

# БЕСПЛАТНАЯ ЧАСТЬ.

Привет!

Я – Аристо, первый в мире виртуальный профконсультант.

Я тот, кто ответит на вопросы «Чем тебе стоит заниматься? Какую профессию выбрать?» **Здесь надо сказать доходчиво и лаконично о чем пойдет речь.**

Мир меняется..

Мир уже изменился...

Каждый год исчезают профессии и специальности и появляются новые...

Как выбрать дело своей жизни? Дело, которое будет «по душе»? Дело, которым ты будешь заниматься легко и с удовольствием, обеспечивая себе достойную жизнь?

Мировые тенденции рынка, технический прогресс, глобализация ведут к тому, что конкуренция между людьми возрастает. При этом количество рабочих мест сокращается, как и оплата труда. Для человека, желающего добиться успеха на профессиональном поприще, важно думать на перспективу, правильно оценивать свои шансы и сделать верную ставку в выборе своего дела.

# Мифы выбора профессии

Любой человек, выбирающий профессию обычно имеет некоторые убеждения по этому поводу, вот они.

Какие из них близки тебе?

1. Я все могу! Я могу сделать все и сразу.

2. Нужно выбрать то, что доходно и престижно.

3. Близкие (друзья, родственники) знают меня и помогут с выбором.

4. Нет смысла обращаться к профессионалам

5. Можно выбрать «за компанию».

6. Хобби не может быть работой. Мои интересы менее важны при выборе.

7. Так много профессий! Не знаю что и как выбрать.

*При нажатии на какой-то блок появляется расшифровка этого блока.*

Все эти убеждения только ограничивают твой выбор!

Моя цель – сделать твой выбор проще, понятнее и легче!

Ответь на мои вопросы и я подскажу, в какую сторону двигаться дальше.

# Расшифровка блоков мифов-убеждений

1. Одно из опасных заблуждений заключается в стремлении сделать все, что можно, попробовать осуществить на практике все свои идеи. Это подростковая мечта, потому что это приводит к распылению сил, что непродуктивно. Надо преодолеть в себе это, человека хватящегося за все. Я не могу работать по всем специальностям сразу, блистать во всех видах искусств, отстаивать все позиции подряд, заниматься всеми видами спорта. Я должен сделать выбор. Надо уметь ограничивать себя, ставить для себя пределы. Реализация себя неотделима от самоограничения.

Как сказал, один молодой человек: **«В детстве мне говорили, что я могу заниматься чем угодно и я поверил в это. А потому меня нет ни малейшего представления о том, чем заняться.»**

2. Заблуждение состоит в том, чтобы рассматривать престижную профессию саму по себе как источник дохода - дескать, деньги достаются просто за то, что человек ею обладает. Тут нужно понимать следующее.

Во-первых, оплачивается ведь не профессия, а должность, то есть выполнение конкретных функций в той или иной организации. Конечно, потенциальный уровень доходности в разных областях деятельности различается, но дело здесь, прежде всего не в профессии как таковой, а в месте работы человека, его статусе, уровне мастерства, балансе спроса и предложения на рынке труда.

Во-вторых, те профессии, что воспринимаются как престижные, на самом деле далеко не обязательно самые доходные. Ведь желающих заниматься ими обычно оказывается гораздо больше, чем реально требуется. Так, к примеру, средний уровень доходов квалифицированных рабочих в последние годы выше, чем экономистов или юристов, однако сравните конкурсы на обучение этим специальностям...

Кроме того, само понятие «престижность» весьма относительно: оно зависит от круга общения (в глазах разных людей престижными видятся совершенно разные виды труда) и довольно быстро меняется со временем.

3. Здесь две стороны одной медали. С одной стороны действительно родители тебе могут навязывать лично свои решения, в которых сами когда-то не реализовались, либо просто могут заблуждаться, быть подвергнуты стереотипам. Но есть и другая сторона, эко когда они знают ваши особенности лучше вас самих, ведь может со стороны быть виднее порою. Также друзья и знакомые, с одной стороны могут помочь советом так как имеют личный опыт, так и не помочь, ведь они не осведомлены о ваших мотивах.

