

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПРОБЛЕМ ВИХОВАННЯ

РОБОЧИЙ ЗОШИТ

для учнів старших класів загальноосвітніх шкіл
(до програми «Побудова кар'єри» 10-11 класи)



Кіровоград-2014

УДК 37.091.33:373.5
ББК 74.26-254
Р 58

Схвалено для використання у загальноосвітніх навчальних закладах Комісією з проблем виховання дітей та учнівської молоді Науково-методичної ради з питань освіти Міністерства освіти і науки України (протокол № 2 від 15 квітня 2014 р.; лист Інституту інноваційних технологій і змісту освіти МОН України № 14.1/12-Г-953 від 23 червня 2014 р.)

Рекомендовано до друку вченою радою Інституту проблем виховання НАПН України (протокол № 8 від 30 вересня 2013 р.)

Рецензенти:

Федорченко Т. Є. — доктор педагогічних наук, старший науковий співробітник, завідувач лабораторії превентивного виховання Інституту проблем виховання НАПН України;

Ігнатюк О. М. — кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, завідувач відділу профорієнтації і психології професійного розвитку Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих НАПН України.

Р 58

Робочий зошит для учнів старших класів загальноосвітніх шкіл (до програми «Побудова кар'єри» 10-11 класи) / [О. В. Мельник, О. Л. Морін, Л. А. Гуцан, І. І. Ткачук, З. В. Охріменко, О. М. Пархоменко, Т. С. Попова, Л. І. Гриценко та ін., за редакцією О. Л. Мельника]. — Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2014. — 124 с.
ISBN 978-966-189-304-6

Робочий зошит для учнів старших класів загальноосвітніх шкіл (до програми «Побудова кар'єри» 10-11 класи) є складовою створеного співробітниками лабораторії трудового виховання і профорієнтації Інституту проблем виховання НАПН України програмно-методичного комплексу «Побудова кар'єри» для 10-11-х класів, який має на меті формування компетентності старшокласника у виборі професії й успішної реалізації в майбутньому професійної кар'єри.

Робочий зошит старшокласника створено для узагальнення учнями теоретичних відомостей та фіксації результатів виконання практичних, самостійних, дослідницьких і проектних робіт, передбачених комплексом навчальних профорієнтаційних програм «Побудова кар'єри» (9, 17, 35, 70 год.). Його використання уможливило перехід у професійному самовизначенні від зовнішнього контролю з його об'єктивно заданими нормами, правилами і приписами до особистісної та професійної самооцінки й самовимогливості в питаннях конструювання власного професійного майбутнього.

УДК 37.091.33:373.5
ББК 74.26-254

ISBN 978-966-189-304-6

© О. В. Мельник, О. Л. Морін, Л. А. Гуцан,
І. І. Ткачук, З. В. Охріменко, О. М. Пархоменко,
Т. С. Попова, Л. І. Гриценко, 2014
© ТОВ «Імекс-ЛТД», 2014

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	6
Розділ 1.	8
Практична робота 1.1. Заповнення загальних відомостей про учня у «Щоденнику вибору майбутньої професії».....	8
Практична робота 1.2. Класифікація професій за сферами виробництва.	10
Практична робота 1.3. Виділення у професійній діяльності людини економічних і психологічних ознак праці.	12
Практична робота 1.4. Ознайомлення з професіограмами професій, які користуються попитом на ринку праці.	15
Практична робота 1.5. Ознайомлення з психограмами сучасних професій.	18
Практична робота 1.6. Відновлення та доповнення навмісно вилучених складових професіограми.	20
Практична робота 1.7. Екскурсія до Державної служби зайнятості. Звіт про екскурсію. Перелік послуг міського (районного) центру зайнятості.	22
Практична робота 1.8. Визначення особистісних факторів професійної непридатності людини до окремих професій.	23
Практична робота 1.9. Встановлення відповідності стану здоров'я обраній професії.	26
Практична робота 1.10. Ознайомлення із статтями «Закону України про охорону праці».	31
Практична робота 1.11. Письмове опитування «Об'єктивні умови та суб'єктивні фактори вибору професії».	33
Практична робота 1.12. Анкетування: «Мої ціннісні орієнтації». Диспут на тему: «Що я ціную?», «Які мої ціннісні орієнтації?».	34
Практична робота 1.13. Письмове опитування: «Мій сенс у досягненні майбутнього професійного успіху».	39
Практична робота 1.14. Письмове опитування: «Що в моєму розумінні означає професіонал?».	41
Практична робота 1.15. Гра «На пустельному острові».	43
Практична робота 1.16. Виявлення здібностей до різних видів професій. Аналіз прикладів зі світової та української літератури.	44
Практична робота 1.17. Вправи на розвиток навичок аналізу проблем і прийняття рішень.	47
Практична робота 1.18. Аналіз ситуацій вибору професії.	49
Практична робота 1.19. 1. Виконання завдань з класифікації підтипів професій. 2. Визначення нахилів та професійно-важливих якостей особистості, необхідних для професій вказаного типу.	50
Практична робота 1.20. 1. Виконання завдань з класифікації підтипів інтелектуальних професій. 2. Визначення нахилів та професійно-важливих якостей особистості, необхідних для професій вказаного типу.	53

Практична робота 1.21. Виконання завдань з класифікації підтипів офісних професій. Визначення нахилів та професійно важливих якостей особистості, необхідних для професій даного типу.	54
Практична робота 1.22. Виконання завдань з кваліфікації підтипів професій сфери підприємницької діяльності.	56
Практична робота 1.23. 1. Виконання завдань з класифікації підтипів професій художньо-естетичного напрямку. 2. Визначення нахилів та професійно-важливих якостей особистості, необхідних для професій вказаного типу.	58
Практична робота 1.24. Захист власного вибору професійного зростання у майбутньому.	60
Розділ 2.	61
Практична робота 2.1. 1. Складання блок-схеми: «Сучасний ринок праці». 2. Аналіз попиту та пропозиції на ринку праці «Професія сьогодні і завтра».	61
Практична робота 2.2. Порівняння різних форм трудових відносин під час працевлаштування.	63
Практична робота 2.3. Створення умовного «Барометру професій» у регіоні.	64
Практична робота 2.4. Збір і аналіз інформації про навчальні заклади, які здійснюють професійну підготовку.	65
Практична робота 2.5. 1. Ознайомлення з окремими статтями Трудового законодавства України. 2. Аналіз недоліків та переваг різних видів трудових договорів чи контрактів працевлаштування. . .	65
Практична робота 2.6. Збір і аналіз інформації про закордонні навчальні заклади, які здійснюють професійну підготовку.	69
Практична робота 2.7. Диспут на тему: «Професіонал III тисячоліття». . . .	76
Практична робота 2.8. 1. Письмове опитування: «Мій ідеал життєвого успіху». 2. Складання алгоритму досягнення власного життєвого успіху.	76
Практична робота 2.9. 1. Методика визначення лідера в колективі. 2. Виділення характерних рис харизматичної особистості на прикладі відомих людей.	80
Практична робота 2.10. 1. Визначення домінуючих якостей і рис особистості, яка досягла професійного успіху. Диспут на тему «Як стати успішною особистістю». 2. Складання алгоритму досягнення власного майбутнього професійного успіху.	84
Практична робота 2.11. Опитування на тему: «Чи треба готуватися до побудови професійної кар'єри ще в школі?»	86
Практична робота 2.12. Бесіда «Позитивне та негативне значення конкуренції для суспільства і окремої особистості».	91
Практична робота 2.13. Проектна діяльність «Я і мій вибір».	92
Практична робота 2.14. Побудова власного професійного маршруту в сфері професій.	93
Практична робота 2.15. Складання професійного резюме.	94
Практична робота 2.16. Складання основного і резервного професійних планів.	97
Практична робота 2.17. Вправи на розвиток протидії соціальному тиску. . .	97
Практична робота 2.18. Вправа «Розбіжності». Рольові ігри.	98

Практична робота 2.19. Вправи на розвиток навичок розв'язання конфліктів поглядів та інтересів.	99
Практична робота 2.20. 1. Дослідження розвитку нахилів особистості до спілкування. 2. Дискусія на тему: «Що означає мати здібності до спілкування?».....	101
Практична робота 2.21. Аналіз ситуації: «Чи розуміємо ми мову жестів?», «Продемонструй стан», «Передай почуття».....	105
Практична робота 2.22. Вправи на розвиток навичок монологу, діалогу, дискусії, публічного виступу.	105
Практична робота 2.23. Вправа «Як скласти резюме», Рольова гра «Як пройти інтерв'ю».....	108
Практична робота 2.24. Вправи на розвиток навичок ефективного спілкування.	109
Практична робота 2.25. Вправи на розвиток навичок співпереживання.	110
Практична робота 2.26. Вправи на розвиток навичок асертивної поведінки.	111
Практична робота 2.27. Проектна діяльність «Моя професія – моє майбутнє».....	112
Практична робота 2.28. Індивідуальні консультації.	113
ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА	117
КОРОТКІ ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ	123

ПЕРЕДМОВА

Робочий зошит старшокласника до програми «Побудова кар'єри» 10-11 класи створено для узагальнення учнями теоретичних відомостей та фіксації результатів виконання практичних, самостійних, дослідницьких і проектних робіт, передбачених комплексом навчальних профорієнтаційних програм «Побудова кар'єри» (9, 17, 35, 70 год.). Цей педагогічний засіб реалізує компетентнісний підхід у професійній орієнтації — включення старшокласника в безпосередню практичну діяльність профорієнтаційного спрямування, в якій він набуває досвіду вирішення профорієнтаційних проблем і протиріч. Старшокласник, компетентний у виборі професії, зможе побудувати й розпочати успішну реалізацію професійної кар'єри.

У створеному співробітниками лабораторії трудового виховання і профорієнтації Інституту проблем виховання НАПН України програмно-методичному комплексі «Побудова кар'єри» для 10-11-х класів робочий зошит старшокласника забезпечує перехід у професійному самовизначенні від зовнішнього контролю з його об'єктивно заданими нормами, правилами і приписами до особистісної та професійної самодостатності в питаннях конструювання власного професійного майбутнього. Останні ґрунтуються на реалістичному рівні домагань старшокласника, його адекватній самооцінці та досягнутих результатах практичної діяльності професійної спрямованості. Ці результати систематично фіксуються у робочому зошиті й у такий спосіб характеризують його розвивальний рух: від уявлення до усвідомлення себе як майбутнього суб'єкта професійної діяльності; від позитивного ставлення до навчального профілю та пов'язаних з ним професій до емоційно-ціннісного ставлення до себе як суб'єкта професійної діяльності; від активності в оволодінні способами діяльності до внутрішньої роботи над собою, які спонукають його до формулювання нових професійних цілей і домагань.

Зміст і структура робочого зошита старшокласника відповідає навчальній програмі «Побудова кар'єри», робочому зошиту для педагогічних працівників і містить практичні роботи (вправи, опитувальники, анкети, ігри, завдання, презентації, диспути, бесіди, дослідження, професіографічні завдання, самостійні роботи та ін.) з таких тем: особистість в умовах сучасного ринку праці (загальні уявлення про трудову діяльність людини, професіографія, професійна придатність, здоров'я і вибір професії, основні ситуації вибору професії); індивідуальні особливості старшокласника і побудова кар'єри (індивідуальні особливості старшокласника та їх врахування у процесі побудови кар'єри, стратегія і тактика побудови кар'єри); людина в умовах ринку праці (сучасний ринок праці, перші кроки на шляху побудови професійної кар'єри, кар'єра і соціальне середовище майбутнього професійного зростання).

Робочий зошит старшокласника є його путівником у світі професій, профорієнтаційні функції якого не обмежуються лише старшою школою. Його ведення є обов'язковим для кожного учня, який з-поміж курсів за вибором обрав навчальний предмет профорієнтаційного спрямування «Побудова кар'єри».

РОЗДІЛ 1.

1.1. *Практична робота.* Заповнення загальних відомостей про учня у «Щоденнику вибору майбутньої професії».

Інструкція. Інформацію в щоденнику необхідно записувати чітко й охайно у визначених для цього місцях. Переважну більшість завдань ви зможете виконати самостійно, лише деякі з них потребують допомоги батьків та вчителів.

Пам'ятай дорогий старшокласник, все це ти робиш для себе, для свого сьогоднішнього, аби в майбутньому почуватися впевнено, бути активними і цілеспрямованими.

Щоденник вибору майбутньої професії

1. Прізвище, ім'я по батькові (повністю) _____
2. Домашня адреса: місто _____, вулиця _____, будинок _____ квартира _____, контактний телефон _____.
3. Число _____, місяць _____, рік народження _____.
4. Стать (підкреслити) чол. жін.
5. Час і місце заповнення анкети _____
6. Освіта (навчальний заклад та місце його знаходження, скільки класів закінчили) _____
7. Батьки (прізвище, ім'я, по батькові, професія, де працює).
Батько _____
Мати _____
8. Яку освіту мають Ваші батьки?

№ з/п	Освіта	Мати	Батько
1.	Неповна середня.		
2.	Середня.		
3.	Початкова професійна (наприклад, професійно-технічне училище).		
4.	Середня професійна (наприклад, технікум, коледж).		
5.	Вища.		
6.	Не знаю.		

9. Яку професію рекомендує обрати мати: _____, батько: _____, брати та сестри: _____, дідусь та бабуся: _____, друзі: _____, знайомі: _____, вчителі: _____; хто ще? (допишіть) _____.

10. Ваші улюблені предмети та чим вони Вам подобаються? _____

11. Які предмети не подобаються? Чому? _____

12. Чим Ви займаєтесь у вільний час: факультативи, гуртки (в порядку значимості). Чому Ви їх обрали? _____

13. Ким Ви мрієте бути? _____

14. Чому Ви хочете обрати саме цю професію? _____

15. Хто вплинув на Ваш професійний вибір? (думки батьків, друзів, книги, ЗМІ, кінофільм, радіопередачі, поради вчителів, заняття в гуртках, ін.), (підкресліть). Що ще? (допишіть) _____

16. Чи подобаються Вам інші професії? Які? _____

17. Які фактори Ви вважаєте найважливішими при виборі майбутньої професії (а також місця роботи, спеціальності, посади)? _____

№ з/п	Фактори вибору	Так	Ні
1	Можливість постійно підвищувати кваліфікацію.		
2	Можливість професійного зросту, успішної побудови кар'єри.		
3	Престижність професії.		
4	Попит на ринку праці.		
5	Висока заробітна плата.		
6	Хороші умови роботи (характеристика робочого місця, робочий графік)		
7	Мені просто подобається ця професія.		

18. Що може перешкодити здійсненню Ваших професійних планів?

№ з/п	Перешкода	Так	Ні
1	Не достатньо знань про обрану професію.		
2	Недостатня підготовленість до професійної освіти.		
3	Проблеми із здоров'ям.		
4	Сімейні обставини.		
5	Матеріальний стан сім'ї.		
6	Невірний вибір місця продовження освіти, професії, спеціальності, профілю навчання в 10-11 класах.		

№ з/п	Перешкода	Так	Ні
7.	Недостатнє знання своїх нахилів та здібностей.		
8.	Нічого не може перешкодити.		

19. Які, на Ваш погляд, потрібні знання та вміння для успішної діяльності за обраною професією? _____

20. На що в першу чергу Ви звернете увагу при виборі місця одержання освіти? _____

21. Які риси характеру Ви цінуєте у свого товариша? _____

22. Що Ви цінуєте найбільше в собі? _____

23. Які Ваші сильні сторони й чесноти, які дозволять Вам реалізувати себе в обраній професії? _____

24. Яких зусиль Ви докладаете для успішного оволодіння майбутньою професією? _____

25. Результати навчальних досягнень (успішність) _____

26. Результати виконання тестових методик _____

27. Результати виконання вправ _____

28. Результати виконання професійних проб _____

29. Відгук класного керівника, вчителя про проектну діяльність «Моя професія – моє майбутнє». _____

30. Характеристика і рекомендації класного керівника, вчителів _____

1.2. Практична робота. Класифікація професій за сферами виробництва.

Відповідно до поділу суспільної праці економіка містить у собі дві великі сфери діяльності: виробничу (сферу матеріального виробництва) і невиробничу.

СФЕРА МАТЕРІАЛЬНОГО ВИРОБНИЦТВА

Наведіть приклади відомих Вам професій:

промисловість _____

сільське господарство _____

будівництво _____

транспорт _____

зв'язок _____

НЕВИРОБНИЧА СФЕРА

Наведіть приклади відомих Вам професій:
охорона здоров'я, соціальне забезпечення _____

житлово-комунальне господарство, побутове обслуговування _____

освіта, культура, мистецтво, наука _____

пасажирський транспорт _____

зв'язок _____

органи управління, кредитування і страхування _____

Для роботи в різних галузях матеріального виробництва й невиробничої сфери необхідні люди різних професій і спеціальностей. У сучасному суспільстві існує величезна кількість професій, їхнє число й перелік постійно змінюються: деякі професії «відмирають», застарівають, їх замінюють нові.

Класифікувати професії можна за різними ознаками (за першою літерою назви, належністю до галузі господарства тощо). Залежно від об'єкта або предмета праці, від того, із чим або з ким працює людина, усі професії розподіляють на п'ять типів.

Заповніть таблицю необхідними даними про предмет праці та наведіть приклади професій відповідно названим типам:

Назва типу	Предмет (об'єкт) праці	Приклади професій (спеціальностей)
«Людина – природа» (П)		
«Людина – техніка» (Т)		
«Людина – людина» (Л)		
«Людина – знакова система» (З)		
«Людина – художній образ» (Х)		

1.3. *Практична робота.* Виділення у професійній діяльності людини економічних і психологічних ознак праці.

Виготовлення й застосування знарядь є вирішальною ознакою праці. Відносно речей (знарядь і предметів праці) людина виступає як суб'єкт діяльності, а стосовно інших людей — як особистість.

Трудові дії працівника, спрямовані на зміну властивостей предмета праці за допомогою знарядь праці, називаються предметними діями.

Предметні дії працівника нерозривно пов'язані з його фізіологічною активністю та психічною діяльністю, якими вони визначаються та регулюються.

Отже, трудова діяльність виступає в єдності трьох аспектів: предметно-дієвого; фізіологічного; психологічного.

Предметно-дієвий аспект праці пов'язаний з виконанням певної системи рухів і дій, спрямованих на зміну станів або властивостей предмета праці з метою перетворення його на продукт праці. Предметно-дієвий аспект праці виступає як її зовнішня (фізична) сторона.

Фізіологічний аспект праці виявляється в тому, що вона як соціальне за своєю суттю явище має природну передумову — використання фізіологічних функцій працівника для створення тих чи інших соціальних цінностей. Під час праці до активної діяльності залучаються всі органи й системи організму — мозок, м'язи, судини, серце, легені і т. ін., мобілізуються фізіологічні функції, витрачається нервова та м'язова енергія. Так, для забезпечення робочих рухів і дій енергією використовуються м'язові групи, скорочення яких регулюється процесом збудження, що надходить від нервових центрів. До цих м'язів спрямовується посилений потік крові, який приносить поживні речовини та кисень, забираючи продукти розпаду речовин, що слугують джерелом енергії. Для забезпечення посиленого кровообігу та обміну речовин і енергії відповідно посилюється робота серця й органів дихання. Всі ці процеси, пов'язані з життєдіяльністю організму працівника, організуються відповідно до вимог і умов праці. За несприятливих, важких умов праці можливі перенапруження фізіологічних систем і патологічні зрушення, тоді як оптимальні умови є фактором підвищення працездатності людини.

Водночас фізіологічні процеси, підпорядковуючись вимогам трудової діяльності, зберігають відносну самостійність (добовий біологічний ритм, швидкість реакцій, м'язова сила, витривалість тощо) та характерні константи життєдіяльності (гомеостаз).

Отже, процес праці — це фізіологічний процес витрачання людської енергії. Саме він є системоутворюючим фактором праці, що забезпечує цілеспрямоване використання знарядь праці і перетворення предмета праці на корисний результат.

Психологічний аспект праці пов'язаний з тим, що предметні дії працівника визначаються й регулюються внутрішньою (психічною) діяльністю — пізнавальною, мотиваційною, емоційною. Так, під час праці в людини активізуються такі пізнавальні процеси: відчуття, сприймання, мислення, пам'ять, увага. У процесі праці їй необхідно бути уважною, виявляти волев'язність. Під час виконання роботи працівник може переживати різні психічні та емоційні стани — активність, зацікавленість, зосередженість, ентузіазм, напруження, стомленість, незадоволення, нудьгу та ін. У праці реалізуються й одночасно розвиваються професійні здібності, знання, трудові навички та вміння працівника, розкриваються риси його характеру, моральні якості, мотиви діяльності. У праці людина утверджує себе як особистість, реалізує та розвиває свій творчий потенціал.

Праця як колективна спільна діяльність людей неможлива без спілкування. Об'єктивні відносини й зв'язки між працівниками реалізуються як суб'єктивні міжособистісні відносини. Спілкування — це багатоплановий процес розвитку контактів між людьми, зумовлений потребами спільної діяльності. Воно охоплює обмін інформацією, діями й результатами діяльності, а також сприймання людини людиною.

Отже, в єдиному процесі спілкування працівників вирізняються три аспекти:

- комунікативний — обмін інформацією;
- інтерактивний — обмін знаннями, ідеями, діями;
- перцептивний — сприймання, пізнання, взаєморозуміння.

У єдності цих трьох аспектів спілкування є способом організації спільної діяльності та взаємин людей.

Засобом спілкування є мова, тобто система словесних знаків, які мають змістовну характеристику, опосередковуючи пізнання навколишнього світу.

Отже, з психологічного боку праця являє собою психічні процеси та психологічні фактори, які спонукають, програмують, регулюють трудову активність людини. Це так звана внутрішня (психічна) діяльність. Будь-яка праця поєднує зовнішню (фізичну) та внутрішню (психічну) сторони.

Як процес активних перетворень предметів з метою пристосування їх для задоволення особистих і виробничих потреб праця з фізіолого-психологічного погляду є формою життєдіяльності людини, що виявляється у функціональних зрушеннях фізіологічних систем і органів, а також у різних формах психічного відображення об'єктивної реальності.

Неодмінні психологічні ознаки праці такі:

- свідоме передбачення результату праці у вигляді образів, моделей, знань;
- усвідомлення працівником обов'язковості досягнення соціально значущої мети внаслідок реалізації засвоєної програми дій та відповідальності за досягнення соціального результату;

- свідомий вибір, застосування, вдосконалення знарядь і методів праці, що вимагає від працівника активізації пізнавальних процесів, професійного зростання, зацікавленості в інноваціях;
- усвідомлення працівником міжособистісних виробничих відносин, які виявляються в організації виробництва, управління та праці, формальних і неформальних комунікаціях, почуття причетності до організації, розумінні свого місця в реалізації її стратегічних цілей та залежності доходів від вкладеної праці або підприємницьких здібностей.

Згідно з психологічною теорією трудової діяльності, розробленою С. Л. Рубінштейном, О. М. Леонтьєвим, Г. М. Зараківським, у структурі такої діяльності, крім мотиву і мети, виділяють такі складові, як дія, завдання, операція. Дія розглядається як складна функціональна організація сукупності пізнавальних, виконавських, емоційно-оцінювальних процесів. Завдання у процесі праці виступає у вигляді локальної мети, а операція — у вигляді способів, якими ця мета досягається.

У структурі предметних дій розрізняють орієнтаційну основу та прийоми їх безпосереднього виконання. Під орієнтаційною основою розуміють сукупність відображених працівником об'єктивних умов, на які він орієнтується при виконанні трудових дій. Орієнтаційну основу трудових дій становлять:

- аналіз заданих характеристик очікуваного продукту (мета діяльності);
- аналіз предмета діяльності та оцінка можливості отримання потрібного продукту;
- аналіз засобів праці, технологічних особливостей обробки предмета праці з метою отримання продукту;
- аналіз складу, послідовності, способів виконання дій;
- контроль і корекція дій у процесі виконання;
- оцінка кінцевого продукту як досягнутої мети.

Сукупність інформації, яка характеризує предметні та суб'єктивні умови діяльності відповідно до мети і результату, становить інформаційну основу діяльності.

Виконавську частину трудової дії становлять рухи працівника, що безпосередньо впливають на предмет праці через знаряддя праці. Отже, у трудових діях поєднуються психічний та руховий компоненти. Тому трудові дії називаються психомоторними діями, або психомоторикою. У цілих структурах трудової діяльності, трудових діях можливі різні комбінації компонентів, з яких вони складаються, що зумовлюється предметним змістом, метою та завданнями трудової діяльності. При цьому останні визначають, який з компонентів діяльності є домінуючим, системоутворюючим фактором.

1.4. Практична робота. Ознайомлення з професіограмами професій, які користуються попитом на ринку праці.

Завдання. Підготувати професіограми професій.

Рекламний агент. Реклама — одна з наймодніших і престижних сфер діяльності людини. Головне завдання рекламного агента — продаж рекламних послуг, зв'язок виробників реклами з рекламодавцями. Професійна діяльність вимагає від працівника енергійності, високої оперативності, комунікативних здібностей, емоційної стійкості. Діяльність рекламного агента проходить в зоні постійних ділових контактів, тому потребує від працівника проникливості, наполегливості, сміливості, самостійності, рішучості, високого самоконтролю. В Україні швидкими темпами розвивається рекламний бізнес, тому ті, хто бажає працювати в рекламі, зможуть себе реалізувати.

