях работали волонтерами, какие факультативные/не факультативные курсы посещали?
3. **Осознание своих ценностей.** Ценности - это ваши убеждения о том, что важно в жизни, отношениях и работе. Каждый человек на протяжении своей жизни формирует систему ценностей, которая определяет его выбор, в том числе и выбор профессии. Примерами ценностей являются: семья, здоровье, безопасность, деньги, власть и т.д. Ценности, связанные с работой, могут относиться к рабочей среде, рабочим отношениям, содержанию работы или работе в целом.

## ТЕМА 12: ОПРЕДЕЛЯЕМ ОБЛАСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, В КОТОРЫХ, МЫ МОГЛИ БЫ ПОСТРОИТЬ УСПЕШНУЮ КАРЬЕРУ

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Подумайте и запишите в ваши тетрадки, какие профессии и ремесла, по вашему мнению, больше всего подходят вам и почему?

*Я так думаю!*

---

---

*Задание 2:* Побеседуйте со своим коллегой по парте и узнайте его/ее мнение по этому поводу.

*Так думает мой коллега!*

---

---

### НАКОПИТЕ И ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 3.* Выполните самостоятельно тест представленный в Приложении 1 и составьте список профессий, которые вы считаете, что вам подходят более всего.

---

---

*Задание 4.* Обсудите с коллегой, сидящим рядом, и поделитесь своими впечатлениями о полученных результатах.

*Задание 5.* Придумайте 5-6 вопросов для интервью со специалистом в выбранной вами области.

---

---

---

---

---

### ДЕЙСТВУЙТЕ!

*Задание 6.* Найдите специалиста, работающего в той профессиональной области, которая вам нравится в данный момент, поговорите с ним, проведите интервью и запишите свои впечатления и наблюдения.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

## Приложение 1. Тест на профессиональную ориентацию

Прежде чем начать работу, подумайте немного о различиях между установками, на которые указывает начало каждого утверждения, например: я хотел бы, мне нравится, я интересуюсь, я умею и т.д.

Обведите кружком цифру 1, если утверждение не верно по отношению к вам, выберите другую цифру, если степень соответствия больше, и обведите цифру 6, если оно в полной мере характеризует вас.

Если вам ничего не известно об описываемой сфере деятельности, то просто отметьте обведите цифру 1. Если же вы считаете, что высказанная мысль может вас заинтересовать, изучите материал поподробнее, а затем повторите тест).

### Профессия, которая мне нравится

1. Я хотел бы заниматься организацией и оптимизацией технологических потоков  
1...2...3...4...5...6
2. Я хотел бы заниматься проектированием и созданием машин/механизмов  
1...2...3...4...5...6
3. Я хотел бы мастерить вещи, чтобы показать, что я могу делать своими руками  
1...2...3...4...5...6
4. Я бы хотел заниматься стратегическим планированием рекламных кампаний  
1...2...3...4...5...6
5. Я хотел бы заниматься исследованием химических частицы, из которых состоит вещество  
1...2...3...4...5...6
6. Я хотел бы заниматься юридическими и налоговыми вопросами, чтобы помочь в этом другим  
1...2...3...4...5...6
7. Я бы хотел заниматься переводом и составлением документов на иностранных языках  
1...2...3...4...5...6
8. Мне нравится собирать радиоприемники  
1...2...3...4...5...6
9. Я интересуюсь политикой и социальными науками  
1...2...3...4...5...6
10. Мне нравится работать с компьютерами  
1...2...3...4...5...6
11. Мне нравится консультировать покупателей  
1...2...3...4...5...6
12. Меня интересуют вопросы экологии  
1...2...3...4...5...6
13. Я хотел бы работать в сфере сельского или лесного хозяйства  
1...2...3...4...5...6
14. Я хотел бы работать журналистом  
1...2...3...4...5...6
15. Мне нравится собирать машины или техническое оборудование  
1...2...3...4...5...6
16. Мне нравится создавать и экспериментировать с программным обеспечением  
1...2...3...4...5...6
17. Я хотел бы иметь возможность представлять интересы своей страны за рубежом  
1...2...3...4...5...6
18. Мне было бы интересно работать с нуждающимися или с людьми с ограниченными возможностями  
1...2...3...4...5...6

19. Я умею мастерить и люблю создавать нужные мне вещи  
1...2...3...4...5...6
20. Я знаю, что могу без труда выполнять различные технические расчеты  
1...2...3...4...5...6
21. Я хотел бы оказывать медицинскую помощь больным  
1...2...3...4...5...6
22. Я бы хотел работать с металлами  
1...2...3...4...5...6
23. Мне интересно заниматься изготовлением и распространением листовок  
1...2...3...4...5...6
24. Я хотел бы изучать и работать с иностранными языками  
1...2...3...4...5...6
25. Я бы хотел строить дома или мосты  
1...2...3...4...5...6
26. Я хотел бы продавать другим людям различные вещи  
1...2...3...4...5...6
27. Мне нравится систематически сортировать и архивировать всевозможные данные  
1...2...3...4...5...6
28. Я хотел бы производить расчеты различных характеристик электрического тока  
1...2...3...4...5...6
29. Я хотел бы делать расчеты плановых затрат и других финансовых данных  
1...2...3...4...5...6
30. Мне нравится заниматься различными видами искусства  
1...2...3...4...5...6
31. Мне нравится работать проводить эксперименты с химическими веществами  
1...2...3...4...5...6
32. Мне нравится проводить всевозможные измерения анализировать и интерпретировать их результаты  
1...2...3...4...5...6
33. Я считаю, что исследование корреляций между научными явлениями - это важное занятие  
1...2...3...4...5...6
34. Я хотел бы освоить профессию, связанную с охраной окружающей среды  
1...2...3...4...5...6
35. Я бы хотел чертить проекты  
1...2...3...4...5...6
36. Я очень глубоко интересуюсь литературой  
1...2...3...4...5...6
37. Мне важно знать какие перспективы ожидают наше сообщество  
1...2...3...4...5...6
38. Я хотел бы заниматься научной работой  
1...2...3...4...5...6
39. Я хотел бы давать консультации по финансовым или банковским вопросам  
1...2...3...4...5...6
40. Я хотел бы составлять электротехнические схемы  
1...2...3...4...5...6
41. Я хотел бы заниматься разработкой архитектурных планов зданий  
1...2...3...4...5...6
42. Я хотел бы заниматься созданием электроприборов  
1...2...3...4...5...6
43. Я хотел бы работать на электростанции  
1...2...3...4...5...6
44. Я хотел бы заниматься монтажом и наладкой производственных линий  
1...2...3...4...5...6
45. Я хотел бы работать в сфере образования для взрослых  
1...2...3...4...5...6



46. Я хотел бы помогать и заботиться о людях со специальными образовательными потребностями  
1...2...3...4...5...6
47. Я хотел бы работать со стеклом или керамикой  
1...2...3...4...5...6
48. Я бы хотел бы быть флористом и заниматься оформлением интерьеров  
1...2...3...4...5...6
49. Я хотел бы заниматься исследованием человеческих взаимоотношений  
1...2...3...4...5...6
50. Я вижу себя инструктором по фитнесу или физической реабилитации  
1...2...3...4...5...6
51. Я хотел бы заниматься воспитанием молодежи  
1...2...3...4...5...6
52. Я вижу себя автором книг или публицистом  
1...2...3...4...5...6
53. Меня интересуют философия  
1...2...3...4...5...6
54. Я хотел бы проводить коммерческие рекламные кампании  
1...2...3...4...5...6
55. Я хотел бы давать юридические консультации  
1...2...3...4...5...6
56. Я чувствую себя способным составлять бланки и проверять их  
1...2...3...4...5...6
57. Мне очень интересно изучать межличностные отношения  
1...2...3...4...5...6
58. Меня привлекают старинные и современный произведения искусства  
1...2...3...4...5...6
59. Я хотел бы иметь возможность помогать человечеству  
1...2...3...4...5...6
60. Я хотел бы строить дома и улицы  
1...2...3...4...5...6
61. Я бы хотел переводить тексты с иностранных языков  
1...2...3...4...5...6
62. Я хотел бы печатать книги  
1...2...3...4...5...6
63. Я бы хотел объяснять другим преимущества тех или иных товаров  
1...2...3...4...5...6
64. Я бы хотел ухаживать за пожилыми и немощными людьми  
1...2...3...4...5...6
65. Я хотел бы помогать другим людям в решении повседневных проблем  
1...2...3...4...5...6
66. Я бы хотел строить корабли  
1...2...3...4...5...6
67. Меня всегда интересовали различные политические системы  
1...2...3...4...5...6
68. Я хотел бы разрабатывать программное обеспечение или сложную технику  
1...2...3...4...5...6
69. Я хотел бы быть консультантом по налогообложению  
1...2...3...4...5...6
70. Мне бы больше всего хотелось заниматься исследованием и лечением болезней  
1...2...3...4...5...6
71. Я знаю, что могу успешно рассчитывать цены и различные коммерческие предложения  
1...2...3...4...5...6
72. Мне бы очень хотелось иметь дело с акциями и другими биржевыми товарами  
1...2...3...4...5...6
73. Я бы хотел работать лесником, сажать деревья и иметь возможность

восстанавливать обезлесенные территории

1...2...3...4...5...6

74. Я бы хотел иметь возможность проектировать экологически чистые дороги и парковки

1...2...3...4...5...6

75. Я бы хотел работать с самыми маленькими

1...2...3...4...5...6

76. Мне бы очень хотелось иметь возможность проектировать внешний облик зданий

1...2...3...4...5...6

77. Мне очень интересны мультфильмы и спецэффекты

1...2...3...4...5...6

78. Я интересуюсь профессиональным спортом

1...2...3...4...5...6

79. Я хочу работать в сфере продаж

1...2...3...4...5...6

80. Я интересуюсь дипломатической деятельностью.

1...2...3...4...5...6

### Определение подходящих профессии исходя из различных сфер деятельности

#### 1. Я бы хотел стать: «Химиком и работать в лаборатории»

3	31	32	33	63	76	Total

**Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–36)**

Быть химиком может означать многое.

Существует целый ряд тесно связанных между собой областей. Это и агрохимия, и фармацевтическая химия, и пищевая химия, а в последнее время появились такие области как экохимия и талассохимия (химия морей и океанов - от греческого "thalassa" = море, океан); все они относятся к области химии.

Получив среднее техническое или высшее образование, вы можете стать химиком, инженером-химиком или химиком-дизайнером.

Уровень заработка в данной области зависит от квалификации и области специализации. Он может быть разным в разных компаниях, а иногда даже в рамках одного и того же учреждения.

#### 2. Я бы хотел стать: «Архитектором»

25	29	35	41	48	60	Total

**Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–36)**

Архитектура включает в себя планирование, проектирование и выполнение (или строительство) общественных, социальных или промышленных зданий, подвесных, подземных или плавучих сооружений, дорог и мостов, а также снос всего этого. Эта деятельность должна осуществляться с соблюдением определенных технических, строительных, экономических, социологических, экологических и правовых условий.

Архитекторы и инженеры-строители имеют схожую подготовку во многих отношениях, но особенно в области математических и статистических расчетов, в подготовке и понимании планов и этапов выполнения работ, а также в управлении такими работами, предприятиями или бюро".

### 3. Я бы хотел стать: «Специалист по компьютерным технологиям – кибернетиком»

1	10	16	20	27	68	Total

**Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–36)**

Информатика занимается обработкой информации, данных, текстов и изображений. Она изучает сущность процедур обработки с помощью моделей и абстракций.

В изучении информатики большую помощь оказывают склонность к анализу и глубокое знание самых современных методов программирования, а также математики, логики и теории вычислительной техники.

Стать инженером-компьютерщиком человек, обладающий необходимыми навыками в этой области, сможет только после того, как получит серьезные знания об архитектуре компьютеров и компьютерных сетей, а также обо всех возможных терминалах. Более высокую специализацию можно получить, углубившись в аспекты, затрагиваемые областями применения компьютеров и проблемами их использования в будущей практике.

### 4. Я бы хотел стать: «Инженером-конструктором машин»

2	15	20	22	44	66	Total

**Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–36)**

Инженеры в области машиностроения проектируют и участвуют в создании технических установок, машин, аппаратов и механизмов, производственных и технологических линий, дорабатывая их до оптимального решения.