# Расшифровка блоков мифов-убеждений

4. Так уж повелось, что давать советы, в том числе и по поводу вопроса «кем быть», очень любят люди. Тем не менее, обоснованно порекомендовать что-то в такой серьезной сфере, как профессиональное самоопределение, можно только при совпадении нескольких условий.

Это: знание специфики тех профессий, о которых идет речь, а также ситуации на рынке труда; знание индивидуально-психологических особенностей того, кто совершает выбор; понимание сути психологических проблем, возникающих на разных этапах профессионального самоопределения.

Понятно, что обоснованно рассуждать об этом может либо специально подготовленный профессионал (специалист по профориентации, работник службы занятости), либо тот, кто очень хорошо знает вас и знаком на собственном опыте с определенной группой профессий. В этой позиции стоит уходить от личной ответственности за принятие решения. Но иногда, кстати, такой выбор может оказаться успешным - ведь в компании чаще всего собираются люди, способности и интересы которых в значительной степени совпадают. Однако это именно элемент везения-невезения, а не следствие осознанного и осмысленного решения.

6. Это не так! Очень много примеров как раз обратной ситуации! Когда хобби становится делом жизни.

При выборе профессии как нигде и никогда важно учитывать свои природные склонности и таланты.

Для успеха в жизни важнее развивать свои сильные стороны, усиливать свои достоинства, нежели работать над устранением недостатков. К тому же, человек, использующий свои преимущества находится в явно выигрышной ситуации!

7. Большинство молодых людей, размышляющих о дальнейших образовательных планах или о трудоустройстве, вообще очень мало осведомлены о том, какие бывают профессии и чем занимаются их представители. В результате ребята оказываются в ситуации выбора «кота в мешке».

Анализируя, подходит ли вам та или иная профессия, в первую очередь необходимо найти информацию о том, как, собственно, складывается типичный рабочий день ее представителей, сколько времени на какую конкретно деятельность они тратят. Сущность ведь не в названии профессии, а в том, что именно и в каких условиях предстоит делать.

Важно задуматься и над такими вопросами. Какие требования профессия предъявляет к способностям человека и что за противопоказания имеет, какой уровень подготовки необходим для овладения ею, где ее можно получить, дает ли она перспективы карьерного роста и с чем именно они связаны, востребована ли профессия на рынке труда.

Кто ты? Еще не определился с выбором профессии? Не доволен сделанным выбором профессии?

Или хочешь перемен?

Еще не определился и хочу  
выбрать

Есть ли занятия, которыми  
тебе нравится заниматься?



Тебе нужно оценить свои  
природные таланты и  
способности, также что  
тебе мешает найти дело и  
подобрать профессию с  
учетом этой информации.

Твоя история похожа на  
историю МарииС,  
  
История рассказывается  
голосом, другого человека

Хочу изменений в имеющейся карьере, профессии

Тебе нравится то дело, которым ты занимаешься  
сейчас?



Хотел бы узнать, как стать более  
успешным?

Тогда нужно оценить свои природные  
таланты и способности, понять какие  
свои сильные стороны ты мог бы  
развивать.

Твоя ситуация напоминает мне  
ГригорияН, смотри:

История рассказывается голосом,  
другого человека



Хотел бы заниматься чем-то  
другим?

Тогда нужно оценить свои  
природные таланты и способности  
и подобрать новую профессию с их  
учетом.

Твоя ситуация знакома многим,  
например СветланаА рассказала:

История рассказывается голосом,  
другого человека

Эта история о том, чтобы быть успешным востребованным специалистом и при этом,  
заниматься интересным лично для себя делом. Подбирая профессию нужно учитывать и  
свои личные склонности и желания, а также те возможности, которые предлагает  
окружающий мир.

# История 1

- История Марии С.

После школы мне было все равно куда поступать... Родители посоветовали в Университет, факультет иностранных языков. 5 лет английского и арабского языков... Интересно конечно, но кто я в итоге: человек, читающий Шекспира в оригинале? И кому это надо? Языки – это хорошо, но как иностранный язык – это показатель образованности человека, но еще не профессия.