**ПРОФЕСІОГРАМА
РЕКЛАМНИЙ АГЕНТ**

Загальні відомості про професію та її динаміку у зв'язку з розвитком науки і техніки, соціальним та економічним значенням:

Виробнича характеристика професії, опис трудового процесу:

Соціально-гігієнічні умови праці із зазначенням професійних шкідливих факторів і переліком фізіологічних умов та медичних протипоказань:

Перелік необхідного обсягу знань і вмінь для успішної професійної діяльності, зокрема тих, що визначають професійну майстерність:

Характеристика видів і тривалості професійного навчання, можливості підвищення кваліфікації:

Психограма, тобто характеристика психологічних вимог професії до людини із зазначенням основних і бажаних психічних особливостей, а також психофізіологічних протипоказань:

Дизайнер — це художник-перетворювач. Свій творчий процес він починає з обміркування можливих варіантів майбутнього вибору, збирання необхідної інформації, критичного аналізу існуючих зразків і знаходження оптимального рішення. Потім він виробляє ескіз, моделює зразок, готує його до випуску. Дизайнери потрібні скрізь. Є реальна можливість знайти роботу в престижних фірмах.

ПРОФЕСІОГРАМА ДИЗАЙНЕР

Загальні відомості про професію та її динаміку у зв'язку з розвитком науки і техніки, соціальним та економічним значенням:

Виробнича характеристика професії, опис трудового процесу:

Соціально-гігієнічні умови праці із зазначенням професійних шкідливих факторів і переліком фізіологічних умов та медичних протипоказань:

Перелік необхідного обсягу знань і вмінь для успішної професійної діяльності, зокрема тих, що визначають професійну майстерність:

Характеристику видів і тривалості професійного навчання, можливості підвищення кваліфікації:

Психограма, тобто характеристика психологічних вимог професії до людини із зазначенням основних і бажаних психічних особливостей, а також психофізіологічних протипоказань:

Маркетолог. Маркетингова діяльність забезпечує надійну, достовірну і своєчасну інформацію про ринок; створення такого асортименту, який більш повно задовольняє вимоги ринку, ніж товари конкурентів; необхідний вплив на споживача, на попит, що забезпечує максимально можливий контроль сфери реалізації. Маркетологу не загрожує неповага, адже без нього в суспільстві не обійтись. Тому ризик безробіття для маркетолога невеликий.

ПРОФЕСІОГРАМА МАРКЕТОЛОГ

Загальні відомості про професію та її динаміку у зв'язку з розвитком науки і техніки, соціальним та економічним значенням:

Виробнича характеристика професії, опис трудового процесу:

Соціально-гігієнічні умови праці із зазначенням професійних шкідливих факторів і переліком фізіологічних умов та медичних протипоказань:

Перелік необхідного обсягу знань і вмінь для успішної професійної діяльності, зокрема тих, що визначають професійну майстерність:

Характеристика видів і тривалості професійного навчання, можливості підвищення кваліфікації:

Психограма, тобто характеристика психологічних вимог професії до людини із зазначенням основних і бажаних психічних особливостей, а також психофізіологічних протипоказань:

1.5. Практична робота. Ознайомлення з психограмами сучасних професій.

Завдання. Відновити психограмами визначених професій.

Ресторатор

Професійно важливі якості, необхідні для успішного виконання професії	
Вимоги до психофізіологічних особливостей нервової системи (тип темпераменту)	

Наявність спеціальних здібностей до професії	
Протипоказання до професійної діяльності	
Психологічні особливості професії	

Примітки _____

PR-менеджер

Професійно важливі якості, необхідні для успішного виконання професії	
Вимоги до психофізіологічних особливостей нервової системи (тип темпераменту)	
Наявність спеціальних здібностей до професії	
Протипоказання до професійної діяльності	
Психологічні особливості професії	

Примітки _____

Мерчендайзер

Професійно важливі якості, необхідні для успішного виконання професії	
Вимоги до психофізіологічних особливостей нервової системи (тип темпераменту)	
Наявність спеціальних здібностей до професії	
Протипоказання до професійної діяльності	
Психологічні особливості професії	

Примітки _____

Завдання. Провести психографічний аналіз обраної (бажаної) професії

професія _____

Професійно важливі якості, необхідні для успішного виконання професії	
Вимоги до психофізіологічних особливостей нервової системи (тип темпераменту)	
Наявність спеціальних здібностей до професії	
Протипоказання до професійної діяльності	
Психологічні особливості професії	

Примітки _____

1.6. Практична робота. Відновлення та доповнення навмисно вилучених складових професіограми.

Ветеринар

1. Класифікаційна картка професій:

- найменування професії: ветеринар;
- домінуючий спосіб мислення: «адаптація-аналіз»;
- область базових знань: медицина, рівень 3, високий (теоретичний);
- професійна сфера: сільське господарство і тваринництво, рівень 2, середній (практичне використання знань);
- міжособистісна взаємодія: _____;
- домінуючий інтерес: _____;
- додатковий інтерес: реалістичний;
- умови роботи: у приміщенні, мобільний.

2. Домінуючі види діяльності:

- охорона здоров'я сільськогосподарських, промислових і домашніх тварин;
- попередження і ліквідація захворювань;
- контроль якості використовуваних кормів, що готуються на тваринницькому підприємстві;
- проведення планової вакцинації сільськогосподарських і домашніх тварин;
- організація і проведення дезінфекції і дератизації (знищення мишей і пацюків) у приміщеннях тваринницького комплексу;
- санітарна оцінка продуктів тваринництва;
- _____;
- _____;
- _____.

3. Якості, що забезпечують успішність виконання професійної діяльності.

Здібності:

- висока здатність до аналізу і синтезу безлічі фактів;
- здатність до емпатії, співпереживання;
- гарний розвиток образної пам'яті;
- високий рівень розвитку словесно-логічної пам'яті (відтворення в потрібний момент зведень про хвороби та їхні ознаки);
- здатність керувати своїми емоціями;
- гнучкість мислення (здатність змінювати плани, способи рішення задач під впливом обставин);
- високий рівень розвитку уваги;
- здатність переносити фізичну і психічну напругу.

Особистісні якості, інтереси і схильності:

- високий рівень особистої відповідальності;

- терпимість;
- оригінальність;
- спритність;
- допитливість;
- твердість;
- витривалість;
- активність, рухливість.

4. Якості, що перешкоджають ефективності професійної діяльності:

- _____;
- _____;
- _____;
- _____;
- _____.

5. Сфери застосування професійних знань:

- ветеринарні лікарні;
- лабораторії при науково-дослідних інститутах і вузах;
- тваринницькі підприємства, заводи, ферми;
- птахоферми;
- _____;
- _____;
- _____.

6. Історія професії. Ветеринарія як область наукового знання і практичного застосування зародилася в далекі часи, коли люди вперше зайнялися прирученням і «одомашнюванням» диких тварин, тобто близько 6-10 тис. років тому.

Найдавніші зведення про лікування тварин відносять до 4-го тисячоліття до н. е. Наприкінці XVIII — початку XIX ст. ветеринарних фахівців готували при медико-хірургічних академіях і університетах. У XX ст. в Російській імперії вже були створені самостійні ветеринарні інститути в Казані, Харкові, Тарту.

7. Деякі професії, що також підходять людині з даним типом особистості.

- _____;
- _____;
- _____;
- _____.

8. Навчальні заклади, що навчають даній професії.

- Білоцерківський державний аграрний університет;
- Кримський державний аграрний університет;
- Луганський національний аграрний університет;
- Львівська національна академія ветеринарної медицини імені С.З. Гжицького;
- Національний університет біоресурсів і природокористування України;

- Подольський державний аграрно-технічний університет;
- Полтавська державна аграрна академія;
- Сумський національний аграрний університет;
- Харківська державна зооветеринарна академія.

1.7. Практична робота. Екскурсія до Державної служби зайнятості. Звіт про екскурсію. Перелік послуг міського (районного) центру зайнятості.

1. Напишіть звіт про екскурсію до Державної служби зайнятості. Пропонуємо перелік питань, на які Ви маєте відповісти в процесі написання звіту.

Коли був створений центр зайнятості, які види послуг надає відвідувачам?

Наведіть приклади працевлаштування клієнтів.

Який середній термін пошуку нової роботи?

Яку допомогу отримує людина, що є тимчасово безробітною?

Як центр зайнятості співпрацює з роботодавцями?

1.8. Практична робота. Визначення особистісних факторів професійної непридатності людини до окремих професій.

Бесіда «Професійна придатність і професійно важливі якості»

1) Висловіть свою думку про те, чи можна зробити себе придатним професії, чи треба лише зафіксувати і розділити людей на придатних і непридатних для виконання певної діяльності?

2) Чи відомі Вам люди, які домоглися життєвого успіху всупереч життєвим обставинам?

Вправа

«Медичні обмеження професійної придатності»

Визначте захворювання, які можуть бути викликані відповідними протипоказаннями. Позначте фактори, які можуть обмежити Ваш професійний вибір.

Якщо маєте ці захворювання	Вам протипоказані наступні умови роботи
	Несприятливий мікроклімат, загазованість, запиленість, контакт з токсичними речовинами, значне фізичне напруження
	Значне фізичне напруження, несприятливий мікроклімат, контакт з токсичними речовинами, робота на висоті у рухомих механізмах
	Робота з дрібними деталями, значне фізичне напруження, запиленість
	Нервово-емоційне напруження, шум і вібрація, несприятливий мікроклімат, контакт з токсичними речовинами
	Статична робоча поза, значне фізичне напруження (підйом і перенесення важких речей), робота на висоті у рухомих механізмах

Якщо маєте ці захворювання	Вам протипоказані наступні умови роботи
	Контакт з токсичними речовинами, значне фізичне і нервово напруження, робоча поза, пов'язана з напруженою м'язів живота, з порушенням режиму харчування.
	Несприятливий мікроклімат, контакт з токсичними речовинами, вимушена робоча поза, робота, пов'язана з порушенням режиму харчування

Проблеми зі здоров'ям можуть ускладнити професійну діяльність, а ненависна робота може привести людину до нервового зриву, захворювань психосоматичного характеру, втрати інтересу до життя, якщо, звичайно, у людини немає інших цінностей, крім кар'єри і матеріального благополуччя.

А ось улюблена робота під силу зберігає і зміцнює здоров'я.

Вправа «Професійно важливі якості»

За даними соціологічних досліджень, приблизно половина людей, що стоять перед вибором професії, збирається керувати іншими людьми або фінансами і планує стати менеджером, підприємцем або просто керівником. Хоча світовий досвід свідчить, що тільки 5-7% працездатного населення має необхідні схильності і здатності до такого роду діяльності.

Інструкція. Розгляньте таблицю, в якій наведено професійно важливі якості керівника і підприємця та оцініть ступінь вираженості їх у себе:

Якості	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Розвинутий інтелект	Може працювати при дефіциті або відсутності інформації, тому що реконструює події по деталях, має інтуїцією, яка допомагає передбачати події.	Здатний аналізувати і систематизувати інформацію, приймати правильні рішення і в ряді випадків прогнозувати події.	Відчуває труднощі при аналізі інформації, не може побудувати цілісну картину подій з окремих фактів.
Комунікабельність	До людей ставиться з щирим інтересом і дружелюбністю, легко встановлює контакти з представниками різних кіл.	До людей ставиться з повагою та інтересом, ввічливий, коректний, не уникає контактів з людьми, але їй не прагне до них.	До більшості людей відчуває погано приховуване роздратування, насилу знаходить спільну мову з іншими людьми.

Якості	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Відповідальність	Готовий брати на себе відповідальність не тільки за свої дії і рішення, але і за дії своїх підлеглих, причини своїх невдач шукає в собі.	Визнає відповідальність за свої дії і рішення, але готовий розділити її з іншими.	Уникає приймати рішення, за нагоди перекладає відповідальність на інших.
Організаторські здібності	Здатний захопити людей своїми ідеями, вміє знайти застосування кожній людині і переконати її у важливості справи, що вона виконує, і забезпечити умови для виконання роботи.	Готовий організувати інших людей на спільну справу, але може відчувати при цьому труднощі. Іноді вважає, що простіше все зробити самому.	Не любить і не вміє організувати інших людей і відчуває труднощі із самоорганізацією.
Рішучість	Якщо ухвалив рішення, проводить його в життя швидко, рішуче і безповоротно.	Ухвалення рішення дається ціною деяких зусиль.	Відчуває занепокоєння, якщо від нього вимагають активних дій, займає вичікувальну позицію.
Завязтість	Йде до наміченої мети, не звертаючи уваги на труднощі, що виникають.	Долає труднощі на шляху до мети ціною значного напруження.	Відступає при перших труднощах.

Вищий рівень професійної придатності називають покликанням. Це не тільки абсолютний збіг вимог професії і особистісних, фізіологічних, інтелектуальних особливостей людини, а й яскраво виражений інтерес до цього виду діяльності, що межує з любов'ю.

Вправа «Особистісні особливості»

Назвіть особистісні особливості, що роблять профнепридатними вчителя, продавця, диктора, військового, оператора, водія.

Вправа «Портрет фахівця»

Один з учнів виконує завдання у дошки, інші працюють на місцях. Після завершення вправи відбувається обговорення. Право висловитися першим має учень біля дошки.

Вчителем перераховуються якості, які необхідно співвіднести з тими професіями, для яких вони є професійно важливими. Професії можуть бути обрані і самими учнями.

Перелік якостей: рухова пам'ять, лаконічність в міркуваннях, працьовитість, емоційна стійкість, вміння передавати свої думки і почуття за допомогою слів, швидкість і точність реакцій і рухів, швидкість

розумових процесів, гнучкість мислення, яскравість уяви, багатство словникового запасу, витримка і самовладання, вміння налагоджувати контакт, цілеспрямованість, чуйність, пам'ять на числа, формули, сміливість і рішучість, стійкий інтерес до справи, швидке переключення уваги, вміння швидко приймати рішення.

Завдання. Перелічіть універсальні якості, що відрізняють успішно-го фахівця у визначених галузях, підкресліть ті якості, яких у вас особисто не вистачає.

Таблиця для заповнення:

автослюсар	психолог	дизайнер	менеджер з продажу

1.9. Практична робота. Встановлення відповідності стану здоров'я обраній професії.

Завдання. Скласти схему аналізу майбутньої професійної діяльності за поданим нижче алгоритмом (дозволяється користуватися професіограмами).

Аналіз професійної діяльності

I. Загальна характеристика професії.

1. Назва професії _____
2. Основний зміст функціональних обов'язків (що працівник повинен вміти, знати, за що відповідає).

II. Характеристика процесу праці:

1. Сфера діяльності і вид праці (*підкреслити потрібний варіант*):
 - а) матеріальне виробництво, сфера обслуговуючої праці, сфера інтелектуальної праці;
 - б) праця ручна, механізована, змішана, управління автоматами;
 - в) праця в індивідуальному виробництві;
 - г) праця у серійному виробництві;
 - д) праця у системі «людина-людина», «людина-природа», «людина-знакова система», «людина-художній образ», «людина-техніка».
2. Основні знаряддя праці:
 - а) речові;

б) функціональні.

3. Основні виробничі операції, опис робочого місця:

4. Робоча поза _____

5. Застосування технічних засобів _____

6. Можливості труднощів, помилок, аварій з вини працюючого:

7. Організація праці і характер соціальних зв'язків (праця індивідуальна чи в колективі; виконавча, керівна; ділові контакти):

III. Санітарно-гігієнічні умови праці.

1. Мікрокліматичні умови (робота у приміщенні чи на повітрі, запиленість, шум, вібрація, освітлення, температура):

2. Режим і ритм праці: змінність, темп (заданий чи вільний), монотонність, вільний час, відпустка:

3. Можливості виробничого травматизму; професійні захворювання:

4. Медичні протипоказання:

IV. Психологічні вимоги професії до працівника (підкреслити потрібний варіант та за необхідності дописати).

1. Характеристика різних видів сприймання інформації у професійній діяльності: гострота і точність зорового і слухового сприймання; точність тактильних і рухових відчуттів і сприйняття; правильне сприймання статичних і рухомих об'єктів, рівновага:

2. Моторні (рухові) дії: сила, точність, швидкість, темп, ритм, координація рухів, швидкість реакцій:

3. Інтелектуальна сфера: особливості уваги (стійкість, зосередженість чи розподіл, об'єм уваги, мимовільність); особливості пам'яті (короткочасна, тривала, оперативна, слухова, зорова, рухова); спостереження у професійній діяльності; мислення: репродуктивне чи творче, образне чи словесно-логічне, практичне, оперативне; вирішення оперативних завдань, контроль; теоретичне мислення:

4. Емоційно-вольові якості особистості: самовладання при дії сильних, несподіваних подразників та в інших напружених ситуаціях; витривалість (психічна і фізична); врівноваженість (рівний характер і настрої, спокій у спілкуванні з людьми, стриманість, зібраність); рішучість, впевненість у собі, схильність до ризику:

5. Ділові якості: ініціативність, допитливість, енергійність, самостійність, організованість, дисциплінованість, відповідальність, принциповість, комунікабельність, правильна самооцінка:

6. Моральні якості особистості: справедливість, чесність, чуйність, турботливе й уважне ставлення до людей, доброзичливість, сумлінність:

V. Протипоказання до навчання та виконання професійних обов'язків.

1. Медичні протипоказання до навчання чи роботи за відповідною професією:

2. Психофізичні та психологічні обмеження щодо освоєння та роботи за відповідною професією:

Обґрунтуйте відповідь на питання: **Чи не вплине негативно майбутня професія на мій стан здоров'я?**

1.10. Практична робота. Ознайомлення із статтями
«Закону України про охорону праці».

ЗАГАЛЬНІ ПРАВИЛА ОЗНАЙОМЛЕННЯ ІЗ ЗАКОНАМИ

1. Читайте текст закону повільно. Намагайтеся вчитуватися в окремі фрази. У законах немає жодного зайвого слова, тому звертайте увагу на кожне з них.

2. Мова, якою написаний закон, не містить літературних прийомів, тому сприймайте текст закону як формулу.

3. Виділяйте головне з кожної статті чи пункту. Фрази, якими побудований документ, можуть бути довгими і складними для сприйняття, отже виділяйте основні та другорядні частини. Це дозволить не спотворити сенс написаного і не пропустити важливі деталі.

4. Перевіряйте під час ознайомлення, чи розумієте Ви, про що ідеться. Не залишайте незрозумілі терміни. Ставте собі додаткові питання про прочитане. Якщо зможете відповісти на них, це означає що Ви домоглися успіху в читанні та аналізі закону.

5. Не спирайтеся на свій попередній досвід. Дані, отримані Вами до цього часу, можуть бути некоректними. Не будуйте припущень, знаходьте відповіді на свої питання в інших законах.

6. Намагайтеся прочитати усі частини закону. Крім основних положень, вони можуть містити примітки та виключення.

Завдання. Використовуючи текст Закону України про охорону праці, дати відповіді на запитання:

1. Що визначає Закон України про охорону праці?

2. Зі скількох розділів складається закон і скільки статей містить кожен з них?

3. Розглянемо визначення понять «Роботодавець» і «Працівник» (Ст. 1).

4. Яким чином закон гарантує права працівника на охорону праці під час укладання трудового договору (Ст. 5)?

5. Яким чином закон гарантує право працівників на пільги і компенсації за важкі та шкідливі умови праці (Ст. 7)?

6. Як у законі регламентується забезпечення охорони праці неповнолітніх (Ст. 11)?

4. Виділіть можливості й обмеження, обумовлені особливостями Вашої сім'ї, а також можливості й обмеження, обумовлені Вашими особистими якостями.

5. Визначте для себе головну мету: ким буду, що робитиму, де буду, чого досягну?

6. Оцініть свої ресурси: здібності, схильності, особливості характеру і темпераменту.

7. Зіставте свої ресурси і вимоги, які пред'являє обрана професія людині. В ідеалі вони повинні збігатися.

8. Не забудьте проконсультуватися з лікарем, щоб не вибрати професію, яка Вам протипоказана за станом здоров'я.

9. Виберіть учбовий заклад (професійне училище, ліцей, коледж, технікум, вуз, курси тощо), де б Ви могли отримати вибрану спеціальність.

10. Підберіть запасні варіанти цілей і шляхів їх досягнення на випадок виникнення непередбачуваних перепон.

11. Обдумайте свій вибір ще раз, оцініть кожен свій крок.

12. Зверніться за консультацією до спеціаліста-профконсультанта, якщо на якому-небудь етапі вибору професії у Вас виникли труднощі.

Звичайно ж, до вибору професії не можна ставитися легковажно. Навпаки, свідомому пошуку найбільш придатної для тебе професії слід приділяти пильну увагу. Разом з тим, часом обставини складаються таким чином, що людині доводиться вибирати професію, яка дозволить знайти робоче місце і дасть кошти для існування. У періоди економічних криз нерідко хтось, хто мріяв стати музикантом, змушений займатися комерцією. У випадку серйозної хвороби родичів деколи теж доводиться жертвувати своїми професійними схильностями і йти працювати не туди, куди хочеться, а туди, де вища заробітна плата.

Письмово виконайте опис відповідно запропонованим правилам вибору професії «Об'єктивні умови та суб'єктивні фактори вибору професії».

1.12. Практична робота. Анкетування: «Мої ціннісні орієнтації». Диспут на тему: «Що я ціную?», «Які мої ціннісні орієнтації?»

Анкета «Мої ціннісні орієнтації»

1. Цінність життя для Вас полягає у тому, щоб (виділіть не більше 3 позицій):

- 1) здобути цікаву професію;
- 2) мати хороших і надійних друзів;
- 3) стати порядною і чесною людиною;
- 4) бути корисним для суспільства;
- 5) розвиватися духовно, розширювати свій світогляд;

- 6) виховувати у собі волю і сильний характер;
- 7) вдосконалювати себе;
- 8) досягти матеріального достатку;
- 9) зробити кар'єру;
- 10) створити сім'ю;
- 11) інше (зазначте) _____

2. Які з перелічених проблем турбують Вас найбільше? (оберіть не більше 3 варіантів):

- 1) матеріальне становище;
- 2) професійна перспектива;
- 3) навчання;
- 4) відсутність взаєморозуміння з батьками;
- 5) особисте життя;
- 6) пошук сенсу життя;
- 7) здоров'я;
- 8) інше (напишіть) _____

3. Назвіть одним словом рису, яку Ви найбільше цінуєте в людях:

4. Назвіть одним словом найбільш неприйнятну для Вас людську рису: _____

5. Хто для Вас є взірцем для наслідування?

- 1) батько;
- 2) мати;
- 3) хтось із рідних (уточніть) _____;
- 4) ваш безпосередній учитель;
- 5) історична постать;
- 6) людина культури, мистецтва;
- 7) літературний персонаж;
- 8) кіногерой;
- 9) кумир зі світу музики;
- 10) телеведучий або телевізійний персонаж;
- 11) людина, яка досягла успіху в бізнесі;
- 12) політичний або громадський діяч сучасності;
- 13) не маю взірця для наслідування;
- 14) я сам собі взірець;
- 15) інше (напишіть) _____.

6. Ким на сьогодні для Вас є батьки?

- 1) наставниками;
- 2) опікунами;
- 3) друзями;
- 4) авторитетом;
- 5) просто люблячими людьми.

7. Чи вважаєте Ви за необхідне допомагати батькам?

- 1) так, зокрема і грошима;
- 2) так, але тільки своєю працею;
- 3) ні, вони самі успішно розв'язують свої проблеми.

8. Виділіть твердження, яке найбільше відповідає вашій точці зору про власну сім'ю (родину):

- 1) це місце, де допомагають розв'язувати мої проблеми, де я обговорюю найболючіші питання;
- 2) це дім, де я проживаю і виконую певні побутові обов'язки;
- 3) це оточення, яке я змушений терпіти.

9. Чи обов'язково для того, щоб жити разом із коханим (коханою):

- брати шлюб _____,
- мати згоду батьків _____,
- мати не залежне від батьків житло _____,
- інше (напишіть) _____.

10. Ким для Вас є друзі?

- 1) колегами з навчання, роботи;
- 2) людьми, які мають спільне з Вами захоплення;
- 3) людьми, з якими Ви проводите вільний час;
- 4) людьми, які мають певні засади і риси, що відповідають Вашим вимогам.

11. Як Ви вважаєте, чи друзі повинні цікавитися проблемами партнера?

- 1) так, обов'язково;
- 2) бажано, але необов'язково;
- 3) немає значення;
- 4) ні, не повинні.

12. Вкажіть, яка із професій сьогодення є найбільш:

- престижною _____,
- прибутковою _____,
- творчою _____.

13. Який чинник, на Вашу думку, має (матиме) вирішальний вплив на вибір Вами майбутньої професії?

- 1) престиж професії;
- 2) реальна можливість працевлаштування за обраною професією;
- 3) порада батьків;
- 4) вчителі;
- 5) друзі;
- 6) можливі заробітки;
- 7) обрана професія — це родинна традиція;
- 8) інше (напишіть).

14. Щоб досягнути матеріального достатку в житті, необхідно передусім (виділіть не більше 3 позицій):

- 1) мати добре оплачувану посаду або роботу;
- 2) необов'язково чесно і наполегливо працювати;
- 3) мати добре забезпечених батьків;
- 4) здобути хорошу освіту і бути фахівцем у своїй галузі;
- 5) володіти приватною власністю, наприклад, землею, нерухомістю;
- 6) започаткувати власну справу і займатися бізнесом;
- 7) вдало вкласти гроші і мати від цього стабільні дивіденди;
- 8) бути знайомим із впливовими людьми;
- 9) здобути владу над іншими людьми;
- 10) інше (напишіть) _____

15. Яка стратегія поведінки в реальній професійній діяльності буде характерною особисто для Вас?