Машиностроители опираются в своей работе не только на технические знания и основательное образование в области естественных наук, но и на собственный творческий потенциал и изобретательность. Они занимаются системами отопления, охлаждения и кондиционирования воздуха, станками, производственными инструментами, автоматами, промышленными роботами, подвижным составом, часовыми механизмами, счетными и печатными машинами, всевозможными аппаратами и приборами.

### 5. Я бы хотел стать: «Ремесленником»

3	19	22	30	47	58	Total

**Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–36)**

Ремесленники проектируют, конструируют, контролируют, строят, собирают и ремонтируют технические установки, приборы, инструменты, машины, оборудование и конструкции всех видов. Они являются создателями единичных и мелкосерийных изделий. Профессия в этой области требует склонности к ручному труду.

Склонность к ручному труду характерна для рационализаторов и изобретателей, которые, как и остальные ремесленники, обладают также общими знаниями в других областях, таких как строительство, механика, электротехника или электроника; все они - обладают большой интуицией, воображением и творческим духом. Способность к ремеслу - это принцип, лежащий в основе любой деятельности.

### 6. Я бы хотел стать: «Социологом, Политиком, помогать людям»

9	37	49	53	57	67	Total

Данный материал разработан в рамках проекта "Образовательная и социально-психологическая инклюзия детей-мигрантов", фаза 2, реализуемого Фондом развития при финансовой поддержке Детского фонда Песталоцци.

### **Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–36)**

Задача социологов, медсестер и педагогов, работающих в системе государственной или негосударственной социальной помощи, состоит в том, чтобы помочь тем людям, которые нуждаются в социальной поддержке. Они оказывают помощь и материальную поддержку нуждающимся и людям с особыми потребностями и помогают в преодолении последствий различных экстремальных ситуаций, таких как стихийные бедствия (землетрясения, наводнения и т.п.) или кризисы (голод, войны, эпидемии и т.п.). С помощью образовательных мер они помогают искоренить такие явления, как демографический дисбаланс или болезни, возникающие из-за недостатка образования (венерические заболевания, корь, тиф и т.д.). Знания из тесно связанных областей, таких как образование и медицина, помогают им в их деятельности.

Политология изучает институты государства и общества. Его теоретические и философские основы можно найти как в настоящем, так и в прошлом. Исследователи изучают пути решения проблем, порождаемых, с одной стороны, деятельностью государства, а с другой - развитием современного общества.

### **7. Я бы хотел работать в сфере: «Дипломатии и международных отношений»**

7	17	24	61	67	80	Total

### **Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–36)**

Специалисты в сфере внешних связей полезны в очень широком спектре областей. В качестве дипломатов они могут представлять как правительство, так и компании или учреждения, имеющие трансграничные интересы.

Дипломатическая служба требует, помимо хорошего общего образования, постоянного наблюдения за международными явлениями и событиями, физической и моральной подготовки выше среднего уровня, а также знания основных европейских языков: немецкого, английского и французского. Знание любого другого международного языка (испанского, португальского, русского, арабского, китайского или японского) является дополнительным преимуществом при продвижении по службе.

Требования к вспомогательным должностям не столь жесткие, но все же необходимо хорошее знание задач, обязанностей или навыков, связанных с ними, а также владение языком, используемым в основном в месте командирования.

### **8. Я бы хотел стать: «Электриком, Электротехником»**

8	15	28	40	42	43	Total

### **Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–36)**

Специфические профессии в этой области имеют в качестве общего знаменателя передачу электромагнитных импульсов и волн:

- ❖ производитель электрооборудования
- ❖ производитель электронного оборудования
- ❖ электромонтажник
- ❖ техник-электроник
- ❖ монтер по техническому обслуживанию и ремонту электрооборудования

- ❖ монтер по техническому обслуживанию и ремонту электронного оборудования
- ❖ работник в области телекоммуникаций
- ❖ радио- и телемеханики

Электромонтажники могут заниматься установкой оборудования для электроснабжения и распределения электроэнергии, установкой антенн, сигнализации, камер наблюдения, приборов электрообогрева и освещения. Они прокладывают силовые или токопроводящие линии, устанавливают осветительные приборы, распределительные устройства, любые виды электрощитов для управления машинами и промышленными линиями, а также могут специализироваться на оказании всевозможных услуг - от услуг по обслуживанию бытового оборудования до услуг, характерных для той или иной отрасли (холодильной, полиграфической, автомобильной и т.д.). Электромонтеров можно встретить на любом объекте, в любом учреждении или на промышленном предприятии. Их теоретическая подготовка всегда предполагает применение на практике, а также умение разбираться в электрических феноменах, электрических схемах и планах.

Еще несколько десятилетий назад электромонтеры (техники или инженеры) входили в большую семью техников-машиностроителей. Однако технический прогресс и развитие технологий потребовали от специалистов этих профессий овладения навыками, характерными для других областей: теперь им необходимы знания из области математики, структуры материалов, конструирования и тонкой механики. Большинство инженеров-электронщиков - это прежде всего электрики, имеющие подготовку, аналогичную компьютерщикам.

#### 9. Я бы хотел стать: «Экономистом, коммерсантом, финансистом»

11	26	63	71	72	79	Total

**Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–36)**

Опыт последних лет показывает значительный рост интереса выпускников средних школ к профессиям в области коммерции и экономики и квалификациям, которые можно получить, пройдя после школьное обучение по следующим направлениям:

- ❖ розничная торговля
- ❖ оптовая торговля
- ❖ торговля промышленными товарами
- ❖ торговля недвижимостью
- ❖ торговля напрямую покупателям
- ❖ торговля по почте
- ❖ электронная торговля
- ❖ внутренний туризм
- ❖ международный туризм
- ❖ воздушные пассажирские перевозки
- ❖ грузовые авиаперевозки
- ❖ наземный транспорт
- ❖ морской транспорт
- ❖ страхование
- ❖ продажа книг и издательских площадей
- ❖ реклама

❖ экономический работник: кассир, бухгалтер и т.д.

**10. Я бы хотел работать в области: «Связи с общественностью, рекламы, недвижимости, изобразительного искусства»**

4	23	26	34	54	56	57	77	Total

**Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–48)**

Специалист по связям с общественностью (PR) - это лицо, представляющее фирму, предприятие, компанию, профессиональный союз или любое другое учреждение, обязанное представить их в наиболее выгодном свете перед теми, с кем они находятся в контакте, но особенно перед общественным мнением.

Специалисты по связям с общественностью приходят в основном из области массовой информации всех видов (пресса, радио, телевидение), а также из сферы образования, коммерции и экономики. Большинство из них будут востребованы в PR- и рекламных агентствах при условии получения дополнительной квалификации, от которой будет зависеть не только карьерный рост в данной области, но и их материальное вознаграждение.

Специалисты в области изобразительного искусства также охватывают достаточно широкий круг проблем. Набрав хорошие баллы на занятиях по изучению ремесла, они могут работать фотографами, операторами телевидения или кино. При наиболее высоких оценках (12–18 баллов) карьера ведущего или актера становится вполне достигаемой для них.

**11. Я бы хотел стать: «Юристом, главным консультантом, экспертом, военным»**

6	10	39	55	65	69	Total

**Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–36)**

К юридическим наукам относятся профессии, основанные на действующем праве - гражданском, административном, коммерческом и уголовном. Юристы - независимо от их специализации (юрисконсульты, адвокаты или мировые судьи) - могут соприкасаться с другими областями, такими как политика, социальные структуры (полиция, армия, социальная защита, государственные служащие всех рангов), экономика, философия, маркетинг, менеджмент и т.д. Они находятся в постоянном контакте с эволюцией правовой системы, которая упорядочивает повседневную деятельность большинства компонентов экономической и социальной жизни.

Изучение права необходимо не только для профессий, строго связанных с судебной системой (судья или прокурор), но и для профессий адвоката, нотариуса или юрисконсульта, налогового эксперта или в специфических отраслях права (международное, морское и т.д.). Военная карьера, нацеленная на получение более высоких званий, также требует навыков той же категории.

**12. Я хотел бы работать в области: «Сельского хозяйства, лесного хозяйства, охраны окружающей среды»**

12	13	34	59	73	74	Total

**Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–36)**

Сельское хозяйство и производство товаров из продуктов сельского хозяйства и его подотраслей (рыбоводство, лесное хозяйство и т.д.) сегодня осуществляются с



использованием самых современных процессов, систем или машин, с применением самых современных принципов планирования и организации.

В этой области существует множество специфических видов деятельности, для которых все чаще требуется диплом о техническом образовании. Обработка и защита почвы, удобрение и улучшение почвы, осушение или орошение земель, посев и уборка урожая, выращивание и уход за животными, птицей и различными культурами, покупка, хранение и продажа различных почвенных продуктов - и это только самые известные профессии, которые требуют не только проявления интереса к ним, но и серьезных знаний о природе, естественных науках и охране окружающей среды - от практики до экономических и даже юридических аспектов. Хороший специалист в животноводстве, рыбоводстве, овощеводстве, садоводстве, виноградарстве и т.д. всегда будет оценен по достоинству.

Работа в этой сфере часто зависит от погоды и носит глубоко индивидуальный характер. Личная склонность к определенным специализациям может подтверждаться высокими баллами в других областях: ландшафтный архитектор (архитектура), научный сотрудник (информатика, экономика и т.д.), ветеринарный врач (медицина) и т.д.

### **13. Я бы хотел стать: «Журналистом, репортером, документалистом, публицистом»**

9	14	36	52	62	78	Total

**Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–36)**

Сфера деятельности, связанная с журналистикой и рекламой, охватывает все профессии, так или иначе связанные с получением, обработкой и распространением информации - пресса, радио и телевидение, как для общего пользования (газеты, журналы, радио- и телеканалы), так и для более узкого (кино, производство пластинок и магнитных или видеолент, информационные агентства и т.д.), для компаний, государственных или частных учреждений/профессиональных союзов, органов власти, издательств всех видов и т.д. Почти все они косвенно требуют хорошего знания языка, на котором ведется работа, а также хотя бы одного из международных языков, легкости изложения мыслей в письменной, устной или изобразительной форме. Знание политических и социальных событий на международном уровне также является одним из основных требований, как и умение использовать методы обработки текста и/или изображений на компьютере.

Правда, в последнее время появляются отдельные формы специализированной квалификации (например, журналистика, фотография, режиссура или операторская работа), но во многих случаях все еще можно получить признание, работая в других областях, или полученный опыт работы является критерием для трудоустройства или для начала внештатной деятельности.

### **14. Я бы хотел стать: «Врачом»**

18	21	46	59	64	70	Total

**Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–36)**

Люди, работающие в этой области, занимаются не только изучением причин возникновения различных заболеваний и недугов, выявлением способов борьбы с ними и их профилактики, проведением всевозможных лабораторных исследований, но и практическим применением протоколов лечения, разработанных исследователями в области медицины и в смежных областях.

Работники данной области, могут иметь среднее или высшее образование. Люди со средним образованием могут работать медсестрами, сиделками и т.д., а люди с высшим образованием могут быть семейными врачами или специализироваться в какой-либо области медицины: педиатрии, хирургии, кардиологии и т.д.

Люди, данной профессии могут работать как в государственных, так и в частных медицинских учреждениях.

### 15. Я бы хотел стать: «Преподавателем, Тренером, Спортсменом, Военным или Полицейским»

38	45	50	51	65	75	Total

**Всего баллов (максимально возможное количество баллов 24–36)**

Как и в военных и полицейских профессиях, одна из основных составляющих педагогической профессии основана на высоком уровне дисциплины.

Процесс обучения может проходить не только в самих учебных заведениях, но и за их пределами - в хозяйственных, промышленных учреждениях и т.д.

Лица, желающие освоить профессию учителя, проходят подготовку в различных учебных заведениях средне-специального, высшего или пост университетского образования.

### Графическое представление психологического профиля профессиональной ориентации

Надеемся, что подсчет баллов совместимости и способностей к различным сферам деятельности подарил вам минуты хорошего настроения, которые призваны воздать за те усилия, которые вы терпеливо прилагали во время выполнения теста. Однако не думайте, что мы закончили.

В последней части этой главы мы рассмотрим, как личные качества проецируются на профессиональные перспективы. Ниже приведен пример заполнения психологического профиля профессиональных склонностей, а также страница, которую вы можете заполнить самостоятельно, указав свои баллы, полученные в предыдущих тестах.

