

«Серія «Академія ЖИТТЯ»»



*Як допомогти молоді
з вибором професії
та пошуком роботи в наш час*

Методичний кейс для підлітка

Одеса - 2024

Як допомогти молоді з вибором професії та пошуком роботи в наш час: метод. кейс для підлітка/ Департамент культури, національностей, релігій та охорони об'єктів культурної спадщини Одес. облдержадмін., Одес. обл. б-ка для юнацтва, Наук.-метод. від. ; [підгот.Т. М. Петелько; техн. ред. Т.О. Величко; відп. за вип. О. А.Чоловська]. – Одеса, 2024. –19 с.- (Серія «Академія життя»).

Питання вибору професії та працевлаштування є однією з головних життєвих цінностей для молоді. Якою є профорієнтація сьогодні? Чим можуть зарадити батьки, вчителі, бібліотекарі? У нашому методичному кейсі ви знайдете поради фахівців, корисні інтернет-ресурси, відеоролики, книги, фільми, які будуть корисними в роботі з підлітками та молоддю. Ми пропонуємо також бібліотечні форми роботи на допомогу вибору майбутньої професії.




Підготувала: Т. Петелько, головний методист НМВ

Відповідальна за випуск: О. Чоловська






Технічний редактор: Т. Величко

Щороку перед випускниками шкіл постає проблема вибору майбутнього. Саме так, тому що професія визначить у майбутньому і соціальний статус, і затребуваність у житті, і, навіть, рівень матеріального добробуту.

Замислюватися над тим, ким бути варто заздалегідь. Тому говорити з дитиною щодо вподобань, бачення себе у майбутньому необхідно не перед закінченням школи, а на різних етапах її розвитку. Нажаль, на сьогодні інструменти профорієнтації в школах не працюють так, як би того хотілося. А поради батьків, друзів можуть виявитися і корисними, і шкідливими одночасно. Вони можуть допомогти обрати лише «напрямок руху», а остаточне рішення має прийняти сама дитина. Звісно, підліток може не обирати професію ретельно й свідомо, а піти шляхом найменшого спротиву:

-  повторити кар'єру своїх батьків, які зараз і забезпечать усі необхідні для просування знайомства;
-  обрати виш, у який простіше вступити, а потім влаштуватися за фахом куди візьмуть;
-  зауглити, де найвищі зарплати, і, таким чином, обрати професію.

Тільки є проблема – де хоч в одному з цих варіантів він сам, його бажання та здібності? Адже робота – це не просто заняття, якому людина щодня присвячує по 8 годин п'ять днів на тиждень (а частіше й набагато більше!). Це важлива складова кожної особистості. Тому експерти радять батькам:

-  зменшити тиск на дитину, більше розмовляти з нею, підтримувати;
-  не казати, що підліток обирає усе своє життя, а розглядати цей період як спробу чи експеримент, де є місце помилкам та новому досвіду;
-  показати різноманітність професій;
-  пройти тести з профорієнтації, які допоможуть врахувати суб'єктивні вподобання дитини, її навички, тип темпераменту, стан здоров'я тощо;
-  звернутися по допомогу до психологів та психотерапевтів в разі відсутності будь-яких вподобань у дитини.

Дитині слід запропонувати відповіді на такі запитання:



до чого вона має схильність, що вміє робити, які заняття їй приємні?



що вона знає про професію, яку вибрала, або чим хотіла б займатися в житті?

У випадку, коли підліток не може визначитися з вибором професії, експерти радять зробити перерву після школи, взявши час на роздуми щодо подальшої діяльності. Але не більше, ніж рік. В цей період варто спілкуватися з однолітками, спеціалістами з різних професій, відвідувати Дні відкритих дверей в учбових закладах, вивчати мови, зайнятися волонтерством, влаштуватися на роботу, розвивати соціально-комунікативні навички, слухати лекції різних спеціалістів (з бізнесу, підприємництва, психології, соціальної роботи) тощо.

Проведення профорієнтаційної роботи з молоддю є одним з важливих напрямків діяльності бібліотек. Бібліотечні працівники, ведучи роботу з питань профорієнтації, здійснюють:



професіональне інформування – отримання інформації про професії;



професіональна консультативна допомога у виборі професії з урахуванням індивідуальних особливостей;



професійна адаптація – допомога особистостям у входженні до нових умов праці та соціального оточення.

Часто батьки, вчителі, бібліотекарі – всі, хто працює з підлітками, пропонують старшокласникам переглянути список професій, перелік учбових закладів. Таким чином вони навряд чи зможуть уберегти їх від неправильного вибору.

Потрібно запропонувати підліткам пройти профтестування, ґрунтовно вивчити найбільш затребувані професії майбутнього, дізнатися про вимоги та обов'язки кожної з них тощо.