- 1) шукатиму таку роботу, яка дасть змогу мені розкрити і реалізувати знання та вміння;
- 2) для мене є важливим лише розмір заробітної платні, зміст виконуваної роботи не матиме для мене ніякого значення;
- 3) буду шукати таку роботу, яка є водночас цікавою і високооплачуваною, навіть якщо для цього деякий час залишуся без роботи та засобів для існування;
- 4) інше (напишіть) _____

16. Уявіть, що Ви маєте можливість виїхати у будь-яку країну світу. Ваша головна мета:

- 1) подивитися світ і повернутися;
- 2) швидко заробити капітал і повернутися;
- 3) виїхати назавжди;
- 4) підвищити свою професійну кваліфікацію;
- 5) інше (напишіть) _____

Визначення професійних ціннісних орієнтацій (методика «Квадрат цінностей») (адапована І. Руденко)

Інструкція. Перед Вами аркуш, розділений на квадрати. В ньому міститься 49 понять, що характеризують різні цінності трудової діяльності людини. В кожному квадраті наведено цінність, яка тією чи іншою мірою сформована у Вас.

Погляньте на перший рядок по горизонталі. Виберіть ту цінність, яка як Вам здається, більше всього значуща для Вас, відповідає Вашим сподіванням, і поставте 7 балів у правому верхньому куті того квадрату, де міститься ця цінність. Лишилось 6 понять-цінностей. Яка з них найбільш характерна для Вас? Поставте 6 балів у правому верхньому куті. Аналогічним чином допишіть 4, 3, 2, 1 бал цінностям, залежно від Вашого стану.

Потім погляньте на другий горизонтальний рядок квадратів і зробіть те ж саме із поняттями-цінностями, що в них містяться.

Бланк методики

1. Користь людям	8. Пропаганда законодавства	15. Влада над людьми	22. Гарні побутові умови	29. Розвиток здібностей	36. Самовираження в праці	43. Нестандартність праці
2. Розумове напруження аналітичність, логічність	9. Цінується серед друзів	16. Стабільне майбутнє	23. Винахідництво і творчість	30. Подолання труднощів	37. Неспокійна, нервова робота	44. Відповідальність за результати праці
3. Престиж професії	10. Матеріальне благополуччя	17. Нові трудові навички і уміння	24. Самостійність	31. Часта зміна видів діяльності	38. Значущість праці для суспільства	45. Широки контакти з людьми
4. Успіх у житті	11. Вдосконалення духовного світу	18. Змога відстоювати власну думку	25. Подолання непередбачуваних труднощів	32. Піклування про людей	39. Фізичне напруження, витривалість і воля	46. Керування людьми
5. Гармонійний розвиток	12. Нестандартність мислення	19. Робота в екстремальних умовах	26. Участь в перебудові суспільства	33. Боротьба з порушниками закону	40. Ріст у роботі, по службі	47. Громадське визнання
6. Реалізація особистих можливостей	13. Робота в здоровій атмосфері, обстановці	20. Служба закону	27. Робота з людьми	34. Популярність	41. Спокійне життя	48. Всебічний розвиток
7. Ненормований робочий день	14. Дотримання прав держави і людей	21. Побудова версій, моделювання ситуацій	28. Авторитет	35. Нагородні заохочення	42. Розширення знань	49. Незалежність

1.13. Практична робота. Письмове опитування: «Мій сенс у досягненні майбутнього професійного успіху».

Інструкція. Вам потрібно письмово відповісти на запитання «Мій сенс у досягненні майбутнього професійного успіху». Обсяг відповіді значення не має (але він не повинен бути меншим за 1 сторінку). Головне, щоб Ви писали про особистий сенс своєї праці (а не батьків, друзів, родичів тощо). Дозволяється наводити приклади з життя відомих людей, Ваших знайомих або родичів. Щоб полегшити завдання, пропонується ряд незавершених тверджень, які Ви можете самостійно закінчити і використати у своїй відповіді, а у таблиці – поняття, які можуть знадобитись Вам для відповіді.

Мій сенс у досягненні майбутнього професійного успіху

Перелік незавершених тверджень:

- Я збираюся...
- Я бачу сенс своєї професійної праці в тому, щоб...
- Для мене працювати на благо суспільства...

Я прагну...
 Я можу досягти успіху в...
 У мене відповідний вік для...
 Задоволення від роботи для мене...
 Я абсолютно переконаний, що я хочу...
 Мій успіх пов'язаний...
 Дотримуватись принципів релігії для мене...
 У мене є те, що потрібно для...
 Я знаю, що я буду...
 Необхідність самореалізації для мене...
 Я абсолютно впевнений...
 Мені добре мати...
 Мені добре бути...
 Відчути себе «професіоналом» для мене...
 У мене є природне прагнення...
 Моє навчання або робота дозволяє мені...
 Для мене зручно і вигідно...
 У мене є здібності для...
 Я мрію...
 Мій професійний інтерес спрямований...
 У мене достатньо сил і бажання...
 Моє сьогоденішнє становище дозволяє...

Таблиця

Поняття, якими можна скористатись у відповіді

боротьба за життя	організація часу
взаємодія людей	підхід до життя
види діяльності	погляд на життя
діяльність суспільства	призначення
доля	принципи
життєва мета	провідна діяльність
життєва перспектива	програма
життєва подія	простір і час життя
життєва позиція	протягом життя
життєва стратегія	релігійні погляди
життєвий план	рівень життя
життєвий сценарій	розмірене життя
життєвий шлях	розуміння життя
життєві завдання;	розуміння людей
життєві цінності	самореалізація
життєдіяльність	світогляд
життя для ідеї	система координат

життя для інших	сімейні стосунки
життя для себе	спосіб поведінки
задоволення потреб	спрямованість життя
заняття	ставлення
захоплення	стиль поведінки
ініціатива і відповідальність	стиль спілкування
інтереси	стосунки з оточуючими
карма	типова поведінка
кодекс честі	усвідомлення себе
лінія життя	якість життя
облаштування життя	

Висновки з обговорення і підведення підсумків.

1.14. Практична робота. Письмове опитування: «Що в моєму розумінні означає професіонал?»

Інструкція. Вам потрібно письмово відповісти на запитання «Що в моєму розумінні означає професіонал?» Обсяг відповіді значення не має (але він не повинен бути меншим за 1 сторінку). Головне, щоб Ви писали про своє розуміння цього терміну. Дозволяється наводити приклади з життя відомих людей, Ваших знайомих або родичів. Щоб полегшити Вам завдання, у переліку, наведеному нижче, дається визначення і якості професіонала (на прикладі вчителя), яке запропонувала російська вчена, авторка психологічної концепції професіоналізму А. К. Маркова.

Що в моєму розумінні означає професіонал?

Матеріали, які рекомендовано використати для відповіді:

Перелік якостей професіонала (на прикладі вчителя) і визначення професіоналізму (за А. К. Марковою):

Професіоналом можна вважати людину, яка:

- успішно вирішує завдання навчання і виховання, готує для суспільства потрібний соціальний продукт, випускника, з бажаними психологічними якостями;
- особистісно спрямований до професії, мотивований до праці в ній, задоволений своєю працею;
- досягає бажаних сьогодні суспільством результатів у розвитку особистості учнів;
- використовує прийнятні в демократичному суспільстві способи, технології;
- освоює норми, еталони професії, досягає майстерності в ній;
- разом з тим прагне індивідуалізувати свою працю, а також усвідомлено розвиває свою індивідуальність засобами професії;
- досягає вже сьогодні необхідного рівня професійних особистісних якостей, знань і умінь;
- разом з тим має й усвідомлює перспективу, зону свого найближчого професійного розвитку, роблячи все для її реалізації;
- відкритий для постійного професійного навчання, накопичення досвіду, зміни;
- в той же час збагачує досвід професії за рахунок особистого творчого вкладу;
- соціально активний в суспільстві, готує в ході громадських обговорень питання про потреби професії, її досягнення, разом з тим шукає резерви вирішення проблем всередині професії, не боїться потрапляти в умови конкурентності освітніх послуг;
- відданий педагогічній професії, прагне підтримувати навіть у складних умовах її честь і гідність, професійну етику;
- готовий до якісної та кількісної оцінки своєї праці, вміє сам це зробити, готовий до диференційованої оцінки своєї праці в балах, категоріях, спокійно ставиться до участі у фахових випробуваннях, тестах.

Отже професіонал — це фахівець, що володіє високим рівнем професійної діяльності, свідомо змінює і розвиває себе в ході здійснення праці; вносить свій індивідуальний творчий внесок у професію; знайшов своє індивідуальне призначення (професіонал — це фахівець на своєму місці), стимулюючий в суспільстві інтерес до результатів своєї професійної діяльності; підвищує престиж своєї професії в суспільстві.

Висновки з обговорення і підведення підсумків.

1.15. Практична робота. Гра «На пустельному острові».

Ситуація: Після аварії на кораблі (або літаку) люди потрапили на пустельний острів. Коли їх врятують невідомо. Перед ними постала проблема як вижити й облаштувати свій побут.

Перелік найважливіших дій, які необхідні для виживання на острові й облаштування свого побуту (на думку учня)

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.

Перелік найважливіших дій, які необхідні для виживання на острові й облаштування свого побуту (узагальнене рішення класу).

№ з/п	Найважливіші дії, які необхідні для виживання на острові	Кількість осіб для виконання завдання

Висновки з обговорення і підведення підсумків.

1.16. Практична робота: Виявлення здібностей до різних видів професій. Аналіз прикладів зі світової та української літератури.

Після прослуховування біографій відомих людей занотувати особливості прояву у них здібностей до певних професій. Для цього дайте відповідь на наведені нижче питання

Софія Ковалевська

Які здібності яскраво виявлялися в дитячі та юнацькі роки?

До якого типу належать ці здібності?

Чи відповідають здібності вимогам обраної професійної діяльності? (обґрунтуйте відповідь).

Чи було досягнуто успіху в обраній професії?

Які якості допомогли у розвитку здібностей?

Генрі Форд

Які здібності яскраво виявлялися в дитячі та юнацькі роки?

До якого типу належать ці здібності?

Чи відповідають здібності вимогам обраної професійної діяльності?
(обґрунтуйте відповідь).

Чи було досягнуто успіху в обраній професії?

Які якості допомогли у розвитку здібностей?

Антон Макаренко

Які здібності яскраво виявлялися в дитячі та юнацькі роки?

До якого типу належать ці здібності?

Чи відповідають здібності вимогам обраної професійної діяльності?
(обґрунтуйте відповідь).

Чи було досягнуто успіху в обраній професії?

Які якості допомогли у розвитку здібностей?

Висновки:

1.17. Практична робота. Вправи на розвиток навичок аналізу проблем і прийняття рішень.

Алгоритм

«Сім кроків до зваженого рішення»

1. Скласти список професій, які подобаються.

Складіть список професій, які Вам подобаються, цікаві, за якими Ви хотіли б працювати, які, на Вашу думку, Вам підходять.

2. Скласти перелік вимог до майбутньої професії.

Складіть список своїх вимог:

- обрана професія і майбутня сфера діяльності;
- обрана професія і життєві цінності;
- обрана професія і життєві цілі;
- обрана професія і мої сьогоднішні «гарячі» проблеми;
- обрана професія і реальне працевлаштування за спеціальністю;
- бажаний рівень професійної підготовки;
- обрана професія і мої схильності та здібності;
- бажані зміст, характер і умови роботи.

3. Визначити значимість кожної вимоги.

Визначте, наскільки всі перераховані вимоги значимі. Можливо, є менш важливі вимоги, які можна і не враховувати.

4. Оцінити свою відповідність вимогам кожній із підходящих професій. Крім тих вимог, які є у Вас до професії, існують і вимоги самої професії. Проаналізуйте, чи розвинені у Вас професійні якості, чи відповідають Ваші здібності, психологічні особливості, стан здоров'я вимогам професії.

5. Проаналізувати результати.

Проаналізуйте, яка професія з усього списку більш за інші підходить Вам за всіма пунктами.

6. Перевірити результати.

Щоб переконатися в правильності Ваших роздумів, обговоріть своє рішення з друзями, батьками, вчителями, психологом, профконсультантом.

7. Визначити основні практичні кроки до успіху.

Отже, Ви прийняли рішення, тепер важливо визначити; в якому навчальному закладі Ви зможете отримати професійну освіту, як розвивати в собі професійно важливі якості, як можна отримати практичний досвід роботи з даної спеціальності, як підвищити свою конкурентоспроможність на ринку праці.

Алгоритм «Послідовність прийняття рішення»

1. **Визначте мету** (Ваша мета повинна бути максимально конкретною, вимірною й укладатися в певні часові рамки).

- Чого я хочу досягти: яка кваліфікація?
- Рівень оплати?
- Кар'єра (посада)?
- Щось ще?
- Протягом якого часу (вказіть конкретний термін)?

2. **Визначте засоби** (чим Ви можете скористатися для досягнення мети).

- Знання та інформація?
- Досвід?
- Вміння і навички?
- Кваліфікація?
- Особисті якості?
- Допомога інших людей?
- Щось ще?

3. **Виробіть варіанти** (варіанти — це конкретні місця роботи або навчання, через які ви досягнете своїх цілей).

Варіант 1. _____

Варіант 2. _____

Варіант 3. _____

(Три варіанти — це мінімум. Є ще?) _____

4. **Оцініть варіанти.** Чи відповідають ці варіанти Вашій головній (загальній) меті?

- Наскільки кожен з варіантів бажаний для Вас?
- Наскільки кожен з варіантів можливий?
- Який варіант найбільш бажаний і можливий для Вас?
- Які варіанти можна назвати запасними?

5. **Оцініть можливість невдачі.**

- Наскільки вірогідна невдача найкращого варіанту?
- Наскільки вірогідна невдача запасних варіантів?
- Що станеться, якщо «зірветься» найкращий варіант?
- Наскільки швидко можна ліквідувати наслідки невдачі?
- Чи можливо швидко переключитися на один із запасних варіантів?
- Що станеться, якщо «зірветься» і перший, і запасний варіант?

6. **Прийміть рішення.**

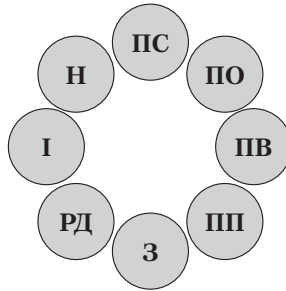
7. **Обговоріть його з авторитетною для Вас людиною.**

8. **Прийміть остаточне рішення.**

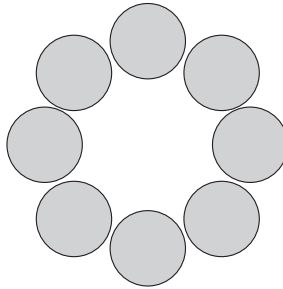
Висновки з обговорення і підведення підсумків.

1.18. Практична робота. Аналіз ситуацій вибору професії.

Завдання. Проаналізувати ситуації вибору професії, їх вплив на можливі помилки при виборі професії, скласти власну схему найбільш визначальних чинників вибору професії, розташовуючи за годинниковою стрілкою кожен чинник (починаючи від дванадцятої години).



Мал. 1. *Схема ситуації вибору професії (за Є. Клімовим)*



Застосовуйте скорочення відповідних виділених визначальних чинників Вашого вибору: позиція старших членів сім'ї (ПС); позиція однолітків (ПО); позиція вчителів (ПВ); професійні плани (ПП); здібності (З); рівень домагань (РД); інформованість (І); нахили (Н).

Висновки.

1.19. Практична робота. 1. Виконання завдань з класифікації підтипів професій. 2. Визначення нахилів та професійно-важливих якостей особистості, необхідних для професій вказаного типу.

1. Виконання завдань з класифікації підтипів професій.
Гра «Аукціон»

Клас ділиться на команди по 4 чоловіка.

Завдання. Назвати, які професії, на Вашу думку, належать до соціального типу? Виграє та команда, яка назве найбільшу кількість професій цього типу.

Гра «Швидко та влучно»

Завдання. Учень повинен обрати із перерахованих професій ті, які, на його думку, відносяться до соціального типу.

Бланк відповідей

Прізвище, ініціали _____ Вік _____ Дата _____

Вчитель	Продавець	Обліковець	
Економіст	Дизайнер	Менеджер	
Бібліотекар	Комірник	Фізик	
Повар	Секретар	Маляр	
Лікар-терапевт	Астролог	Консультант	
Метеоролог	Бухгалтер	Фотограф	
Закрійник	Письменник	Логопед	
Архітектор	Ботанік	Інженер	
Адвокат	Слюсар	Науковець	
Хореограф	Режисер	Кондуктор	
Священнослужитель	Поет	Медична сестра	
Мистецтвознавець	Тренер команди	Астролог	
Касир	Психолог	Диригент	

2. Визначення нахилів та професійно-важливих якостей особистості, необхідних для професій вказаного типу.

Методика оцінки комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2) (розроблена у профорієнтаційних цілях В. В. Синявським і Б. О. Федоришиним)

Інструкція для обстежуваного за методикою КОС-2. Вам потрібно перенести кожне твердження на себе і дати відповідь на запитання, яке стоїть за цим твердженням. Якщо воно характеризує Вас, то у бланку відповідей поставте знак «+», якщо ж Ви не можете погодитись з ним, то відповідайте знаком «-».

Всі твердження у «Листі запитань» пронумеровані. У бланку, в якому Ви записуватимете свої відповіді, пронумеровані клітинки. Номер клітинки з Вашою відповіддю повинен точно відповідати номеру запитання. Отже, відповідь на перше запитання треба проставити в клітинку з номером «01». відповідь на друге запитання — в клітинку «02», і так далі. Майте на увазі ще й те, що хороших чи поганих відповідей не буває!

Запитання:

1. В мене є багато друзів, з якими я часто спілкуюсь.
2. У більшості випадків я здатен переконати своїх товаришів у своїй правоті.
3. У більшості випадків я дуже довго переживаю заподіяну мені образу.
4. Мені дуже часто буває не під силу розібратися у складних ситуаціях, Що виникають серед моїх знайомих (наприклад, у причинах погіршення стосунків між ними, сварках і тому подібне).
5. Я відчуваю в собі прагнення до встановлення знайомств з різними цікавими для мене людьми.
6. Мені подобається виконувати громадську роботу, вона мене майже не обтяжує.
7. Мені простіше і приємніше проводити час за будь-якими особистими заняттями, ніж серед людей.
8. Я досить легко відмовляюся від своїх намірів, якщо трапляються перешкоди для їх здійснення.
9. Мені зовсім не важко спілкуватися з людьми, які набагато старші за мене.
10. Буває, що саме я організуюю різні ігри або розваги зі своїми товаришами.
11. Трапляється, що я відчуваю в собі деякі незручності, труднощі, коли мені доводиться ввійти в нову для мене компанію.
12. Я часто відкладаю виконання своїх справ на інші дні.
13. Мені зовсім не важко спілкуватися з незнайомими мені людьми.
14. У більшості випадків я намагаюся, щоб мої товариші діяли так, як я вважаю за потрібне.
15. Мені не так просто включитися в нову, не зовсім знайому для мене групу людей.
16. В мене майже ніколи, тобто дуже рідко, не виникає конфліктів з товаришами, через те, що вони (або хтось з них) не виконують своїх обіцянок чи зобов'язань.
17. Буває, що в мене виникає прагнення познайомитися і порозмовляти з новою для мене людиною.
18. При вирішенні різних питань я досить часто беру ініціативу на себе.
19. Досить часто мені хочеться побути на самоті.

20. У більшості випадків відчуваю себе не дуже добре у незнайомій мені обстановці (серед незнайомих мені людей тощо).
21. Мені подобається бути серед людей.
22. Мене трохи турбує, якщо мені не вдається завершити почату справу.
23. Я почуваю себе не дуже впевнено, якщо потрібно познайомитися з новою людиною.
24. Мене трохи стомлює часте спілкування з товаришами.
25. Мені подобається брати участь у групових іграх.
26. Я досить часто виявляю ініціативу, коли доводиться вирішувати питання, що стосуються інтересів моїх товаришів.
27. Я відчуваю себе невпевнено серед малознайомих мені людей.
28. Я рідко прагну до доведення моєї правоти будь-кому з моїх знайомих.
29. Я відчуваю себе цілком вільно у будь-якій, навіть у незнайомій мені, компанії.
30. Я займався громадською роботою (шкільною або іншою).
31. Я прагну до обмеження кола моїх знайомих.
32. У більшості випадків я не прагну відстоювати свою думку, своє рішення.
33. Я почуваю себе добре у будь-якій компанії.
34. Я із задоволенням організую різні заходи для своїх товаришів.
35. Я почуваю себе трохи ніяково, якщо доводиться виступати перед великою групою людей.
36. Я досить часто запізнююся на заплановані зустрічі.
37. У мене багато друзів.
38. Я часто потрапляю у центр уваги моїх товаришів.
39. Під час спілкування із малознайомими мені людьми я почуваю себе незручно.
40. Я почуваю себе не зовсім впевнено, не зовсім вільно, коли опиняюсь у великій групі своїх товаришів.

Лист відповідей для методики

Прізвище, ініціали _____ Вік _____ Дата _____

01		11		21		31	
02		12		22		32	
03		13		23		33	
04		14		24		34	
05		15		25		35	
06		16		26		36	
07		17		27		37	
08		18		28		38	

09		19		29		39	
10		20		30		40	

$$M = K = Q =$$

$$M_o^k = K_o^k = Q_o^k =$$

Висновки.

1.20. Практична робота. 1. Виконання завдань з класифікації підтипів інтелектуальних професій. 2. Визначення нахилів та професійно-важливих якостей особистості, необхідних для професій вказаного типу.

1. Завдання з класифікації підтипів інтелектуальних професій.

Гра «Аукціон»

Клас ділиться на команди по 4 чоловіка.

Завдання. Назвати, які професії, на вашу думку, належать до інтелектуального типу? Виграє та команда, яка назве найбільшу кількість професій цього типу.

Гра «Швидко та влучно»

Учень має обрати із перерахованих професій ті, які, на його думку, відносяться до інтелектуального типу.

Бланк відповідей

Прізвище, ініціали _____ Вік _____ Дата _____

Учитель		Біолог		Обліковець	
Директор фірми		Дизайнер		Математик	
Технік мед. лабораторії		Комірник		Фізик	
Повар		Секретар		Військовий	
Лікар		Астролог		Консультант	
Метеоролог		Психолог		Фотограф	
Соціолог		Письменник		Зоолог	
Біохімік		Ботанік		Інженер	
Адвокат		Слюсар		Науковець	
Екскурсовод		Водій		Кондуктор	
Геолог		Токсиколог		Хімік	
Мистецтвознавець		Садівник		Астролог	
Актор		Ревізор		Технолог	

2. Визначення нахилів та професійно-важливих якостей особистості, необхідних для професій вказаного типу.

Вправа (робота в парах)

Не тільки людина вибирає професію. Будь-яка професійна діяльність відбирає людей, що володіють набором рис, якостей, необхідних для успішності цієї діяльності. Ці якості називаються професійно важливими. Нестача цих якостей може коштувати людині здоров'я або життя.

Бланк відповідей

Прізвище, ініціали _____ Вік _____ Дата _____

	Риси характеру	Особливості мислення	Властивості нервової системи
Інтелектуальний			

Гра «Мовчання — знак згоди»

Один учень виходить з класу, а в цей час інші придумують професію, яку він повинен відгадати, перераховуючи необхідні для неї професійно важливі якості. Учні мовчать, якщо якість названо правильно, і хором кажуть «ні», якщо ця якість не є професійно важливою для даної професії. Після того, як професія буде відгадана, за двері виходить інший учень. Виграє той, кому для розв'язання завдання буде потрібна найменша кількість питань.

1.21. Практична робота. Виконання завдань з класифікації підтипів офісних професій. Визначення нахилів та професійно важливих якостей особистості, необхідних для професій даного типу.

З метою кращого знайомства з певними офісними професіями, заповніть нижче представлені таблиці.

Менеджер з персоналу

Зміст праці	
Умови праці	
Особливості діяльності	
Професійно важливі якості	
Специфічні вимоги до особистості	
Переваги і недоліки діяльності	

Примітки:

Секретар-референт

Зміст праці	
Умови праці	
Особливості діяльності	
Професійно важливі якості	
Специфічні вимоги до особистості	
Переваги і недоліки діяльності	

Примітки:

Юрист

Зміст праці	
Умови праці	
Особливості діяльності	
Професійно важливі якості	
Специфічні вимоги до особистості	
Переваги і недоліки діяльності	

Примітки:

1.22. Практична робота. Виконання завдань з кваліфікації підтипів професій сфери підприємницької діяльності.

Тест для визначення готовності до підприємницької діяльності

(Джерело: Петренко В.П. Як започаткувати і розвинути власну справу : Практичний посібник підприємця / В.П. Петренко, М.О. Табахаршук, О.В. Пасічник та ін. — Івано-Франківськ : Лілея-НВ, 1998. — С. 12-13.)

Інструкція для учасників дослідження

Дайте щирі відповіді на наступні 10 запитань. При цьому виберіть із запропонованих до кожного питання відповідей одну, яка на Вашу думку, найбільш точно відображає реальі.

Текст опитувальника:

I. Чи є Ви ініціативною особою?

- 1) Я завжди знаю, що і як робити. Для цього мені не треба радників.
- 2) Я працюю добре тільки тоді, коли мене хтось орієнтує і надихає.
- 3) Ініціативу проявляють тільки дурні. Без крайньої потреби я пасую.

II. Як Ви ставитесь до інших?

- 1) Я люблю людей і можу знайти спільну мову майже з кожним.
- 2) Я маю достатньо друзів і мені більше нікого не потрібно.
- 3) Більшість людей мене дратує.

III. Чи здатні Ви взяти відповідальність на себе?

- 1) Мені подобається особисто контролювати перебіг справ.
- 2) Я беру відповідальність тільки тоді, коли в цьому є крайня потреба.
- 3) Працьовиті роботяги-ентузіасти знаходяться завжди. Я нічого не маю проти того, щоб вони керували і несли відповідальність.