### Графическое представление психологического профиля профессиональной ориентации

<u>Профессия</u>	Склонность					
	экстремальная → нулевая					
1. Химик, лаборант	6	12	18	24	30	36
2. Архитектор, инженер-строитель	6	12	18	24	30	36
3. Программист, кибернетик	6	12	18	24	30	36
4. Машиностроитель, механик, техник, инженер, математик	6	12	18	24	30	36
5. Ремесленник, артист	6	12	18	24	30	36
6. Социолог, политик, государственный служащий	6	12	18	24	30	36

7. Международные отношения, дипломат, специалист в области развития	6	12	18	24	30	36
8. Электрик, электротехник, электронщик	6	12	18	24	30	36
9. Коммерсант, экономист, организация производства	6	12	18	24	30	36
10. Связи с общественностью, реклама, визуальное искусство, недвижимость	6	12	18	24	30	36
11. Советник, юрист, судья, адвокат, нотариус, военный	6	12	18	24	30	36
12. Охрана окружающей среды, сельское хозяйство, лесное хозяйство, рыболовство, животноводство	6	12	18	24	30	36
13. Журналист, редактор, документалист, публицист, издатель	6	12	18	24	30	36
14. Здравоохранение, врач, хирург	6	12	18	24	30	36
15. Учитель, преподаватель, тренер, Военные структуры	6	12	18	24	30	36

#### Библиография:

Horst H. Sewert. "Тесты на профессиональную пригодность и их решение". Gemma Pres. Бухарест. 2000

## ТЕМА 13: ФЕСТИВАЛЬ ПРОФЕССИЙ И РЕМЕСЕЛ

### Гала-представление мечтаний о карьере

#### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Представьте участникам ваших групп результаты своих интервью со специалистом, работающем в интересующей вас профессиональной области.

*Ответьте на следующие вопросы:*

- Для чего нам необходимо наблюдать за тем, как работают люди разных профессий?
- Что нового вы открыли для себя, пообщавшись с ними?
- Какая из полученных вами информации может быть полезна при принятии решения о выборе профессии?

#### НАКОПИТЕ И ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 2.* Вспомните профессии, которые вы изучали, результаты своего тестирования, день, когда вы наблюдали за работой специалиста, и выберите 1-3 профессии, которые вам больше всего понравились и которые, по вашему мнению, вам больше всего подходят. Затем запишите наиболее важные аргументы, информацию, тезисы, которые помогли вам принять это решение.

*Задание 3.* Нарисуйте плакат, включающий ваши мечты о карьере/выбранной профессии, и представьте их как можно интереснее.

#### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 4.* Разместите плакаты на стенах аудитории, и презентуйте их. Выставка плакатов будет некоторое время храниться в школе, чтобы их могли увидеть ученики других классов.

#### ДЕЙСТВУЙТЕ!

*Задание 5.* Расскажите дома об этом занятии, о его результатах и понаблюдайте за реакцией членов вашей семьи. Запишите их вопросы и комментарии. Обсудите с близкими людьми, чем бы вы хотели заниматься после окончания средней школы.

---

---

---

---

---

---

---

## ГЛАВА II. ОТВЕТСТВЕННЫЙ ПОДХОД К ПЛАНИРОВАНИЮ СОБСТВЕННОЙ КАРЬЕРЫ

1. Определяем подходящие нам профессии.
2. Изучаем образовательные предложения в стране и за рубежом, касающиеся выбранной нами профессии.
3. Изучаем навыки, необходимые для продвижения по карьерной лестнице.
4. Решаем кем стать: наемным работником, работодателем/предпринимателем, фрилансером.
5. Разрабатываем собственный проект развития карьеры.
6. Галерея карьерных проектов: Превращаем мечты в карьерные проекты

### ТЕМА 1: ОПРЕДЕЛЯЕМ ПОДХОДЯЩИЕ НАМ ПРОФЕССИИ

#### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Запишите на листе бумаги профессии или ремесла, которые по вашему мнению вам подходят. Пройдитесь по классу и найдите коллег, у которых есть похожие варианты. Составьте список профессий и запишите напротив их названия количество набранных пунктов.

#### НАКОПИТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 2.* Зайдите на сайт <https://testcariera.anofm.md/> и проверьте умеете ли вы определять какие профессии вам подходят.

Для выполнения задания вы должны иметь доступ к Интернету и ноутбук (выполнить это задание с телефоном сложнее). Было бы хорошо, если бы это занятие проходило в компьютерном классе.

Для входа в платформу Cognitrom Career Planner (CCP) и определения подходящих навыков, профессий, специальностей и учебных заведений, где готовят специалистов в этих областях, уверенно следуйте шагам, приведенным в **Приложении 1**. После того как вы получите свой пароль и, соответственно, доступ к платформе, можно приступать к заполнению анкет.

#### ОБРАБОТАЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 3.* Вернитесь к списку профессий, который был составлен в начале работы. Дополните и измените список в соответствии с полученными результатами.

#### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

Будут образованы пары, которые соответствуют одной из профессий или ремесел, выбранных платформой.

*Задание.* Проведите вместе SWOT-анализ одной из профессий или ремесел из списка, изобразите полученный результат на постере, а затем представьте его всему классу.

#### АНАЛИЗ SWOT

Сильные стороны профессии или ремесла	Сильные стороны профессии или ремесла
Возможности для карьеры	Сложности, опасения

## **ДЕЙСТВУЙТЕ!**

*Задание 5.* Проведите один день на предприятии или в учреждении по месту жительства и станьте "тенью" одного из специалистов трудящегося в выбранной платформой области/областях. Наблюдайте за его работой и, если сможете, примите участие в том, что он делает в течение одного дня.

### **Приложение 1. Определяем подходящую профессию**

Посетите сайт <https://testcariera.anofm.md/> и проверьте свои навыки, чтобы определить, какие профессии вам подходят. Открыв эту страницу, вы увидите следующий текст:

«Профориентация направлена на оказание помощи молодежи, безработным, лицам, находящимся в поиске работы, и другим людям в определении возможностей получения образования и профессии.

Разработка профессионального профиля осуществляется с помощью платформы Cognitrom Career Planner (ССР).

Процесс образовательной и профессиональной ориентации с помощью ССР помогает бенефициару пройти основные этапы профориентации:

- самопознание,
- изучение мира образования и профессий,
- определение подходящих вариантов получения профессии и образования,
- принятие решения о выборе профессии,
- составление плана карьеры.

Чтобы воспользоваться услугами по профориентации через платформу ССР, заполните, пожалуйста, следующие поля: Имя, Фамилия, Email, Статус пользователя, Пол, Особые потребности, Дата рождения, Муниципалитет/регион, Город.

Заполните, а затем поставьте галочку: Я ознакомлен и согласен на использование полученных персональных данных только в целях, предусмотренных действующим законодательством.

Для наглядности вы можете посмотреть видеоинструкцию, которую можно найти здесь: <https://testcariera.anofm.md/ghid-video/>

Вы получите пароль по электронной почте. Введите его и получите доступ к платформе ССР. Заполните ответы на 4 теста, и Платформа ССР в графическом виде предоставит вам информацию о ваших навыках и список профессий, которые вам более всего подходят.



## ТЕМА 2: ИЗУЧАЕМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ В СТРАНЕ И ЗА РУБЕЖОМ, КАСАЮЩИЕСЯ ВЫБРАННОЙ НАМИ ПРОФЕССИИ.

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Составьте список учебных заведений, как национальных, так и зарубежных, которые готовят специалистов по выбранным вами направлениям.

### НАКОПИТЕ И ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 2.* Нарисуйте, вместе с коллегами по группе, таблицу на плакате и заполните ее, включив профессии и соответствующие учебные заведения, выбранные членами группы.

Выбранные профессии	Национальные учебные заведения, готовящие специалистов по выбранным специальностям	Зарубежные учебные заведения, готовящие специалистов по выбранным специальностям.

*Задание 3.* Какие учебные заведения вы бы предпочли, национальные или зарубежные и почему?

---

---

---

---

### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 4.* Распределите между собой по 1-2 учебных заведения, поработайте в Интернете и соберите информацию об этих учебных заведениях. Представьте результаты своей работы коллегам.

*Задание 5.* Проанализируйте представленную информацию и определите 1-2 учреждения, о которых вы хотели бы узнать побольше.

### ДЕЙСТВУЙТЕ!

Выберите 1-2 национальных учебных заведения и запланируйте их посещение с целью более основательного их изучения. Вы можете сделать это самостоятельно или вместе с кем-то из ваших одноклассников, кому это интересно. Поговорите с представителями учебного заведения, затем с соседями, родственниками и узнайте, что они думают о нем. Разработайте презентацию учреждения в формате РРТ или представьте ее на плакате согласно следующему алгоритму:

- Адрес учреждения
- Общая презентация, включающая: специальности, продолжительность обучения
- Специалисты, преподавательский состав
- Условия обучения: аудитории, лаборатории, мастерские и т.д.
- Условия проживания

- Стипендии и условия их предоставления
- Возможности стажировки
- Возможности карьерного роста и т.д.

## ТЕМА 3: ИЗУЧАЕМ НАВЫКИ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПРОДВИЖЕНИЯ ПО КАРЬЕРНОЙ ЛЕСТНИЦЕ

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Представьте результаты посещения учебного заведения. У вас было 2 варианта для презентации информации (в формате РРТ или на плакате) следуя данному алгоритму:

- Адрес учебного заведения
- Общая презентация, включающая: специальности, продолжительность обучения
- Специалисты, преподавательский состав
- Условия обучения: учебные аудитории, лаборатории, мастерские и т.д.
- Условия проживания
- Стипендии и условия их предоставления
- Возможности стажировки
- Возможности карьерного роста и т.д.

*Задание 2.* Как вы думаете, какие навыки вам необходимы для продвижения по карьерной лестнице?

---

---

Представьте коллеге по паре свои идеи и внимательно выслушайте его идеи. Постарайтесь выявить сходство во мнениях.

*Sarcina 3.* Решите вместе с коллегой, какое преимущество вам дает обладание этими навыками и какие недостатки вы можете испытывать от того что не владеете ими. Запишите свое мнение в тетрадке.

---

---

---

### НАКОПИТЕ И ОБРАБОТАЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 4.* Ознакомьтесь с информацией в **Приложении 1**.

*Задание 5.* Обсудите прочитанное с коллегами по группе. Составьте графическое представление информации (схему или рисунок). Представьте всему классу свою работу.

### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 6.* Обсудите в группах и составьте Т-образную диаграмму с указанием навыков, которыми вы обладаете, и тех, которые нуждаются в более глубоком развитии.

Навыки, которыми мы обладаем	Навыки, которые нуждаются в развитии

### ДЕЕЙСТВУЙТЕ!

*Задание 7.* Выберите 3 из представленных 9 навыков, которые были бы наиболее необходимы для карьерного роста в выбранной вами области. Обсудите свое решение с профессионалом в данной области и выясните, считает ли он так же. Запишите его ответ.

---

---

---

---

---

## **Приложение 1: Навыки, необходимые для карьерного роста**

**Умение решать проблемы.** Очень ценно, если вы обладаете хорошим мышлением при анализе проблем, с легкостью принимаете решения и предлагаете интересные идеи для преодоления различных проблемных ситуаций. Этот навык поможет вам не только дать правильную оценку достигнутым результатам, но и продемонстрирует вашу находчивость.

**Умение работать в команде.** Руководители ищут людей, которые умеют работать с другими членами команды. Поэтому, чтобы получить хорошую работу, важно уметь общаться с коллегами или клиентами, независимо от их характера.

**Навыки лидерства.** Лидер команды должен знать, как направлять других, делегировать задачи и мотивировать их, когда они менее всего вдохновлены. Поэтому, если вы хотите в будущем занять руководящую должность, вам необходимо начать развивать свои лидерские качества уже сейчас. Если у вас есть возможность взять на себя ответственность за выполнение определенных задач, то было бы неплохо набраться смелости и занять такую должность. Это поможет вам проявить свои управленческие способности.

**Навыки коммуникабельности.** Для более успешной работы необходимо уметь максимально четко и эффективно излагать свои мысли и идеи как в письменной, так и в устной форме. Несмотря на то, что в будущем многие рабочие места будут автоматизированы, компаниям будут нужны люди для управления их деятельностью, а для этого необходимы хорошие коммуникативные навыки.