Мои сокурсники пошли кто куда: от воспитателей, до менеджеров по продажам. А я сидела без работы: детей боюсь, большие компании для меня. Как то подруга спросила: а к чему душа лежит и чего хочется?

Моим любимым занятием и правда является чтение книг в оригинале. Люблю посидеть с друзьями, в тесном кругу. Выйти и что-то кому-то вещать - точно не для меня. После размышлений-метаний, я выбрала литературный перевод. В итоге: работаю из дома, в спокойной обстановке, читаю и перевожу художественную литературу. Для меня это - то самое счастливое сочетание работы и хобби!

# История 2

- История Григория Н.

Я работал инженером по ремонту полиграфической техники. Это такие машины, которые печатают газеты, буклеты и т.д. В своей области стал экспертом, мне подкидывали самые сложные случаи ремонта.

А на досуге почитывал новости из мира ИТ, вспоминал, как в вузе ночами проектировал сети...

Однажды в кругу друзей речь зашла о работе. И многие говорили, что надоело, рутина и т.д. У каждого она своя. Один ИТ-администратор рассказал о своих проблемах. Я тогда подумал: «Вот это куда интереснее!» В моей работе такие проблемы тоже регулярно встречались и обычно я передавал их ребятам в другой отдел. А тут подумал, а почему бы самому не разобраться? Да, ушло время на то, чтобы подучиться, набить шишек. Зато теперь я не только эксперт, но и спец, который реально решит проблему клиенту. Понятно, это отразилось и на зарплате и положении в компании.

# История 3

- История Светланы А.:

Я работала руководителем небольшого отдела. Создала его с нуля, выстроила все процессы. И через пару лет начала скучать... Внешне все прекрасно: люди работают, руководство довольно. А внутри пустота...

Стала задумываться об увольнении. Вот только куда? Та же сфера? Тогда я задала себе вопрос: а чем мне нравится заниматься на своем месте? Ответ был на поверхности: я с удовольствием подбирала людей и занималась их обучением. И это было примерно 10% моей работы.

Я нашла хороший курс обучения, нашла новое место работы в области управления персоналом. Через пол-года после принятия решения я получила работу своей мечты и летела на работу с горящими глазами.

Поворотным пунктом в моей истории стал заданный вопрос: что из того, что я делаю мне нравится больше всего. Вот так один правильный вопрос спас мою карьеру.

# Тест Климова

- Давай начнем подбор. Для начала, оцени, какие сферы деятельности тебе нравятся. Я буду задавать тебе вопросы, отвечай, не задумываясь долго над ответом. Если тебе нравится – выбирай этот ответ.
- **Здесь идет тест из 20 парных вопросов.**

Ты выбрал профессии, связанные с взаимодействием человека и .....

- Это значит ...

### Профессии человек – человек

В основе этих профессий - эффективное взаимодействие между людьми. Все, что связано с обучением, воспитанием, а также с управлением людьми относятся к группе профессий человек-человек.

### Профессии человек - техника

В основе этих профессий – взаимодействие с техникой, различными техническими объектами и их свойствами. Техника представляет широкие возможности для новаторства, выдумки, творчества, изобретательства.

### Профессии человек - природа

Профессии, связанные с растительными и животными организмами и условиями их существования, с техникой, основанной на биологических, сельскохозяйственных науках. Исследование, изучение и использование природных ресурсов, уход за животными и растениями, их лечение.

Тебе стоит обратить внимание на профессии типа: врач, медсестра, учитель, воспитатель, официант, юрист, продавец, парикмахер, экскурсовод, журналист. Эти профессии имеют особую социальную значимость. Они требуют от человека отличных коммуникативных навыков, терпения и требовательности, умения брать ответственность на себя, контролировать свои эмоции.

Тебе стоит обратить внимание на профессии типа: инженер, мастер по ремонту техники, техник-металлург, инженер-механик, архитектор, электромонтажник, радиомеханик, строитель, сборщик компьютеров, специалист по телекоммуникациям. Профессии этой группы требуют от человека сочетания практического склада ума и творческих способностей, точности, хорошего здоровья.