IV. Чи здатні Ви до лідерства?

- 1) Коли я розпочинаю якусь справу, мені неважко залучити до цього інших людей.
- 2) Я вмію розпоряджатися, якщо мені пояснять, що і як потрібно робити.
- 3) Як правило, долучаюся до роботи тільки тоді, коли мене просять.

V. Чи гарний Ви організатор?

- 1) Перед початком роботи я складаю план дій і належу до тих, хто завжди в своїх діях керується інтересами групи.
- 2) Я добре працюю дотоді, допоки все йде на лад. Ускладнення виводять мене з гри.
- 3) Проблеми, що виникають під час роботи, я сприймаю як неминуче непереможне зло.

VI. Наскільки Ви гарний працівник?

- 1) Я працюю стільки, скільки потрібно для успішного завершення справи.
- 2) Певний час я працюю сумлінно і старанно, та коли робота набридла, я можу легко полишити її іншим.
- 3) Я переконаний, що важка праця не завжди приносить свої плоди.

VII. Чи здатні Ви приймати рішення?

- 1) Для мене це легко навіть у «цейтноті». Як правило, мої рішення є вдалимими.
- 2) Я можу приймати рішення тільки тоді, коли у мене достатньо часу. Інакше у мене завжди виникають сумніви щодо їх правильності.
- 3) Мені взагалі не подобається приймати будь-які рішення.

VIII. Чи довіряють інші люди Вашим словам?

- 1) Авжеж! Я ніколи не кажу того, в чому не впевнений на 100%.
- 2) Я тримаю марку, але іноді кажу те, що перше спаде на думку.
- 3) Я не звертаю на це уваги, оскільки відрізнити де правда, а де брехня, — важко.

IX. Наскільки Ви цілеспрямовані?

- 1) Якщо я берусь за щось, то доводжу все до кінця і не дозволяю нікому і нічому мене зупинити.
- 2) Як правило, я доводжу справу до кінця, якщо все гаразд.

- 3) Якщо робота не йде в лад, я її лишаю.
- Х. Чи міцне у Вас здоров'я?
- 1) Я маю дуже міцне здоров'я.
 - 2) У мене достатньо енергії для всіх моїх справ.
 - 3) Я виснажуюся значно швидше за своїх колег.

Висновки.

Оцінка мотивації до підприємництва

(Джерело: Пачковський Ю. Ф. Психологія підприємництва : навч. посіб. / Ю. Ф. Пачковський. — Львів : «Афіша», 2001. — С. 90.)

Інструкція для учасників дослідження

Поставте себе у ситуацію започаткування власної справи і визначте свої мотиваційні спонукання до підприємництва. Перед виконанням завдання скажіть: «Я хочу...»

Перед вами 15 фраз. Порівняйте кожну фразу попарно одна з одною. Наприклад, першу з другою, першу з третьою, першу з четвертою, другу з п'ятою і т.д. Порівнюючи пари фраз, щоразу оцінюйте, який вислів для Вас особисто є важливішим у ситуації підприємництва (дописуйте йому один бал).

Текст опитувальника:

Я хочу...

1. Заробляти собі на життя.
2. Отримати високий дохід.
3. Бути власником своєї справи.
4. Завоювати визнання і повагу.
5. Внести свій вклад у загальну справу.
6. Робити щось цікаве.
7. Розкрити свій творчий потенціал.
8. Бути більш незалежним і самостійним.
9. Швидко забезпечити матеріальний достаток і високий рівень життя.
10. Набути нових знань і вмінь.
11. Придбати гарні речі.
12. Принести користь суспільству.
13. Реалізувати нову ідею.
14. Зробити кар'єру в новій для себе сфері діяльності.
15. Бути у справі.

Обробка й інтерпретація результатів. По завершенню роботи підсумуйте, скільки балів набрано для кожної ситуації. Виберіть три висловлення, які отримали найбільшу кількість балів. Це й будуть Ваші домі-

нуючі мотиваційні тенденції, що спонукають (спонукали б) займатися підприємницькою діяльністю.

Висновки.

1.23. Практична робота. 1. Виконання завдань з класифікації підтипів професій художньо-естетичного напрямку. **2.** Визначення нахилів та професійно-важливих якостей особистості, необхідних для професій вказаного типу.

Виконати орієнтовний опис запропонованих професій підтипів художньо-естетичного напрямку. Визначити професійно-важливі якості, необхідні для професій вказаного типу.

СКУЛЬПТОР

Завдання та обов'язки

Повинен знати

Кваліфікаційні вимоги

ЮВЕЛІР

Завдання та обов'язки

Повинен знати

Кваліфікаційні вимоги

АРТИСТ-ВОКАЛІСТ

Завдання та обов'язки

Повинен знати

Кваліфікаційні вимоги

1.24. Практична робота. Захист власного вибору професійного зростання у майбутньому.

Запитання для підготовки до захисту власного вибору професійного зростання у майбутньому

1. Наскільки ті професії, які ти обрав як можливі для себе, поширені на ринку праці? Чи велика конкуренція за ці робочі місця? Чи багато безробітних, які мають цю професію?

2. Які вимоги роботодавців до претендентів на робочі місця за цими професіями (освіта, досвід роботи, вік, якісь особливі вимоги)?

3. Наскільки обрані тобою професії перспективні, чи будуть вони так само поширені і популярні через 10-15 років? Чи збільшаться конкуренція за робочі місця за цими професіями?

4. Якої професійної освіти вимагає обрана професія? Скільки часу займе навчання? Чи можна поєднувати роботу і навчання? У яких навчальних закладах навчають цим спеціальностям? Скільки їх? Чи велика конкуренція за місця в цих навчальних закладах? Які ці навчальні заклади (приватні або державні, чи є у них державна акредитація, яку репутацію вони мають, чи дають вони достатній рівень підготовки, навчання безкоштовне або платне, вони допомагають у подальшому працевлаштуванні)?

5. На яких підприємствах, використовуються працівники обраних професій? Скільки таких підприємств? Чи є на них вільні місця для працівників, що володіють обраними професіями? Які ці підприємства (приватні або державні, великі чи дрібні, яку репутацію вони мають, як давно вони існують, які труднощі вони відчують, чи є у них майбутнє)? Які вимоги висуваються до працівників цих підприємств?

Чи відомі Вам люди, які досягли успіху в цій професії? Чи можете Ви скористатися їх життєвим досвідом, їх прикладом?

Висновки.

Розділ 2.

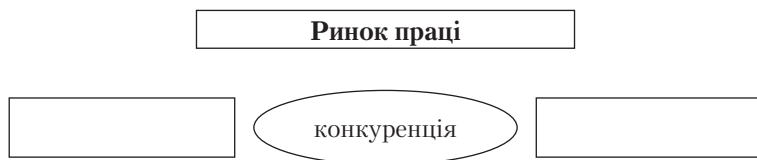
2.1. Практична робота. 1. Складання блок-схеми: «Сучасний ринок праці». 2. Аналіз попиту та пропозиції на ринку праці «Професія сьогодні і завтра».

1. Складання блок-схеми: «Сучасний ринок праці»

Вправа «Ринок праці»

Як відомо, ринок праці можна визначити як особливу, соціально виражену систему ринкових відносин щодо купівлі-продажу робочої сили.

Завдання. Перед Вами блок-схема ринку праці, впишіть в пусті блоки основні суб'єкти ринку праці та за допомогою стрілок встановіть зв'язки між блоками.

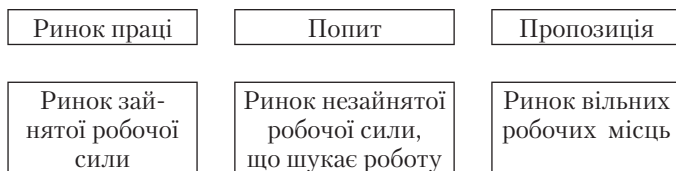


Вправа «Ринок праці»

Головними складовими елементами ринку праці є пропозиція, що включає все економічно активне населення, та попит, що визначається загальною потребою економіки у найманій робочій силі. Вони складають сучасний ринок праці. Основна частина сукупного попиту та сукупної пропозиції задовольняються, що забезпечує працівників роботою, а робочі місця — працівниками, та створює умови для функціонування економіки.

Менша частина сукупного ринку праці з причин природного, механічного та економічного руху робочої сили і робочих місць виявляється вільною і потребує задоволення попиту та пропозиції шляхом зведення здобувачів роботи з вакантними робочими місцями.

Завдання. Схематично зобразити формування та функціонування сучасного ринку праці, використовуючи дані блоки.



2. Аналіз попиту та пропозиції на ринку праці «Професія сьогодні і завтра».

Питання:

1. Яка, на Ваш погляд, професія або спеціальність на ринку праці зараз:

а) найбільш престижна? _____

б) найбільш високооплачувана? _____

в) найбільш доступна для працевлаштування? _____

2. Чи взаємопов'язані ці поняття? Яке з них Ви вважаєте найбільш важливим при виборі професії? Чому?

Вправа «Аналіз попиту і пропозиції професій на ринку праці»

Робота в мікрогрупах (по 4-5 чоловік) з використанням засобів Інтернет.

Завдання. За допомогою Інтернет-джерел (бізнес-порталів, сайтів вакансій, бірж праці і т.д.) заповніть відповідні стовпці наведеної нижче таблиці:

Професії			
Найбільш затребувані		Найбільш високооплачувані	Найважче знайти роботу
Фахівці з вищою освітою	Фахівці з середньою спеціальною освітою		

1. Визначте наявність найбільш затребуваних вакансій:

а) для фахівців з вищою освітою;

б) для робочих спеціальностей.

2. Які професії найбільш високооплачувані?

3. За якими професіями найважче знайти роботу на сучасному ринку праці?

4. Визначте затребуваність однієї конкретної професії, яка цікава вашій групі (за вибором групи).

2.2. Практична робота. Порівняння різних форм трудових відносин під час працевлаштування.

Завдання. Встановити спільні риси різних видів трудових відносин.

На яких підставах можуть виникати трудові відносини:

1) на підприємствах державної форми власності:

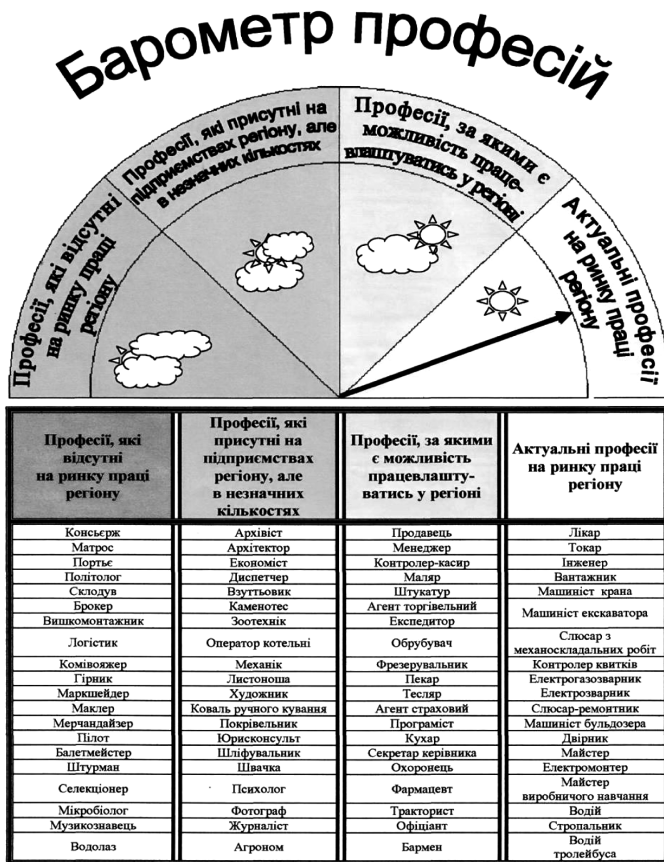
2) у колективних підприємствах:

3) трудові відносини державних службовців:

4) трудові відносини службовців військових формувань:

5) трудові відносини засуджених до кримінального покарання:

2.3. *Практична робота.* Створення умовного «Барометру професій» у регіоні.



«Барометр професій» має чотири сегменти. В ньому відображені професії: відсутні на ринку праці регіону; присутні на ринку праці, але в незначних кількостях; дають можливість працевлаштуватись у регіоні; є актуальними на ринку праці регіону.

До необхідності створення «Барометру професій» призвела невідповідність попиту і пропозиції на ринку праці. Дисбаланс між попитом і пропозицією робочої сили обумовлений відсутністю на обліку в службі зайнятості громадян за вказаними професіями, низьким рівнем кваліфікації безробітних, невідповідністю вимогам роботодавців і тим, що переважна більшість вакансій — для чоловіків.

2.4. Практична робота. Збір і аналіз інформації про навчальні заклади, які здійснюють професійну підготовку.

Заповніть таблицю:

ВНЗ	Умови вступу	Термін навчання
Університет		
Академія		
Інститут		
Консерваторія		
Коледж		
Технікум		

2.5. Практична робота. 1. Ознайомлення з окремими статтями Трудового законодавства України. 2. Аналіз недоліків та переваг різних видів трудових договорів чи контрактів працевлаштування.

Вправа 1. Ознайомлення з окремими статтями Трудового законодавства України.

Гра «Запитай експерта»

Які соціальні гарантії закріплені в трудовому законодавстві?

Документ, стаття	Яка гарантія закріплена?

Що таке трудовий договір? Як пов'язаний трудовий договір і трудові відносини?

Складіть перелік документів, які Ви подасте для оформлення трудового договору (контракту).

	Документ
1	
2	
3	
4	
5	

Що має зробити працедавець при оформленні на роботу?

Які підстави для відмови у працевлаштуванні?

Коли працедавець не може встановлювати термін випробування?

Запишіть у таблицю права й обов'язки працівника і роботодавця:

	Права	Обов'язки
Працівник		
Роботодавець		

Яка періодичність виплати заробітної плати?

В якому разі Закон передбачає оплату тільки фактично виконаної роботи?

Які статті КЗПП зобов'язують працедавця повідомляти про умови та розміри оплати праці?

Яку інформацію про заробітну плату роботодавець має повідомити при укладанні трудового договору.

Назвіть особливості працевлаштування неповнолітніх.

Документ, стаття	Яка гарантія закріплена?

Вправа 2. Аналіз недоліків та переваг різних видів трудових договорів чи контрактів.

Які види трудового договору, передбачені законодавством?

За терміном дії:

1. _____.
2. _____.
3. _____.

З огляду на підстави виникнення трудових відносин:

1. _____.
2. _____.
3. _____.

За характером трудових функцій:

1. _____.
2. _____.
3. _____.

За тим, з ким укладені:

1. _____.
2. _____.
3. _____.

Що таке контракт?

2.6. Практична робота. Збір і аналіз інформації про закордонні навчальні заклади, які здійснюють професійну підготовку.

Які переваги і недоліки отримання освіти за кордоном?

переваги	недоліки

На що Ви звернете увагу при виборі країни навчання?

Яку допомогу вступникам надають освітні агенції? (проаналізуйте матеріали сайту).

Чому для отримання освіти за кордоном потрібно завчасно починати підготовку до вступу? Скільки часу потрібно на підготовку документації для вступу (отримання гранту)?

Гра «Освітня агенція»

Проаналізуйте запропоновану в Додатку 2 чи розміщену на обраному Вами сайті інформацію про країну навчання за критеріями:

Країна навчання	
1. Система освіти	
2. Умови вступу (освітній рівень, знання мови, вступні іспити тощо)	

3. Оплата навчання	
4. Можливості працевлаштування	
5. Мова навчання та наявність мовної підготовки	

Розділіться на пари (консультант-абітурієнт) і протягом 2 хв. задайте 2-3 питання «працівнику освітньої агенції», потім поміняйтеть ролями.

Додаток 1

ВИЩА ОСВІТА ЗА КОРДОНОМ

Англія

Для навчання в Англії необхідно мати атестат про закінчену середню освіту або диплом бакалавра і добре володіти англійською мовою (мати сертифікат TOEFL, IELTS або Cambridge Certificate). Міжнародні програми навчання відбуваються виключно англійською мовою.

Вища освіта в Англії для іноземців є платною, а вартість навчання залежить від спеціальності та рівня освіти (бакалавр, інженер, магістр). Розмір оплат за навчання кожен вуз встановлює індивідуально.

Студенти можуть легально працювати. Зароблених коштів може вистачати на часткову оплату проживання, харчування, транспортні видатки. Студенти самостійно покривають витрати, пов'язані з проживанням. Витрати на проживання, харчування, книжки, транспорт становлять від 5000 до 7000 фунтів стерлінгів на рік.

Програми навчання на рівні ВА (BA Programme) — це освіта на рівні бакалавра та інженера. Освіта ВА є запорукою доброї праці для випускника як в Англії, так і в інших країнах Європи. Будучи випускником однієї зі спеціальностей ВА, можна продовжити навчання в одному з вузів Англії або іншої країни Європи та отримати диплом магістра (MA Degree). Оплату за навчання на рівні undergraduate (BA Degree) можна не сплачувати за умови отримання спеціальної позики, котра покриває усю вартість навчання. Позику потрібно буде сплатити під час трудової діяльності.

Програми навчання на рівні МА (MA Programme) — це освіта на рівні магістратури. Система освіти у Англії є дворівневою — це означає, що студент спочатку повинен отримати диплом бакалавра або інженера (BA Degree), а вже потім може отримати диплом магістра (MA Degree).

Найбільшими академічними центрами Англії є: London, Bath, Birmingham, Leicester, Manchester, Brighton, Bristol, Cambridge, Canterbury, Coventry, Leeds, Liverpool, Oxford, Sheffield, Southampton, York.

Birmingham City University — університет має такі факультети: архітектура, будівництво, фотографія, дизайн, інформатика, логістика, механіка, електротехніка, реклама, банківська справа, психологія, соціологія, управління й охорона навколишнього середовища та багато інших факультетів.

Roehampton University — вищий навчальний заклад, що займає п'яте місце у списку найпрестижніших вищих навчальних закладів Лондона. Університет пропонує навчання на трьох рівнях: бакалавр/інженер, магістратура, аспірантура. Університет пропонує такі факультети як: антропологія, історія мистецтв, біомедицина, управління в бізнесі, інформатика, креативне письмо, бази даних, харчові технології, human resources, права людини, управління інформацією, мультимедіа, лінгвістика, продажі, імунологія та багато інших.

Норвегія

Система вищої освіти в Норвегії представлена державними та недержавними вищими навчальними закладами. Студент для отримання вищої освіти може обрати університет, спеціалізований інститут, академію мистецтв або колегіум. Вищі навчальні заклади в Норвегії мають тісну співпрацю, створюючи так звану Сітку Норвегії (Network Norway). В Норвегії дуже важливу роль відіграє інтердисциплінарне навчання. Студент може самостійно створити власний список занять, відповідно до своїх вподобань та інтересів, таким чином відвідуючи не тільки лекції на своєму основному факультеті, але також заняття на інших факультетах та в інших вищих навчальних закладах.

Навчання у вузі передбачає отримання кредитів. Навчальна програма ділиться на два етапи: перший етап триває 3 роки і закінчується отриманням диплому бакалавра, наступний — 2 роки магістратури. Для осіб, що хочуть продовжити навчання, є аспірантура, навчання в якій триває 3 роки. На деяких факультетах навчання триває 4-6 років (рільництво, психологія, медицина, право).

Умови вступу

Основним документом, на підставі якого відбувається зарахування до вищого навчального закладу, є атестат про закінчену середню освіту. Усі абітурієнти, незалежно від того, з якої країни походять, повинні заповнити ті самі аплікаційні документи. В деяких випадках на факультетах можуть бути додаткові вимоги до абітурієнтів. Тому, перш ніж подавати документи до вузу, варто детально дізнатись про усі вимоги.

Вартість навчання

Вища освіта у Норвегії є безкоштовною. Однак кошти на проживання є значними — рівень життя у Норвегії найвищий в Європі. Студенти здебільшого проживають у гуртожитках, вартість кімнати становить від 250 євро + комунальні оплати.

Працевлаштування студентів

Студенти у Норвегії мають можливість працювати, однак не повний робочий день, оскільки відвідуваність лекцій є обов'язковою. На повну ставку студент може працювати під час літніх канікул. Якщо студент-іноземець працює не більше 20 годин в тиждень, то він не потребує спеціального дозволу на працю. В усіх інших випадках потрібно оформляти додаткові документи.

Додаткова інформація

На більшості факультетів мовою навчання є норвезька. Абітурієнт, подаючи документи до вузу, повинен надати документ, що підтверджує володіння норвезькою мовою. Можна також здати екзамен з мови вже в Норвегії, або закінчити мовний курс для іноземців. Під час навчання багато занять проводяться англійською мовою. Є також спеціальності, де навчання відбувається виключно англійською мовою (орієнтовно 160 спеціальностей). Якщо абітурієнт норвезького вузу хоче навчатись англійською мовою, то він повинен надати документ, що підтверджує знання мови (наприклад TOEFL), або здати екзамен з англійської мови.

Для іноземців, що бажають навчатись у Норвегії, є процедура легалізації перебування. Така особа повинна подати заявку на проживання (видається терміном на 1 рік і щороку продовжується). Дозвіл на проживання видається у тому випадку, якщо особа надасть документи, що підтверджують зарахування до вищого навчального закладу, розклад занять, а також підтвердити свою фінансову спроможність. Відповідні документи подаються до консульства або посольства Норвегії у країні проживання. Особи, що є студентами і хотіли б провести у норвезькому університеті семестр або 1 курс, можуть взяти участь у програмі Nograd (програма магістерських стипендій). Кожного року норвезькі університети приймають студентів з Центральної та Східної Європи на так званий «quota programme».

Чехія

Для отримання вищої освіти в Чехії можна обрати один з 24 державних університетів, або вступити до профільного інституту і отримати одну з 200 наявних технічних спеціальностей. Система вищої освіти в Чехії має три рівні: 3 роки триває навчання на рівні бакалавр, потім — магістр (навчання триває від 1 до 3 років), аспірантура (навчання триває 3 роки). Є також навчальні програми, які не вимагають наявності диплома бакалавра і навчання на них триває від 4 до 6 років.

Умови вступу

Основним документом, на підставі якого відбувається зарахування до вищого навчального закладу, є атестат про закінчену середню освіту. Усі абітурієнти, незалежно від того з якої країни походять, повинні заповнити ті самі аплікаційні документи. На деяких спеціальностях є також обов'язкові вступні екзамени.

Вартість навчання

Студент-іноземець може навчатись на платній або безплатній формі навчання. На безплатній формі можуть навчатись студенти, котрі закінчать платні мовні курси та успішно складуть іспит з чеської мови. Такий студент оплачує тільки вступний внесок в розмірі 15 євро. Додаткові оплати є на тих спеціальностях, де навчання відбувається іншою мовою ніж чеська (здебільшого англійська). Оплата за один рік навчання у такому випадку становить від 3000 до 9500 євро. Місце в гуртожитку для студента коштує від 25 до 85 євро на місяць, а за оренда квартири від 230 євро на місяць.

Працевлаштування студентів

Студент-іноземець у Чехії може працювати без додаткових дозволів на працю. Однак у Чехії рівень безробіття є досить високим, тому студент може розраховувати на незначну оплату за роботу. Найпростіше знайти роботу в Празі та Пільжні. Будучи дипломованим спеціалістом можна шукати працю за посередництвом місцевих центрів зайнятості, Міністерства праці або за допомогою бази EURES.

Після прибуття до Чехії студент повинен зареєструватись у місцевому відділку поліції. Якщо особа перебуває в країні більше, ніж 3 місяці, то вона повинна подати документи на дозвіл тимчасового проживання.

Додаткова інформація

Чеська мова є мовою викладання у вищих навчальних закладах і при вступі від абітурієнта може вимагатись наявність сертифікату знання мови, або абітурієнт повинен буде здати екзамен з мови. Якщо абітурієнт не знає чеської мови, то може записатись в університеті на підготовчий мовний курс, вартість якого становить орієнтовно 3000 євро на рік.

Якщо вищий навчальний заклад підписав договір про міжнародну співпрацю, то студент такого вузу може подавати заявку на стипендію Міністерства освіти, молоді і спорту. Студент може також отримувати соціальну допомогу або студентський кредит.

Додаток 2

Навчання за кордоном — в Європі

(матеріали сайту osvita.eu)

Центр Європейської Освіти — офіційне представництво європейських вищих навчальних закладів. Має повноваження від Академії наук проводити консультації щодо навчання в Європі — Польщі, Чехії, Англії, Норвегії і працює з найбільшими академічними центрами цих держав.

Для того, щоб отримати консультацію або замовити послугу зателефонуйте на інформаційну лінію по Україні і Вас з'єднають з Консультантом Центру у Вашій області: тел. (091) 35 09 182

Координатори:

м. Рівне: тел. (096) 18 83 657

м. Львів: тел. (063) 05 42 127; (097) 64 98 809

м. Київ: тел. (044) 222 75 70; (066) 60 74 711

АР Крим: тел. (097) 49 40 960

Можна зателефонувати, скотактуватись через Skype або заповнити електронну анкету на сайті.

Вища освіта за кордоном

Працевлаштуванню у Польщі або іншій європейській державі допоможе якісна вища освіта за кордоном. Серед роботодавців в Україні також великою популярністю користуються громадяни, що отримали вищу освіту за кордоном.

- Для абітурієнта готуємо навчальну пропозицію (відповідно до спеціальностей та вартості навчання, які його цікавлять).
- Абітурієнт проходить співбесіду та оформляємо договір на співпрацю (назва послуги: інформаційно-сервісний пакет для абітурієнта).
- Координуємо процес вступу до вищого навчального закладу та допомагаємо студентові з легалізацією вже під час навчання.