**Навыки управления карьерой.** Кандидаты, уверенные в своих силах, добиваются успеха на собеседованиях. А для этого необходимо знать свои сильные и слабые стороны, знания и опыт, имеющие отношение к желаемой должности. Управление карьерой поможет вам определить шаги, необходимые для профессионального развития, изучить различные варианты работы и пути достижения собственных целей.

**Творческие навыки.** Технологии освободили нас от многих задач, которые раньше отнимали много времени. Теперь мы можем больше внимания уделять творческим задачам. Согласно исследованию, проведенному компанией Adobe, менеджеры по найму рассматривают креативность как ключевой фактор роста.

**Умение проявлять гибкость.** Гибкость сегодня высоко ценится компаниями. Период пандемии показал нам, насколько важно адаптироваться не только к организационным изменениям, но и к новым методам работы. Гибкие люди эффективно работают как в команде, так и самостоятельно, могут работать над несколькими проектами одновременно, всегда открыты для изучения нового и не стесняются выходить из своей зоны комфорта при любой возможности.

**Навык когнитивной гибкости.** Что именно это означает? Ваша способность тренировать свой мозг. Эта способность может помочь вам продумать проект или идею в целом и адаптироваться к изменениям. Вы можете обратиться к любому виду деятельности, который может помочь, например, к занятиям танцами, актерскому мастерству, чтению, публичным выступлениям или любой другой деятельности, которая выводит вас из зоны комфорта.

**Эмоциональный интеллект.** Этот навык помогает нам лучше понимать свои эмоции и адаптировать свое поведение к настроению окружающих нас людей. Поэтому, если вы хотите иметь наилучшие отношения с коллегами или руководителем, важно развивать свой эмоциональный интеллект.

## ТЕМА 4. РЕШАЕМ КЕМ СТАТЬ: НАЕМНЫМ РАБОТНИКОМ, РАБОТОДАТЕЛЕМ/ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕМ, ФРИЛАНСЕРОМ

### УЧАСТВУЙТЕ!

**Задание 1.** Выйдете перед классом и создайте триаду. Назовите 3 навыка, которые необходимы для продвижения по карьерной лестнице в выбранной вами области, с учетом результатов вашей беседы со специалистом, работающим в этой области.

**Задание 2.** Продолжите обсуждение в рамках созданной триады, только на этот раз один из вас будет говорить с позиции фрилансера (свободного работника), другой с позиции наемного работника, а третий – с позиции работодателя/предпринимателя. Уточните, чем занимается каждый из вас.

**Задание.** На доске размещены 3 плаката. На одном написано РАБОТНИК, на другом ФРИЛАНСЕР и на третьем РАБОТОДАТЕЛЬ/ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ. В рамках групповой дискуссии, представьте свои идеи, объясняющие каждое из обсуждаемых понятий. Идеи будут записаны в каждую таблицу в колонках слева.

РАБОТНИК	
<i>Так думаем мы</i>	<i>Так указано в источнике информации</i>

ФРИЛАНСЕР	
<i>Так думаем мы</i>	<i>Так указано в источнике информации</i>

РАБОТОДАТЕЛЬ/ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ	
<i>Так думаем мы</i>	<i>Так указано в источнике информации</i>

### НАКОПИТЕ И ОБРАБОТАЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

**Задание 4.** Работая в группах по 3 человека обсудите и выясните сущность этих профессий, прочитав и объяснив по одному из разделов **Приложения 1**.

**Задание 5.** Пересмотрите записанную вами информацию о работнике и попытайтесь выяснить нашли ли вы в прочитанном вами тексте подтверждение тому, что было записано



ранее на плакате. Если ДА, то проставьте галочку в виде латинской буквы «V», если нет то проставьте вопросительный знак «?». Это значит, что информация требует дополнительного документального подтверждения.

*Задание 6.* Заполните колонки справа в каждой из трех таблиц.

### **ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!**

*Задание 7.* Ответьте на следующие вопросы:

- Есть ли в нашем сообществе люди, которые работают по данным профессиями?
- Какие из этих трех категорий профессий внесли бы наибольший вклад в развитии вашего сообщества?
- Почему вы так считаете?

*Задание 8.* Обсудите с коллегами по группе и составьте список людей, работающих на местном или национальном уровне в качестве наемных работников, работодателей/предпринимателей и фрилансеров, и решите, кто из вас кого будет интервьюировать об их профессиях.

*Задание 9.* Сформулируйте вместе с членами вашей группы 5-6 вопросов, которые вы будете задавать в ходе интервью. Представьте вопросы в более расширенном формате для принятия совместного решения по ключевым вопросам.

### **ДЕУСТВУЙТЕ!**

*Задание 9.* Пройдите тест, приведенный в **Приложении 1**, и определите, какая из этих трех профессий подходит вам больше всего.

### **Приложение 1. Работник, работодатель/предприниматель, фрилансер**

**РАБОТНИК.** Если говорить с точки зрения работника, то рабочее место очень важно, поскольку оно обеспечивает статус, безопасность и предсказуемость. В то же время статус работника имеет и ряд недостатков (если вы не на своем месте, не нашли нужного работодателя или не получили наставничества). Большинство людей и те, кто выбирает работу в более менее контролируемой среде, имеют преимущества в виде гарантии занятости и медицинской страховки.

**ФРИЛАНСЕР.** Статус фрилансера обеспечивает гибкость, дает возможность занять нишу в той специализации, в которой вы лучше всего разбираетесь. В этом случае вы на 100% решаете за себя. С другой стороны, предсказуемость дохода не такая, как у наемного работника: вы имеете столько, сколько работаете, и сами составляете свой график. Если вы умеете правильно дозировать свои ресурсы, то можете добиться успеха.

**РАБОТОДАТЕЛЬ/ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ.** Статус предпринимателя имеет ряд преимуществ: предприниматель может самостоятельно принимать решения, рискуя при этом принять решения, которые в зависимости от их качества могут привести к успеху или провалу.

### **Приложение 2. Тест: работник, работодатель или фрилансер**

В каждой из этих областей деятельности требуются свои навыки, которые помогут вам добиться задуманного с удовольствием и высоко результативно. Какой бы вид деятельности мы ни выбрали (работника, фрилансера или предпринимателя), на нашем пути мы столкнемся как с недостатками, так и с преимуществами. Ни одна роль не является

желательной априори, в идеале нужно соотнести свои навыки с той должностью, которую вы хотите занять! Честно ответив на вопросы приведенной ниже анкеты, вы узнаете, какой статус подходит вам больше всего! Возможно, что в той или иной степени все ответы будут применимы к вам, но выберите те, которые наиболее близки к тому, что вы чувствуете в данный момент!

Вам предлагаются вопросы с тремя вариантами ответов, из которых вы должны выбрать и обвести один.

1. В данный момент я предпочитаю быть:
  - a. наемным работником
  - b. работодателем
  - c. фрилансером
2. Выберите утверждение, которое в наибольшей степени характеризует вас:
  - a. предпочитаю работать в одиночку
  - b. предпочитаю руководить коллективом
  - c. предпочитаю работать в команде
3. Я знаю, что поступил правильно, когда:
  - a. начальник, руководитель говорит мне об этом
  - b. я так чувствую
  - c. коллеги говорят мне об этом
4. Считаете ли вы что ваша работа должна быть связана с вашим хобби:
  - a. да
  - b. нет
  - c. только в некоторой степени
5. Когда вам нужно принять решение:
  - a. вы анализируете риски
  - b. основываетесь на свои чувства
  - c. не относитесь к риску очень серьезно
6. Насколько вы уверены в своих силах:
  - a. в малой степени
  - b. в значительной степени
  - c. очень сильно
7. Когда вам нужно что-то сделать, как, по вашему мнению, эффективнее всего действовать?
  - a. работать в одиночку
  - b. работать совместно с кем-то
  - c. делегировать задачу кому-то более квалифицированному
8. Как быстро Вы принимаете решение?
  - a. обычно очень быстро
  - b. обычно медленно
  - c. обычно после тщательного обдумывания
9. Я чаще всего:
  - a. провоцирую конфликты
  - b. разрешаю конфликты
  - c. выступаю посредником в решении конфликтов

10. Когда вы работаете в стрессовых условиях, что из нижеперечисленного чаще всего характеризует вас?

- a. способность к координации
- b. способность к инициативе
- c. способность к анализу

11. Когда вы работаете в группе, вы больше всего цените:

- a. когда кому-то приходят в голову блестящие идеи
- b. когда у вас появляются блестящие идеи
- c. когда у вас есть возможность хорошо выполнять свою работу в первую очередь

12. Обычно в группе вы являетесь тем человеком, который:

- a. проявляет инициативу
- b. координирует работу
- c. участвует в выполнении поставленной задачи

13. Когда риски очень высоки, вы предпочитаете:

- a. принять их на себя
- b. отказаться от плана
- c. отложить принятие решения

14. За что из перечисленного ниже вас чаще всего критикуют:

- a. за отсутствие взаимопонимания
- b. за то, что вы не занимаетесь своими делами
- c. за то, что вы не можете сосредоточиться на результате

15. Как вы думаете, самое большое преимущество работы в команде состоит в том, что:

- a. каждый имеет возможность выразить себя
- b. каждый делает то, что у него получается лучше всего
- c. командой руководите вы

16. Что Вы больше всего цените в людях:

- a. их талант
- b. их профессионализм
- c. их уникальность

17. Если бы в вашем распоряжении было бы 10 000 евро, и вы были бы вынуждены прибегнуть к одному из следующих вариантов, какой бы вы выбрали?

- a. положить их в банк под 15% годовых
- b. вложить их в персональный брендинг (реклама, выступления, телевидение)
- c. открыть интернет-магазин

18. Если бы вы писали книгу и должны были бы выбрать одно из трех следующих названий, вы бы выбрали:

- a. нет риска - нет выгоды
- b. риск – благородное дело
- c. чем меньше риска, тем лучше

19. Какой из видов дохода вам больше нравится:

- a. два раза в год (большая сумма, высокий риск)
- b. периодически (средняя сумма, средний риск)
- c. ежемесячно (умеренная сумма, минимальный риск)

20. Как вы думаете, некоторые люди добиваются успеха в первую очередь благодаря:

- a. настойчивости
- b. смелости
- c. профессионализму

21. Вы думаете, что в ближайшие 10 лет будете заниматься бизнесом:

- a. очень вероятно
- b. вероятно
- c. маловероятно

### Интерпретация результатов:

В приведенной ниже таблице обведите кружком данный вами ответ на каждый из вопросов теста, а затем сложите общий балл.

№ вопроса	a	b	c
1.	2	0	1
2.	1	0	2
3.	2	0	1
4.	1	2	0
5.	2	0	1
6.	2	1	0
7.	1	2	0
8.	0	1	2
9.	2	1	0
10.	0	1	2
11.	0	1	2
12.	1	0	2
13.	0	2	1
14.	2	1	0
15.	2	1	0
16.	0	2	1
17.	2	1	0
18.	0	1	2
19.	0	1	2
20.	1	0	2
21.	0	1	2
Промежуточный итог			
Общий итог			

В зависимости от набранных баллов вы можете определить свое место на оси работник-фрилансер-предприниматель/работодатель. Чем ближе к 0 баллов, тем больше вероятность того, что вы хороший предприниматель! Чем ближе вы к 21 баллу, тем больше вы подходите на роль фрилансера! Чем ближе к 42 баллам, тем больше вы подходите на роль наемного работника!

Работодатель/предприниматель	Фрилансер	Работник
1-14 баллов	15-28 баллов	29-42 балла

Ø Если вы набрали от 29 до 42 баллов - вам больше всего подходит роль Работника! Наслаждайтесь этим статусом со всеми его преимуществами!

Ø Если вы набрали от 15 до 28 баллов - вы находитесь на границе между работником и работодателем! Вам подходит статус Фрилансера, который вы можете выбрать на несколько лет, а по истечении максимум 10 лет вы всегда сможете выбрать статус либо работника, либо работодателя/предпринимателя.

Ø Если вы набрали от 1 до 14 баллов, то у вас есть все шансы стать Работодателем/Предпринимателем! Этот результат не является гарантией того, что вы добьетесь успеха, но он, безусловно, является хорошей предпосылкой для начала собственного бизнеса!