Запропонуйте школярам відвідати сайт Державного центру зайнятості:

<https://www.dcz.gov.ua/storinka/vybir-profesiyi>.

На безкоштовній Інтернет-платформі Державної служби зайнятості «Профорієнтація та розвиток кар'єри» можна пройти тестування з профорієнтації та діагностики м'яких навичок:

profi.dcz.gov.ua

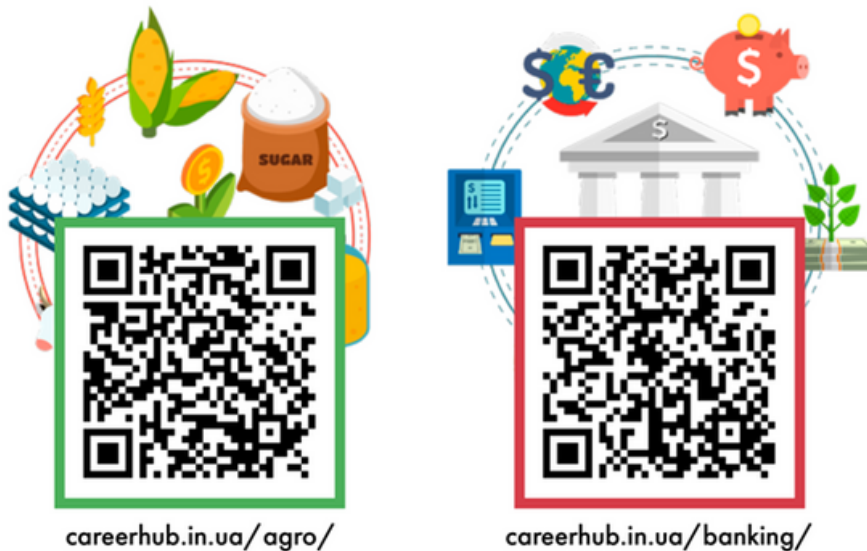
<https://profi.dcz.gov.ua/tests/>

Щоб дізнатися про особливості професії, яка подобається, фахівцями Державної служби зайнятості створені відеоролики, які знайомлять з тонкощами цієї чи іншої професійної діяльності:

<https://www.dcz.gov.ua/video/64>.

Молодь, яка прагне свідомо обирати майбутню професію та розвивати свою кар'єру, а також фахівці, які допомагають молоді з професійним самовизначення та кар'єрним розвитком можуть скористатися профорієнтаційними буклетами проєкту «Карта професій»:

https://www.dcz.gov.ua/sites/default/files/buklet_dlya_molodi_n_2_2.pdf.



Зв'язки бібліотеки з навчальними закладами, центрами зайнятості, батьками в роботі з профорієнтації є важливими. Форми спільної взаємодії досить різноманітні:

зустрічі з представниками навчальних закладів та підприємств, працівниками регіональної Служби зайнятості, екскурсії на підприємства: «Професія з перших вуст» (у формі «жива книга»), «Чи знаєш ти професію?», «Стратегія професійного вибору», «Як обрати професію або справу життя?», «ТОП-10 найбільш затребуваних в Україні професій», «Професії, що мають майбутнє», «Нові професії – ХХІ століття»;

куточки профорієнтації: «Профорієнтація: крок за кроком», «Профкар'єра», «Профконсультант», «Профорієнтація. Інформація. Освіта», «Вибираємо професію разом»;

бесіди, профорієнтаційні уроки: «Шляхи здобуття професії», «Азбука професії», «Професія – не тільки діяльність, а й сфера прояву особистості», «Як перетворити мрію на мету, а мету – на реальність»;



ігрові форми роботи: ділові та рольові ігри, тренінги, аукціони професій, вікторини, конкурси: «Впізнай професію», «Вибери свій шлях», «Класний вибір!», «Світ професій і твій вибір», «Нові професії»;



комплексні заходи: «Тиждень професій», «День професії», «Ярмарок професій», «День відкритих дверей», «Презентуємо професію». До їх програм можна включати різноманітні за формами та методами заходи для читачів різних вікових груп, батьків, педагогів, запрошувати представників різних професій, навчальних закладів.

Додатково радимо переглянути методичний матеріал:

Профорієнтаційна робота бібліотек: нові професії, нові підходи: метод.-бібліогр. мат./[підгот. К. І. Благодар]; Одес.обл.б-ка для юнацтва ім. В. В. Маяковського. – О., 2017. – 12с.