Документи вузами приймаються до 30 вересня. Останній термін подання заявки до Центру Європейської Освіти — 5 вересня.

Ми допомагаємо громадянам України дістати більше інформації про навчання в Європі.

Для навчання за кордоном на рівень бакалавра потрібно мати атестат про закінчену середню освіту.

Зовнішнє незалежне оцінювання до уваги не береться. Вік абітурієнта значення не має.

Навчання триває 3–3,5 роки.

Магістратура за кордоном

Магістратура є II рівнем вищої освіти. Вузи Польщі практикують гнучку систему вищої освіти. Це означає, що студент може отримати диплом бакалавра з певної спеціальності, а диплом магістра — зовсім з іншої спеціальності. Магістратура за кордоном вважається продовженням рівня «бакалавр». Навчання в магістратурі триває 1,5 або 2 роки. Випускник отримує диплом магістра, де вказується факультет та спеціальність, а також додаток до диплому, здебільшого англійською мовою.

Курси іноземних мов

Навчання за кордоном, звичайно, допоможе Вам швидко оволодіти англійською та іншими мовами. Не кожен може поїхати за кордон для навчання, тому ми пропонуємо ефективні і сучасні курси іноземних мов на території України. У наш час усім спеціалістам потрібно знати іноземні мови. Знання іноземної мови відкриває Вам новий світ. Більш детально про курси іноземних мов можна прочитати на сторінці: курси іноземних мов.

Європейські вузи за кордоном

Щодо мови навчання, то європейські вузи за кордоном пропонують різні варіанти. Наприклад, Польща:

- польська мова (увесь процес навчання польською мовою). Навчаються і громадяни Польщі, і іноземці.
- англійська мова (увесь процес навчання, викладання, написання контрольних робіт (бакалаврська, магістерська) відбувається англійською мовою). Навчаються і громадяни Польщі, і іноземці.

Європейські вузи за кордоном пропонують навчання в державних і недержавних навчальних закладах. В загальному вартість навчання становить від 700 євро на рік. Вузи за кордоном не підвищують ціну за навчання. В договорі вказується розмір оплат і навчальний заклад за період навчання не підвищуватиме ціну.

Правильний вибір навчального закладу — це основа успіху у навчанні за кордоном та хорошого працевлаштування в майбутньому. Очевидно, що без допомоги досвідченого консультанта в цій справі не обійтись. Центр Європейської Освіти пропонує кращі пропозиції навчання у Польщі: бакалавр, магістр, аспірантура, МВА.

Навчання за кордоном

Комплексна підготовка до вступу у вищі навчальні заклади Польщі на рівні бакалавр, магістр, аспірантура, МВА.

Інформаційно-сервісний пакет для абітурієнта:

Дистанційна освіта. Можливість отримати освіту та диплом європейського вищого навчального закладу, перебуваючи в Україні.

Ознайомчі поїздки у вищі навчальні заклади. Пропозиція для осіб (абітурієнтів та їх батьків), які хочуть ознайомитись з системою вищої освіти Польщі та особисто відвідати вищі навчальні заклади.

Іноземні мови: Курси іноземних мов в Україні. Інтенсивні курси польської мови у Польщі.

Матеріали для самостійного вивчення іноземних мов: книжки іноземними мовами, словники, підручники.

Мовні курси з англійської мови: Англія, Мальта.

Відпочинково-мовні табори для молоді (для школярів та студентів) під час канікул, свят у Англії, Іспанії, Польщі.

А також: Візова підтримка, Офіційний переклад документів.

2.7. Практична робота. Диспут на тему:
«Професіонал III тисячоліття».

ПАМ'ЯТКА З ПРАВИЛАМИ ПОВЕДІНКИ НА ДИСПУТІ

- сперечайся чесно та щиро, не спотворюй і не перекручуй думок і слів свого опонента;
- починаючи суперечку, зрозуміло і повно вислови свої судження та положення, які маєш захищати, або правильність яких маєш доводити;
- пам'ятай, що переконливим доказом, кращим засобом заперечення є точні й аргументовані факти;
- доводячи і заперечуючи, говори зрозуміло, просто, чітко, точно;
- з розумінням і повагою стався до думок своїх співрозмовників;
- якщо довели помилковість твоїх суджень, думок, май мужність визнати правоту опонентів;
- не переривай виступу опонента на півслові, дочекайся, поки він висловить свою думку, а тоді починай полеміку;
- будь терпимим і толерантним у взаєминах з учасниками диспуту;
- закінчуючи виступ, сформулюй висновки;
- у ході суперечки концентруй увагу не на особистості опонента, а на суті його думки;
- чітко дотримуйся встановленого регламенту;
- говори не від імені абстрактного колективу, а лише від себе;
- головне в диспуті — аргументи, факти, докази, логіка; міміка, жести, вигук не замінять головного;
- якщо не маєш власної думки або приховуєш її, краще не бери участі в суперечці.

2.8. Практична робота. 1. Письмове опитування: «Мій ідеал життєвого успіху». 2. Складання алгоритму досягнення власного життєвого успіху.

1. Письмове опитування: «Мій ідеал життєвого успіху».

Інструкція. Вам потрібно письмово відповісти на запитання «Мій ідеал життєвого успіху». Обсяг відповіді значення не має (але він не повинен бути меншим за 1 сторінку). Головне, щоб Ви писали про свій особистий ідеал життєвого успіху (а не батьків, друзів, родичів тощо). Дозволяється наводити приклади з життя відомих людей, Ваших знайомих або родичів. Щоб полегшити завдання у таблиці 1 пропонуються можливі відповіді на питання: «Що для мене означає поняття життєвий успіх?», а у таблиці 2 — «Які методи, на мою думку, варто використовувати для досягнення життєвого успіху».

Мій ідеал життєвого успіху

Матеріали, які рекомендовано використовувати для відповіді

Таблиця 1

<p>Варіанти відповідей на запитання: «Що для мене означає поняття життєвий успіх?»:</p>
<p>Багатство Бути першим у всьому, що мені здається важливим Висока посада Влада Досягнення популярності Жити не гірше за інших Можливість бути самому собі господарем Наявність надійних друзів Наявність престижної власності Наявність сім'ї і дітей Перемога над своїми ворогами Повага оточуючих Реалізація своїх творчих здібностей Цікава робота Чесно прожити життя Яскраві життєві враження</p>

Таблиця 2

<p>Варіанти відповідей на запитання: «Які методи, на мою думку, варто використовувати для досягнення життєвого успіху»</p>
<p>Активно брати участь у громадському житті, політиці Бути твердим, вміти йти напролом заради поставленої мети Вміти пристосовуватися до обставин</p>

Володіти талантом, здібностями
 Мати забезпечених і впливових батьків та інших родичів
 Наполегливо і послідовно відстоювати свої інтереси
 Наявність потрібних зв'язків
 Отримати гарну освіту
 Удача, щасливий збіг обставин

2. Складання алгоритму досягнення власного життєвого успіху.

Таблиця 3

Алгоритм досягнення успіху на основі системи життєвих цінностей

Перший крок	Вибір і формування з усього розмаїття цінностей власного набору (зазвичай це 5-6 цінностей). Увага! Для роботи в класі обираємо для всієї команди тільки одну (у таблиці 1).
Другий крок	Визначення змістового наповнення цінностей: формулювання ідеї і сенсу кожної цінності. Ідея — те, що може надихати людину в даній цінності і мотивувати на значні зусилля для її реалізації. Сенс — це соціальна складова цінності, дає відповідь на питання, заради кого або чого Ви стараетесь, враховуючи, що будь-яка життєва цінність людини спрямована на благо не тільки себе, а й оточуючих людей ближнього і/або далекого оточення.
Третій крок	Постановка цілей (коротко-, середньо- і довгострокових) відповідно до кожної цінності. Після виявлення підстав успіху (цінностей, ідей і смислів) наступним кроком є постановка цілей, відповідних цінностям, ідеям та смислам. Ставлячи ціль, людина, тим самим, відповідає для себе на питання, чого вона хоче досягти, до чого вона прагне. Ціль має бути чітко визначеною, специфічною. Формулюючи ціль, потрібно відповісти на питання: Чого саме Ви хочете досягти? Хто ще залучений в бажаний процес? Де і коли повинен бути досягнутий потрібний результат? За яких умов Ваша мета може бути досягнута? Формулювання цілі має включати критерії для вимірювання ступеня досягнення результату. Тому розкладіть кінцевий результат на складові вимірювані елементи. Ціль має бути досяжною/узгодженою. Не варто занижувати планку через страх не отримати результат, але й не будуйте надто амбітних планів. Намагайтеся вибрати «золоту» середину, надихаючу і реальну.

	<p>Ціль має бути реалістичною/релевантною. Ціль повинна бути реалістичною і доречною. Її досягнення повинне вписуватися в реалію Вашого життя і співвідноситися з Вашими ж більш глобальними цілями та іншими умовами.</p> <p>Поставте чіткі терміни досягнення цілі – як фінальні, так і проміжні, щоб звірятися з графіком у міру наближення до цілі.</p>
Четвертий крок	<p>Пошук ресурсного забезпечення реалізації намічених цілей: знаходження конкретних прийомів, способів і технік досягнення цілей. Мало просто поставити ціль нехай і привабливу, важливо також для кожної цілі визначити способи її досягнення, розрахувати необхідні витрати і виявити ресурси.</p>
П'ятий крок	<p>Проведення самоаналізу: виявлення сильних і слабких сторін, можливостей та обмежень на шляху досягнення поставлених цілей, побудова власної моделі компетенцій і виявлення джерел і способів їх розвитку до бажаного або необхідного рівня. При визначенні засобів досягнення цілі важливо порівняти їх з рівнем розвитку необхідних компетенцій, що відбувається на етапі самоаналізу. Основна увага приділяється тим компетенціями, без достатнього високого рівня розвитку яких неможливе досягнення поставлених цілей обраними засобами. У разі недостатнього рівня розвитку необхідних компетенцій намічаються індивідуальні способи їх розвитку.</p>
Шостий крок	<p>Фіксація конкретних результатів (прописування термінів, чітке позначення кількісних і якісних характеристик), пов'язаних з цінностями та цілями.</p>

Таблиця 4

Життєві цінності

активне діяльне життя	наука
багатство	пізнання
безпека	порядок
віра	праця
власний бізнес	престиж
гармонія відносин	продуктивне життя
дружба	розваги
духовна рівновага	саморозвиток
екологія	свобода

здійснення відкриттів	сім'я
здоров'я	спорт
зовнішня привабливість	статус
ідея	суспільне визнання
кар'єра	творчість
краса природи	цікава робота
любов	широке коло спілкування
матеріальне забезпечення	щастя інших
мистецтво	

Висновки з обговорення і підведення підсумків.

2.9. Практична робота. 1. Методика визначення лідера в колективі. 2. Виділення характерних рис харизматичної особистості на прикладі відомих людей.

1. Методика визначення лідера в колективі

Лідер виявляє комунікативні та організаторські здібності особистості (вміння чітко та швидко налагоджувати ділові та товариські контакти з людьми бажання розширити контакти, участь у групових заходах, вміння впливати на людей, бажання проявляти ініціативу і т.д.).

Інструкція. Дати відповідь на 40 запитань «так» або «ні». Час виконання: 10-15 хв.

1. Чи є у Вас потяг до спілкування і знайомства з різними людьми?
2. Чи подобається Вам займатися громадською роботою?
3. Чи довго турбує Вас почуття образи на своїх товаришів?
4. Чи завжди Вам важко орієнтуватися в критичній ситуації, що склалася?
5. Чи багато у Вас друзів, з якими Ви постійно спілкуєтеся?
6. Чи часто Вам вдається схилити більшість своїх товаришів до прийняття ними Вашої думки?
7. Чи правда, що Вам приємніше і простіше проводити час за книгами або за яким-небудь іншим заняттям, ніж з людьми?
8. Якщо виникли певні перешкоди у здійсненні Ваших намірів, чи легко Ви відмовитеся від своїх намірів?
9. Чи легко Ви встановлюєте контакти з людьми, які значно старші за Вас?

10. Чи любите Ви придумувати й організовувати зі своїми товаришами різноманітні ігри і розваги?
11. Чи важко Вам включатися в нові для Вас компанії (колективи)?
12. Чи часто Ви відкладаєте на інші дні справи, які слід було б виконати сьогодні?
13. Чи легко Вам вдається встановлювати контакти і спілкуватися з незнайомими людьми?
14. Чи прагнете Ви, щоб Ваші товариші діяли у відповідності з Вашою думкою?
15. Чи важко Вам освоюватися в новому колективі?
16. Правда, що у Вас не буває конфліктів з товаришами через невиконання ними своїх обіцянок, зобов'язань, обов'язків?
17. Чи прагнете Ви, якщо обставини сприяють цьому, познайомитися, поспілкуватися з незнайомою людиною?
18. Чи часто у вирішенні важливих справ берете ініціативу на себе?
19. Чи дратують Вас оточуючі, чи виникає у Вас бажання побути наодинці?
20. Чи правда, що Ви, як правило, погано орієнтуєтеся в незнайомій для Вас обстановці?
21. Чи подобається Вам постійно бути серед людей?
22. Чи виникає у Вас відчуття дискомфорту, якщо Вам не вдається завершити розпочату справу?
23. Чи важко Вам проявити ініціативу, щоб познайомитися з іншою людиною?
24. Чи правда, що Ви втомлюєтеся від постійного спілкування з друзями?
25. Чи подобається Вам брати участь в колективних іграх?
26. Чи часто Ви проявляєте ініціативу під час вирішення проблем, які зачіпають інтереси Ваших друзів?
27. Чи правда, що Ви відчуваєте себе невпевнено серед незнайомих людей?
28. Чи правда, що Ви не прагнете до того, щоб довести правильність своїх дій чи слів?
29. Чи вважаєте Ви, що Вам не важко внести позбавлення у незнайоме товариство?
30. Чи брали Ви участь у громадському житті школи (підприємства)?
31. Чи прагнете Ви обмежити коло своїх знайомих?
32. Чи правда, що Ви не прагнете відстоювати свою думку чи рішення, якщо його не одразу прийняли друзі?
33. Чи відчуваєте Ви себе комфортно в незнайомій компанії?
34. Чи охоче Ви організуєте вечірку для своїх товаришів?
35. Чи правда, що Ви губитеся, коли треба говорити перед великою кількістю людей?

36. Чи часто Ви спізнюєтеся на ділові зустрічі, побачення?
37. У Вас багато друзів?
38. Чи часто Ви буваєте в центрі уваги своїх друзів?
39. Ви відчуваєте дискомфорт під час спілкування з малознайомими людьми?
40. Чи правда, що Ви не дуже впевнено почуваете себе в оточенні великої групи своїх друзів?

Висновки.

Завдання. 2. Виділіть характерні риси харизматичної особистості на прикладі Генрі Гейтса.

Харизматичний лідер — людина, що володіє особливими, винятковими рисами, які виявляються в її здатності реалізувати зв'язок з душею народу, його архетипними, сакральними сенсами, і максимально виразити їх у реальному житті. Така особа завжди екстраординарна, орієнтується на неекономічні принципи, аскетична в побуті, має більш глибокий і змістовний рівень розуміння реальності, який з погляду традиційної раціональності спочатку сприймається як алогічний. Умовою прояву харизматичної особи є глибинні, змістові, внутрішні зміни суспільства, пов'язані з його розвитком і потребою втілення інновації, спрямованої на освоєння іншої міри складності.

Мета харизматичної особи — донести освоєну нею інформацію до людей, допомогти їм засвоїти нову цілісну картину світу, на підставі якої вони змогли б глибше зрозуміти, що відбувається, і визначити виходи із ситуації, що склалася. Вплив, який здійснює харизматична особа на людей, — результат тривалої внутрішньої роботи, нерозривно пов'язаної з її мотиваційною сферою, цінностями, усвідомленою сутністю і віднайденою іншою, внутрішньою, ясністю. Влада над людьми є результатом харизми і не має позначених ієрархією меж. Для того щоб суспільство гармонійно розвивалося, політичний лідер має бути харизматичною особистістю.

Вільям Генрі Гейтс III (англ. William Henry Gates III; 28 жовтня 1955, Сіетл), більш відомий як просто Білл Гейтс (англ. Bill Gates) — американський підприємець, співголова Фонду Білла і Мелінди Гейтс. У період з 1996 по 2007 р. і в 2009 р. — найбагатша людина планети за версією жур-



налу Forbes. Його статок у вересні 2008 р. оцінювався в 57 мільярдів доларів. Спільно з Полом Аленом заснував корпорацію Microsoft, пост голови ради директорів якої залишив у червні 2008 р.

Біографія. Гейтс народився в Сіетлі (штат Вашингтон), в сім'ї корпоративного адвоката Вільяма Генрі Гейтса II і члена ради директорів First Interstate Bank, Pacific Northwest Bell і національної ради United Way Мері Максвелл Гейтс. Гейтс навчався в найпривілейованішій школі Сіетла, де він зміг розвинути свої навички програмування на шкільному мінікомп'ютері. У школі Гейтс не мав успіхів у граматиці, суспільствознавстві й інших предметах, які він вважав тривіальними, але отримував вищі оцінки з математики. До кінця початкової школи погана поведінка Гейтса стала хвилювати його батьків і вчителів настільки, що його відправляли до психіатра. «Я схибнувся на комп'ютерах. Пропускав фізкультуру. Сидів у комп'ютерному класі до ночі. Програмував по вихідним. Кожного тижня ми проводили там по двадцять-тридцять годин. Був період, коли нам заборонили працювати, тому що ми з Полом Аленом вкрали паролі і зламали систему. Я залишився без комп'ютера на ціле літо. Тоді мені було п'ятнадцять-шістнадцять років», — розказував Гейтс. У 1973 р. він вступив до Гарвардського університету, але був відрахований через 2 роки і одразу став займатися створенням програмного забезпечення. У 1975 р. Гейтс спільно з Алленом заснували компанію MicroSoft, пізніше названу Microsoft Corporation. 1 січня 1994 р. Гейтс одружився на Мелінді Френч. У них троє дітей — Дженніфер Катарін, Рорі Джон і Фібі Адель. У 1994 р. Гейтс придбав Codex Leicester — зібрання робіт Леонардо да Вінчі, з 2003 р. вони демонструються в Музеї Мистецтв Сіетла. У 1998 р. Гейтс склав з себе повноваження президента корпорації Microsoft, в 2000 — залишив посаду головного виконавчого директора. Обидві посади отримав Стів Балмер. Після відходу зі своєї посади Гейтс має намір цілком присвятити себе управлінню добродійним фондом Bill & Melinda Gates Foundation. 27 червня 2008 р. став останнім днем для Біла Гейтса на посаді керівника Microsoft. Незважаючи на це, він не пориває з компанією назавсім — Гейтс залишається головою Ради директорів (але без виконавчих повноважень), займатиметься спеціальними проектами, а також залишиться найбільшим власником акцій корпорації (8,7% акцій Microsoft).

Наприкінці жовтня 2008 р., в місті Кіркленд (штат Вашингтон, США) Білл Гейтс зареєстрував свою третю компанію під назвою «bgC3». Непеврені джерела стверджують, що «bgC3» означає Bill Gates Company Three (Третя компанія Білла Гейтса). Оголошено, що це буде дослідний центр, в завдання якого входить надання наукових і технологічних послуг, робота в області аналітики й досліджень, а також створення та розробка програмного й апаратного забезпечення.

2.10. Практична робота. 1. Визначення домінуючих якостей і рис особистості, яка досягла професійного успіху. Диспут на тему «Як стати успішною особистістю». 2. Складання алгоритму досягнення власного майбутнього професійного успіху.

1. Визначення домінуючих якостей і рис особистості, яка досягла професійного успіху.

Якості, які домінують в особистісній структурі видатних людей (за О. Бодальовим)

1. Визначеність зі змістом сенсу життя. Для видатних людей сенсом життя зазвичай виступають загальнолюдські цінності, що стали їх власними особистісно значущими цінностями. Для одних такою цінністю, домінуючою у змісті сенсу життя, виявляється служіння батьківщині, для інших — проникнення у непізнані ще закони розвитку природи і суспільства, для третіх — безкорислива допомога людям, що потрапили в біду, для четвертих — зміцнення і збагачення духовного начала в людях.

2. Конкретизація сенсу життя в цілях, на досягнення яких людина спрямовує свої вчинки і дії. Морально високі смисли у великих або видатних людей, як правило, конкретизуються у великомасштабних цілях, подальшому досягненню яких вони підпорядковують свою життєдіяльність.

Успішно здійснивши одну ціль, вони формують для себе іншу, часто складнішу і таку, що реалізується важче, ніж попередня. Досягнувши її, ставлять перед собою нову ціль.

3. Мотиваційна включеність і залученість до тієї діяльності, здійснення якої є головним способом досягнення сформованої мети. Фактично маючи на увазі цю якість по-справжньому захоплених своєю справою людей, Л. М. Толстой дуже яскраво написав про неї: «Не той буде мислителем і художником, хто виховується в закладі, де нібито роблять вченого і художника, і отримує диплом і забезпечення, а той, хто і радий би не думати і не виражати те, що закладено йому в душу, але не може не робити того, до чого тягнуть його нездоланні сили».

4. Здатність шукати, знаходити і застосовувати оригінальні — не в сенсі екзотичності, а в сенсі їх відповідності специфіці та ступеню складності проблеми — шляхи успішного вирішення цієї проблеми для отримання саме того результату, який вони запланували.

5. Самостійність. Творчий, а не репродуктивно формальний рівень реалізації цілей вимагає від людини великої самостійності і здатності протистояти тиску ззовні, якщо характер останнього суперечить її основним ціннісним установкам.

6. Яскраво виражена потреба у праці і стійка здатність що потребу задовольняти. Сказане добре підкріплює твердження С.Л. Рубінштейна про те, що «є тільки один шлях для створення великої особистості: велика робота над великим творінням».

7. Наполегливість при реалізації поставлених цілей.

8. Впевненість у собі в тій області життєдіяльності, яку вони вважають для себе головною.

9. Уміння збільшувати енергетику свого організму за рахунок грамотно спланованого рухового режиму

Висновки.

2. Складання алгоритму досягнення власного майбутнього професійного успіху.

Алгоритм досягнення власного майбутнього професійного успіху

1. Визначення мети (мета повинна бути максимально конкретною, вимірюваною і вкладатися у певні часові рамки). Чого я хочу досягти: яка кваліфікація, рівень оплати; кар'єра (посада), протягом якого часу (вказати конкретний термін).

2. Визначення засобів, чим можна скористатися для досягнення мети: знання та інформація; досвід; вміння і навички; кваліфікація; особисті якості; допомога інших людей.

3. Вироблення варіантів (варіанти — це конкретні місця роботи або навчання, через які можна досягти своїх цілей):

варіант 1: _____.

варіант 2: _____.

варіант 3: _____.

Три варіанти — це мінімум.

4. Оцінка варіантів.

Чи відповідають ці варіанти головній (загальній) цілі: наскільки кожен з варіантів бажаний; наскільки кожен з варіантів можливий; який варіант найбільш бажаний і можливий; які варіанти можна назвати запасними.

5. Оцінка можливості невдачі: наскільки ймовірна невдача найкращого варіанта; наскільки ймовірна невдача запасних варіантів; що відбудеться, якщо «зірветься» найкращий варіант; наскільки швидко можна ліквідувати наслідки невдачі; чи можливо швидко переключитися на один із запасних варіантів; що відбудеться, якщо «зірветься» і перший, і запасний варіант.

6. Виявлення ресурсів особистості й дефіцитів компетенцій. Складання переліку компетенцій, необхідних для досягнення професійної цілі, виділення з них списків компетенцій:

- а) уже досить сформованих і розвинених;
- б) сформованих, але потребуючих розвитку;
- в) практично не сформованих, але необхідних.

7. Виявлення змісту самовиховання. Для кожної з професійно важливих і значимих для учня компетенцій складається перелік конкретних завдань, послідовне виконання яких дозволить досягти поставлених цілей.

8. Планування. Сформульовані завдання розподіляються по графах індивідуального плану розвитку, тим самим розподіляючи час і сили на їхнє виконання. Складання довгострокових планів, річних планів, місячних планів і тижневих планів, планів дня.

9. Складання конкретної програми послідовних дій.

10. Реалізація конкретної програми послідовних дій.

Висновки з обговорення і підведення підсумків.

2.11. Практична робота. Опитування на тему: «Чи треба готуватися до побудови професійної кар'єри ще в школі?»

Кар'єра — це суб'єктивно усвідомлені власні судження працівника про своє трудове майбутнє, очікувані шляхи самовираження й задоволення працею. Це просування вперед по один раз обраному шляху діяльності. Наприклад, одержання більших повноважень, вищого статусу, престижу, влади, більшої кількості грошей.

Планування успішної кар'єри — процес визначення мети, якої співробітник хоче досягти у процесі професійної діяльності. Головною задачею планування і реалізації кар'єри є досягнення об'єднання цілей організації з інтересами окремого працівника, формування критеріїв просування і обґрунтованої оцінки реального кар'єрного потенціалу.

Першим кроком у підготовці до побудови професійної кар'єри є визначення інтересів, схильностей, можливостей і навичок особистості.

Кар'єра кожної особистості проходить певні етапи і тут важливим є те, щоб люди розуміли характер та природу кожного етапу. Це важливо тому, що етап, на якому знаходиться працівник, впливає на його знання та переваги у виборі конкретної роботи. Едгард Шейн підкреслює, що планування кар'єри — це процес повільного розвитку професійної самоконцепції і самовизначення у термінах власних здібностей, талантів,

мотивів, потреб та цінностей. Він стверджує, що, оскільки працівник знає себе краще, ніж хтось, то він сам формує пункти своєї кар'єри.

Опитувальник «Чи треба готуватися до побудови професійної кар'єри ще в школі?»