Взято с сайта Marian Rujoiu, [www.traininguri.ro](http://www.traininguri.ro)

## ТЕМА 5: РАЗРАБАТЫВАЕМ СОБСТВЕННЫЙ ПРОЕКТ РАЗВИТИЯ КАРЬЕРЫ.

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Создайте 3 группы учеников состоящие из:

1. тех, кто больше подходит для работы в должности РАБОТНИКА
2. тех, кто больше подходит для работы в качестве РАБОТОДАТЕЛЯ/ПРЕДПРИНИМАТЕЛЯ
3. тех, кто больше подходит для работы в качестве ФРИЛАНСЕРА

*Задание 2.* Обсудите в течение 3 минут, а затем представьте преимущества и недостатки каждой, из этих занятий.

Занятия	Преимущества	Недостатки
<b>РАБОТНИК</b>		
<b>РАБОТОДАТЕ ЛЬ/ПРЕДПРИ НИМАТЕЛЬ</b>		
<b>ФРИЛАНСЕР</b>		

### НАКОПИТЕ И ОБРАБОТАЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 3.* Взяв за основу карьерный планн, представленный ниже, разработайте собственный карьерный план. Если будет необходимо, обратитесь за помощью к преподавателю.

### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 4.* Представьте разработанный план вашей карьеры коллегам по группе. Ознакомьтесь с карьерными планами, представленными вашики коллегами, задайте им вопросы и выскажите предложения. Обсдите выбранные вами профессии, свои планы, особенности общества, в котором вы живете, и то, как выбранные вами профессия соотносится с потребностями общества.

### ДЕЙСТВУЙТЕ!

*Задание 5.* Доработайте свой план карьеры и подготовьтесь к его показу во время гала-представления.

Данный материал разработан в рамках проекта "Образовательная и социально-психологическая инклюзия детей-мигрантов", фаза 2, реализуемого Фондом развития при финансовой поддержке Детского фонда Песталоцци.



## Приложение 1: Процесс планирования карьеры

Процесс планирования играет важную роль в развитии карьеры, а его этапы взаимосвязаны. Мы представляем 7 этапов планирования карьеры:



**1. Проведение самооценки.** Первым шагом в процессе планирования карьеры является самооценка, которую должен пройти каждый, чтобы понять свои навыки, сферы интересов, стремления и т.д. Стремления и цели очень важны, поскольку они определяют, как человек будет строить свой план на будущее.

**2. Исследование возможностей карьерного роста.** На втором этапе необходимо изучить возможности карьерного роста, имеющиеся компании, варианты карьерного роста и т.д., которые

соответствуют уже проведенной самооценке. Необходимо определить подходящие возможности, для чего необходимо провести соответствующее исследование. Человек должен быть осведомлен о тенденциях на рынке труда и зонах роста.

**3. Постановка карьерных целей.** Следующим шагом в планировании карьеры является постановка краткосрочных и долгосрочных карьерных целей и определение четкого карьерного пути. План должен быть SMART с четкими и достижимыми целями.

**4. Учиться и совершенствовать свои навыки.** Четвертый шаг процесса заключается в том, чтобы продолжать приобретать новые навыки и знания в соответствии с карьерными целями и требованиями выбранной области деятельности. Часто могут возникать явные пробелы в целях, стремлениях и навыках. Чтобы заполнить эти пробелы, необходимо правильно спланировать приобретение и освоение этих навыков, что позволит правильно реализовать карьерный план.

**5. Составление резюме.** Следующим шагом в процессе планирования является полная подготовка резюме, сопроводительного письма, рекомендаций и т.д. В резюме должны быть четко изложены навыки, квалификация, цели, которые соответствуют карьерному плану человека.

**6. Поиск работы.** На шестом этапе необходимо выбрать компании, в которых человек ищет работу, и начать подавать заявки. Это может быть также работа над предпринимательским проектом.

**7. Пересмотр карьерных целей.** Последний шаг в процессе планирования карьеры - это постоянная оценка карьерных целей и, опять же, самооценка для построения успешной карьеры.

<https://www.mbaskool.com/business-concepts/human-resources-hr-terms/4033-career-planning-.html>



Схема: проектирование карьеры

## **ТЕМА 6: ПРЕВРАЩАЕМ МЕЧТЫ В КАРЬЕРНЫЕ ПРОЕКТЫ**

### **Гала-представление карьерных проектов**

#### **УЧАСТВУЙТЕ!**

*Задание 1.* Обменяйтесь с коллегой по парной работе, информацией о том, с кем вы консультировались во время составления своего карьерного проекта и какую обратную связь вы получили.

#### **НАКОПИТЕ И ОБРАБОТАЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!**

*Задание 2.* Подготовьтесь к презентации своих карьерных проектов. Вы можете сделать это в формате РРТ, в виде схем или рисунков на плакатах и т.д.

*Задание 3.* Соберите отзывы от коллег и гостей Гала-представления: преподавателей, представителей МПА и других общественных институтов, предпринимателей, коллег из других классов.

## ГЛАВА III. ИЗУЧАЕМ РЫНОК ТРУДА С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ДАЛЬНЕЙШЕЙ КАРЬЕРЫ

1. Исследуем риски и преимущества, связанные с построением успешной карьеры в выбранной области.
2. Какова ценность труда?
3. Ищем возможности для трудоустройства.
4. Составляем убедительное резюме (CV).
5. Приобретаем опыт работы.
6. Дни карьеры: Успешная карьера дома!

### ТЕМА 1: ИССЛЕДУЕМ РИСКИ И ПРЕИМУЩЕСТВА, СВЯЗАННЫЕ С ПОСТРОЕНИЕМ УСПЕШНОЙ КАРЬЕРЫ В ВЫБРАННОЙ ОБЛАСТИ

#### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Запишите в течение 1 минуты, какая профессия вам больше всего нравится в данный момент и подходит вам более всего. Обсудите отмеченные профессии в парах в течение 3 минут. В течение 5 минут составьте план действий, чтобы узнать как можно больше об этих профессиях.

Представьте свой план действий.

#### НАКОПИТЕ И ОБРАБОТАЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 2.* Для того, чтобы больше узнать о любимых профессиях, мы предлагаем вам отправиться на один день и стать «тенью» специалиста в этой области. Для этого необходимо выполнить следующее:

1. Определите специалиста, работающего в выбранной вами области (в вашем населенном пункте или поблизости)
2. Свяжитесь с ним и спросите, согласен ли он чтобы вы на один день стали его «тенью».
3. Если да, поговорите с работодателем, чтобы получить его разрешение.
4. Назначьте дату и отправляйтесь в учреждение, или на предприятие.
5. В течение дня заполняйте журнал наблюдений.

Действия, мероприятия	Краткое описание процесса	Навыки, необходимые умения	Риски и преимущества

Выводы \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 3.* Разделитесь на группы в соответствии с областями выбранных профессий и специальностей. Обсудите с коллегами по группе и составьте таблицу, включающую: список референтных лиц в данной области, их место работы и контактные данные.

№	Имя и фамилия лиц, работающих в интересующей области	Контактные данные	Место работы: учреждение, компания, адрес, телефон, электронная почта и т.д.	Что я ожидаю от этой деятельности
1				
2				
3				
4				
5				

### ДЕЙСТВУЙТЕ!

*Задание 4.* Вернитесь к таблице, которую вы составили вместе, и при необходимости дополните ее. Выберите специалиста, чьей тенью вы хотели бы стать на один день. Свяжитесь с ним. Если он/она согласен/на, поговорите с их руководителем, чтобы завершить необходимые приготовления. Назначьте дату. Поезжайте на предприятие и на один день станьте "активной тенью" специалиста. Не забудьте заполнить журнал наблюдений. Если вы захотите повторить опыт в другом месте, вы можете это сделать. Результаты наблюдений будут представлены на последнем занятии этого года.

## ТЕМА 2: КАКОВА ЦЕННОСТЬ ТРУДА

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Самостоятельно, в течение 2 мин запишите в тетрадке чего вы ожидаете от своей будущей работы.

---

---

---

*Задание 2.* Обсудите написанное с коллегой, а затем представьте свои идеи членам группы.

*Задание 3.* Как вы считаете, что вам необходимо предпринять, чтобы лучше подготовиться к своей первой работе? Запишите свой ответ на этот вопрос.

---

---

---

### НАКОПИТЕ И ОБРАБОТАЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 4.* Заполните первую графу в таблице «Я думаю, что мне следует выполнить следующие действия».

*Sarcina nr. 4:* Completați prima rubrică din tabel ”Eu cred că ar trebui să fac următoarele acțiuni”.

Идеи/Утверждения	Я думаю, что мне следует выполнить следующие действия	Выделенные из текста идеи, которые стоит реализовать
Не откладывайте поиск своего увлечения		
Делайте все возможное, чтобы накопить опыт в выбранной области		
Используйте преимущества своего возраста		
Как можно больше общайтесь		
Создавайте собственные проекты		
Как можно больше путешествуйте		
Количественно оценивайте накопленный опыт		



*Задание 5.* представьте свои идеи для того, чтобы заполнить общую таблицу на доске.

*Задание 6.* Прочитайте текст в **Приложении 1** и заполните графу 2 «Выделенные из текста идеи, которые стоит применить».

### **ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!**

*Задание 7.* Пройдите тест, приведенный в **Приложении 1**. Представьте результаты в группах по 3 человека и определите 3 ценности, которые для вас важны на данном этапе жизни. Представьте ценности всему классу и запишите их на доске.

1 \_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_

*Задание 8.* Сформулируйте общий вывод совместно с коллегами.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### **ДЕЙСТВУЙТЕ!**

*Задание 9.* Побеседуйте с кем-нибудь, кто уже работает в интересующей вас области, и узнайте, каковы его ценности, связанные с работой и как он нашел свою первую работу.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## **Приложение 1: Что нужно знать, чтобы инвестировать в свою карьеру**

### **1. Не откладывайте поиск своего увлечения**

"Я еще не решил, чем хочу заниматься". Это утверждение вполне справедливо и приемлемо в определенном возрасте, но, если вы еще не нашли свою "большую страсть", это не значит, что вы не должны ничего делать. Важно помнить, что нельзя узнать что-то по-настоящему, пока не попробуешь. Есть много людей, которые в итоге жалеют о том, что работают в той сфере, в которой они работают, и считают, что уже слишком поздно пробовать себя на другой работе. Нельзя сказать, что вы по-настоящему увлечены той или иной сферой деятельности, не имея непосредственного контакта с ней. Если вам действительно нравится это занятие, и вы готовы вкладывать в него все свои силы, у вас есть все шансы стать профессионалом в интересующей вас области.



*Помните!*

- Говорить о своей увлеченности той или иной областью можно только тогда, когда вы с ней взаимодействовали.
- Ничего страшного, если вы еще не нашли свою страсть. Вы находитесь как раз в том возрасте, когда принимаются решения относительно будущей карьеры. Занимайтесь самообразованием, накапливайте знания, и у вас все получится!

### **2. Делайте все возможное, чтобы накопить опыт в выбранной области**

Вы преодолели первый этап - обнаружили свою страсть или хотя бы область интересов?



Значит, пришло время накопить опыт. Причины, по которым вы решили начать работать, могут быть самыми разными: вам нужны деньги, вы хотите приобрести опыт, вы считаете, что не хотите больше терять время ничем не занимаясь, и т.д. В зависимости от причины к вам предъявляются определенные требования. Прежде чем согласиться на работу, спросите себя: "Это временная работа или начало долгосрочной карьеры?". Если ответ "временная

работа", то подумайте, как эта работа может помочь вам сделать желаемую карьеру. В вашем возрасте поиск работы может быть связан с определенным стрессом и иногда занимать больше времени, чем вы ожидаете. Поэтому иногда приходится идти на некоторые компромиссы.

*Помните!*

- Ищите работу, которая пойдет в зачет желаемой карьеры, так как она принесет вам пользу в будущем.
- Если вам приходится идти на компромисс, ищите работу, которая будет связана с тем, чего вы хотите достичь в профессиональном плане.

### 3.Используйте преимущества своего возраста

Вы еще находитесь в том возрасте, когда работодатели готовы вкладывать в вас деньги и



"учить вас ремеслу". Вы вступили в общественную организацию, участвуете во внеклассных мероприятиях или, возможно, имеете выдающиеся результаты в учебе? Сейчас самое время использовать все эти достижения, потому что позже они уже не будут иметь большого значения.

Кое-чем придется пожертвовать, но в долгосрочной перспективе это будет стоить того. В вашем возрасте работодатели не предъявляют высоких требований и больше ценят то, насколько вы были вовлечены в различного рода деятельность и какие навыки вы можете продемонстрировать.