Тебе стоит обратить внимание на профессии типа: микробиолог, фитопатолог, селекционер, зоотехник, ветеринар, кинолог, растениевод, геолог, охотовед, эколог, мелиоратор. Чтобы быть успешным в этой деятельности, необходимо быть сильным и выносливым, заботливым и терпеливым, не бояться трудностей и не ждать быстрых результатов.

## Профессии человек – знаковая система

К этой группе относятся все профессии, связанные с использованием устной и письменной речи, работой с документами и цифрами. Предметом труда для этих профессий является "знаковая система", то есть вся информация, которую можно представить в виде текстов, формул, знаков, кодов, графиков, диаграмм и чертежей.

Тебе стоит обратить внимание на профессии типа: экономиста бухгалтер, лингвист, математик, программист, нотариус.

Профессии этой группы предъявляют особые требования к мышлению, памяти и вниманию человека.

## Профессии человек – художественный образ

К этой группе относятся профессии, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью. Создание произведений искусства — особый процесс.

Тебе стоит обратить внимание на профессии типа: художник, поэт, композитор, декоратор, дизайнер, стилист, модельер.

Для освоения творческих профессий мало одного желания — необходимы творческие способности, талант, трудолюбие.

# Переход к платной версии

Ты определил группу профессий, которые могут тебе подойти. Это первый, примерный подбор. Ты можешь остановиться на этом или провести детальный подбор профессии.

Что дальше?

Я предлагаю пройти тебе индивидуальный, более тонкий, подбор профессии.

В ближайшее время ты получишь:

- развернутое описание твоих талантов, на что ты способен
- твои сильные стороны и
- список профессий, подходящих тебе
- рекомендации, что делать, чтобы получить желаемую профессию
- советы, как преодолеть препятствия на пути изменений

Индивидуальный подбор  
профессии

Завершить подбор профессии

# Переход к платной версии

Привет! Рад снова встретиться с тобой!

Наша консультация продлится примерно 2 часа.

По возможности, выбери удобное место, где ты сможешь спокойно сосредоточиться на нашей беседе.

В любой момент ты можешь прерваться, сохранить свои данные и вернуться к консультации позже, в течение недели.

Кстати, ты можешь записывать свои мысли в блокнотик, он в нижнем правом углу, всегда под рукой, значок клавиатура.

Также ты можешь в любой момент СОХРАНЯТЬСЯ.

До начала нашей работы, заполни небольшую анкету. После завершения ты сможешь сравнить свои ответы до и после и оценить эффективность консультации.

1. Самый важный результат для тебя \_\_\_\_\_
2. Оцени, насколько хорошо ты знаешь себя как личность: 1 (мало знаю) -----7 (отлично знаю)
3. Насколько хорошо ты знаешь, в какой сфере деятельности тебе стоит развиваться: 1 (мало знаю) -----7 (отлично знаю)
4. Насколько хорошо ты знаешь, что тебе мешает развиваться: 1 (мало знаю) -----7 (отлично знаю)
5. Насколько хорошо ты знаешь, что делать для достижения своих карьерных целей: 1 (мало знаю) -----7 (отлично знаю)

Спасибо за ответы. Твои результаты сохранены. Мы вернемся к ним в конце консультации.

# Личный тест

Мне бы хотелось побольше узнать о тебе: прошу тебя ответить на вопросы теста. Этот тест – один из самых точных, он покажет твои особенности и склонности, важные для профессионального и **карьерного** развития.

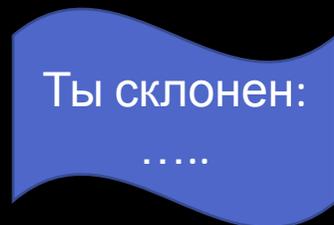
Пожалуйста, отвечай искренне, интуитивно, не задумываясь надолго над ответом.

Результат ты увидишь, как только закончить отвечать.

*Здесь идет тест на личные способности*

Спасибо за честные и искренние ответы. В разделе «...» ты можешь увидеть свой результат.