Мета: надати можливість учням замислитися над своїм майбутнім, з'ясувати на якому етапі становлення вони знаходяться, сприяти усвідомленню відношенню до свого майбутнього.

Прізвище, ім'я, школа, клас.

1. Чи варто в наш час чесно трудитися? Чому?
2. Чи варто вчитися після школи, адже можна й так добре влаштуватися?
3. Що я очікую від життя? Мої очікування та мої можливості у професійній ланці мого життя?
4. Мої ближчі цілі? Мої дальні цілі та засоби їхнього досягнення?
5. За три хвилини напишіть якнайбільше професій, набути які допоможе навчання за обраним профілем.
6. Ким би Ви хотіли стати (за професією) через 20-30 років?
7. Виділіть основні 5-7 етапів на шляху до своєї мрії.
8. Напишіть: а) три найнеприємніших моменти, пов'язаних з роботою за обраною професією; б) три — пов'язаних з навчанням.
9. Що у Вас самих може перешкодити на шляху до цілей? (написати докладніше).
9. Як Ви збираєтеся працювати над своїми недоліками й готуватися до професії (до вступу)?
10. Хто й що може перешкодити Вам у досягненні цілей?
11. Як Ви збираєтеся переборювати ці перешкоди?
12. Чи є у Вас резервні варіанти вибору? Напишіть про них.
13. У чому Ви взагалі бачите сенс свого професійного життя (заради чого хочете здобувати професію й працювати)?
14. Що Ви вже зараз робите для реалізації своїх планів?

Висновки.

Опитувальник «Якорі кар'єри» (Автор Е. Шейна)

Ця методика хоч і не надає можливості для детального аналізу, але певним чином структурує уявлення учнів про бажаний професійний шлях і специфіку бажаних стилів подальшої діяльності. Опитувальник заповнюється без обмеження часу (приблизно за 10 хв.).

Автор методики виділяє наступні можливі кар'єрні орієнтації.

Професійна компетентність. Ця орієнтація пов'язана з наявністю здібностей і талантів у певній галузі (наукові дослідження, технічне проектування, фінансовий аналіз тощо). Людина з такою орієнтацією хоче бути майстром своєї справи; вона відчуває себе щасливою, коли досягає успіху в професійній галузі, та швидко втрачає зацікавлення роботою, яка не дозволяє розвивати власні здібності.

Менеджмент. У цьому випадку першочергове значення мають орієнтації особистості на інтеграцію зусиль інших людей, повнота відповідальності за кінцевий результат і об'єднання різних функцій організації. Така робота вимагає міжособистісного та групового спілкування, емоційної рівноваженості, відповідальності.

Автономія (незалежність). Головна турбота особистості з такою орієнтацією — звільнення від організаційних правил, наказів і обмежень. Яскраво виражена потреба все робити по-своєму: самому вирішувати, коли, над чим і скільки працювати. Така людина не хоче підпорядковуватися правилам організації (робоче місце, час, фірмовий одяг).

Стабільність. Ця кар'єрна орієнтація обумовлена потребою в безпеці та стабільності для того, щоб майбутні життєві події можна було передбачити. Люди, орієнтовані на стабільність, можуть займати високі посади в організації, але, надаючи перевагу стабільній роботі, можуть відмовитися від підвищення, якщо воно пов'язане з виникненням можливих тимчасових незручностей.

Служіння. Основними цінностями цієї орієнтації є робота з людьми, служіння людству, допомога людям, бажання зробити світ кращим тощо. Людина з такою орієнтацією має можливість продовжувати працювати в цьому напрямку, навіть якщо їй доведеться змінити місце роботи. Вона не буде працювати в організації, де недоброзичливо ставляться до її цілей і цінностей, і відмовиться від просування чи переведення на іншу роботу, якщо це не дозволить їй реалізувати головні цінності життя.

Виклик. Основні цінності у кар'єрній орієнтації цього типу — конкуренція, перемога над іншими, подолання перешкод, вирішення складних завдань. Людина орієнтована на те, щоб «кинути виклик». Процес боротьби та перемога важливіші для людини, ніж конкретна галузь діяльності чи кваліфікація. Новизна, різноманітність і виклик мають для людей із такою орієнтацією дуже велику цінність, і якщо все йде досить просто, вони починають нудьгувати.

Інтеграція стилів життя. Людина зорієнтована на інтеграцію різних сторін способу життя. Вона не хоче, щоб у її житті домінувала тільки сім'я, або тільки кар'єра, або тільки саморозвиток. Вона прагне до того, щоб все було збалансовано. Така людина більше цінує своє життя загалом, ніж конкретну роботу, кар'єру чи організацію.

Підприємництво. Людина з такою орієнтацією прагне створити щось нове, вона хоче мати свою марку, свою справу, своє фінансове бла-

гополуччя. Для неї головне — започаткувати власну справу, побудувати її так, щоб це було продовженням її самої, вкласти душу. Підприємець продовжуватиме свою справу, навіть якщо він спочатку зазнаватиме невдач і йому доведеться серйозно ризикувати.

Інструкція. Опитувальник, який Ви зараз заповнюватимете, виявляє Ваші переваги у виборі професійного шляху та побудові кар'єри. Вам необхідно відповісти на 41 запитання за 10-бальною шкалою: 1 бал — «абсолютно неважливо» або «абсолютно не згоден», 10 балів — «визначально важливо» або «повністю згоден». Відповідь внесіть у «Бланк відповідей» у клітинку з відповідним номером. У самому опитувальнику, будь ласка, позначок не робіть.

Текст тверджень опитувальника

Наскільки для Вас важливо:

1. Будувати свою кар'єру в межах конкретної наукової або технічної сфери.
2. Здійснювати спостереження та контроль над людьми, впливати на них на всіх рівнях.
3. Мати можливість робити все по-своєму і не бути обмеженим правилами якої-небудь організації.
4. Мати постійне місце роботи з гарантованим окладом і соціальною захищеністю.
5. Використовувати своє вміння спілкуватися на користь людям, допомагати іншим.
6. Працювати над проблемами, які видаються майже нерозв'язними.
7. Вести такий спосіб життя, щоб інтереси родини та кар'єри були врівноважені.
8. Створити та побудувати щось, що буде цілком Вашою справою, реалізацією Вашої ідеї.
9. Продовжувати роботу в галузі обраної спеціальності краще, ніж отримати вищу посаду, не пов'язану з цією спеціальністю.
10. Бути першим керівником в організації.
11. Мати роботу, не пов'язану з режимом або іншими організаційними обмеженнями.
12. Працювати в організації, яка забезпечить Вам стабільність на тривалий час.
13. Застосовувати свої вміння й здібності для того, щоб зробити світ кращим.
14. Змагатися з іншими й перемагати.
15. Будувати кар'єру, яка дозволить Вам не зраджувати обраному способу життя.
16. Створити нове комерційне підприємство.
17. Присвятити все своє життя обраній професії.
18. Посісти високу керівну посаду.

19. Мати роботу, яка надає максимум свободи й автономії у виборі часу виконання, характері занять тощо.

20. Залишатися на одному місці проживання краще, ніж переїхати через підвищення по службі.

21. Мати можливість використовувати свої уміння й таланти для служіння важливій меті.

Наскільки ви згодні з кожним із наступних тверджень?

22. Єдина справжня мета моєї кар'єри — знаходити і вирішувати важкі проблеми незалежно від того, в якій галузі вони виникли.

23. Я завжди прагну приділяти однакову увагу своїй родині та своїй кар'єрі.

24. Я завжди знаходжуся в пошуку ідей, які дадуть мені можливість почати і побудувати власну справу.

25. Я погоджуся на керівну посаду тільки тоді, коли вона перебуватиме у сфері моєї професійної компетенції.

26. Я хотів би досягти такого становища в організації, яке давало б можливість спостерігати за роботою інших, інтегрувати їхню діяльність.

27. У моїй професійній діяльності я понад усе турбуватимуся про власну свободу та автономію.

28. Для мене важливіше залишитися на нинішньому місці проживання, аніж отримати підвищення або перспективну роботу в іншій місцевості.

29. Я шукаю роботу, на якій міг би приносити користь іншим.

30. Змагання і виграш — це найбільш важливі сторони моєї кар'єри, які хвилюють мене.

31. Кар'єра має сенс тільки тоді, коли вона дає змогу жити так, як мені подобається.

32. Підприємницька діяльність складає центральну частину моєї кар'єри.

33. Я б швидше пішов з організації, аніж став би займатися роботою, не пов'язаною з моєю професією.

34. Я вважатиму, що досягнув успіху в кар'єрі тільки тоді, коли стану керівником високого рівня в солідній організації.

35. Я не хочу, щоб мене обмежували вимоги якої-небудь організації або світу бізнесу.

36. Я вважаю за краще працювати в організації, яка забезпечує тривалий контракт.

37. Я хотів би присвятити свою кар'єру досягненню важливої та корисної мети.

38. Я відчуваю та ціную професійний успіх лише тоді, коли я постійно залучений до вирішення складних проблем або до ситуації змагання.

39. Обрати і підтримувати певний спосіб життя важливіше, ніж добиватися успіху в кар'єрі.

40. Я завжди хотів заснувати і побудувати власний бізнес.

41. Я віддаю перевагу роботі, яка не пов'язана з відрадженнями.

Висновки.

2.12. Практична робота. Бесіда «Позитивне та негативне значення конкуренції для суспільства і окремої особистості».

Дайте відповіді на питання:

Що таке конкуренція?

Запишіть в таблиці переваги і недоліки конкуренції

Переваги конкуренції	Недоліки конкуренції

Співробітництво — це

Основними перевагами співробітництва є:

Висновки.

2.13. Практична робота. Проектна діяльність «Я і мій вибір».

Зразок учнівського твору:

«Вибір майбутньої професії — відповідальний крок»

Дорослі дуже люблять питати у дітей: «Ким ти хочеш бути, коли виростеш?» Зрештою, доки дитина навчається в молодших чи середніх класах, вона може мріяти і казати: «Я хочу бути всесвітньо відомою акторкою», може просто відображати у цій відповіді своє теперішнє захоплення, яке зміниться за рік чи два. Але що дорослішими ми стаємо, то відповідальніше маємо ставитися до цього питання. І відповіді на це запитання ми маємо самі собі.

Я в жодному разі не стверджую, що знайти серйозну, справжню відповідь на питання про вибір професії — значить відмовитися від мрії, від захоплень, від бажань. Мені іноді дивно дивитися, як мої однолітки чи знайомі старшого віку забувають про те, що приносить їм насолоду, і йдуть навчатися якоїсь «престижної» спеціальності, яка має принести їм гроші. Дівчинка, яка все життя захоплювалась літературою й сама писала чудові тексти, старша сестра мого однокласника, закінчила школу і пішла навчатися на юриста. Так, ця професія може принести повагу й неабиякі статки, але ж не кожен, далеко не кожен, хто обере престижну професію, в майбутньому досягне успіху. І навіть у творчих, нібито неприбуткових спеціальностях, справжні фахівці досягають і поваги, і престижу, і гідної нагороди за свій талант, за цілеспрямованість, енергію.

Саме тому, обираючи професію, я думала не тільки про те, що зараз модно робити, у яких галузях статистика зарплат найвища, а й про те, до чого лежить серце, де я бачу себе, до чого маю хист. На моє щастя, моя родина підтримує мене в такій стратегії вибору й називає таке ставлення по-справжньому дорослим. Остаточного щось вирішувати ще не час, адже я навіть не завершила навчання в школі, але здійснила дуже відповідальний крок, мабуть, найбільш відповідальний — вибрала майбутню професію.

Понад усе я мрію стати дизайнером інтер'єрів. Ця професія здається мені майже ідеальною: у ній я можу поєднати своє творче мислення із бажанням створювати щось реальне, якийсь справжній «продукт», що стане у пригоді людям.

Навіть в молодшій школі я — звісно, із дитячою наївністю — намагалася прикрасити свою кімнату, мені подобались оригінальні меблі, я звертала увагу на кольори, вигадувала фантастичні інтер'єри, що відповідали сюжетам казок чи кінофільмів. Із плином часу мій підхід

до цього змінився: звісно, я вже не мрію жити у кімнаті, яка була б схожою на космічний корабель чи імітувала б морське дно з казки про Русалоньку, яку я так любила в дитинстві. Зараз я вже подорослішала і розумію, що кімната, спальня, вітальня мають бути спочатку зручні, практичні, а вже потім — красиві, проте я все одно не припинила фантазувати, вигадувати, колекціонувати ідеї. Я радію, коли друзі чи батьки радяться зі мною щодо якоїсь речі чи елемента меблів. Поки що переді мною лежить довгий шлях освіти та професійного вдосконалення, але я вірю, що буду гарним фахівцем у цій галузі.

Зрештою, найголовніше для мене — не переваги обраної професії: я вже багато разів думала про це й дійшла остаточного висновку, що мій вибір — для мене найкращий. Головне, що мені хотілося б донести до моїх однолітків та й просто розповісти про себе, — це принципи вибору. Не треба нехтувати мрією заради «престижу» — це примара, адже тільки в тій галузі, де ти маєш хист, до якої лежить серце, ти станеш успішним. Не треба нехтувати власними мріями, уподобаннями, бажаннями. Дослухатися до порад оточуючих, звісно, варто, але остаточне слово у виборі професії має лишатися за самою людиною. Адже вибір професії — це фактично вибір життєвого шляху, це надзвичайно відповідальний крок. І цей крок усі ми робимо саме зараз, перед завершенням школи. Тож прислухаймося до себе, до своїх емоцій та інтуїції. Хай вибір професії не буде помилковим і принесе не тільки успіх, й щастя, задоволення і духовний розвиток.

2.14. Практична робота: Побудова власного професійного маршруту в сфері професій.

Складання плану власного професійного становлення

Бажана професія	
Шляхи отримання професії	
Проходження курсів, факультативів, тренінгів	
Отримання професійного досвіду	

Професійна діяльність	
Професійне зростання	

Примітки

2.15. Практична робота. Складання професійного резюме.

Завдання. Складіть своє резюме за поданим прикладом.

Резюме

Савченка Миколи Григоровича

м. Київ, просп. Героїв Сталінграду, буд. 44, кв. 21

тел. 555-55-55, e-mail: petro@ukr.net , дата народження — 12.12.1981 р.

Мета	Заміщення вакантної посади менеджер з продажу
Досвід роботи	ТОВ «Рекламобуд» жовтень 2004 — Менеджер з продажу спілкування з клієнтами, пошук нових клієнтів, супровід продажів; березень 2002 — вересень 2004 — Помічник менеджера з продажу; спілкування з клієнтами по телефону, підготовка документів, зустріч клієнтів в офісі; жовтень 2001 — березень 2002 — Кур'єр, доставка документів клієнтам, компанії, виконання дрібних доручень ТОВ «Ділові люди»; червень 2000 — жовтень 2001 — Секретар на телефоні, спілкування по телефону з клієнтами компанії, приймання факсів, підготовка документів.
Освіта	вересень 1998 — липень 2002 Київський Державний Університет ім. Т. Г. Шевченка, факультет ґрунтознавства, червоний диплом

Мета	Заміщення вакантної посади менеджер з продажу
Професійні навички і знання	Windows, MS Office, Internet – досвідчений користувач. Знання програм 1С, «Галактика», «Парус», великий досвід продажів, супроводу угод, підготовки документів
Сертифікати	сертифікат MSCE (виданий 02.02.2004) спеціаліст по роботі з програмою «1С-Бухгалтерія»
Публікації	ряд статей в журналі «Реклама», участь у підготовці збірника
Знання мов	англійська, вільно
Нагороди	переможець конкурсу «Кращий менеджер з продажу 2012», лауреат конкурсу «Продавець 2011 р.»
Інше	Не палю, одружений, є воїнські права, можливі відраження. Хобі – спорт, читання, театр

Резюме

Мета	
Досвід роботи	
Освіта	
Професійні навички і знання	
Сертифікати	
Публікації	
Знання мов	
Нагороди	
Інше	

10 порад як правильно написати успішне резюме

1. Визначте мету вашого резюме. Як тільки Ви це зробите, то зможете адаптувати резюме відповідно до цієї мети. Якщо ж Ви почнете писати своє резюме не маючи точної мети, воно буде виглядати не зовсім привабливо для тих, хто його читатиме. Подумайте трохи перед тим, як починати писати – щоб точно визначити свої потреби.

2. Думайте про Ваше резюме як про маркетинговий інструмент. Думайте про себе як про продукт, про потенційних роботодавців — як про своїх покупців, а про резюме — як про рекламну брошуру. Подивіться на себе з цієї точки зору. Які Ваші особливості і яку користь Ви можете принести? Що робить Вас унікальним? Переконайтеся, що включили цю інформацію до свого резюме.

3. Використовуйте резюме в першу чергу щоб домогтися співбесіди, а не отримати зразу роботу. Мета Вашого резюме — зацікавити роботодавця, щоб він захотів поспілкуватися з Вами.

4. Частіше використовуйте у Вашому резюме короткі пропозиції. Вони роблять текст більш легким для сприйняття. Будьте лаконічним та точним.

5. Грайте в «дзеркало». Перегляньте ще раз оголошення про роботу, яка Вас цікавить. Використовуйте фрази, з яких воно складається, для досягнення своєї мети. Якщо Ви пропустили які-небудь ключові слова, обов'язково додайте їх у текст свого резюме.

6. Використовуйте вузькоспеціалізовані слова. Якщо Ви знаєте слова, здатні показати Вашу компетентність у специфічній області — використовуйте їх у своєму резюме.

7. Покажіть, що Ви знаєте та вмієте.

8. Покажіть, кого Ви знаєте. Якщо Ви знайомі з кимось, хто має вплив, наприклад, віце-президентом або головою управління, керівником відділу органу влади тощо, вкажіть це у своєму резюме. Згадка про такі знайомства викликає в читача почуття Вашої значимості. Проте краще, наприклад, вказати назву спільного успішного проекту чи результат співпраці, або ж розроблену ініціативу, щоб розумно демонструвати це знайомство.

9. Пишіть резюме так, щоб воно легко читалося. Пам'ятайте, резюме переглядають швидко. Допоможіть читачеві зробити це більш ефективно і з економією часу. Виділяйте основне жирнішим шрифтом.

10. Надсилайте своє резюме потенційним роботодавцям, адаптовуючи його до можливої посади. Наберіться сміливості, щоб відправити своє резюме. Намагайтеся влаштуватися на вакансії, які вимагають навичок, вище Ваших. Саме так Ви виросте — ризикуючи. Вірте в себе. Вірте в процес. Успіхів Вам у пошуках!

2.16. Практична робота. Складання основного і резервного професійних планів.

**Компоненти особистого професійного плану
(за М. Пряжніковим)**

1. Усвідомлення цінності чесної праці (морально-ціннісна основа самовизначення).
2. Усвідомлення необхідності професійної освіти після школи.
3. Загальне орієнтування в соціально-економічній ситуації в країні й прогнозування її зміни.
4. Знання світу професійної праці (макроінформаційна основа самовизначення).
5. Виділення далекої професійної мети (мрії) і її узгодження з іншими важливими життєвими цілями.
6. Виділення найближчих і ближніх професійних цілей (як етапів і шляхів до далекої мети).
7. Знання конкретних обраних цілей: професій, навчальних закладів, місць роботи (мікроінформаційна основа вибору)
8. Уявлення про свої можливості й недоліки, що можуть вплинути на досягнення поставлених цілей.
9. Уявлення про шляхи подолання своїх недоліків (і про шляхи оптимального використання своїх можливостей).
10. Уявлення про зовнішні перешкоди на шляху до цілей.
11. Знання про шляхи подолання зовнішніх перешкод.
12. Наявність системи резервних варіантів вибору (на випадок невдачі по основному варіанту).
13. Уявлення про зміст своєї майбутньої професійної праці.
14. Початок практичної реалізації особистого професійного плану.

Висновки з обговорення і підведення підсумків.

2.17. Практична робота. Вправи на розвиток протидії соціальному тиску.

Вправа «Який Я?»

Висновок після виконання вправи:

Висновки уроку (пропишіть які навички протидії соціальному тиску притаманні Вам):

2.18. Практична робота. Вправа «Розбіжності». Рольові ігри.

Рольові ігри

Вправа: «Конфронтація»

Пояснення до вправи «Конфронтація».

1. Конструктивна конфронтація — це добре продумана спроба допомогти іншому змінити свою поведінку на більш корисну і відповідну його природі.

За допомогою конструктивної конфронтації Ви можете показати близькій людині її сильні сторони і творчі можливості або слабкі місця та недоліки. Дійте згідно з правилом: щоб людина змінилася на краще

— допомогу їй треба будувати на її перевагах, вірі у можливість позитивних змін. Зосередження на недоліках призводить до негативного ставлення до себе, розчарувань. Навіть якщо поведінка Вашого приятеля має негативні наслідки, можна продемонструвати йому невикористані резерви.

Ви також можете приступити до конфронтації, коли бачите розбіжність між тим, як людина думає про себе і як вона виглядає у Ваших очах. Дуже часто людина помиляється щодо впливу на поведінку інших або недооцінює свої позитивні якості і можливості.

Щоб конфронтація була успішною, треба оволодіти вмінням активного слухання, надання зворотного зв'язку.

2. У вправі «Конфронтація» особа А проводить конфронтацію, особа Б — та особа, з якою проводиться конфронтація. Особа В — спостерігач. Особа А проводить конфронтацію так правдиво, як це можливо, використовуючи відповідні вміння, особа В слідкує, наскільки це йому вдається. Після закінчення особа А отримує зворотну інформацію від особи В — що їй вдалося, а що ні.

3. Ситуації:

Б часто критикує поведінку інших осіб.

Б часто поводить себе у групі несміливо.

Б не вміє поводити себе за столом, часто невдало втручається у розмови інших.

Б сміється над проблемами.

Б виказує іншим надмірну сердечність.

Б справляє враження такого ніжного і тендітного, що з ним просто неможливо спілкуватися.

Висновки з обговорення і підведення підсумків.

2.19. Практична робота. Вправи на розвиток навичок розв'язання конфліктів поглядів та інтересів.

Вправи «У кінотеатрі», «День народження у сусідів» Пояснення до вправ «У кінотеатрі», «День народження у сусідів».

Незалежно від поведінки іншої людини ми можемо опанувати неприємну ситуацію, не втрачаючи своєї гідності. Для цього можна використати процедуру поетапної реакції, яка складається з наступних етапів.

1. Інформування. На даному етапі ми інформуємо, як на нас впливає поведінка іншого. Як вже було сказано, люди часто заважають іншим,

не усвідомлюючи цього. Коли вони дізнаються, що заважають, то часто змінюють свою поведінку, якщо не хочуть бути неприємними.

2. Вираження почуттів. Якщо хтось не змінює своєї поведінки, незважаючи на поінформованість, тоді я виражаю своє незадоволення. Я роздратований і тому говорю голосніше і рішучіше.

На цьому етапі з'ясовується, чи готова людина змінити поведінку. Якщо, незважаючи на інтенсивність незадоволення, вона не змінює її, тоді я можу зосередитись і подумати, що можна зробити, щоб змінити дану ситуацію.

3. Повідомлення про «тили». Якщо хтось знає, що заважає мені, бачить, що я розгніваний, але не змінює своєї поведінки, тоді я інформую його про те, що збираюся зробити, якщо він і надалі буде продовжувати. На цьому етапі я використовую тили. Тили — це те, що я можу зробити, щоб припинити неприємну для мене ситуацію. Це вид мого захисту від безпорадності. Використання тилів відрізняється від погрози тим, що його метою є не покарання людини, а захист власних прав. У звичайних взаєминах ми не часто використовуємо допомогу правоохоронців, чи осіб, що слідкують за порядком. Найчастіше, якщо чиясь поведінка заважає мені, то я просто можу відмовитися від спілкування з такою людиною на деякий час, а може і взагалі. Наприклад, я можу сказати колезі, який постійно «підколює» мене: «Якщо ти будеш мене ображати, я просто перестану з тобою товаришувати».

4. Використання тилів. Якщо ситуація не змінюється, я виконую те, що обіцяв. Важливо вибирати тили, які реально можна використати.

Частою помилкою є реагування з надмірною інтенсивністю, без використання процедури поетапного вираження злості. Якщо навіть зміст ваших речень є толерантним і Ви не порушуєте прав іншого, але інтенсивність реакції все ж є надмірною, це може загострити конфліктну ситуацію, бо це викликає опір у Вашого партнера.

Надмірна інтенсивність переживання породжується почуттями безсилля і очікуванням неможливості домовитись з опонентом.

Висновки з обговорення і підведення підсумків.

2.20. Практична робота. 1. Дослідження розвитку нахилів особистості до спілкування. 2. Дискусія на тему: «Що означає мати здібності до спілкування?»

Широко відомі слова Антуана де Сент-Екзюпері: «Єдина справжня розкіш — це розкіш людського спілкування».

Але для деякого ця розкіш перетворюється на муку (якщо людина надто сором'язлива і невпевнена в собі). Зустрічаються і «генії» у спілкуванні — люди, які в тій чи іншій ситуації інтуїтивно знаходять правильні прийоми контакту.

Тест

для перевірки ступеня комунікабельності людини

Кожна відповідь «так» оцінюється в 2 бали, «іноді» — 1, «ні» — 0.

1. Завтра у Вас побачення. Ви поспішно думаєте про нього, можливо, довго не можете заснути?

2. Ви приїхали у чуже місто, де живуть ваші родичі. Зупинилися у одного з них, інші теж знають про Ваш приїзд, і не можна не відвідати їх. Ви відкладаєте візити до останнього моменту?

3. Вас попросили виступити на зборах з повідомленням. Ви незадоволені?