*Помните!*

- Любые результаты, которых вы достигаете сейчас, будут больше цениться работодателем, поскольку каждый результат отличает вас от других людей вашего возраста.

### 4. Как можно больше общайтесь

Пожалуй, один из самых распространенных советов по карьерному росту - это как можно больше общаться с различными людьми. Ознакомьтесь с наиболее влиятельными людьми в интересующей вас области. Встречайтесь с ними на конференциях, проектах. Старайтесь общаться с ними как можно больше, но главной целью должно быть обретение знаний и навыков, касающихся вашей работы. Ищите возможности, где вы можете проявить свои навыки и умения. Правда, есть области деятельности, в которые довольно сложно попасть.



Например, если вы увлекаетесь политической коммуникацией, то, не имея знакомых специалистов в этой области, вы практически никогда не узнаете, какие вакансии существуют.

*Помните!*

- Нетворкинг помогает быстрее узнать о возможностях, но не обеспечивает трудоустройство.

### 5.Создавайте собственные проекты

Данный материал разработан в рамках проекта "Образовательная и социально-психологическая инклюзия детей-мигрантов", фаза 2, реализуемого Фондом развития при финансовой поддержке Детского фонда Песталоцци.



Как я могу получить опыт, если у меня не было возможности работать? Ответ прост: начать создавать собственные проекты. Правда, это касается не каждой работы, но любой проект, который вы начнете в этом возрасте, докажет, что вы инициативны. Общайтесь с людьми, которые вас окружают. Не обязательно создавать проект с нуля. Наверняка у вас есть друзья

или знакомые, которые владеют небольшим бизнесом или имеют свой проект, и им не помешала бы помощь.

*Помните!*

- Если вы не можете найти возможность получить опыт, то создайте ее сами.

## 6. Как можно больше путешествуйте

Помимо того, что подобный опыт будет полезен для вашего резюме, такие возможности помогут вам в личностном развитии. Исследования в области нейронауки показали, что люди, которые путешествуют, становятся более креативными. Их творческие способности прямо пропорциональны тому, насколько хорошо они адаптировались к тем местам, в которых побывали. Воздействие нового приводит к пластическим изменениям в мозге и стимулирует обучение. Используйте все возможности для путешествия - будь то выигранная стипендия на обучение, командировка для обмена опытом или туристическая поездка.



*Помните!*

Путешествия способствуют развитию творческих способностей - навыка, который высоко ценится на рынке труда.

## 7. Количественно оценивайте накопленный опыт

Вы должны приобрести опыт до определенного уровня, а значит, научиться делать то или иное дело. Но не совершайте ошибку, останавливаясь на достигнутом. В то же время научитесь количественно оценивать свою работу. У многих молодых людей резюме похоже: одинаковое образование, одинаковый опыт, одинаковые обязанности. Очень редко они пишут о достигнутых результатах. Если вы не указываете результатов своей работы, то можно предположить, что либо их не было, либо вы не понимаете их важности и не представляете их.

**Учитесь на ошибках других и стройте ту карьеру, которую хотите!**

## Приложение 2: Тест «Ценности работы»

перевод и адаптация Клейна М. М. по изданию Self-Directed Career Planning Guide, 1994

Изучите приведенный ниже список, включающий ряд ценностей, связанных с работой. Определите, насколько важна для вас каждая ценность, и поставьте крестик в той колонке, которая кажется вам наиболее подходящей. Шкала для каждой трудовой ценности имеет следующие пять оценок:

1 - очень важно, 2 - важно, 3 - не знаю, 4 - не очень важно, 5 - совсем не важно.

№	Насколько важна для вас каждая из перечисленных ниже трудовых ценностей?	1	2	3	4	5

1.	БЕЗОПАСНОСТЬ - уверенность в надежности работы с приемлемой оплатой					
2.	РАЗНООБРАЗИЕ - смена рабочих заданий					
3.	НЕЗАВИСИМОСТЬ - отсутствие контроля или надзора со стороны начальства					
4.	КОНКУРЕНЦИЯ - использование знаний и навыков для того, чтобы превзойти других.					
5.	ГИБКИЙ ГРАФИК РАБОТЫ - самостоятельное составление графика работы, не связанное с жестким расписанием.					
6.	СТАТУС - профессия обеспечивает положение, которое заставляет других уважать вас					
7.	ДЕНЬГИ - крупная финансовая или материальная выгода					
8.	КРЕАТИВНОСТЬ - разработка новых идей, программ или способов ведения дел, решения проблем					
9.	ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЙ - нахождение в положении, при котором вы имеете право определять решения, которые необходимо принять					
10.	ПРИЗНАНИЕ - получение четкого, публичного признания своей работы					
11.	ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ЛЮДЬМИ - ежедневный контакт с общественностью					
12.	ПОЛЕЗНОСТЬ - делать что-то полезное для общества					
13.	СТАТУС ЭКСПЕРТА - известность как человека, обладающего особыми, выдающимися знаниями или навыками, выдающимся талантом в какой-либо области					
14.	ПОДДЕРЖКА ДРУГИХ - помощь людям (индивидуально или в группе)					
15.	ЧЛЕНСТВО - принадлежность, членство в организации, группе, пользующейся известностью					
16.	ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ - работа в одиночку, в собственном стиле, без особых контактов с другими людьми					
17.	ВЛАСТЬ - направлять и влиять на других					
18.	АККУРАТНАЯ РАБОТА - выполнение работы, предполагающей точность и высокую степень аккуратности,					
19.	ЭМОЦИОНАЛЬНОСТЬ - работать в сфере, которая предполагает высокий уровень возбуждения, азарта					

Данный материал разработан в рамках проекта "Образовательная и социально-психологическая инклюзия детей-мигрантов", фаза 2, реализуемого Фондом развития при финансовой поддержке Детского фонда Песталоцци.

20.	СТАБИЛЬНОСТЬ - работа, связанная с рутинной, предсказуемой деятельностью					
-----	--	--	--	--	--	--

Определите ценности, которые вы отметили значком - X в столбце 1 («Очень важно»), и запишите первые четыре в порядке убывания их важности для вас:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

## ТЕМА 3: ИЩЕМ ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ ТРУДОУСТРОЙСТВА.

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Представьте результаты беседы со специалистом, работающим в интересующей вас области о его ценностях, связанных с работой и о том, как он нашел свою первую работу.

*Задание 2.* Запишите в блокнот идеи, относящиеся к проблеме поиска работы на период летних каникул.

---

---

---

### НАКОПИТЕ И ОБРАБОТАЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 3.* прочитайте текст в Приложении 1 и:

- поставьте галочку (V) в правой колонке напротив тех идей, которые привлекли ваше внимание и показались вам интересными,
- поставьте восклицательный знак (!) в правой колонке напротив идей, которые вы хотели бы воплотить в жизнь.

*Задание 4.* Представьте по очереди все отмеченные вами идеи

### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 5.* Обсудите с коллегой, сидящим рядом с вами, и на основе личных обсуждений и галочек, которые вы поставили в тексте, составьте план конкретных действий, для вашего трудоустройства.

---

---

---

---

---

*Задание 6.*

Запишит ответы на следующие вопросы:

- С каких действий, включенных в план, вы начнете и почему?

---

---

- Какие люди, учреждения существуют в вашей местности, к которым вы могли бы обратиться чтобы получить работу?

---

---

---

### ДЕЙСТВУЙТЕ!

*Задание 7.* Прочитайте дома текст **Приложения 2** и заполните список идей относительно действий, которые могут быть полезны для трудоустройства.

*Sarcina nr. 7: Citiți acasă textul din Anexa 2 și completați lista cu idei, acțiuni utile pentru angajare în câmpul muncii.*

---

---

---

---

### **Приложение 1: Ваша первая работа**

После того как вы уже сдали выпускные экзамены в средней школе и у вас в кармане аттестат зрелости, после того как вы приняли все необходимые решение на ближайшие несколько лет и предприняли для этого все необходимое, можете немного расслабиться и начать предпринимать усилия для развития своей карьеры. Начните с того, что серьезно задумаетесь о своей первой работе. Что нужно сделать, каковы правильные первые шаги в данном направлении?

**1. Выберите направление.** После 9 лет обучения логично знать, чем вы хотите заниматься дальше. Если вы еще не знаете, то сейчас самое время определить, какая работа вам подходит, и поставить перед собой цели, чтобы добиться успеха в этой области. Проанализируйте все свои сильные и слабые стороны, симпатии и антипатии, то, что интересует вас больше всего, и действуйте! С учетом всего этого приступайте к проектированию своей профессиональной карьеры. Узнайте как можно больше о тех областях, которые вас привлекают, и поговорите с людьми, которые работают в этих областях.

**2. Накопите нужную информацию.** Смелость - лучший проводник для выпускников. Полезно знать все о возможностях, предлагаемых различными учреждениями, организациями. Изучите информацию на их сайтах, почитайте, что нового там представлено, поговорите с действующими сотрудниками, чтобы получить более полное представление об учреждении. Подумайте о том, какие гарантии безопасности может предложить вам данная компания и достаточно ли долго она продержится на рынке, чтобы в будущем вы смогли сделать профессиональную карьеру работая в ней.

**3. Подготовьте ваше досье для трудоустройства.** Очень важно иметь досье, соответствующее работе вашей мечты. Инструменты персонального маркетинга являются составными частями этого досье. Планируя устроиться на работу, даже если у вас еще нет конкретной специальности, совершенно необходимо иметь резюме (Curriculum Vitae), сопроводительное письмо и все то, что представит вас как соискателя, имеющейся вакансии. Выделите достаточно времени, чтобы как можно лучше составить резюме и сопроводительное письмо. Очень четко опишите в этих документах, какими навыками и опытом вы обладаете.

Вот несколько советов, которые могут вам помочь:

- Подумайте о том, какой тип резюме вам нужен. На первых порах для человека вашего возраста в резюме следует сделать больший акцент на качествах и навыках, поскольку у вас еще нет профессионального опыта.
- Сосредоточьтесь на достижениях и результатах, которых вы добились на данный момент в учебе, волонтерской деятельности и т.д., не ограничивайтесь описанием опыта.
- Используйте в резюме и сопроводительном письме такие динамичные слова, как "инициировал", "достиг", "организовал", описывая свой опыт. Если ваш опыт очень мал или у вас вообще нет опыта работы, попробуйте для начала найти работу на неполный рабочий день, поучаствуйте какое-то время в волонтерских инициативах. И не отправляйте одно и то же резюме в несколько учреждений. Обратите внимание на объявление и подчеркните в



своем резюме ту информацию, которая соответствует ожиданиям и требованиям работодателя.

**4. Общайтесь.** Одна из самых важных вещей, о которой нужно беспокоиться при поиске работы, — это отношения с людьми. Неплохо было бы обратиться в Национальное агентство занятости (ANOFM), в его представительство в вашем населенном пункте/районе, посетить ярмарки вакансий, поговорить с друзьями ваших родителей, бывшими учителями, соседями и т.д. Отправьте электронные письма знакомым и спросите, не знают ли они кого-нибудь, работающего в интересующей вас области.

**5. Будьте внимательны и ответственны.** Если вы хотите добиться успеха в карьере, вам необходимо вести себя и выглядеть соответствующим образом. Купите себе костюм и носите его на собеседования. Убедитесь, что ваш адрес электронной почты и вежливые фразы, которые вы используете, соответствуют требованиям. Нельзя отправлять заявление о приеме на работу с электронного почтового ящика с неподходящим названием, например, "пончик", "белочка" и т.п.

Если у вас есть такой адрес, то вам следует открыть новый электронный ящик. Всегда нужно быть готовым к телефонному звонку от работодателя или даже к собеседованию по телефону.

**6. Не сдавайтесь.** Планирование карьеры может стать настоящим испытанием для любого человека. Поэтому важно ставить перед собой реалистичные цели и смириться с тем, что придется много работать, не всегда на желаемой работе, набираться опыта и заявлять о себе, быть как можно более активным, настойчивым, сохранять уверенность и оптимизм в том, что работа для вас есть, и она просто ждет, когда вы ее найдете.

