

**Я. КИМ СТАТИ**



**Обираю  
професію**

**Путівник підлітка STEP by STEP**

УДК 37,048.4(036)  
Д17

Серія «Корисні навички»  
Заснована 2015 року

**Данчук, Юлія Валентинівна**

Д17 Я: Ким стати. Обираю професію. Пугівник підлітка STEP BY STEP / Ю. В. Данчук. – Х. : Вид. група «Основа», 2021. – 139[5] с. – (Серія «Корисні навички»).

ISBN 978-617-00-3990-3.

Ця книжка містить не лише інформацію про професії та тенденції на ринку праці, а й 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.

Для підлітків, їхніх батьків, учителів, усіх тих, хто відкритий до щирих порад щодо того, Я:КИМ СТАТИ.

УДК 37,048.4(036)

ISBN 978-617-00-3990-3

- © Данчук Ю. В., 2021
- © Василенко Ю. Є., художнє оформлення, 2021
- © ТОВ «Видавнична група "Основа"», 2021

# Step by step

---

Від авторки	4
Пізнай себе й зазирни в майбутнє	7
Як обрати професію	17
Світ професій	28
Від мрії до мети	88
Історії успіху відомих людей світу	109
Історії професійного становлення	120



**Мрії не працюють,  
поки не працюєш ти!**

Якщо ти розгорнув / розгорнула книжку «Я: Ким стати. Обираю професію», то, швидше за все, ти – молода людина, яка перебуває в пошуку: намагається обрати майбутню професію. Можливо, вже майже й визначився / визначилася з вибором, але ще вагаєшся або ж його не схвалюють твої батьки чи старші товариші радять інше. Підтекст назви цієї книги доволі прозорий і обумовлений тими карколомними змінами, що відбуваються довкола. Діджиталізація всіх сфер нашого життя, наукові відкриття, катаклізми, локдауни, інформаційні війни та реальні воєнні конфлікти між державами – все це прямо чи опосередковано впливає на кожного жителя планети. І всі ці та інші події обумовлюють майбутнє, і твоє також! Щоб стати успішним / успішною, сьогодні замало просто спостерігати, куди рухається світ, і засвоювати знання, потрібно ще й мріяти, мислити, діяти й власноруч формувати майбутнє.

Сучасний світ вкрай мінливий. Але є в ньому одна незмінна на всі віки цінність – ЛЮДИНА! Ти маєш усвідомлювати цінність власного життя, свою неповторність, берегти час і думати, перш за все, не просто КИМ стати, а ЯКИМ стати.



Повчальними є спогади одного з найпопулярніших музикантів ХХ ст., письменника, художника, засновника й учасника гурту «Бітлз», Джона Леннона: «Коли мені було 5 років, моя мати повторювала, що щастя є ключем до життя. Коли я пішов до школи, мене запитали: ким я хочу стати, коли виросту. Я написав “щасливим”. Мені зробили зауваження, що я не зрозумів завдання, на що я відповів їм, що вони не розуміють життя».

## Ми прагнули, щоб ця книга:

- розширила твоє уявлення про розмаїтий світ професій,
- сприяла твоєму самопізнанню,
- закликала тебе постійно прагнути засвоєння нових знань та набуття вмінь,
- спонукала замислитися над тим, що дійсно може тебе зробити щасливим / щасливою,
- навчила того, як мрії перетворювати на мету та досягати цілей,
- переконала тебе в тому, що майбутнє людини – у її руках,
- допомогла тобі стати успішним / успішною та щасливим / щасливою.





“ Ніщо так не сприяє створенню майбутнього, як сміливі мрії

Віктор Гюго

## Пізнай себе!

Китайський мудрець Конфуцій, який жив 2500 років тому, говорив: **«Обери собі роботу до душі, і тобі не доведеться працювати жодного дня у своєму житті»**. Але, щоб зробити правильний вибір, тобі доведеться ... попрацювати. Перш за все над пошуком самого себе. І це вже порада і від давньогрецьких мудреців, і від сучасних психологів.

Якщо тобі вдасться саме в юному віці зрозуміти свій поклик, усвідомити, чим саме ти хочеш і зможеш з натхненням займатися в майбутньому, у тебе буде більше часу для розкриття власного потенціалу та самореалізації, більше сил пізнавати нове, а твій шлях до справжнього успіху стане коротшим!