4. Життя «дало тріщину»: і справи не складаються, і в коханні «прокол». Ви можете поплакатися навіть не дуже знайомій людині?

5. Настрій паршивий. А на вулиці до Вас підходить незнайомиць і просить показати дорогу. Ви відповідаєте роздратовано?

6. До старих неприємностей додалась сварка з батьками. Чи поясните Ви їм тим, що батьки і діти ніколи не зможуть зрозуміти один одного?

7. Знайомий позичив у Вас невелику суму грошей і забув про це. Нагадаєте йому про борг?

8. В ідальні Ви отримали супертвердий шніцель. Ви будете влаштувати сварку з цього приводу?

9. В електричці навпроти сидить людина, явно налаштована поговорити. Ви відповідаєте на запитання сухо, подумки відсилаючи її... в інший вагон?

10. В магазині черга — дають потрібну вам річ. Будете стояти?

11. Ваші друзі посварилися. Обидва приходять до Вас: розсудити, хто правий. Ви беретесь за роль судді з великою неохотою?

12. Ви любите Pink, а ваша приятелька вважає її вульгарною. Їй подобається фільми Тарковського, а Ви віддаєте перевагу американським комедіям. Її думку Ви категорично відхиляєте, визнаючи тільки свій смак?

13. У гардеробі Ви почули, як двоє обговорюють, що рок-зірка повісилась. А ви тільки що бачили її у прямому ефірі. Ви проінформуєте їх?

14. Приятель просить Вас перевірити твір чи задачу з алгебри. Прохання викликає у Вас незадоволення?

Тепер підрахуйте бали.

26-28 балів. Назвати Вас комунікабельним неможливо. Ви явно надаєте перевагу усамітненню, хоча самі себе за це караєте. Всі колективні справи Вас дратують, і при кожному зручному випадку Ви намагаєтесь від них ухилитися. Ясно, що це не сприяє Вашим контактам з оточуючими, які поступово віддаляються від Вас. Подумайте, може, справа не в тому, що Ви не бажаєте бути у колективі, а у Вашому небажанні йти назустріч людям.

24-25 балів. Не дуже Ви говіркий, у будь-якому разі самі розмову навряд чи розпочнете. Приятелів у Вас небагато, хоча один друг є, який пробаचाє Вам замкнутість розуміючи що це не головне. Перехід на інше місце навчання чи роботи Вас лякає — через необхідність нових контактів. Втім, буває, що захопившись справою, ви забуваєте про свою відлюдкуватість і стаєте комунікабельною людиною. Ось такий стан і прагніть підтримувати.

19-23 балів. Ну що ж, Ви достатньо комунікабельний і в незнайомій компанії почуваете себе в своїй тарілці. Нові знайомства Вас не бентежать, але це не означає, що Ви будете їх завжди продовжувати. В розмові Ви можете вільно вставити свої «п'ять копійок», однак в дискусії вступаєте рідко.

14-18 балів. У Вас з комунікабельністю все в нормі. Дякуючи допитливості Ви вислуховуєте кожного нового співрозмовника. До Ваших чеснот потрібно віднести і те, що Ви заперечуєте не гарячкуючи, не силуючи інших, а прагнете переконати. Нові контакти даються Вам легко і просто. Якщо щось Вас і дратує то це багатослівність, суєтливість, екстравагантність. Хоча і в цих випадках Ви вмієте стриматися.

9-13 балів. Так, у некомунікабельності Вас не дорікнеш. Вам не заважало б трохи зменшити допитливість, дещо менше говорити, а головне — менше висловлюватися з будь-якого приводу. Визнайте, Ви любите бути у центрі уваги. Відмовляти в проханнях Ви не вмієте, навіть коли виконати не в силах. Чому Вам не заважало б повчитися, то це ретельності і вмінню не пасувати перед труднощами. Однак якщо Ви побажаєте, то зможете себе примусити не відступати, довести почату справу до кінця.

4-8 балів. Про таких, як Ви, кажуть «свій хлопець». Спілкуватися, бути на людях — ваша потреба. Жодну справу повз себе не пропустите, особливо якщо робити нічого не треба, а тільки можна посперечатися. Вступаєте в розмову Ви обов'язково, навіть коли зовсім не уявляєте про що йде мова. Розпочати справу для вас важливіше, ніж її закінчити. Оточуючи відносяться до Вас доброзичливо, але з деяким сумнівом. Трохи більше самокритики Вам не завадило б.

З і менше. Спілкування з Вами вимагає деяких зусиль. Ваша балакучість, можливо, і не викликала б протесту, якби Ви не прагнули бути суддею в справах, на яких, правду кажучи, не дуже розумієтесь. Об'єктивність, терплячість, стриманість не належать до Ваших позитивних рис, а ось образливі Ви понад міру. Подумайте про те, що кожен характер, в тому числі і свій, можна покращити.

Тест: «Чи легко з тобою спілкуватися?»

Ти вмієш розслабитися й відчувати себе невимушено в незнайомій компанії? Як приємно бути людиною, яка вміє спілкуватися! Давай з'ясуємо, чи притаманно це тобі.

1. Тебе часто запрошують на дні народження та різні тусовки?
 - а) Та без мене жодне свято не обходиться!
 - б) Запрошують, але не дуже часто.
 - в) Ні, всі вже давно в курсі, що я терпіти не можу галасу й метушні.
2. Ти вмієш почувати себе як риба у воді серед абсолютно незнайомих людей?
 - а) Це одна з моїх найсильніших якостей!
 - б) Якщо я в гарному настрої, то це чудово вдається.
 - в) Ні, я людина взагалі-то замкнута і потайна.
3. В гостях ти раптом виявляєш, що став (ла) центром загальної уваги. Як ти при цьому відчуваєшся?
 - а) Класно! Тут узагалі все кльово!
 - б) Мені трохи ніяково, але цікаво.
 - в) Хочеться провалитися крізь землю: ну чого вони всі вчепилися в мене?!
4. Уяви собі, що вперше в житті ти опинився (лася) на сцені перед публікою. При цьому ти відчуватимеш:
 - а) Хвилювання, але це буде тільки спочатку.
 - б) Швидше за все, збентеження або навіть легкий страх.
 - в) Приємне збудження. Адже це класно — сцена!
5. Ти любиш розважати хлопців та дівчат, з якими часто спілкуєшся?
 - а) Так, мені подобається, коли всі заглядають мені до рота й чекають від мене жартів та приколів.
 - б) Усе залежить від ситуації, ну і, звісно, від мого настрою.
 - в) Ні, мене не приколює привертати до себе увагу.
6. Ти заблукав (ла) і шукаєш потрібний тобі будинок уже цілу годину! Тобі важко звернутися по допомогу до незнайомої людини?
 - а) Поки я не зрозумію, що самостійно не виберусь, ні до кого не підійду!
 - б) Я можу, але почуватимусь нездарою...
 - в) Та я взагалі не буду блукати! Просто одразу в будь-кого спитаю дорогу.
7. Чи можна про тебе сказати, що в кишеню за словом ти не полізеш?

а) Так, слова — це моя власність, і вони завжди у мене напихваті.

б) Це залежить від ситуації.

в) Ні, моя дотепність прокидається, коли розмова або суперечка вже давно скінчилася.

8. Ти познайомився (лася) з класною (им) дівчиною (хлопцем), але тобі так і не вдалось домовитися про побачення. Які у тебе думки?

а) Ще невідомо, кому пощастило! Нічого, світ клином не зійшовся на ній (ньому)!

б) Що ж, трапляються випадки, коли свято проходить повз мене...

в) Більше ніколи в житті не сподіватимусь на побачення!

Результати тесту

Запитання	Відповіді		
	а	б	в
1.	5	0	10
2.	0	10	5
3.	0	5	10
4.	10	5	0
5.	5	0	10
6.	10	0	5
7.	5	10	0
8.	10	5	10

Сума балів покаже результат.

0-25 балів. Тобі стопудово треба щось поміняти у своєму житті! У спілкуванні ти скидаєшся на відлюдкуватого Герасима, який був здатен виражати свої почуття тільки бідоласі Муму. Чому ти соромишся усміхатися, мало спілкуєшся з людьми? У тебе класна усмішка й непогане почуття гумору, тільки ж про це ніхто навіть не здогадується! Ти не даєш нікому жодного шансу познайомитися з тобою ближче... Ти занадто заглиблений(а) у себе і припиняєш будь-які спроби наблизитися до твоєї загадкової персони. Дай шанс людям, які дивляться на тебе з цікавістю!

30-60 балів. У тебе непроста вдача, можна сказати — двоїста. Часом ти поводишся сором'язливо, але інколи й сам(а) дивиєшся, як легко й природно вписуєшся в малознайому компанію. Та це буває далеко не завжди і, на жаль, дуже рідко — на твоє бажання. Ти не завжди відчуваєшся у «своїй тарілці» — як правило, тобі потрібно щось, що підштовхнуло б до розкутого спілкування.

65-80 балів. Тобочо можна захоплюватись — ти примудряєшся бути своїм(єю) серед своїх і таким(ою) же своїм(єю) серед чужих. Ти з легкістю розважаєш людей навколо, ти товариський(а), багатьом подобаєшся, на багатьох справляєш приємне враження. А найкраще те, що

це виходить у тебе легко і просто — ти надзвичайно природно й доброзичливо спілкуєшся з людьми, і через це вони тягнуться до тебе.

2.21. Практична робота. Аналіз ситуації: «Чи розуміємо ми мову жестів?», «Продемонструй стан», «Передай почуття».

Розгляньте запропоновані ситуації, подумайте і проаналізуйте, чому вони закінчилися саме з таким результатом.

а) Люди, які їдуть в транспорті в години пік, часто виглядають сумовитими, пригніченими, безрадісними, роздратованими. У них і справді поганий настрій? Чи вони слідують деяким неписаним правилам поведінки в ситуаціях, коли кожен мимоволі вторгається в особистий простір інших людей? Що це за правила? Що відбувається, коли ці правила порушуються?

б) Дівчина тільки що познайомилася з симпатичною людиною. Він виявився цікавим, дотепним співрозмовником, і вона із задоволенням слухала його кумедні історії. Посеред розмови він поклав руку їй на плече, продовжуючи дружньо посміхатися і розповідати смішний анекдот. Незабаром вони попрощалися, і хлопець виразив надію на швидку зустрінь. Але увечері, згадавши нового знайомця, дівчина зрозуміла, що не буде занадто жалкувати, якщо ніколи його більше не побачить. Чим можна пояснити таку неприязнь до привабливої людини?

Ситуаційний круглий стіл «Продемонструй стан». Методом жеребкування поділіть групу учнів на дві (три) команди. Кожна команда рекомендує учасникам другої групи продемонструвати стан людини в певній життєвій ситуації. Разом команди оцінюють і характеризують побачене.

Командна інсценізація «Передай почуття». Учасники команд демонструють людину в певній життєвій ситуації. Інша команда відгадує та оцінює побачене.

2.22. Практична робота. Вправи на розвиток навичок монологу, діалогу, дискусії, публічного виступу.

Вправа «Привітання» (3 хв.)

Мета: зняття емоційного напруження, позитивне налаштування на заняття, подолання труднощів у висловлюванні «перед публікою».

Хід вправи: У тренера в руках «чарівна паличка», яку він зі словами привітання і побажаннями на сьогодні передає будь-кому з учасників тренінгу. Той, у кого «чарівна паличка», теж передає її зі словами привітання і побажання наступному учаснику. І так продовжується доти, доки всі учасники не привітаються.

Вправа «Мікрофон» (10 хв.)

Мета: знайомство учасників тренінгу, розвиток комунікативних навичок, подолання труднощів висловлюватись «перед публікою», зняття емоційного напруження, позитивне налаштування на заняття.

Хід вправи: учасникам тренінгу пропонується продовжити речення:

- Якби мій настрої мав колір, то він би був...
- Якби мій настрої міг звучати, то він би звучав, як...
- Якби мій настрої оцінити за 10-бальною шкалою, то він відповідав би...

Замість мікрофона використовуємо маркер.

Висловлюються всі учасники тренінгу.

Очікування учасників тренінгу (5 хв.)

Учасникам роздаються стікери, на яких вони пишуть свої очікування від заняття (кожне побажання на окремому стікері) і наклеюють на верхню частину піщаного годинника, який намальовано на заздалегідь підготовленому ватмані.

Перед тим, як наклеїти аркуш, кожен вголос зачитує свої очікування.

Гра-розминка «Град» (5 хв.)

Мета: зняття емоційної та м'язової напруги, підвищення згуртованості групи.

Хід вправи:

Учасники стають у коло. Тренер пропонує їм пригадати, як іде дощ, а за ним град, і почати разом з тренером — повільно тупотіти то однією, то іншою ногою, імітуючи падання градин. Поступово ритм градин доводиться до дуже швидкого, а потім, теж поступово, тушіт припиняється.

Вправа «Електропотяг» (20 хв.)

Мета: навчити педагогів приймати і передавати невербальну інформацію, формувати мімічну та пантомімічну виразність.

Хід вправи: тренер пропонує учасникам об'єднатися в пари і стати один навпроти одного.

Уявіть, що Ви і Ваш партнер їдете в різних вагонах електропотягу. Вам потрібно йому щось повідомити, але Вас не чути через товсте скло та шум потягу. Спробуйте передати те, що хотіли, за допомогою міміки та пантоміміки, і одержіть відповідь.

Потім учасники тренінгу міняються ролями.

Рефлексія: що було важче, донести чи сприйняти інформацію?

Вправа «Імітація» (10 хв.)

Мета: розвивати невербальне мовлення, перцептивні та експресивні здібності, зняти м'язове напруження.

Хід вправи: тренер пропонує не використовуючи слів, за допомогою міміки й пантоміміки показати будь-яку професію чи дію. Один учасник імітує, а інші відгадують.

Рефлексія: які виникали труднощі під час виконання вправи?

Вправа «Поважний стільчик» (10 хв.)

Мета: розвивати комунікативні здібності, вміння презентувати себе, підвищувати самооцінку.

Хід вправи: перед колом ставиться стільчик. Тренер пояснює учасникам, що це шановний і поважний стільчик. Той, хто сідає на цей стільчик, з почуттям гідності і самоповаги продовжує речення: «Сьогодні я пишаюсь...»

Всі учасники тренінгу сідають на стільчик і висловлюються.

Рефлексія: як почувались під час виконання вправи? Як Ви думаєте, навіщо ми виконували цю вправу?

Вправа «Сунична галявина» (10 хв.)

Мета: швидке зняття втоми, відновлення працездатності.

Хід вправи: тренер пропонує учасникам:

Сядьте зручно на стілець. Закрийте очі, прийміть зручну позу. Зробіть декілька глибоких вдихів і видихів. Після цього уявіть собі суничну галявину так, ніби вона перед вами. Суниці дозріли, вони навколо вас скрізь. Галявина схожа на зелений килим, оздоблений червоними коштовностями, на якому яскравим блиском світяться маленькі крапельки роси. Побудьте на цій суничній галявині. Відчуйте пахощі цвітіння лісових трав. Скуштуйте свіжої ароматної суниці. Робіть на галявині те, що вам хочеться... Або нічого не робіть, просто побудьте там скільки вам захочеться...

Рефлексія: після повернення з галявини поділіться своїми враженнями.

Вправа «Подарунок» (10 хв.)

Мета: вчитися приймати і передавати невербальну інформацію, формувати мімічну та пантомімічну виразність.

Хід вправи: кожний учасник тренінгу робить подарунок своєму сусідові ліворуч (за годинниковою стрілкою). Подарунок потрібно зробити мовчки, за допомогою міміки і жестів. Той, хто отримує подарунок, намагається зрозуміти, що йому дарують. Коли всі отримують подарунки, учасники висловлюються, які подарунки вони одержали. Якщо учасник тренінгу не може сказати, що йому подарували, відгадує група.

Рефлексія: що дає нам виконання цієї вправи?

Супервізія заняття (5 хв.)

Тренер пропонує учасникам взяти «мікрофон» і висловитись, чи їх очікування здійснились, чи ні, продовжуючи речення: «Мені було цікаво відкрити для себе...» Якщо очікування здійснились, то стікери з верхньої частини піщаного годинника учасники опускають вниз.

Висновки.

2.23. Практична робота. Вправа «Як скласти резюме»,
Рольова гра «Як пройти інтерв'ю».

Вправа «Як скласти резюме»

1. Прізвище, ім'я та по батькові:

2. Особисті данні (дата народження, адреса проживання, контактний телефон, електронна адреса, сімейний стан):

3. Бажана посада:

4. Освіта (надається в зворотному хронологічному порядку):

5. Досвід роботи (надається в зворотному хронологічному порядку, із зазначенням посади, основних функцій та досягнень):

6. Додаткова інформація (цей пункт може включати все, що дає переваги претенденту на вакантну посаду, наприклад: знання мов, наявність водійських прав, участь у громадській діяльності, участь у тренінгах, проходження курсів підвищення кваліфікації, хобі, тощо):

7. Стисла характеристика особистісних якостей та вмінь:

Рольова гра «Як пройти інтерв'ю»

Запишіть до таблиці бажані й небажані прояви поведінки претендента на вакантну посаду під час інтерв'ю.

Справляє позитивне враження	Справляє негативне враження

Висновки.

2.24. Практична робота. Вправи на розвиток навичок ефективного спілкування.

Вправа на розвиток навичок встановлювання первинного контакту з незнайомою людиною

Висновки після виконання вправи:

Вправа «Вміння слухати»

Висновки після виконання вправи:

Вправа «Комплімент»

Висновки після виконання вправи:

Загальні висновки уроку.

2.25. Практична робота. Вправи на розвиток навичок співпереживання.

Вправа «Неконгруентні емоції»

Висновки після виконання вправи:

Вправа «Як Я допомагаю іншим?»

Висновки після виконання вправи:

Загальні висновки уроку.

2.26. *Практична робота.* Вправи на розвиток навичок асертивної поведінки.

Інструкція. Коли людина вважає, що її права, почуття чи потреби проігноровані або порушені іншими, то вибирає один з трьох видів поведінки: пасивну, агресивну або асертивну.

Асертивна поведінка (англ. Assert — «наполягати на своєму») — поведінка, що поєднує внутрішню силу та чемність до оточуючих. Це здатність в ситуації зовнішнього тиску коректно відстоювати свої інтереси і свою лінію поведінки, спокійно говорити «ні» тому, що не влаштовує людину і продовжувати в соціально прийнятній формі ефективно наполягати на своїх правах. Це вміння постояти за себе в міжособистісних стосунках, захищати свої права, поважаючи права інших. Відсутність асертивності може перешкодити людині досягти мети і знизити самооцінку.

Пасивна поведінка — це небажання висловлювати свою думку, показувати свої почуття або приймати на себе відповідальність за свої дії. Люди можуть вести себе пасивно, тому що вони бояться покарання за свої дії, не впевнені у своїх знаннях або з інших причин. Незалежно від їх мотивації, замість того щоб спробувати вплинути на поведінку інших, вони підпорядковуються їхнім вимогам, навіть коли це створює їм незручності, не відповідає їх інтересам або обмежує їхні права.

Агресивна поведінка — нападки на опонента без урахування ситуації і почуттів, потреб або прав об'єкта нападок. Агресивність не можна плутати з асертивністю. Агресивна поведінка, на відміну від асертивної, неетична. Агресори намагаються досягти своїх цілей, не рахуючись з потребами, правами або почуттями інших.

Асертивна поведінка означає вміння ефективно постояти за себе в міжособистісних стосунках. Різниця між асертивною, пасивною та агресивною поведінкою полягає не в почуттях, що стоять за реакцією людини, а в способі її реагування на події. Важливо усвідомлювати, що асертивність не завжди приводить до досягнення цілей. Деякі люди будуть сприймати будь-яку асертивну поведінку як агресивність. Не дуже впевнені в собі люди часто не в змозі оцінити той факт, що потенційні вигоди переважають можливий ризик. Зазвичай, поведінка людини показує іншим людям, як потрібно з нею поводитись. Коли людина пасивна, тобто коли вона привчила інших людей до того, що можна не рахуватися з її почуттями, вони будуть продовжувати поводити себе таким же чином. Якщо зазвичай людина веде себе агресивно, цим вона привчає оточуючих її людей відповідати їй у тому ж дусі.

Запитання для обговорення:

1. Як Ви себе почували у своїй ролі?
2. Чи приємно Вам було спілкуватися з...?
3. Який стиль спілкування Вам сподобався більше? Чому?

Висновки.

2.27. Практична робота. Проектна діяльність «Моя професія — моє майбутнє».

Створення проектів має розпочатися не пізніше ніж за місяць до захисту. Спочатку необхідно обрати тему для проекту на захист професії. Наприклад, це можуть бути наступні теми: «Моя майбутня професія», «Хочу бути менеджером», «Моє покликання — бути вчителем» тощо.

Проект має містити наступні елементи:

1. Значимість відповідної професії для суспільства. Перспективи її подальшого розвитку.

2. Який характер і зміст праці відповідної професії, якими знаряддями праці користуються представники професії, які основні операції вони виконують?

3. Якими особистими якостями, рисами характеру, здібностями необхідно володіти представникам відповідної професії?

4. Які вимоги професія висуває до здоров'я людини?

5. Порівняти вимоги професії до людини зі своїми можливостями і зробити висновок про їх відповідність.

6. Визначити, чому саме ця професія, в найбільшій мірі підходить Вам?

7. Де саме можна опанувати обраною професією?

8. Що Ви робите, щоб краще підготуватися до оволодіння цією професією?

Для презентації проекту під час самого захисту Вам надаватиметься 5-7 хв. За цей час необхідно охарактеризувати особливості професії і довести, що Ви відповідаєте її вимогам.

Після Вашого виступу слово надається опоненту.

Для кожного учня призначається один опонент — супротивник у дискусії. У якості опонента можуть виступати однокласники, учні старших класів, представники професії, вчителі. Головне завдання опонента полягає в тому, щоб дати критичну оцінку виступаючому-претенденту на право бути представником обраної професії — і зробити висновок про доцільність вибору визначеної спеціальності.

У своєму виступі опонент має висвітлити:

- а) чи розкрито зміст професії;
- б) наскільки обґрунтоване рішення про придатність до професії;
- в) дати оцінку засобам підготовки до вибору професії;

г) дати поради виступаючому з підготовки до опанування обраною професією.

2.28. Практична робота. Індивідуальні консультації.

Діагностична анкета

Визначення рівня розвитку професійних планів старшокласників

Інструкція. Дайте коротку відповіді на запитання. У більшості питань при Вашому позитивному ставленні до запропонованого твердження достатньо поставити «+».

Шифр _____

Дата заповнення _____

1. Ви вже обрали професію? _____
- 1.1. У якому класі Ви обрали професію (остаточно) _____
- 1.2. Чи були зміни у Вашому виборі (попередньому) _____
- 1.3. Яка ступінь твердості Вашого рішення (за п'ятибальною системою) _____

1.4. Досі не обрав професію _____

2. Яку професію Ви вирішили обрати? _____

3. Якими мотивами Ви керувалися, обираючи професію?

Соціальні мотиви

- 3.1. Своєю працею сприяти процвітанню країни _____
- 3.2. Приносити користь людям _____
- 3.3. Робити власний внесок у перетворення суспільства _____
- 3.4. Зайняти гідне місце у суспільстві _____
- 3.5. Мати престижну професію і місце роботи _____
- 3.6. Мати широке коло спілкування _____
- 3.7. Бути корисним іншим _____

Практичні мотиви

- 3.8. Оволодіти знаннями, уміннями у обраній професії _____
- 3.9. Мати цікаву роботу _____
- 3.10. Стати майстром своєї справи _____
- 3.11. Займатися творчою діяльністю _____
- 3.12. Мати диплом про вищу освіту _____
- 3.13. Бути матеріально забезпеченим _____
- 3.14. Постійно вчитися новому _____

Особисті мотиви

- 3.15. Одержувати задоволення від діяльності _____
- 3.16. Досягнути високих професійних результатів _____
- 3.17. Бути впевненим у собі _____
- 3.18. Поважати самого себе _____
- 3.19. Бути не гірше інших _____
- 3.20. Почувати себе незалежним _____
- 3.21. Бути впевненим у своєму майбутньому _____

4. Є у Вас родичі або друзі, що працюють у обраній Вами професії? ____
5. З ким Ви спілкувалися про обрану Вами професію?
- 5.1. З учителем _____
- 5.2. З батьками _____
- 5.3. З ровесниками _____
- 5.4. Із дорослими, які мають цю професію _____
- 5.5. Ні з ким _____
6. На Вашу думку, хто найбільше вплинув на Ваш вибір професії?
- 6.1. Батьки _____
- 6.2. Вчителі _____
- 6.3. Дорослі представники цієї професії _____
- 6.4. Товариші _____
- 6.5. Хтось інший _____
- 6.6. Ніхто не вплинув _____
7. Чим Ви думаєте займатися після закінчення школи?
- 7.1. Піду працювати (сфера трудової діяльності) _____
- 7.2. Буду далі навчатися (технічний ліцей, ВНЗ) _____
- 7.3. Буду поєднувати роботу з навчанням (яку роботу з яким навчанням?) _____
-
- 7.4. Не знаю, чим буду займатися _____
8. Як Ви вже сьогодні готуєтесь до обраної професії?
- 8.1. Працюю над розвитком системних знань (відвідую підготовчі курси для вступу у вищій чи спеціальний навчальний заклад чи займаюсь самоосвітою) _____
- 8.2. Вивчаю літературу (художню, довідкову, науково-популярну, спеціальну) _____
- 8.3. Додатково хотів би відвідувати факультативні курси (якого напрямку?) _____
- 8.4. Намагаюсь виховувати в собі загальні позитивні якості (працелюбність, самостійність у праці, наполегливість тощо) _____
- 8.5. Намагаюсь виховувати в собі необхідні спеціальні якості особистості _____
- 8.6. Намагаюсь спілкуватися з представниками різних професій _____
- 8.7. За можливості намагаюсь набути відповідних професійних умінь та навичок _____
- 8.8. Ніяк не готуюсь _____
9. Чи знаєте Ви, що до обрано Вами професії є близькі, споріднені з нею, якими Ви могли б оволодіти? Якщо знаєте, назвіть їх: _____
-
10. Чи відомі Вам вимоги, які висуває обрана професія до стану здоров'я людини? _____

11. Ваш стан здоров'я відповідає вимогам до стану здоров'я, які висуваються у обраній професії? _____

12. Як вам краще працювати?

