

# Чек-лист для подростков, выбирающих свое профессиональное будущее



Проект реализуется организацией АНКПО «Новые решения» - победителем конкурса «Школа филантропии» благотворительной программы «Эффективная филантропия» Благотворительного фонда Владимира Потанина

Барнаул 2020

## Алгоритм выбора профессии

Шаг1.	ПОНЯТЬ СЕБЯ И СОЗДАТЬ ОБРАЗ СВОЕГО БУДУЩЕГО
	<p><b>Отвечаю на вопросы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Где я? Кто я? Что я имею? Что меня окружает?</li><li>• Что я делаю?</li><li>• Какие мои сильные стороны? Как я использую свои навыки? Каким образом достигаю целей?</li><li>• Зачем? Почему? Мотивы? Во что я верю? Почему это так важно для меня?</li><li>• Кто я такая(ой)? Каковы мои роли? Если я делаю так, то какая(ой) я?</li><li>• Во имя чего? Смысл? Для чего это нужно миру?</li></ul>
Шаг 2.	ПОНЯТЬ, ЧТО ТАКОЕ ПРОФЕССИЯ
	<ul style="list-style-type: none"><li>• какие личные качества, soft и hard skills нужны;</li><li>• в чем суть работы, какие типичные обязанности;</li><li>• какие есть сложности;</li><li>• что нравится в профессии;</li><li>• есть ли спрос на услуги среди клиентов (если будете общаться с фрилансером);</li><li>• каким может быть доход на разных позициях ( trainer, junior, middle, senior, team lead);</li><li>• какие есть возможности для карьерного роста (как горизонтального, так и вертикального).</li></ul>
Шаг 3.	ИССЛЕДОВАТЬ, КАКОЙ КЛАСС ПРОФЕССИЙ БЛИЖЕ ИМЕННО МНЕ
	<p><u><a href="#">Тест на профориентацию</a></u> «Профкарьера» от Harry Monday. Состоит из 300+ вопросов, определяет ваши сильные и слабые стороны, личные качества, позволяет оценить разные интеллектуальные составляющие. После вы получите список из 12 наиболее подходящих вам профессий и рекомендации по прокачке слабых сторон</p> <p><b>Тест по методике Евгения Климова.</b> Автор теста выделяет 5 типов профессий: человек-природа, человек-техника, человек-человек, человек-знаковая система, человек-художественный образ. В результате вы узнаете, какой из этих типов подходит вам лучше всего. Однако тест простой (всего 30 вопросов), поэтому</p>

	<p>каких-то серьезных инсайтов не ждите.</p> <p><b>Книги:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Барбара Шер «Работа твоей мечты. Как зарабатывать деньги, занимаясь любимым делом»;</li> <li>• Барбара Шер «Отказываюсь выбирать! Как использовать свои интересы, увлечения и хобби, чтобы построить жизнь и карьеру своей мечты»;</li> <li>• Эль Луна «Между надо и хочу. Найди свой путь и следуй ему»;</li> <li>• Елена Резанова «Никогда-нибудь. Как выйти из тупика и найти себя»;</li> <li>• Тамара Сухенко «Как выбрать профессию будущего»;</li> </ul> <p>Обучающие программы</p>
<b>Шаг 4.</b>	<b>ОСОЗНАННО ВЫБИРАЮ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>
	<p><b>Осознанный выбор</b> — это не выбор из 10 знакомых работ, это <b>изучение</b> того, что есть в мире. На YouTube масса разборов разной профессиональной деятельности, а в интернете – подборок современных профессий.</p> <p>Какие критерии при выборе работы для меня важны?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Какие формы и виды деятельности для меня в приоритете?</li> <li>• Хочу, могу и надо. + Не хочу и могу научиться</li> <li>• Формат интересующей меня работы (компания, фриланс, собственный бизнес)</li> <li>• В каких схемах и областях мне интересно работать?</li> <li>• Действительно ли я знаю, из чего выбираю?</li> <li>• Есть ли смежные специальности с интересующим меня направлением?</li> </ul>
<b>Шаг 5.</b>	<b>УЗНАЮ О ВЫБРАННЫХ ВИДАХ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ИХ БУДУЩЕМ</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Чем занимаются представители интересующей меня профессии?</li> <li>• Могу ли я попробовать сейчас интересующую меня профессию?</li> <li>• Есть ли рабочие места на интересующую меня профессию в моем регионе?</li> <li>• Если рынок труда перенасыщен, что я буду делать?</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Какие знания, умения и навыки важны для данной профессии?</li> <li>• Перспективна ли эта профессия, не исчезнет ли она к завершению образования?</li> <li>• Соответствует ли эта профессия всем моим пожеланиям?</li> <li>• Знаю ли все плюсы и минусы этой профессии</li> <li>• Где и как могу получить интересующую профессию?</li> <li>• Какие экзамены мне предстоит сдавать? И как повысить шансы на поступление?</li> </ul>
	<p><b>Критерии выбора профессии:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Мир профессий меняется, моя готовность к изменениям</li> <li>- Подходит ли профессия именно мне, моим способностям, талантам, интересам</li> <li>- В каких учебных заведениях можно получить эту профессию, можно ли сразу получать несколько специальностей и как это будет зафиксировано в документах</li> <li>- Исследую: в чем заключается работа по выбранной специальности, что является результатом труда, каких качеств требует, как может измениться в будущем...</li> <li>- Опираюсь на знания других людей, но выбираю для себя и сам отвечаю за свой выбор</li> <li>- Выбор профессии - мой шаг взросления</li> <li>- Выбираю ВУЗ, учитывая уровень библиотечного и информационного обслуживания, сотрудничества с бизнесом</li> <li>- Определяю, какие простейшие практики можно выполнять уже сейчас для достижения ценностей/ качеств выбранной профессии</li> </ul>
<b>Шаг 6.</b>	<b>ПЛАНИРУЮ СВОЕ ПРОДВИЖЕНИЕ К ЦЕЛИ</b>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Какие практики помогут улучшить необходимые для профессии компетенции и сколько времени буду их выполнять</li> <li>2. Получение профессионального образования (где, когда, какую профессию(и), почему такой выбор)</li> <li>3. Профессиональная деятельность (место работы, должность, карьерный рост, отношения с коллегами, удовлетворенность профессией, возможные проблемы и т.д.)</li> </ol>

