Не «кем быть?», а «как выбирать?»

Карта готовности к образовательному и профессиональному выбору · бланк для класса

Отмечай один ответ у каждого утверждения. Здесь нет правильных ответов — важно увидеть, что тебе уже известно и что ещё хочется исследовать.

Да — 2 балла Частично — 1 балл Пока нет — 0 баллов

Утверждение	Да	Частично	Пока нет
1. Я понимаю себя			
1. Я могу назвать 3–5 занятий, которыми мне действительно интересно заниматься.	☐	☐	☐
2. Я понимаю, какие задачи у меня получаются лучше других.	☐	☐	☐
3. Я знаю, какие условия работы и учёбы для меня важны.	☐	☐	☐
4. Я могу привести примеры своих сильных сторон не словами, а конкретными ситуациями.	☐	☐	☐
5. Я понимаю, что мне точно не подходит.	☐	☐	☐
2. Я исследую возможности			
6. Я знаю не только названия профессий, но и понимаю, что люди в них реально делают.	☐	☐	☐
7. Я изучаю несколько направлений, а не останавливаюсь на первом варианте.	☐	☐	☐
8. Я понимаю, какие профессии существуют рядом с интересующей меня сферой.	☐	☐	☐
9. Я изучаю требования к специалистам и реальные вакансии.	☐	☐	☐
10. У меня был разговор с людьми, которые работают в интересующих меня областях.	☐	☐	☐
3. Я пробую			
11. У меня есть опыт участия в проектах, связанных с интересующим меня направлением.	☐	☐	☐
12. У меня есть опыт решения профессиональных задач — реальных или похожих на реальные.	☐	☐	☐
13. У меня есть опыт посещения предприятий, мероприятий, мастер-классов или профессиональных проб.	☐	☐	☐
14. После проекта, мастер-класса или другого занятия я могу сказать, что мне понравилось делать, а что — нет.	☐	☐	☐
15. Я понимаю, что ещё хочу попробовать до принятия решения.	☐	☐	☐

Продолжение карты

Утверждение	Да	Частично	Пока нет
4. Я могу объяснить свой выбор			
16. Я могу объяснить, почему рассматриваю именно это направление.	☐	☐	☐
17. Я понимаю плюсы и ограничения этого выбора.	☐	☐	☐
18. Мой выбор основан не только на мнении родителей, друзей или блогеров.	☐	☐	☐
19. У меня есть минимум один альтернативный вариант.	☐	☐	☐
20. Я понимаю, какую информацию мне ещё нужно собрать.	☐	☐	☐
5. Я вижу маршрут			
21. Я знаю несколько способов прийти в интересующую сферу.	☐	☐	☐
22. Я понимаю разницу между СПО, вузом и другими вариантами подготовки.	☐	☐	☐
23. Я знаю, какие предметы и экзамены нужны.	☐	☐	☐
24. Я понимаю, какие навыки могу начать развивать уже сейчас.	☐	☐	☐
25. Я знаю свой ближайший следующий шаг.	☐	☐	☐

Мой профиль

Понимаю себя ____ / 10

Исследую возможности ____ / 10

Профессиональные пробы ____ / 10

Объяснение выбора ____ / 10

Образовательный маршрут ____ / 10

Сложи баллы в каждом разделе. 8–10 баллов — уже есть опора; 4–7 и 0–3 балла — темы, которые можно исследовать дальше. Общий балл не определяет профессию.

Общий балл: _____ / 50

Что уже есть

_____

_____

_____

Что стоит усилить

_____

_____

_____

Мой следующий шаг

- ☐ Поговорить с человеком о его профессии
- ☐ Изучить три варианта обучения
- ☐ Сравнить два направления
- ☐ Пройти профессиональную пробу
- ☐ Разобрать свои сильные стороны
- ☐ Пройти профориентацию с карьерным консультантом

Об эксперте и профориентации

Светлана Филатова — карьерный консультант, профориентатор и HR-эксперт. 25+ лет в HR, 20+ лет в руководящих ролях, 9+ лет частной практики.

Профориентация для подростков 14–18 лет — три консультации, чтобы исследовать интересы и сильные стороны, обсудить возможные направления и наметить образовательный маршрут. Решение о выборе остаётся за подростком.

Связаться со Светланой Филатовой: Telegram @Filatova_career · MAX и другие способы: filatova-career.ru/contact.html