12.1. Індивідуально _____

12.2. У групах не чисельного складу _____

12.3. У великій групі _____

12.4. Байдуже _____

13. Ким би ви хотіли бути у професійній групі?

13.1. Виконавцем _____

13.2. Організатором _____

13.3. Байдуже _____

14. Назвіть по одній професії у кожній з наступних систем відносин:

14.1. Людина-людина _____

14.2. Людина-техніка _____

14.3. Людина-природа _____

14.4. Людина-знакова система _____

14.5. Людина-художній образ _____

14.6. Важко відповісти _____

15. Назвіть декілька шкільних предметів, знання яких необхідні для успішного оволодіння професією, що Ви хотіли б обрати: _____

16. Що приваблює Вас у обраній професії?

16.1. Умови праці _____

16.2. Сам процес праці _____

16.3. Висока матеріальна забезпеченість _____

16.4. Рухлива робота, нові враження _____

16.5. Спокійна робота _____

16.6. Підвищена відповідальність _____

16.7. Самостійне прийняття рішень _____

16.8 Виникнення складних або навіть небезпечних ситуацій _____

16.9. Робота з людьми _____

16.10. Можливість творчої діяльності _____

16.11. Часті відрядження, поїздки _____

16.12. Можливість що-небудь створювати власними руками _____

16.13. Робота на свіжому повітрі _____

16.14. Романтика професії _____

16.15. Корисність праці (результату) _____

16.16. Незалежність у роботі _____

16.17. Перспективність (професійний ріст, просування) _____

16.18. Близькість до місця проживання _____

16.19. Інші чинники _____

17. Чи прогнозуєте Ви можливу протидію тих чи інших життєвих обставин чи людей на шляху набуття професії? _____

18. Чи є у Вас резервні професійні плани (на випадок якщо обставини унеможливають реалізацію основного професійного плану)? _____

ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Абашкина Е. Б. О теориях лидерства в современной политической психологии / Е. Б. Абашкина, Ю. М. Косолапова // США: экономика, политика, идеология. — 1993. — № 4. — С. 13-21.
2. Аверин В. А. Психология детей и подростков / В. А. Аверин. — СПб.: Изд-во В. А. Михайлов, 1998. — 379 с.
3. Акмеологія з основами психології кар'єри: Навчальний посібник / уклад. О. М. Гавалешко, В. В. Пасніченко, Т. А. Кривко. — Чернівці: Рута, 2004. — 84 с.
4. Альтруїстично-егоїстичні цінності молоді в сучасній Україні // Наукові праці: збірник. — Миколаїв: Вид-во МФ НаУКМА, 2001. — Т. 12: Політичні науки. — С. 72-74.
5. Андреева И. В. Социально-психологические проблемы труда и менеджмента: учебн. пособ. / И. В. Андреева. — СПб.: из-во СПбГУЭФ, 2001. — 79 с.
6. Анцупов А. Я. Словарь конфликтолога / А. Я. Анцупов, А. И. Шепилов. — СПб.: Питер, 2006. — С. 78.
7. Барабаш Ю. Г. Психолого-педагогічні основи вибору професії: навч. посіб. / Ю. Г. Барабаш, Р. О. Позінкевич. — Луцьк: РВВ «Вежа» Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2003. — 201 с.
8. Бацевич Ф. С. Основи комунікативної лінгвістики: підручник. / Ф. С. Бацевич. — К.: Академія, 2004. — 344с.
9. Бендюков М. А. Ступени кар'єри: азбука профориєнтації / М. А. Бендюков, І. Л. Соломін. — СПб.: Речь, 2006. — С. 99-100.
10. Бех І. Д. Особистісно зорієнтоване виховання: наук. метод. посібник / І. Д. Бех. — К.: ІЗМН, 1998. — 240 с.
11. Бех М. І. Формування образу «Я — майбутній професіонал» у старшокласників у процесі професійної орієнтації: дис. канд. пед. наук: спец. 13.00.07 «Теорія і методика виховання» / М. І. Бех. — К., 2010. — 229 с.
12. Бодалев А. А. Как становятся великими или выдающимися — это акмеология тоже должна исследовать / А. А. Бодалев. — М.: Российское психол. общество. Российский государственный социальный университет, 2004. — С. 45.
13. Відомості Верховної Ради України. — № 17-18. — 2004. — С. 250.
14. Відомості Верховної Ради України. — № 32. — 1998. — С. 215.
15. Врублевская М. М. Профориєнтаційна робота в школі: Методические рекомендации / М. М. Врублевская, О. В. Зыкова. — Магнитогорск: МаГУ, 2004. — С. 9-13.
16. Выготский Л. С. Педология подростка / Л. С. Выготский // Собр. соч.: в 6-ти т., Т. 4. Детская психология. — М.: Педагогика, 1984. — С. 5-242.
17. Галкіна Н. П. Роль ціннісних орієнтацій у професійному становленні особистості / Н. П. Галкіна // Наука і освіта. — 2007. — № 8/9. — С. 26-28.
18. Гендерний прояв альтруїзму-егоїзму // Вісник Одеського національного університету. — Т. 7. — 2002. — Вип. 3. — С. 4-7. — (Серія «Психологія»).
19. Герасімова Н. Є. Конфліктологія. Практикум / Н. Є. Герасімова. — Черкаси: Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2008. — С. 83.
20. Голошук С. Л. Реалізація невербальних засобів спілкування у спонукальному дискурсі / С. Л. Голошук // Вісник СумДУ. Серія Філологія. — Суми, 2007. — № 1. — Т. 2. — С. 154.

21. Гончаренко Н. В. Гений в искусстве и науке / Н. В. Гончаренко. — М. : Искусство, 1991. — 432 с.
22. Готовність учня до профільного навчання / Упоряд. В. Рибалка; За заг. ред. С. Максименка, О. Главник. — К. : Мікрос-СВС, 2003. — 112 с.
23. Григорьева Т. Г. Основы конструктивного общения : практикум / Т. Г. Григорьева. — М. : Совершенство, 1997. — 116 с.
24. Дебати і диспут: спільне і відмінне [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://www.student-works.com.ua/kursovi/Mova/1155.html>
25. Долгіх Л. Кар'єрні домагання як суб'єктивний механізм професійної самореалізації / Л. Долгіх // Соціальна психологія. — 2005. — № 2. — С. 64.
26. Зайцева О. М. Профорієнтаційний супровід професійної кар'єри (на прикладі досвіду Федеративної Республіки Німеччина) : [сучас. підходи в наданні профорієнтац. послуг різним категоріям населення] / О. М. Зайцева // Вісн. Глухів. держ. пед. ун-ту. Сер. : Пед. науки. — Глухів, 2007. — Вип. 9. — С. 111-114.
27. Закон України «Про державну службу» зі змінами і доповненнями // Держ. служба в Україні: Бюл. законодавства і юрид. практ. України. — Вип. 1. — К., 2002. — С. 19.
28. Закон України про охорону праці [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/2694-12>.
29. Зеер Э. Ф. Профорієнтація: теорія і практика : учебное пособие / Э. Ф. Зеер, А. М. Павлова, Н. О. Садовников. — М. : Академический проект, 2006. — 192с.
30. Зимбардо Ф. Социальное влияние / Ф. Зимбардо, М. Ляйпше. — СПб. : Питер, 2001. — 448 с.
31. Зязюн І. А. Естетичний досвід особи / І. А. Зязюн. — К. : Вища школа, 1976. — 174 с.
32. Зязюн І. А. Національна державна комплексна програма естетичного виховання / І. А. Зязюн // Рідна школа. — 1995. — №12. — С. 29-52.
33. Иванова Е. М. Технология психологической оценки профессионала / Е. М. Иванова // Вопросы психологии. — 1991. — №4. — С. 35.
34. Как анализировать закон? [Електронний ресурс]. — Режим доступа : http://politlist.ru/273/1416/analizirovat_zakon
35. Кибанов А. Профессиография деятельности в сфере управления персоналом / А. Кибанов, М. Ловчева // Кадровик. Кадровое делопроизводство. — 2009. — № 5. — С. 22-32.
36. Кле. М. Психология подростка / М. Кле // Пер. с фр. — М. : Педагогика, 1991. — 176 с.
37. Климов Е. А. Как выбирать профессию / Е. А. Климов. — М. : Просвещение, 1990. — 159 с.
38. Кнапп М. Л. Невербальные коммуникации / М. Л. Кнапп. — М., 1978. — 274 с.
39. Конфліктологія : Словник: поняття, категорії, терміни / М. П. Гетьманчук, П. П. Ткачук. — Львів : ЛІСВ, 2007. — 205 с.
40. Корольов Д. К. Психологічний практикум: Міжособистісна та масова комунікація : навч. посіб. / Д. К. Корольов. — Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франко, 2012. — 209 с.
41. Кравцова О. В. Сценарий блока занятий по профорієнтації «Рынок труда. Требования к профессиям» [Електронний ресурс]. — Режим доступа : http://education.ssti.ru/Doshkol_obrazovan.htm.

42. Кравченко І.Ф. Професіографія як засіб професійного самовизначення старших підлітків у сфері обслуговування : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Інститут педагогіки АПН України. — К., 1999. — 225 с.
43. Крейдлин Г.Е. Невербальная семиотика. Язык тела и естественный язык / Г.Е. Крейдлин. — М., 2002. — 245 с.
44. Кривцун О.А. Эстетика : учебник / О.А. Кривцун. — М. : Аспект Пресс, 2000. — 434 с.
45. Курс по выбору «Найди себя» [Электронный ресурс] / О.А. Шипунова. — Режим доступа : <http://psixologia.59311s001.edusite.ru/p21aa1.html>
46. Кусько К.Я. Дискурс іноземної мовної комунікації: концептуальні питання теорії і практики / К.Я. Кусько. — Львів, 2001. — С. 16-19.
47. Леонтьев А.А. Психология общения / А.А. Леонтьев. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Смысл, 1997. — 365 с.
48. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность / А.Н. Леонтьев. — М. : Политиздат, 1975. — 304 с.
49. Лернер П.С. Имиджологические аспекты профессиональной ориентации и самоопределения старших школьников / П.С. Лернер // PR в образовании. — 2008. — № 2. — С. 35-41.
50. Летягина С.К. Развитие умений и навыков эффективного общения : учебн. пособие. / С.К. Летягина. — Саратов : СГТУ, 2001. — 40 с.
51. Лист Міністерства аграрної політики України від 25.11.2005 р. № 3718-1-10/18279.
52. Литовченко Н.Ф. Профорієнтаційний тренінг самопізнання та саморегуляції / Н.Ф. Литовченко. — Ніжин : НДПУ, 2002. — 72 с.
53. Маркова А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. — М., 1996. — 308 с.
54. Маршавін Д. Світ праці : Робочий зошит з професійної орієнтації молоді, захисту її прав у трудовій сфері та професійному навчанні / Д. Маршавін, Ю. Маршавін. — К. : ІПК ДСЗУ-ІПЕК, 2007. — С. 39-49.
55. Методика діагностики професійної спрямованості [Електронний ресурс]. — Режим доступу : http://psuhe.at.ua/publ/diagnostika_profesijnoji_sprjamovanosti/metodika_diagnostiki_profesijnoji_sprjamovanosti_osobistosti_avtor_b_bass/6-1-0-271
56. Методический кабинет профориентации [Электронный ресурс] / Г.В. Резапкина. — Режим доступа : <http://metodkabi.net.ru>
57. Миропольська М.А. Профорієнтаційні послуги в державній службі зайнятості: організаційно-психологічний аспект : [проф. орієнтація дорослих] / М.А. Миропольська // Ринок праці та зайнятість населення. — 2006. — № 2. — С. 21-24.
58. Могилевкин Е.А. Карьерный рост. Диагностика. Технологии. Тренинг / Е.А. Могилевкин. — СПб. : Речь, 2007. — 336 с.
59. Москалик Г. Особливості професійної орієнтації та самовизначення особистості в системі ринкових трансформацій / Геннадій Москалик // Вища освіта України. — 2008. — № 3. — С. 101-106.
60. Мудзыбаев К. Эгоизм личности / К. Мудзыбаев // Психологический журнал. — 2000. — Т. 21. — №2. — С. 27-39.
61. Наконечна М.М. Допомога іншому: психологічні аспекти : монографія / М.М. Наконечна. — К. : Видавничий Дім «Слово», 2012. — 184 с.

62. Нартова-Бочавер С.К. Два типа нравственной самоактуализации личности / С.К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. — 1993. — Т. 14. — №4. — С. 24-31.
63. Національний класифікатор України ДК 003:2005 «Класифікатор професій». — К. : Соцінформ, Держспоживстандарт України, 2006. — 616 с.
64. Омеляненко В.Л. Теорія і методика виховання : навч. посіб. / В.Л. Омеляненко, А.І. Кузьминський. — К. : Знання, 2008. — 415 с.
65. Опалюк О.М. Культура спілкування : навчально-методичний посібник / О.М. Опалюк, Ю.В. Сербалюк. — Кам'янець-Подільський : «МЕДОБОРИ», 2004. — 192 с.
66. Описання розповсюджених спеціальностей [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://profi.org.ua/profes/profes.shtml>.
67. Основи вибору професії [Електронний ресурс] / Н.Д. Лукаш. — Режим доступу : http://vb-school.ucoz.ua/index/osnovi_viboru_profesiji/0-134
68. Основи трудового права України : Курс лекцій / За ред. П.Д. Пилипенка. — 3-тє вид., виправл. і доп. — Львів : «Магнолія плюс», 2004. — 238 с.
69. Отич О.М. Мистецтво у змісті професійної підготовки майбутніх педагогів професійного навчання : навч.-метод. посіб. / О.М. Отич. — Полтава : ІнтерГрафіка, 2005. — 200 с.
70. Офіційний вісник України. — № 27. — 2004. — Т. 1. — С. 1789.
71. Палеха Ю.І. Іміджологія : навч. посібник / за заг. ред. З.І. Тимошенко. — К. : Вид-во Європ. ун-ту, 2005. — 324 с.
72. Пачковський Ю.Ф. Психологія підприємництва : навч. посіб. / Ю.Ф. Пачковський. — Львів : «Афіша», 2001. — С. 90.
73. Петренко В.П. Як започаткувати і розвинути власну справу : Практичний посібник підприємця / В.П. Петренко, М.О. Табахаршюк, О.В. Пасічник та ін. — Івано-Франківськ : Лілея-НВ, 1998. — С. 12-13.
74. Платонов Ю.П. Путь к лидерству / Ю.П. Платонов. — СПб. : Речь, 2006. — 348 с.
75. Побудова кар'єри : прогр. для 10-11 кл. загальноосвіт. навч. закл. / [наук. консультант І.Д. Бех ; уклад. : О.В. Мельник, Л.А. Гуцан, С.М. Дятленко та ін.] // АПН України, Ін-т проблем виховання АПН України. — К. : Мегапринт, 2007. — 34 с.
76. Професійно-діагностичний опитувальник [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://www.market-journal.com/psihupravlenie/104.html>
77. Професійна орієнтація в умовах служби зайнятості : [із книжки «Посібник з питань професійної орієнтації»] / підгот. К. Мілютіна // Психолог. — 2004. — Груд. (№ 48). — С. 17-24.
78. Професіограми і психограми професій : метод. посіб. / підгот. В.В. Снявський; відпов. за вип. В.Є. Скульська // Держ. центр зайнятості, Ін-т педагогіки і психології проф. освіти АПН України. — Кн. 9. — К. : [б. в.], 2004. — 187 с.
79. Професіографія та її місце в системі професійної орієнтації населення : реферат [Електронний ресурс]. — Електрон. дані. — [Б. м.], 2008. — Режим доступу : <http://ua.textreferat.com/referat-10729.html>.
80. Профессиональная пригодность и ПВК [Электронный ресурс] / В.Ю. Максименко. — Режим доступа : <http://www.psylesson.ru/node/68>.

81. Профілактика ВІЛ/СНІДу, наркоманії, алкоголізму серед учнів і студентів : Тренінгові і соціально-реабілітаційні програми. Т. 2. / [За ред. В.Г. Панка, І.І. Цушка.]. — К. : Ніка-Центр, 2005. — 264 с.
82. Профорієнтація в системі освіти [Електронний ресурс] / Т.В. Каменєва. — Режим доступу : <http://www.bestreferat.ru/referat-148946.html>
83. Пряжников Н.С. Личная профессиональная перспектива / Н.С. Пряжников // Школьный психолог. — 2000. — №16. — С. 34-37.
84. Психологические особенности самосознания подростка / Под ред. М. Й. Борншевського. — К. : Вища школа, 1980. — 168 с.
85. Психология. Словарь / [под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского]. — М. : Политиздат, 1990. — С. 381.
86. Психологія працевлаштування (Хрестоматія до навчального курсу) / [упор. О.М. Макаренко]. — П.-Хмельницький, 2007. — С. 14-17, 91-94.
87. Пухлій В. Вибір професії і проблема зайнятості молоді / Володимир Пухлій, Валентина Ткаченко // Персонал. — 2007. — № 10. — С. 73-79.
88. Резапкина Г.В. Уроки самоопределения : Тринадцатые занятия в 5-9-х классах / Г.В. Резапкина // Классное руководство и воспитание школьников. — 2008. — № 8. — С. 38-44.
89. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии или Путеводитель выпускника / Г.В. Резапкина. — М. : «Генезис», 2007. — 146 с.
90. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии, или Путеводитель выпускника / Г.В. Резапкина. — М. : Генезис, 2005. — 140 с.
91. Резапкина Г. Уроки выбора профессии : [цикл занятий для 8-9 кл.] / Галина Резапкина // Шк. психолог. — 2006. — 16-31 июля (№ 14). — С. 4-45.
92. Ремишитд Х. Подростковый и юношеский возраст: Проблемы становления личности // Х. Ремишитд // Пер. с нем. — М. : Мир, 1994. — 320 с.
93. Ринок праці та зайнятість населення: проблеми теорії та виклики практики : кол. моногр. / Ред.-координатор М.В. Туленков. — К. : ІПК ДСЗУ, 2010. — 363 с.
94. Рогов Е.И. Выбор профессии : Становление профессионала. — М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. — С. 80-84.
95. Ростунов А.Т. Формирование профессиональной пригодности / А.Т. Ростунов. — М., 1984. — 236 с.
96. Рудницька О. Педагогіка: загальна та мистецька : навч. посіб. / О. Рудницька. — К., 2002. — 270 с.
97. Савельєва В.С. Управління діловою кар'єрою : навч. посіб. для студ. екон. спец. / В.С. Савельєва, О.Л. Єсков ; Донбас. держ. машинобуд. академія. — Краматорськ : [б. в.], 2007. — 167 с.
98. Самопрезентация — условие профессионального роста: [из опыта профориентац. работы школы № 24 г. Старого Оскола Белгород. обл.] / О. Латынина // Воспитание школьников. — 2008. — № 3. — С. 3-4.
99. Селиванова Е.А. Основы лингвистической теории текста и коммуникации : монографическое учебное пособие / Е.А. Селиванова. — К., 2004. — 523 с.
100. Сисоєва С.О. Психологія та педагогіка : підручник для студентів вищих навчальних закладів непедагогічного профілю традиційної та дистанційної форм навчання / С.О. Сисоєва, Т.Б. Поясок. — К. : Міленіум, 2005. — 520 с.
101. Созонік О. Центр кар'єри Волинського національного університету ім. Л. Українки. [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://www.career.lutsk.ua>

102. Солощук Л.В. Невербальная коммуникация: ее место и перспективы исследования в современной лингвистике / Л.В. Солощук // Вісник ХНУ. — 2004. — № 635. — С. 170-173.
103. Суспільно-трудо́ві відносини та їх правове регулювання [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://www.br.com.ua/referats/Pravo/32858.htm?dl>
104. Технологія професійної орієнтації в умовах ринку праці : монографія / Н.А. Побірченко, Н.І. Литвинова, В.В. Синявський та ін. — К. : Педагогічна думка, 2011. — С. 112-127.
105. Траверсе Т.М. Психологія праці : навчально-методичний посібник / Т.М. Траверсе. — К. : Інститут післядипломної освіти Київського національного університету імені Т. Шевченка, 2004. — 116 с.
106. Трудове право України: Академічний курс : підруч. для студ. юрид. спец. вищ. навч. закл. / П.Д. Пилипенко, В.Я. Бурак, З.Я. Козак та ін.; За ред. П.Д. Пилипенка. — 2-е вид., перероб. і доп. — К. : Видавничий Дім «Ін Юре», 2006. — 544 с.
107. Тюшев Ю.В. Выбор профессии : тренинг для подростков / Ю.В. Тюшев. — СПб. : Питер, 2009. — 160 с.
108. Удовенко Л. Психологічна професіографія : [комплекс способів і техн. засобів, за допомогою яких визначають всі творчі чинники, що мають вплив на фахівця, окрім психічних] / Л. Удовенко // Персонал. — 2007. — № 9. — С. 67-72.
109. Українська психологічна термінологія: словник-довідник / [авт.-уклад. С.І. Болтвіць та ін.]. — К. : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2010. — С. 224.
110. Урядовий кур'єр. — № 184. — 29.09.2004.
111. Фопель К. Создание команды: Психологические игры и упражнения / К. Фопель // пер. с нем. — М. : Генезис, 2002. — С. 6-18, 191.
112. Формирование личности в переходный период: от подросткового к юношескому возрасту / Под ред. И.В. Дубровиной. — М. : Педагогика, 1987. — 184 с.
113. Хаммер Я. Профессиональный успех и его детерминанты / Я. Хаммер // Вопросы психологии. — 2008. — №4. — С. 147-153.
114. Чернова С. Биржа труда — рынок профессий [Электронный ресурс]. — Режим доступа : http://www.moeobrazovanie.ru/birzha_truda_rynok_professiy_print_version.html.
115. Чистякова С.Н. Типичные ошибки при выборе профессии / С.Н. Чистякова, Т.И. Шалавина // Проф. образование. — 2005. — № 6. — С. 32-33.
116. Элективный курс профориентационной направленности «Человек и профессия» : методическое пособие для учителя с электронным сопровождением курса / авт.-сост. : Л.Н. Бобровская, О.Ю. Просихина, Е.А. Сапрыкина; под ред. Н.Н. Рождественской. — М. : Глобус, 2007. — 80 с. — (Профильная школа).
117. Юношеское самоопределение в практике школьной психологической службы [Электронный ресурс] / А.А. Евсеева. — Режим доступа : <http://cf17.hc.ru/~area7ru/metodic-material.php?288>
118. Янцур М.С. Підготовка майбутніх учителів технологій до профорієнтаційної роботи з учнями на основі алгоритму вибору професії / М.С. Янцур // Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти : Зб. наук. пр. — Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету. — В. 3 (46), 2012.

КОРОТКІ ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

Мельник Олександр Васильович, заступник директора з наукової роботи Інституту проблем виховання НАПН України, кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник.

Морін Олег Леонідович, завідувач лабораторії трудового виховання і профорієнтації Інституту проблем виховання НАПН України, кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник.

Гуцан Леся Андріївна, старший науковий співробітник лабораторії трудового виховання і профорієнтації Інституту проблем виховання НАПН України, кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник.

Ткачук Ірина Іванівна, старший науковий співробітник лабораторії трудового виховання і профорієнтації Інституту проблем виховання НАПН України.

Пархоменко Олександр Миколайович, науковий співробітник лабораторії трудового виховання і профорієнтації Інституту проблем виховання НАПН України.

Охріменко Заріна Володимирівна, науковий співробітник лабораторії трудового виховання і профорієнтації Інституту проблем виховання НАПН України.

Попова Тетяна Сергіївна, молодший науковий співробітник лабораторії трудового виховання і профорієнтації Інституту проблем виховання НАПН України.

Гриценко Людмила Іванівна, молодший науковий співробітник лабораторії трудового виховання і профорієнтації Інституту проблем виховання НАПН України.

Наукове видання

**Мельник Олександр Васильович,
Морін Олег Леонідович,
Гуцан Леся Андріївна,
Ткачук Ірина Іванівна,
Пархоменко Олександр Миколайович,
Охріменко Заріна Володимирівна,
Попова Тетяна Сергіївна,
Гриценко Людмила Іванівна**

РОБОЧИЙ ЗОШИТ

для учнів старших класів загальноосвітніх шкіл
(до програми «Побудова кар'єри» 10-11 класи)

Технічний редактор *О.М. Корнілов*
Комп'ютерна верстка *В.М. Яценко*
Редактор *О.В. Цимбаліст*
Оформлення обкладинки *К.А. Бобровницька*

Видано державним коштом. Продаж заборонено.

Підп. до друку 24.09.2014. Формат 60x84¹/₁₆.
Папір офсетний. Друк офсетний. Ум. др. арк. 7,0.
Замовлення № 2492. Наклад 300 прим.

Поліграфічно-видавничий центр ТОВ «Імекс-ЛТД»
Свідоцтво про реєстрацію серія ДК № 195 від 21.09.2000.
25006, м. Кіровоград, вул. Декабристів, 29
тел./факс (0522) 22-79-30, 32-17-05
E-mail: design@imex.kr.ua