Дізнатися про навчальні заклади Одеси та області, професії, затребувані на ринку праці, познайомитися з книжковими новинками з цієї тематики можна на сайті Одеської обласної бібліотеки для юнацтва (розділ «Читачам», підрозділ «Абітурієнту»):

https://lmayakovka.od.ua/?page_id=137

Усвідомлено обрати майбутню професію, оцінити власний потенціал і розробити стратегію кар'єрного зростання допомагають онлайн-сервіси. Бібліотекарі проводять вебкалейдоскопи, огляди профорієнтаційних сайтів та роликів, створюють відеопрезентації, запрошують на перегляди фільмів у бібліотечному кінозалі. За допомогою інтернет-ресурсів місцеві мешканці та тимчасово переміщені особи можуть знайти інформацію про вакансії.

Пропонуємо декілька дієвих сервісів, які допоможуть знайти своє місце в професійній сфері.

Моя професія: консультаційна мережа: <https://myprofession.com.ua/test.php>.

Цей сервіс створений із метою надання послуг із профорієнтації в дистанційному режимі для дітей віком від 12 років. Для профілізації (діти віком 12–14 років) і профорієнтації (14 років і старше) застосовуються різні тести, адаптовані під конкретне завдання та вік дітей. За результатами тестування система автоматично згенерує перелік рекомендованих професій або профілів навчання із зазначенням відсотка відповідності.

Платформа з профорієнтації та розвитку кар'єри: <https://profi.dcz.gov.ua/>.

Державна платформа Служби зайнятості надає можливість безкоштовно отримати послуги з профорієнтації в онлайн-форматі. За результатами тестування формуються рекомендації, які можна опрацювати самостійно чи звернутися до фахівців безкоштовно.

Тести за професіями онлайн: <https://onlinetestpad.com/ua/tests/occupation>.

Ця платформа пропонує велику кількість різноманітних і цікавих тестів. Завдяки їм можна визначити мотиви вибору майбутньої спеціальності, власний психотип та обрати професію за методикою Є.О. Клімова.

Proforientator.info: <https://proforientator.info/>.

На сайті зібрано колекцію електронних освітніх ресурсів профорієнтаційної тематики. На сьогодні в розділі «Професії» розміщено майже 1000 матеріалів з описами спеціальностей і спеціалізацій. У розділі «Тести» розміщуються профорієнтаційні тести та посилання на сайти, на яких можна їх пройти в онлайн-режимі.

Work.ua: <https://www.work.ua>.

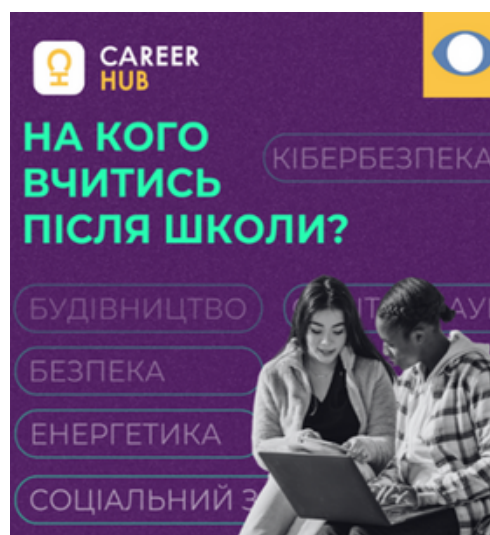
Сайт має такі корисні рубрики: «Як знайти роботу», «Ким бути», «Зарплати», «Агенції», «Новини ринку праці», «Робота за кордоном» тощо. У рубриці «Ким бути» знайдете «Довідник професій»:

<https://www.work.ua/career-guidel?page=2>.

Зараз тут 127 професій, список постійно оновлюється.

Career Hub: <https://careerhub.in.ua> – це експертна платформа Центру «Розвиток КСВ», яка об'єднує молодь, роботодавців, державні органи та освітні заклади для кар'єрного розвитку молоді – від школи до успішної реалізації у професії. Платформа кар'єрного розвитку Career Hub допомагає:

- ✓ визначитись із вибором професії і планувати майбутню кар'єру;
- ✓ отримати якісну освіту для професійної самореалізації;
- ✓ розвивати професійні та соціально-комунікативні навички;
- ✓ підготуватись до роботи майбутнього.



Тут можна знайти буклети та уроки, розроблені в рамках всеукраїнського проекту «Карта професій»:

<https://careerhub.in.ua/blog/karta-profesij/>.

Career Hub запустив серію подкастів «Майбутнє роботи в Україні», де спільно з експертами досліджує, які зміни в роботі чекають на фахівців. Також створив гайд про перспективні професії для освітян та батьків «На кого вчитись після школи?». Він містить розділи про 10 найперспективніших галузей та 20 професій, а також перелік навчальних закладів України, де можна здобути відповідну освіту.