*Вариант, как вывести результаты Личностного теста*



# После Личностного теста

Узнал о себе что-то новое?

+

Ты отлично знаешь себя!  
Поздравляю! Посмотрим, что  
будет дальше

—

Да, все мы «коробка с  
сюрпризом». То ли еще будет!

# После Личностного теста

Готов продолжить?



Да, поехали

Отлично! Двигаемся дальше!



Хочу  
передохнуть

Хорошо, твои результаты  
сохранены.  
Жду тебя на следующей встрече!

# Рабочая среда

Ты узнал, к чему ты больше склонен: быть сосредоточенным в уединении или общаться с большим количеством людей, контролировать свои действия или легко плыть по течению.

Как ты думаешь, какая среда, какое окружение подойдут человеку с такими способностями и склонностями?

Напиши свой ответ:

Место работы.

В каком месте тебе комфортно работать?

*Например: тихое, спокойное, никто не беспокоит, шумная обстановка ... на природе...*

Условия деятельности.

Каков темп работы, уровень активности, новизны?

*Например: задачи быстро сменяют друг друга, один день не похож на другой. Постоянно происходит что-то новое: новые люди, новые идеи. Все кругом крутится, вертится!*

Люди.

Какие люди окружают тебя?  
Какие отношения между коллегами?

*Например: все – одна команда, плохо одному – плохо всем. Все помогают друг другу.*

Спасибо за ответы, они сохранены здесь. Мы обязательно учтем их при подборе профессии.

# Переход к тесту Темная сторона

Я хочу тебе рассказать одну историю.

Каждый день птица находила себе укрытие в ветвях сухого дерева, стоявшего посреди огромной необитаемой пустыни. Но однажды налетел ураган и вырвал дерево с корнем. Поэтому пришлось бедной птице пролететь сотни миль в поисках укрытия – пока она не прилетела, наконец, в сад, где журчала вода и благоухали увешанные плодами деревья. Так если бы сухое дерево уцелело, никакая сила не заставила бы птицу покинуть насиженное место.

Я часто встречаю людей, которые не делают то, что они хотят и могут по каким-то причинам. И тогда именно негативные ситуации и мысли заставляют их двигаться вперед. А если «темная сторона» внутри тебя, то она может быть твоим источником энергии движения. Если ты хорошо знаешь и понимаешь свою «темную сторону», тебе не нужны внешние ураганы. Ты можешь использовать свою темную сторону как ураган. Ответь на вопросы и ты узнаешь, какова твоя «темная сила».

[Здесь идет тест Темная сторона](#)

Результат теста сохранен  
[здесь](#)

«Темная сторона» каждого человека проявляется в трех направлениях:

Насколько человек самовлюблен

Насколько человек циничен и склонен к манипуляциям

Насколько человек эгоистичен и пренебрежителен к другим

# Результат теста Темная сторона

Да, у тебя есть темная сторона! Она есть практически у всех!

Если твои результаты ниже 50% - твоя светлая сторона сильнее и ты почти всегда держишь свою темную силу в узде.

Если твои результаты выше 50% - твоя темная сторона сильна! Может быть, стоит научиться контролировать ее?

Твоя самая сильная «темная сторона» - самовлюбленность.