“

**Щастя твоє в тобі самому:  
пізнавши себе, пізнаєш усе**

Григорій Сковорода

Зосередься і визнач, що тобі по-справжньому подобається робити? Відповіді на кшталт «нічого», «відпочивати від шкільної рутини», «тусити з друзями» не приймаються. Звісно, у тебе має бути час і на це, але, якщо подібні заняття переважатимуть у твоєму щоденному графіку, ти навряд чи зможеш досягти мети... Та, можливо, у тих, хто захотів відповісти саме так, її (мети) ніякої і немає. Упевнені, твої відповіді були дещо іншими. І щоб отримати перші орієнтири руху на карті вибору, пропонуємо тобі дати відповіді на запитання анкети, що містить і вже згадуване запитання.

## Анкета

1. Чим саме тобі подобається займатися найбільше?  
\_\_\_\_\_
2. Який твій улюблений предмет у школі?  
\_\_\_\_\_
3. Який гурток, секцію ти відвідуєш?  
\_\_\_\_\_
4. Яке твоє хобі (захоплення)?  
\_\_\_\_\_
5. Чи маєш ти хист до музики / живопису / рукоділля? Можливо, ти вмієш щось майструвати або куховарити? Досягнення в спорті – прекрасна відповідь!  
\_\_\_\_\_
6. Запитай батьків / друзів, що, на їхню думку, тобі найкраще вдається робити? У чому саме до тебе можна звернутися за допомогою?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
7. Яку публіцистичну статтю / науково-популярну книгу ти з цікавістю нещодавно прочитав / прочитала або хотів би / хотіла б прочитати?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
8. Ти ж знаєш, ким працюють твої батьки / бабусі, дідусі / старші брати, сестри, товариші? Можливо, професія когось із них тобі здається цікавою? То чим саме?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



9. На яких популярних блогерів ти підписаний / підписана в мережах? (Це спортсмени / моделі / музиканти / «технарі» / подорожувальники / кулінари тощо?)
- 
10. Чого б ти хотів / хотіла навчитися (не в межах шкільної програми, а так би мовити, для себе, «для душі»)?
- 
11. Чи вмієш ти робити / виготовляти щось таке, що інші готові в тебе придбати / тобі за це заплатити? Якщо так, то що саме?
- 
12. Ти маєш досвід заробітку? Якщо так, то який саме?
- 

## Як проаналізувати анкету?

Переглянувши власні відповіді самостійно або з батьками чи старшими братом / сестрою, товаришами, ти зможеш визначити сферу діяльності, реалізація в якій тобі буде цікавою.

Класний керівник чи шкільний психолог, мабуть, уже пропонували тобі профорієнтаційні тести. Якщо ні, то чимало таких тестів можна знайти в мережі «Інтернет».

Найбільш популярні серед них:

- **Діагностична методика виявлення професійних схильностей Л. Йовайші.**
- **Опитувальник професійної спрямованості (модифікація тесту Голланда).**
- **«Карта інтересів» А. Є. Голомштока.**
- **Методика «Діагностика соціально-психологічних установок особистості» О. Потьомкіної**

У геніальності лише 1 %  
таланту й 99 % праці

Т. Едісон

**Талант** — це лише потенціал людини, який можна сповна розкрити наполегливою працею. Якщо ти маєш абсолютний слух та вроджене чуття ритму, це ще не гарантує тобі того, що ти станеш геніальним музикантом чи композитором!

## Що таке покликання?

У житті не ми обираємо  
своє покликання, це воно  
обирає нас

Джеймс Холліс

**Покликання** — це заняття, у якому ти натхненно та повноцінно зможеш реалізувати себе, свої нахили та здібності. Життя людей, що знаходять своє покликання, стає повноцінним, а їхня робота приносить їм радість та задоволення.

Повне щастя в самому  
процесі праці  
за покликанням

Григорій Сковорода



# Ти особливий!

(або теорія множинного інтелекту Говарда Гарднера)

Кожна людина – унікальна і наділена якимись здібностями. Важливо ці потенційні нахили виявити в собі й розвивати. **Американський психолог Говард Гарднер у 90-х роках минулого століття обґрунтував ідею про те, що зводити визначення інтелекту дитини до простої перевірки IQ недостатньо.** Академічна успішність, безсумнівно, важлива, але настільки ж важливі й потяг дитини до малювання, музики, танців, підприємницької діяльності тощо. Всі ці нахили необхідно враховувати, визначаючи потенціал дитини. Так виникла теорія множинного інтелекту, яка доводить, що у дитини можуть домінувати 1 або 2 з 8 типів інтелекту.