Завантажити та переглянути гайд онлайн:

<https://careerhub.in.ua/wp-content/uploads/guide-to-whom-to-study-after-school.pdf>.

Відвідайте також блог Career Hub: <https://careerhub.in.ua/blog/>.

В інтернеті розміщено багато відеороликів на тему: «Вибір професії». Їх можна переглянути із старшокласниками на бібліотечних заходах. Наприклад:

Вебінар «Як обрати професію, сферу діяльності і напрям розвитку». Спікерка Уляна Ходорівська — кар'єрна консультантка. Після перегляду цього відео дізнаєтесь: що таке «професія» в сучасному світі й чому не вийде вибрати одну на все життя; міф про «призначення» і «покликання»; на чому базується вдалий вибір професії: особисті якості, сильні сторони, навички, компетенції; що змінилось у виборі професії в умовах війни; як знайти відповіді на питання «що я вмю», «що я можу», «що я хочу» і чому це важливо; які зараз є перешкоди у виборі напряму розвитку; де шукати допомогу, якщо ти заплутався.

Презентацію можна завантажити за лінком:

https://drive.google.com/file/d/1_WoE;

https://www.youtube.com/watch?v=n6yHKhk-J1w&ab_channel=HappyMonday

Всі бажаючі: школярі, батьки та вчителі, які хочуть допомогти дітям у пошуку майбутньої професії можуть переглянути Всеукраїнські уроки з профорієнтації. Це - щорічний захід, який реалізується в межах Всеукраїнського проекту з профорієнтації та побудови кар'єри «Обери професію своєї мрії». (<https://hryoutest.in.ua/>)

У 2023 році Всеукраїнський урок з профорієнтації для учнів 7-11 класів пройшов за участі провідних українських роботодавців і кар'єрних радників: <https://bit.ly/3PFBjc0>

На уроці 2021 року були присутні відомі українці: Євген Клопотенко, український шеф-кухар та телеведучий, Жан Беленюк, Олімпійський чемпіон в Токіо, Ігор Гарбарук, заступник Міністра освіти і науки України, Уляна Пчолкіна, чемпіонка світу з пара-карате, телеведуча, громадська діячка, Ганна Різніченко, провідна українська кар'єрна радниця, яка консулює підлітків з різних країн світу: <https://bit.ly/3VDkn9B>

Презентація «Вибір професії – це твій вибір!»:

<https://naurok.com.ua/prezentaciya-vibir-profesi--ce-tvuy-vibir-385596.html>.

Презентація містить інформацію про різні професії. Нею легко користуватися: натиснувши на назву професії ви дізнаєтесь про її плюси та мінуси, про зарплату та якості працівника та багато інших цікавих фактів.

Вибір - це правильно поставлена мета, знання ринку праці та вміння критично оцінити усі за і проти власного вибору. При виборі виду діяльності важливо розглядати три складові: **хочу, можу, потрібно**.

«**Хочу**» – це наші бажання, інтереси, захоплення, нахили особистості.

«**Можу**» – це знання, здібності, психологічні особливості та стан здоров'я.

«**Потрібно**» – це попит на обрану професію на ринку праці.




Коли три складові перетинаються між собою, народжується **свідомий вибір професії**.

Всю важливу для професійного майбутнього інформацію кожен має зібрати до свого професійного портфолію.

Нові часи потребують нових рішень та підходів до профорієнтації.

З листопада 2022 року Міністерство економіки України, Державна Служба Зайнятості України та Асоціація інноваційної та цифрової освіти презентувала старт роботи Національного Кадрового Резерву: <https://lukrnr.in.ua/>.

Мета проєкту - забезпечити формування в Україні Національного Кадрового Резерву на основі штучного інтелекту, який допоможе українцям визначити:

-  власні здібності до 1000+ професій
-  рівень володіння найзатребуванішими навичками на ринку праці
-  схильність до підприємництва

Штучний інтелект точно та швидко визначить пул професій для кожної людини, у відповідності до її здібностей, а також рівень володіння м'якими навичками (soft skills: соціальні, інтелектуальні та вольові компетенції, як комунікабельність, вміння працювати в команді, креативність, пунктуальність, врівноваженість), яким найбільше приділяють увагу роботодавці при прийомі на роботу та схильності до ведення власного бізнесу. Всі дані автоматично формуються у Інтерактивному Резюме, яке людина може переслати роботодавцю через Єдиний Портал Вакансій або роздрукувати та взяти із собою на співбесіду.