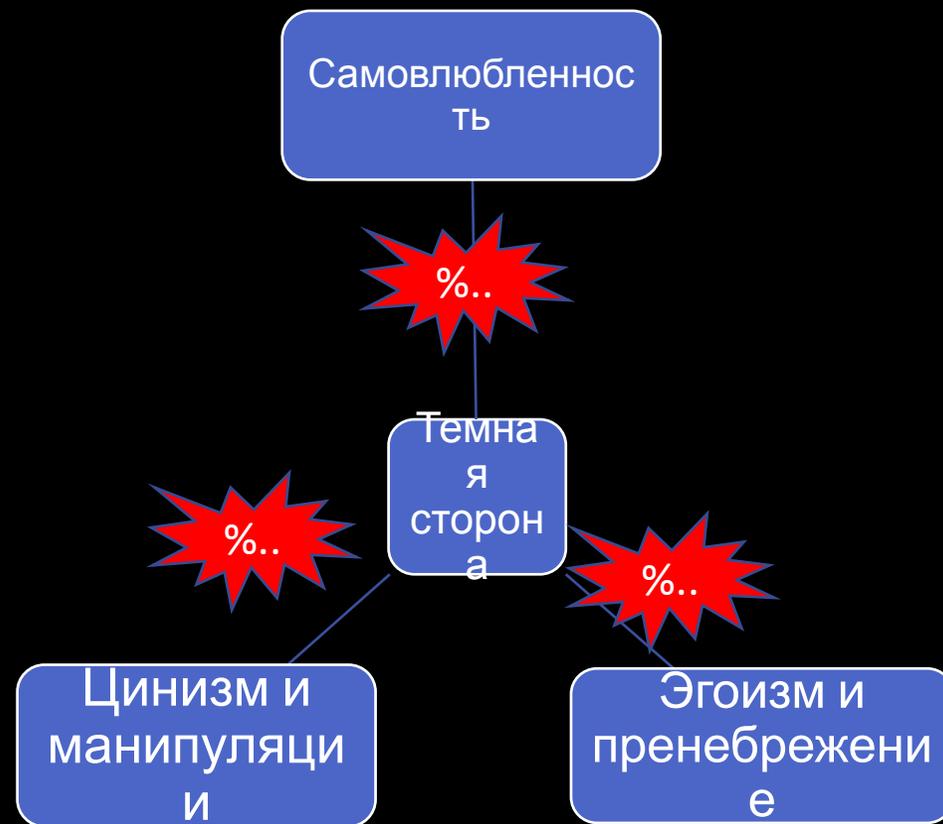
Стремление быть лучше всех, гордость, желание нравиться другим заставляют тебя двигаться вперед. Используй свою «темную сторону»: публично поспорь с кем-либо, что сможешь добиться чего-либо. И врожденная самовлюбленность будет заставлять тебя действовать активнее!

Твоя самая сильная «темная сторона» - цинизм с склонностью к манипуляциям.

Расчет, своя выгода, победа любой ценой заставляют тебя двигаться вперед. Используй свою «темную сторону»: в любой ситуации ищи самый выгодный способ достичь цели. Ты уверен, что нельзя еще эффективнее добиться желаемого!? А если подумать?

Твоя самая сильная «темная сторона» - эгоизм и пренебрежение к другим.

Вижу цель – не вижу препятствий! Если ты чего-то хочешь, ты этого добьешься! Правда, ты склонен переоценивать свои возможности. Используй свою «темную сторону»: ставь действительно стоящие и при этом достижимые цели.



# После теста Темная сторона

Вспомни, были ли ситуации, когда твоя темная сила ярко проявилась? Ситуации, когда ты действовал под влиянием своей самовлюбленности, эгоизма или цинизма? Например, один клиент рассказал, как наорал на своего коллегу из-за того, что тот публично высказал свое негативное мнение о его идее. Его темная сила – самовлюбленность – вырвалась на свободу и заставила его наорать на человека.

Вспомни, когда твоя темная сила заставила тебя сорваться, и ответь на вопросы, оценивая свой ответ по шкале от 1 до 7. 7 - ты полностью доволен, 1 – ты не доволен.

Насколько ты доволен тем, что получилось в итоге?

Насколько довольны результатом окружающие тебя людям?

Насколько тебе понравилось действовать так?

Насколько хотят окружающие продолжать взаимодействовать с тобой?

Твоя темная сторона – это мощная сила, которую ты можешь использовать во благо себе и окружающим, если ты управляешь ею. Если она бесконтрольна, то результаты ее применения – разрушительны. Я могу дать тебе рекомендации, что делать, чтобы приручить свою темную сторону. Хочешь?

Не нужно!