4. Мой образ жизни за 20 лет (интересы, хобби, семья) 5. Режим отдыха (как и где провожу выходные, отпуск, чем занимаюсь после работы и т.д.) 6. Общение с друзьями 7. Проблемы, которые решу в ближайшее время			
Сроки	Содержание деятельности	Участники	Ожидаемый результат
	Повышение уровня...	Учитель, репетитор	Результат ЕГЭ не менее...
	Освоение метода составления интеллект-карты		

#### Образовательные программы и проекты

1. Портал ПроеКТОриЯ
2. Проект ранней профессиональной ориентации «Билет в будущее»
3. Интерактивная платформа «Профилум»
4. Образовательный проект «Смартия»
5. Федеральный проект «Большая перемена»

Источник: <https://rosuchebnik.ru/material/20-voprosov-kotorye-pomogut-vybrat-professiyu/>

Источник: <https://rosuchebnik.ru/material/razrabatyvaem-individualnyy-proekt-ya-vybirayu-professiyu-article/>

Источник: <https://5sfer.com/kak-vybrat-professiyu/>

---

# Навигатор профориентации

---



Проект реализуется организацией АНКПО «Новые решения» - победителем конкурса «Школа филантропии» благотворительной программы «Эффективная филантропия» Благотворительного фонда Владимира Потанина

## Пройти профтестирование

На сайте: <https://proforientator.ru/tests/>

Тест на профориентацию по методике Е.А. Климова <https://www.profguide.io/test/klimov.html>,

Выбор профессий по интересу к школьным предметам или ЕГЭ <https://www.profguide.io/professions/school-items/>

Выбор профессии по объекту труда и действию с ним <https://www.profguide.io/professions/objects/>

Тест Дж. Голланда на определение профессионального типа <https://www.profguide.io/test/holland.html>

тест «Карта интересов» - 144 вопроса <https://www.profguide.io/test/art-id-12.html>

**узнать о профессиях, пройти примерочную пробу сил** <https://proektoria.online/suits>

**1 этап.** На сайте <https://moeobrazovanie.ru/> познакомиться с перечнем высшего профессионального образования, с перечнем среднего профессионального образования, по названиям направлений выбрать интересные для себя.

**2 этап.** Узнать подробнее про выбранное направление можно на сайтах

<https://www.ucheba.ru/>

<https://postupi.online/>

[www.vsekolledzhi.ru](http://www.vsekolledzhi.ru) - для получения среднего профессионального образования

На этих же сайтах можно **найти ответы на вопросы:**

1. **какие предметы нужны для сдачи экзамена ЕГЭ** по выбранному направлению
2. какие могут быть в выбранном вузе по выбранному направлению **дополнительные вступительные испытания**
3. **какую профессию можно получить** в выбранном вузе по выбранному направлению - кем можно стать по окончании вуза (в каждом направлении есть возможность выбрать разные профессии)
4. **чему будут обучать в вузе**, что потом можно будет применять на практике в работе
5. **какие профильные предметы** нужно будет изучать по выбранному направлению
6. **как и где будет проходить практика:** производственная и учебная

**3 этап:** знакомство с рынком труда

На сайтах

<https://hh.ru/>

<https://www.superjob.ru>

через поисковик на сайтах найти выбранные профессии, посмотреть их **востребованность**, количество **вакансий** по регионам и примерный уровень предлагаемой **зарплаты**

**посмотреть открытые уроки и встречи с успешными профессионалами** соответствующей сферы <https://proektoria.online/lessons>

# #эффективнаяфилантропия #школафилантропии

Уточнить свой выбор профессии – на профориентационной игре ТалантГейм: <http://talent22.tilda.ws/page11007753.html>

- Онлайн
- в группе или индивидуально
- за 2 часа
- узнать: что ты хочешь, можешь, умеешь, чем принесешь пользу себе и людям



Игра помогает человеку **раскрыть в себе таланты, способности, компетенции, возможности, о которых он не подозревал, и осуществить профориентационный выбор.**

Игра отличается от стандартного тестирования тем, что игрок не может сфальсифицировать результат, "подогнать" его под то, что хочется.

Сертифицированный Мастер игры Олеся Корчагина

Записаться к ней на игру: **What'sApp +79130810525**

[katun24@inbox.ru](mailto:katun24@inbox.ru)

Подписывайся на наши соцсети, будь в курсе новых игр и событий!



Инстаграм

[https://www.instagram.com/alesia\\_aktau/](https://www.instagram.com/alesia_aktau/)

<https://www.youtube.com/channel/UCXrvUinckSdrCqiC8fmXEOA>



ВКонтакте

<https://vk.com/bodylife22>



Youtube