У травні 2023 року Projector Institute створив безоплатний профорієнтаційний бот на основі ШІ, який допомагає обрати професію (<https://prjctr.com/careerguide>). Зареєструвавшись, користувач дає відповіді на відкриті запитання, бот аналізує їх на основі відкритих даних та опитування реальних спеціалістів — й усе це триває приблизно 10 хвилин. Крім того, є змога «розпитати» фахівця про його професію — теж із залученням ШІ. Цей інструмент може стати в нагоді батькам і вчителям, які хочуть допомогти школярам, і самим учням — щоб отримати швидку, креативну і релевантну сучасному світові професій підказку.

Такі інструменти, як бот, або ж навіть консультації з фахівцями (психологами чи спеціалістами з профорієнтації для старшокласників) — це не 100-відсоткова гарантія від «помилки» чи «неправильного» вибору. Це, радше, цінний досвід, який допомагає дитині в рази краще зрозуміти свої бажання, потреби та цілі. Адже світ змінюється, і ми одночасно з ним, наші погляди й уподобання можуть трансформуватися або ж взагалі стати неактуальними. І це нормально.

Які професії сьогодні найбільш популярні в Україні?

Ринок праці в Україні динамічно розвивається, з'являються нові перспективні професії та галузі. В 2023 році в 10 увійшли:

Програміст; Маркетолог; Менеджер; Лікар; Фармацевт; Педагог; Інженер; Юрист; Фінансист; Бухгалтер.

(<https://bizmag.com.ua/top-zatrebuemyh-profesij-v-ukrayini/>).

Згідно прогнозів експертів, в найближчі роки зростатиме попит на кваліфікованих ІТ-фахівців – розробників, фахівців з кібербезпеки, Big Data та штучного інтелекту. Також перспективними вважаються професії в сфері медицини та фармації, зокрема науковці, дослідники, лаборанти, провізори. Затребуваними будуть і нові медичні спеціальності, такі як оператори діагностичного обладнання, генетичні консультанти, аналітики медичних даних.

Через повномасштабну війну, яка почалася в лютому 2022 року, в Україні значно зросла потреба у професіях військового профілю - військовослужбовців, зокрема: артилеристів, саперів, радіотехніків, а також фахівців з логістики та забезпечення армії. Затребуваними є медичні працівники, які надають допомогу пораненим, психологи, які працюють з постраждалими від війни. Також потрібні інженери для відбудови зруйнованої інфраструктури, юристи, економісти.

Отже, професії, пов'язані з обороною, медициною, логістикою та відновленням країни матимуть великий попит в умовах воєнного стану. Проте перспективні можливості є і в багатьох інших сферах для фахівців різного профілю.

Щоб бути конкурентоспроможним на ринку праці, на думку експертів, необхідно досягти найвищої майстерності у своїй справі. Хорошого співробітника, навіть у скрутні для підприємства часи, керівник триматиме до останнього, але, у разі втрати роботи, знову працевлаштуватися за фахом буде нелегко. Тому бажано опанувати додаткову професію із суміжної галузі чи взагалі з іншої сфери діяльності. Це допоможе швидше знайти нову роботу у разі виникнення проблем.

Пошук роботи – справа непроста, адже в нашій державі значна кількість працездатних осіб безробітні. З чого почати?

Шляхи пошуку роботи: знайомі, рідні; інтернет; оголошення в ЗМІ; власні оголошення; пряме звернення до роботодавця; резюме; служба зайнятості.

Корисні поради можна знайти в українському онлайн-журналі **BIZMAG**. Тут є інформація про кращі безкоштовні сайти для пошуку роботи, поради як успішно пройти співбесіду, скласти резюме, як правильно шукати роботу, як змінити професію під час війни тощо.

Як знайти роботу: Найкращі методи та поради:

<https://bizmag.com.ua/yak-znajty-robotul>

Шляхи пошуку роботи: знайомі, рідні; інтернет; оголошення в ЗМІ; власні оголошення; пряме звернення до роботодавця; резюме; служба зайнятості.

- 1 **Центр зайнятості**
- 2 **Рекрутингові компанії**
- 3 **Сайти**
- 4 **Спеціальні платформи**
- 5 **Соціальні мережі**
- 6 **Нетворкінг**
- 7 **По знайомству**
- 8 **Звернення напряму у компанію**

Як знайти роботу до душі навіть під час війни: поради експерта за посиланням:

<https://bit.ly/3PNyQw1>

Робота у війську: які спеціалісти потрібні та де шукати вакансії:
<https://bit.ly/3vD1iKe>

5 помилок під час пошуку роботи та як їх уникнути:
<https://bit.ly/3TGxYuq>

Найпопулярнішим джерелом інформації з працевлаштування сьогодні є інтернет-ресурси.

На сайтах всі, кого цікавить пошук роботи, можуть дати оголошення, розмістити резюме, зателефонувати, провести переговори відносно свого працевлаштування тощо.