### ***Приложение 2: Информация для трудоустройства***

Соискатели, ищущие работу в Интернете, совершают ошибку, ограничиваясь только самыми свежими объявлениями. Работа, появившаяся в прошлом месяце, может быть актуальной и сейчас, особенно если требуются более сложные навыки. Кроме того, поскольку большинство соискателей обращают внимание только на свежие вакансии, вы будете конкурировать с меньшим количеством людей, если объявление будет более старым, но все еще актуальным.

Помимо сайтов, специально предназначенных для размещения объявлений о работе, посетите сайты рекрутинговых организаций, специализирующихся в интересующей вас области.

Доски объявлений могут стать трамплином для других возможностей. Даже если должность не соответствует вашему профессиональному профилю, у вас все равно есть информация о том, что компания принимает на работу. Посетите сайт потенциального работодателя, чтобы найти другие возможные вакансии, отправьте резюме и сопроводительное письмо с просьбой рассмотреть другие возможные вакансии.

Большинство сайтов позволяют подать заявление о приеме на работу простым щелчком мыши. Однако не рекомендуется рассылать одно и то же резюме во все компании, в которые вы обращаетесь. Консультанты рассматривают индивидуальные резюме, в которых квалификация кандидата соответствует требованиям объявления. Постарайтесь адаптировать свое резюме к каждому отдельному объявлению.

Заполнение онлайн-заявки - полезный инструмент, но невнимательность может дорого вам обойтись. Обращайте внимание на грамматическую правильность при вводе информации в онлайн-формы, поскольку консультанты обращают пристальное внимание на правильность написания текста.

Работодатели теперь могут проверять посещаемые вами сайты и отправляемые электронные письма. Старайтесь использовать свой персональный компьютер для действий, которые могут выдать ваши намерения.

Для поиска работы можно также обратиться в кадровое агентство, куда можно отправить свое резюме. Желательно также наладить связи с людьми, которые могут помочь в этом деле, и, конечно, можно посещать ярмарки вакансий, где можно лично пообщаться с рекрутерами.

## ТЕМА 4: СОСТАВЛЯЕМ УБЕДИТЕЛЬНОЕ РЕЗЮМЕ (CV).

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Представьте список идей и полезных действий при трудоустройстве.

*Задание 2.* Одним из необходимых действий для каждого человека, устраивающегося на работу, является составление резюме. Ответьте на следующие вопросы:

- У кого из вас есть резюме?
- Каковы компоненты резюме?
- На что нужно обратить внимание при составлении резюме?
- Какие навыки, по вашему мнению, должны быть отмечены в резюме?

### НАКОПИТЕ И ОБРАБОТАЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 3.* Внимательно прочитайте текст в **Приложении 1** и определите 5-7 навыков, которые необходимо отметить в вашем резюме. Составьте общий список навыков и запишите его на доске.

*Задание 4.* Обсудите некоторые из навыков, разбившись на группы по 3 человека и дополните их информацией и аргументами, которые бы свидетельствовали о том, что вы ими владеете.

---

---

---

---

### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 5.* Если вы не обладаете какими-либо навыками, которые в настоящий момент пользуются спросом у работодателей, напишите, что бы вы могли предпринять для их обретения?

---

---

---

---

### ДЕЙСТВУЙТЕ!

*Задание 6.* Проанализируйте собственное резюме с точки зрения тех навыков, которые востребованы работодателями в нынешнем году, и сравните их с теми, которые будут актуальны в 2025 году (список представлен ниже):

Согласно докладу Всемирного Экономического Форума, "Будущее рабочих мест", наиболее вероятные профессии, которые могут исчезнуть или стать менее востребованными в будущем, — это помощники администраторов, бухгалтеры и операторы по расчету заработной платы. Вместо этого будет расти предложение рабочих мест, основанных на технологиях, искусственном интеллекте, инженерных разработках и создании продуктов.

Ожидается рост числа рабочих мест в области маркетинга, продаж и производства контента, а также должностей, требующих навыков работы с программным обеспечением, позволяющим работать с людьми в различных условиях, что свидетельствует о неизменной важности взаимодействия с людьми в новых экономических условиях.

Навыки востребованные в 2025 году

- Умение мыслить аналитически и генерировать инновации

Данный материал разработан в рамках проекта "Образовательная и социально-психологическая инклюзия детей-мигрантов", фаза 2, реализуемого Фондом развития при финансовой поддержке Детского фонда Песталоцци.

- Умение решать сложные задачи
- Критическое мышление и анализ
- Креативность, оригинальность и инициативность
- Умение рассуждать
- Активное обучение и стратегии обучения
- Устойчивость, ловкость, стрессоустойчивость, гибкость
- Умение работать с людьми
- Лидерство и социальное влияние
- Использование и развитие технологий
- Использование, мониторинг и контроль технологий
- Технологическое программирование

### ***Приложение 1: Навыки, востребованные в 2023 году***

Это способность четко выражать свои мысли и идеи, а также активно слушать, понимать и реагировать на идеи других людей. Вы можете не заметить этот навык, потому что он есть в любом списке навыков, но без него вы не сможете выполнять свою работу. И как это ни парадоксально: сегодня у нас так много способов общения, но порой нам не хватает ясности и точности в выражении своих мыслей.

На постоянно меняющемся рынке труда, где экономический, социальный и политический контекст влияют на то, как мы работаем, адаптивность - это тот навык, который сохраняет вашу конкурентоспособность. Важно проявлять гибкость, быть открытым для постоянного обучения, рисковать и выходить из зоны комфорта. Реагировать на неожиданности, показывая работодателям, что они могут положиться на вас в продвижении бизнеса. Важно также уметь адаптироваться к условиям работы и переносить имеющиеся навыки из области, которая перестала работать (по независящим от вас причинам), в смежную или даже другую область.

Способность адаптироваться и восстанавливаться после профессиональных неудач все чаще признается в качестве ключевого фактора эффективности работы. Когда вы учитесь на своих ошибках, страдаете и понимаете ситуацию, у вас есть возможность двигаться вперед и добиваться результатов, и рекрутеры все больше понимают это.

*В период неопределенности мы строим планы на год, но вынуждены возвращаться к ним каждые три месяца или даже каждый месяц.* Во время кризиса, войны и т.д. ценятся навыки выживания. Эти навыки являются приоритетными для работодателей. Они ищут людей, которые прошли через трудности, узкие места или спады, но сумели подняться и вдохнуть новую жизнь в свою работу. Сила и стремление к успеху - важнейшие качества, которые многое говорят о кандидате. Навыкам выживания нельзя научиться в процессе учебы, на тренингах, их трудно проверить, если только человек не прошел через более сложный период, когда у него была возможность показать, как он реагирует.

Вот каковы навыки выживания: Ошибки, даже кажущиеся незначительными, могут дорого обойтись. Именно поэтому работодатели обращают внимание на вашу способность точно выполнять задания, обращая внимание на мелкие детали и следя за тем, чтобы все аспекты были доведены до конца. Усилить внимание к деталям можно, отказавшись от отвлекающих факторов (телефон, электронная почта, социальные сети).

Понятно, что в одиночку работать невозможно. Вам необходимо общаться, вести переговоры и строить отношения с другими людьми. И вы сможете сделать это, общаясь с другими людьми и проявляя любопытство, сочувствие и готовность помочь.

*Также высоко ценится эмоциональный интеллект*, т.е. способность распознавать и понимать собственные эмоции и эмоции других людей.

Конечно, есть и обратная сторона сотрудничества, которую ценят работодатели: способность хорошо работать без посторонней помощи, особенно без необходимости проверять вас. Если вы можете выполнять свои рабочие задачи с минимальным руководством и обладаете самодисциплиной, работодатели оценят ваш подход.

Чтобы показать, что вы умеете работать самостоятельно, *включите в свое резюме навыки управления временем, организации и само мотивации*, приведя примеры по каждому из этих навыков.

Где бы вы не работали, вы можете столкнуться со сложными ситуациями, с различными кризисами, с которыми вам необходимо продуктивно справиться. Последнее, что хочет услышать работодатель, - это «я не знаю, как это сделать». Напротив, они хотят видеть, что вы умеете логически и творчески мыслить, вырабатывая варианты решения проблем и преодоления препятствий, возникающих в вашей работе. А сделать это можно, опираясь на *анализ, критическое мышление и на навыки принятия эффективных решений*.

Одним из наиболее востребованных навыков будет *интерес к постоянному совершенствованию и обучению*. Работодатели охотнее примут на работу человека, который готов учиться и проявляет гибкость, чем того, кто обладает всеми техническими навыками, но не обладает любознательностью и гибкостью.

Все вокруг постоянно меняется, и то, как мы работаем, должно отражать эти изменения. Способность постоянно совершенствовать свои навыки всегда будет оценена по достоинству. Компании сталкиваются с экономическими, стратегическими вызовами и нуждаются в сотрудниках, способных тщательно продумывать ситуацию, учитывать местные, национальные/международные реалии и *придумывать инновационные решения для устранения проблем*.

По мере изменения сферы деятельности могут возникать новые и непредвиденные проблемы. Поэтому важно уметь *конструктивно и эффективно разрешать споры и разногласия*. Используйте свои навыки общения, активного слушания, сопереживания, умения вести переговоры и готовности к совместной работе для достижения консенсуса.

Работодатели хотят, чтобы сотрудники, которым они доверяют, выполняли свою работу в срок без необходимости микроконтроля. Отличная трудовая этика гарантирует, что они могут положиться на вас и ваши результаты. Это можно продемонстрировать *пунктуальностью, постоянным соблюдением сроков и ответственностью за свои действия*.

Работодатели также проявляют большой интерес к энергичным людям, которые могут быть наставниками своих коллег, создавая сплоченный и заинтересованный коллектив. При этом все больше внимания уделяется тем, кто *умеет активно слушать, сопереживать членам своей команды и хорошо взаимодействовать при решении проблем*.

Поскольку все больше усилий прилагается к тому, чтобы перевести деятельность в цифровой формат и сделать ее заметной в Интернете, от будущих коллег также ожидается *демонстрация навыков работы в виртуальном мире*. Работодатели обращают внимание на проекты, которые сотрудники выполняют самостоятельно в Интернете, на то, как они используют технологические инструменты, на *навыки межличностного общения и сотрудничества в киберпространстве*.

## ТЕМА 5: ПРИОБРЕТАЕМ ОПЫТ РАБОТЫ.

### УЧАСТВУЙТЕ!

*Задание 1.* Представьте свои обновленные резюме. Как вы думаете, какая часть вашего обновленного резюме является наиболее привлекательной для работодателя?

---

---

---

*Задание 2.* Одной из составляющих, на которую обращают внимание работодатели, является опыт работы. Как вы думаете, как 16-летний подросток может накопить опыт работы? Каким образом?

---

---

---

### НАКОПИТЕ И ОБРАБОТАЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ!

*Задание 3.* Прочитайте самостоятельно текст в **Приложении 1.** работая в группах по разработайте набор рекомендаций для других коллег на тему: "Как я могу обрести опыт работы".

---

---

---

---

---

### ОБСУДИТЕ И РЕШИТЕ!

*Задание 4.* На основе разработанных выше рекомендаций создайте с коллегами по группе листовку с рекомендациями для других коллег, под названием: "Как я могу обрести опыт работы". Листовка будет изготовлена на листе формата А4.

### ДЕЙСТВУЙТЕ!

*Задание 5.* Размножьте листовку и раздайте ее другим коллегам. Соберите и запишите их отзывы.

*Sarcina nr. 5:* Multiplicați în școală acest leaflet și distribuiți-l altor colegi. Colectați impresii de la ei.

---

---

---

---

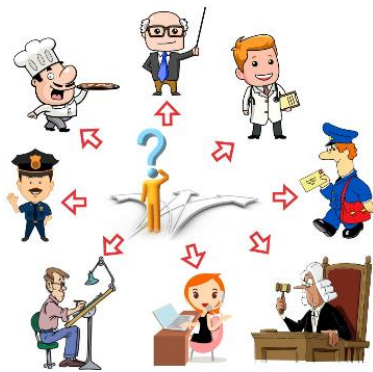
---

---

---



## Приложение 1. Как обрести опыт работы!



Вы подросток, заканчивающий в этом году среднюю школу? Радуйтесь! И помните, что это тот возраст, когда вы начинаете самостоятельно закладывать фундамент своего будущего. Это время, когда вы растете и развиваетесь! А развитие начинается с исследования. Вы молоды, полны энергии, мечтаний и идей. Сейчас самое время открыть для себя мир и его возможности. Кем я хочу стать? Куда мне нужно пойти, чтобы осуществить свою мечту? У вас еще нет ответов на эти вопросы? Не беда, узнайте прямо сейчас. Очень хорошо, если перед тем, как принять важное решение, Вы рассмотрите несколько

вариантов.