“

**Хоча всі нормальні індивідууми тією чи іншою мірою здатні проявляти всі різновиди інтелекту, кожен індивідуум характеризується унікальним поєднанням більш і менш розвинених інтелектуальних здібностей**

Говард Гарднер

Визначення переваги того чи іншого виду інтелекту допоможе спрогнозувати подальший успіх у роботі або просування в кар'єрі. Як аргументи для своєї теорії психолог наводив приклади історій, коли люди мали високі показники в навчанні в шкільні та студентські роки, але не досягали найменших успіхів у кар'єрі, і навпаки – менш успішні учні та студенти ставали лідерами й визнаними фахівцями з високим заробітком.

№ з/п	Тип інтелекту	Особливості виявлення
1	<b>Лінгвістичний (вербальний)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> У тебе добре розвинені мовні та мовленнєві навички;</li> <li><input type="checkbox"/> любиш читати та переповідати історії, швидко запам'ятовуєш нові слова</li> </ul>
2	<b>Логіко-математичний</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Маєш здібності до математичних обчислень і аргументації; здатний / здатна розв'язувати складні задачі та не боїшся нелегких завдань;</li> <li><input type="checkbox"/> спостережливий / спостережлива, вмієш мислити нестандартно, логічно міркувати, пояснювати, розуміти</li> </ul>
3	<b>Візуально-просторовий</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Добре візуалізуєш об'єкти й місця, з легкістю визначаєш розміри об'єктів і здатен / здатна у деталях відтворити минулі події; маєш хист до малювання, ліплення тощо;</li> <li><input type="checkbox"/> тобі легше висловлювати думки у візуальній, ніж у будь-якій іншій формі</li> </ul>
4	<b>Музичний</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Любиш не просто слухати, а й відтворювати чи навіть створювати музику (грати, співати і настукувати різні ритми тощо);</li> <li><input type="checkbox"/> маєш гарний голос, музикальний слух, почуття ритму, опановуєш гру на музичних інструментах</li> </ul>

№ з/п	Тип інтелекту	Особливості виявлення
5	<b>Тілесно-кінестетичний</b>	<input type="checkbox"/> Ти непосидючий / непосидюча, залюбки граєш у рухливі ігри, тобі подобаються тренування та спортивні змагання, можеш добре координувати рухи свого тіла
6	<b>Екзистенційний</b>	<input type="checkbox"/> Тобі ніколи не нудно на самоті, вважаєш себе доволі самостійним / самостійною та здатним / здатною ухвалювати рішення, завжди наполегливий / наполеглива в досягненні мети та вкрай рідко сумніваєшся в правильності ухвалених рішень
7	<b>Міжособистісний</b>	<input type="checkbox"/> Комунікабельний / комунікабельна, маєш багато товаришів, любиш проводити час з друзями, легко спілкуєшся та знаходиш спільну мову з різними людьми; <input type="checkbox"/> виявляєш чуйність та прагнеш допомагати іншим
8	<b>Натуралістичний</b>	<input type="checkbox"/> Тебе цікавлять різноманітні природні явища, приваблюють прогулянки в парках, біля річок і всюди, де немає асфальту; <input type="checkbox"/> цікавишся садівництвом, доглядом за тваринами, любиш природу та небайдужий / небайдужа до проблем екології

Зрозумій, до чого саме ти маєш хист, плекай, розвивай свій таланти, і тобі легше буде знайти своє призначення в майбутньому.

## Не марнуй часу дарма! Будь жадібним до знань!

---

За останній рік стрімко зріс попит на проходження різноманітних курсів. До речі, дослідження свідчать, що ті, хто мають стабільну роботу, частіше цікавляться курсами з особистісного розвитку; ті, хто перебувають в пошуку роботи, акцентують увагу на вивченні цифрових навичок – таких як аналіз даних, інформатика та інформаційні технології.

А тепер пригадай: чи завжди ти уважно слухаєш пояснення вчителів, береш активну участь в обговоренні нового матеріалу на уроках? Можливо, ти втрачаєш щось важливе й потрібне в майбутньому, те, що пізніше доведеться опанувати на курсах? Погодься також із тим, що розширення твого уявлення з тієї чи іншої сфери знань допоможе тобі визначитися зі схильністю до певних наук.



**Слово «криза», написане китайською мовою, складається з двох ієрогліфів: один означає «небезпека», інший – «можливість»**

Джон Кеннеді

## Вправа «Я вмію»



1. Склади перелік власних умінь, талантів мінімум з 10 пунктів.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Обери серед записаних 5 таких, реалізовувати, виконувати які тобі подобається.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

3. Серед обраного виокрем 1 або 2 вміння, що вирізняють тебе з-поміж інших (це вміє робити не так багато людей, або ти робиш це набагато краще за інших).

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