[Startjob.com.ua](http://startjob.com.ua) – спеціалізований сайт для працевлаштування студентів та молодих спеціалістів. Тут ви знайдете вакансії для студентів та випускників з мінімальним досвідом або без досвіду роботи, а також такі, що дають змогу об'єднати роботу та навчання зі стажуванням.

<https://web.archive.org/web/20220531062020/http://startjob.com.ua/>

[Work.ua](http://work.ua) - найвідоміший в Україні сайт, послугами якого користуються щодня сотні тисяч людей. Обов'язково потрібно пройти процедуру реєстрації, після чого вказати основні дані про себе.

<https://www.work.ua/>

[Rabota.ua](http://rabota.ua) – це найпопулярніший сайт з пошуку роботи серед українців. Публікуються лише актуальні вакансії. Доступні всі стандартні функції — заповнення анкети, сортування вакансій за категоріями, датою розміщення та вибором регіону.

<https://robota.ua/>

[UA.Jooble.org](http://ua.jooble.org). Тут просто зареєструватися, досить мати існуючий профіль Google для входу на сайт. Головна сторінка має мінімум елементів для шукача роботи.

<https://ua.jooble.org/>

[Novarobota.ua](http://novarobota.ua). На даному ресурсі можна не тільки знайти потрібну вакансію за рубриками, а й почитати корисні статті про процес пошуку роботи. Необхідна реєстрація для отримання повного функціоналу.

<https://novarobota.ua/>

[Freelancehunt.ua](http://freelancehunt.ua) - сайт вакансій для фрілансерів, які працюють на дому, або в дорозі. Тут можна залишити свою пропозицію у відповідь на виставлену вакансію. Саме тут знаходять для себе замовлення копірайтери, творці реклами, фахівці з монтажу звуку/відео, аніматори та інші фахівці, які вважають за краще домовлятися безпосередньо із замовником.

<https://freelancehunt.com/ua>

[Freelance.ua](http://freelance.ua) – це ще один відомий ресурс для фрілансерів.

<https://freelance.ua>

Layboard - портал для швидкого та безпечного трудоустрою в усьому світі , в т.ч. в Україні. Пошук вакансій простий, не вимагає реєстрації. Сьогодні доступні понад 100 тисяч вакансій для здобувачів з різним досвідом роботи, навичками, навіть без знання іноземних мов.

<https://layboard.com>

Cases Jobs – це канал від соцмережі креативних індустрій Cases. Переважна більшість запропонованих вакансій пов'язана з дизайном, також зустрічаються посади в HR, піарі, контенті та маркетингу. Робота як в українських, так і в світових компаніях. Багато віддалених пропозицій.

<https://cases.medialvacancies>

Bazu work - це канал української блогерки Олени Базу. Тут можна знайти вакансії по всій Європі з релокейтом і в Україні. Публікуються багато вакансій з IT-сфери, маркетингу та контенту, але також з'являється достатньо пропозицій роботи в ресторанах, на круїзних лайнерах, у будівництві тощо:

<https://www.work.ua/jobs/by-company/1317736>

Happy Monday - канал з великою кількістю вакансій у різних сферах як в українських, так і в іноземних компаніях. Також команда запустила власний Telegram-бот «Агент Happy Monday» , який допоможе з пошуком вакансій під час війни.

<https://happymonday.ua>

Lobby X— рекрутингова платформа, що допомагає військовим командирам знайти мотивованих людей у свої підрозділи, а охочим долучитись до Сил Оборони, обрати бажану посаду. На сайті представлені вакансії різного профілю: від бойових і медичних до креативних та айтишних. Сучасні підрозділи потребують відеографів, піарників, бізнес-аналітиків, UI/UX-дизайнерів, HR-менеджерів, IT-розробників, водіїв цивільного та військового транспорту, саперів, розвідників, снайперів, лікарів та інших спеціалістів.

<https://lobbyx.army>

Job UA. Допомога з працевлаштування під час війни в Україні та Європі.

<https://jobs.ua/>; www.ukrjob.net

Книги про пошук себе і вибір професії.



Мазур Анна, Пасенко Настя. Кар'єра без драм і травм/Анна Мазур, Настя Пасенко. – Х.: Фоліо, 2021. –256 с.

У цій книжці авторки говорять про те, як розібратися в собі, наводять інструменти для кар'єрного розвитку, дають поради, які дозволять почуватися щасливішими в роботі, діляться історіями людей, які своїм прикладом показують, що наша кар'єра в наших руках.

Шер Барбара, Готтли, Енні. Мистецтво мріяти/ Барбара Шер, Енні Готтлиб; пер. з англ. Оксана Зосімова. – Х.: «Клуб Сімейного Дозвілля», 2018.-432с.