Вот некоторые способы, с помощью которых вы можете проверить различные варианты карьеры. Вы закрепите знания, полученные в школе, приобретете новые навыки, познакомитесь с рабочей средой, встретитесь с новыми людьми и перспективами, и кто знает... может совсем неожиданно перед вами откроются интересные возможности!

### 1. Устройтесь на работу на неполный рабочий день

Работайте хотя бы 2 часа в день и пользуйтесь теми же правами, что и штатный сотрудник! Гибкость — это модное слово, особенно для молодого поколения. Работа на неполный рабочий день дает вам гибкость, которой вы так жаждете. Работу на неполный рабочий день можно найти в самых разных областях, таких как продажи, работа с клиентами, маркетинговые исследования, бухгалтерский учет, секретарская работа, преподавание языков и т.д. Можно даже устроиться на неполный рабочий день в свою школу, например, работать над школьным журналом или в школьной библиотеке. Работа на неполный рабочий день имеет ряд преимуществ:

- *Стабильный источник дохода.* Зачем беспокоиться о других вещах, если лучше сосредоточиться на учебе? В переходный период от подросткового возраста к взрослой жизни постоянный заработок, безусловно, повысит вашу уверенность в себе. И это значительно облегчит вам жизнь. Поскольку стоимость жизни постоянно растет, дополнительные деньги всегда желанны. Это позволит вам финансировать свое образование и быстрее расплатиться с долгами, избежав тем самым финансового стресса, который часто возникает после окончания вуза.

- *Опыт и навыки.* Работа на неполный рабочий день помогает познакомиться с рабочей обстановкой. Кроме того, она позволяет обрести ряд полезных навыков, которые впоследствии помогут вам найти работу своей мечты: целеустремленность, умение управлять временем, организованность, коммуникабельность, умение работать в команде, умение работать с клиентами, лидерские качества - список можно продолжать. Кроме того, не стоит забывать, что финансовая независимость в молодом возрасте свидетельствует об ответственности и зрелости, что, безусловно, оценит любой потенциальный работодатель.

- *Более эффективное управление временем.* Когда единственной заботой является учеба, может возникнуть соблазн подумать, что у вас есть еще много времени на поиски работы. Это ловушка, которая приводит к неорганизованности и снижению отдачи. Как ни парадоксально, но работа параллельно с учебой не вредит учебе. Напротив, она заставляет более эффективно распоряжаться своим временем, тщательнее взвешивать приоритеты и укладываться в сроки. А это приводит к повышению успеваемости! Неполный рабочий день - это растущая реальность в Европейском Союзе. На долю работников с частичной занятостью приходится около 20% всей европейской рабочей силы.

### 2. Выберите работу в рамках какого-нибудь проекта

Данный материал разработан в рамках проекта "Образовательная и социально-психологическая инклюзия детей-мигрантов", фаза 2, реализуемого Фондом развития при финансовой поддержке Детского фонда Песталоцци.



Мы живем в проектной экономике. Что такое проект? Проект - это временная работа по созданию уникального продукта или услуги. Каждый проект имеет конкретную цель и ограничен по времени. Заканчивается один проект, начинается другой. И с новым проектом меняется команда. Работодателям нужны лучшие люди для конкретного проекта, и часто их не берут на постоянную работу. Таким человеком можете быть и вы. Возможно, вы думаете, что у вас еще нет опыта или навыков для работы над проектом. Но если вы разбираетесь в информационных технологиях, умеете создавать сайты, знаете иностранные языки, может быть, даже какой-то экзотический язык, то у вас есть все шансы получить работу. Проектная работа также возможна в сфере маркетинга, рекламного дизайна (брошюры, логотипы, рекламные объявления), копирайтинга (веб-контент, речи), маркетинговых исследований (статистика клиентов) и т.д. То есть вы будете работать над конкретным заданием в течение нескольких недель или месяцев, пока проект не будет завершен. Вы будете работать на контрактной основе и получать зарплату. Те, кто работает таким образом, являются не наемными работниками, а фрилансерами. В качестве фрилансера вы получаете свободу и гибкость: вы сами решаете, как работать, над чем работать, с кем и когда. Даже если работа по проекту - это краткосрочный вариант, со временем вы сможете собрать солидное портфолио таких проектов, что само по себе будет являться карьерой.

### **3.Выбирайте временную работу**

Временный работник - это человек, призванный занять какую-либо должность на ограниченный период времени. Многие работодатели используют временных работников (временщиков) для решения каких-то краткосрочных задач (отсутствие сотрудников, специальные проекты, сезонные потребности или чрезвычайные ситуации). Временная работа может длиться до 24 месяцев и более. Основными сферами, где используются временные работники, являются сфера услуг и производство. У вас есть множество причин выбрать временную работу. Вот лишь некоторые из них:

- *Перспективы постоянного контракта.* Во многих случаях временный контракт может превратиться в постоянный. Как правило, компании предпочитают нанимать тех, с кем они уже работали в прошлом: тем, кому они могут доверять и кто, по их мнению, будет лучшим выбором для данной работы.

- *Достойная зарплата.* Временные работники обычно имеют те же условия, что и штатные сотрудники: заработная плата, отпуск, медицинское страхование, пенсия. Временная работа обеспечит тот финансовый комфорт, который позволит вам более избирательно подходить к выбору постоянной работы.

- *Возможность налаживания контактов.* Временная работа дает возможность создать прочную сеть контактов и рекомендаций, которые могут открыть новые возможности для трудоустройства. Стоит попробовать себя в различных временных проектах и познакомиться с разными компаниями - это повысит ваши шансы встретить в нужное время нужного человека, который откроет перед вами нужные двери.

- *Практикуйте свои навыки.* Неиспользованный талант ржавеет. Временная работа - это практический опыт работы, ценный инструмент, повышающий ваши шансы на трудоустройство в условиях растущей конкуренции на рынке. Временная работа помогает не только отточить свои навыки, но и обогатить портфолио новыми умениями и навыками, а также быть в курсе тенденций и требований рынка.

- *Гибкий график.* Временная работа позволяет выбирать время и продолжительность работы, демонстрируя при этом способность к адаптации и быстрому обучению. Будучи временным сотрудником, вы полностью контролируете свою карьеру и свое время - вы можете делать перерывы в карьере и уделять больше времени личным заботам.

## ТЕМА 6: УСПЕШНАЯ КАРЬЕРА ДОМА!

### *Дни карьеры в нашей школе.*

Мероприятие рассчитано на 2 дня, и для участия в нем требуется следующая подготовка:

***Первый день: Гала-представление профессий, о которых мечтают выпускники гимназии.***

***Задание 1.*** Представьте одну из профессий, о которых вы думаете сейчас, накануне окончания школы.

***Задание 2.*** Представьте результаты того дня, в течение которого вы были «тенью» одного из специалистов.

***Задание 3.*** Мое решение по поводу карьеры...

---

---

---

---

***Второй день: представление концепции Ikigai из Приложения 1.***

***Задание 4.*** Дайте исчерпывающие ответы на 4 вопроса, включенные в концепцию IKIGAI, которые помогут вам принять решение о выборе профессии после окончания гимназии.

Что у вас получается делать лучше всего?

---

---

---

---

Чем тебе нравится заниматься в настоящее время?

---

---

---

---

В чем нуждаются люди и твое сообщество?

---

---

---

---

За какую работу ты можешь получить плату?

---

---

---

---

День продолжится встречами с людьми, добившимися успехов в разных областях трудовой деятельности.

Задание 4. Подготовьте как можно больше вопросов, чтобы выяснить преимущества и недостатки работы в этих областях.

---

---

---

---

---

---

---

Задание 5. Заполните таблицу

Сфера профессиональной деятельности	Преимущества	Недостатки

Задание 6. Мое решение по поводу карьеры...

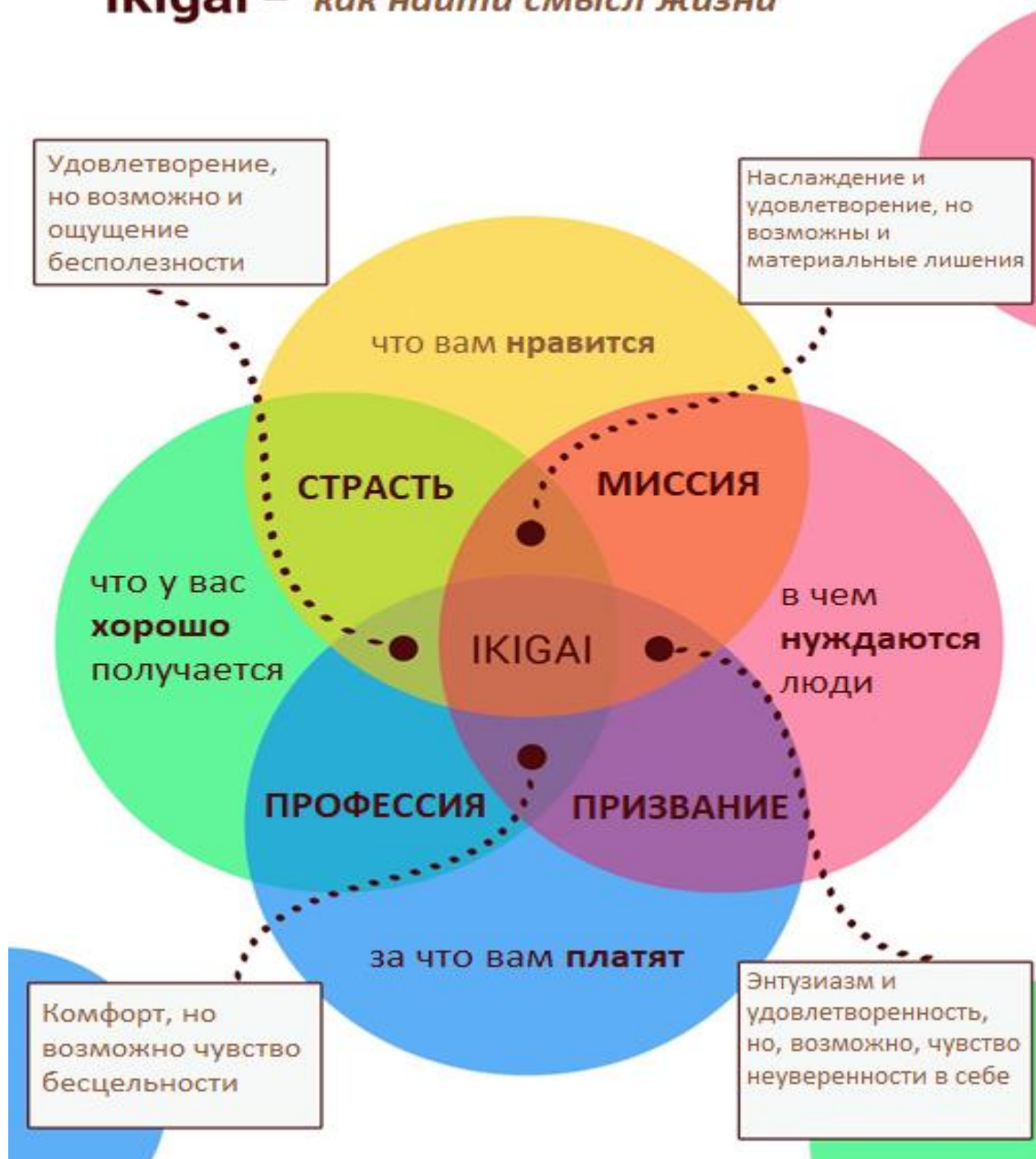
---

---

---

---

## Ikigai – как найти смысл жизни



Японская концепция " Ikigai " завоевала популярность среди людей, заинтересованных в личностном и профессиональном развитии. Помимо моды и тенденций, эта концепция может быть действительно полезной в попытках помочь обучающемуся найти цель в жизни и выбрать подходящую для него карьеру.

Ikigai можно перевести как "то, что делает жизнь достойной" или "радость жизни". Другой перевод этого понятия звучит так - "причина, по которой мы просыпаемся утром".

<https://www.suntparinte.ro/ikigai>