Шер Барбара. Мрій правильно. Як зрозуміти, чого ти насправді бажаєш і як цього досягти/ Барбара Шер; пер. з англ. Оксана Зосімова. – Книжковий клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2017.-432с.

Книги Барбари Шер написані легко та натхненно. Це тренінг на дому. Вони допомогли мільйонам людей стати успішними, краще зрозуміти себе й здійснити свої мрії, перетворивши їх на чіткі цілі та зробивши їх реальністю. Величезна кількість вправ, питань і завдань здатна розворушити будь-кого і змусити подивитися на різноманіття варіантів свого розвитку.



Сухенко Тамара. Як обрати професію майбутнього: 2-ге вид./ Тамара Сухенко. –Х.:Фоліо, 2019.-96с., іл.

Цей методичний посібник підготувала консультантка, психологиня, яка багато років допомагає підліткам з їхнім професійним вибором. У ньому пропонується покроковий алгоритм, що пояснює, як розширити знання людини про себе і про світ професій для того, щоб зробити усвідомлений професійний вибір. Авторка розказує про особливості вибору спеціальності у XXI столітті та як створити нову затребувану професію «під себе». Вона закликає бути сміливими та розважливими у своєму виборі, збирати максимальну кількість інформації: ходити на дні відкритих дверей у вищі навчальні заклади, читати книги, проходити тести тощо. Але головна порада — дослухатися до власних бажань та інтересів. Такий вибір принесе задоволення!

Парфентьєва Лариса. 100 способів змінити життя/ Лариса Парфентьєва. –Х.: Моноліт-Bizz, 2018.-336с.

Ця книга - збірка історій, що надихають, «сповідь» людини, що змогла обернути своє життя на 180 градусів. А практичні поради підкажуть читачам, як почати життя «з чистого аркуша».

Данчук, Юлія Валентинівна. Я: Ким стати. Обираю професію. Путівник підлітка STEP by STEP / Ю. В. Данчук. — Х.: Вид. група «Основа», 2021. — 139[5] с. —(Серія «Корисні навички»).

Ця книжка містить інформацію про професії та тенденції на ринку праці, поради підліткам щодо того, як розкрити власний потенціал, набути вмінь та навичок, що зроблять їх затребуваними в тій сфері, у якій вони мають на меті самореалізуватися.



Розповіді про знаних у всьому світі й успішних людей сучасності та відверті відповіді на запитання молодих співвітчизників, ровесників України про їхнє професійне становлення тим, хто вміє міркувати, стануть найкращими життєвими настановами. Книга розрахована на підлітків, їхніх батьків, учителів, усіх тих, хто відкритий до щирих порад щодо того КИМ СТАТИ.

Гутніченко Алла. Незвичайні професії/Алла Гутніченко.- Львів: Вид. Старого Лева, 2018.- 88с.



Цю дитячу книгу бажано читати і малечі, і батькам. Важливо не просто насолодитися текстом книги, формою та ілюстраціями, а й отримати нову тему для мислення та обговорення. Прочитання активує роздуми і провокує до запитань.

Вибір професії – Мій шлях 2. Читати онлайн: <https://bit.ly/3TYfarR>

З чого почати вибір професії? Де шукати інформацію про професії? Як справити гарне враження під час проходження практики? Знайди потрібну професію з квестом «Перевір себе». А також поради щодо подання онлайн-заяви на вступ, як скласти мотиваційний лист, резюме, правильно пройти співбесіду.

Своїм списком must read книжок поділилася засновниця і CEO Happy Monday Анна Мазур, яка має 10-річний досвід у сфері роботи з талантами та професійного розвитку. Знайомтеся: <https://bit.ly/4acZLJQ>

Художні книги, присвячені певній професії за посиланням: <https://bit.ly/3xnijIT>

Фільми про професії, бізнес, кар'єру й успіхи на роботі українською мовою.

Патруль (США, 2012). Глядачі фільму мають можливість на власні очі побачити життя поліцейських, яким треба, як і звичайним людям, заробляти на життя, дбати про родину, виконувати свою роботу, що несе з собою небезпеку та стрес.

Гіпократ (Франція, 2014). Герой фільму Бенжамен вирішив слідувати шляхом свого батька, стати лікарем. Стажування у лікарні показало, що теоретичні знання набагато простіші, ніж реальна практика. Хлопець відчуває свою відповідальність, страх, стикається з проблемами, але відступати вже пізно.

Чорний лебідь (США, 2010). Психологічна драма з балетного життя, відзначена кінопремією «Оскар». Цей фільм розповідає про складнощі, здебільшого психологічні, роботи балерин.

Леді в чорному (Австралія, 2018). Юна випускниця школи Ліза на канікулах вирішує підробити, влаштувавшись продавцем одягу у великий універмаг. Літо, проведене в стінах універмагу в спілкуванні з різними людьми, послужить для неї стартом кар'єри та справжньою школою життя.

Диявол носить Прада (США, 2006). Скромна випускниця провінційного університету Енді Сакс потрапляє на роботу до офісу культового журналу мод. Чи вистачить «сірій мишці» мотивації вижити у цьому світі гламуру та інтриг, не втративши себе? Фільм про те, що не завжди наші прагнення відповідають результату й тому, що нам потрібно.

Тріумф: Історія Рона Кларка (США, 2006). Учитель молодших класів Рон Кларк влаштовується вчити найважчих дітей у Гарлемі не через тиск обставин, а тому, що відчуває покликання до цього. Він зумів знайти підхід до кожного учня, залежно від його можливостей.

Побачення наосліп (Німеччина, 2017). Історія, заснована на реальних подіях, про молодого хлопця на ім'я Саллі, який найбільше у світі мріє про стажування у найпрестижнішому готелі Мюнхена. І, навіть раптове погіршення зору, яке він зберігає в таємниці, не може стати у нього на шляху. Трохи удачі, допомога друзів, впевненість в собі допомогли йому досягти бажаного.

Тримай ритм (США, 2006). П'єр Дюлейн, працюючи викладачем танців для хуліганів, розуміє, що варто йти від їхніх інтересів, а не від того, що хочуть нав'язати дорослі. Тож, класика забута, а з хіп-хопу поступово виростає новий танцювальний стиль. Віра у свою креативність і танцювальну вправність спонукає учнів досягти певних успіхів і взяти участь у змаганні з бальних танців.

Кухар на колесах (США, 2014). Ця комедія змушує глядача не тільки посміхнутися, але й повірити в те, що втрата роботи — не кінець світу; що відкрити свою власну справу — завдання цілком реальне; а тих, хто «горить» своєю справою – завжди чекає успіх.

Почни спочатку (США, 2018). Майя Варгас – талановитий управлінець, але піднятися службовими сходами їй заважає відсутність університетського диплома. Хрещеник-програміст вирішує допомогти їй – потай складає за неї мало спільне з реальністю блискуче резюме і розсилає його у великі компанії.

Роботи (США, 2005) – комп'ютерно-анімаційний мультфільм для сімейного перегляду. Фільм веселий, добрий, повчальний. Він надихає, змушує повірити в себе і свої сили і, не дивлячись ні на що, йти до своєї мети.

А також декілька фільмів про те, як перетворити хобі на професію:

Справжні та місцеві (Україна). Добірка з 5-ти короткометражних фільмів про українських фермерів та ремісників. Це історії людей, які знайшли та розвивають справу свого життя. Герої фільмів займаються сімейним господарством і відновлюють втрачені традиції крафтового виробництва. Це 5 українських фермерів, які виготовляють сири, йогурти, сирні запіканки, ферментують іван-чай або розвивають домашнє господарство.

Від дерева і до морського припливу (Великобританія) - це п'ятихвилинний документальний фільм про чоловіка на ім'я Бен Харріс – майстра дерев'яних човнів з англійського графства Корнуолл. А також про те, на що це схоже – зробити власними руками річ, на якій можна переплисти море.

Сонцезахисні окуляри (Італія). Завдяки стрічці, глядач дізнається, як саме створюють сонцезахисні окуляри ручної роботи Dick Moby. Додатковий бонус – сюжет розкривається від імені нахабної пари окулярів.

Той, що створює скрипки (США). Фільм розповідає про життя одного з найвеличніших майстрів зі створення скрипок – Самуеля Зигмунтовича, який живе та працює у Брукліні.

*«Передоріть свій страх, відпустіть минуле й рухайтесь вперед, бо життя надто коротке, а ваш унікальний потенціал надто цінний, аби марнувати його. Невпинно мрійте, міцно стійте ногами на землі та втілюйте свою мрію в життя!»
(Барбара Шер, Енні Боттлід «Мистецтво мріяти»)*

Методичний кейс для підлітка

«Серія «Академія життя»»

Як допомогти молоді
з вибором професії
та пошуком роботи в наш час

Підготувала: Т. Петелько, головний методист НМВ

Відповідальна за випуск: О. Чоловська

Технічний редактор: Т. Величко

Одеська обласна бібліотека для юнацтва

м. Одеса, вул. Ак. Корольова, 46

Тел: (048) 747-22-42; +38(063) 440-37-85

<https://mayakovka.od.ua/>

Е-mail: oubim@ukr.net

oubim.nmv@gmail.com