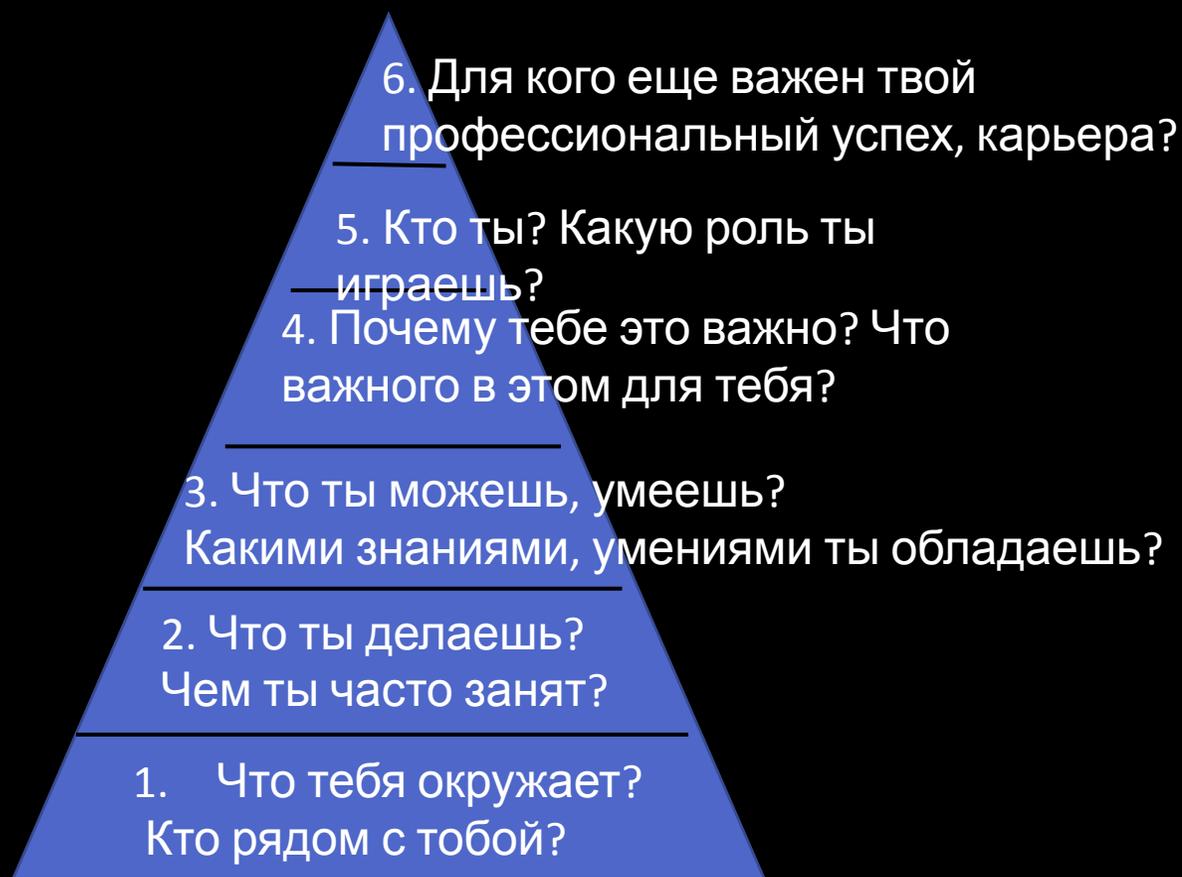
Интересно!

1. Узнай больше о своей темной стороне, изучи триаду: нарциссизм, макиавелизм, психопатия.
2. Контролируй проявления темной стороны: надень на руку браслет или кольцо. В течение дня, когда ты проявляешь свою темную сторону, переодевай украшение с одной руки на другую.
3. Веди дневник: вечером вспоминай и записывай проявления темной стороны. Как проявилась, что ты сделал и главное, как бы ты мог поступить иначе?

# Переход к ценности. Пирамида Дилтса

Итак, теперь ты знаешь на что ты способен и как использовать свою темную сторону.

Теперь скажи мне, а что для тебя важно в профессии и карьере? Что является ориентиром при принятии решений? Представь, что у тебя уже есть профессия твоей мечты, ты – профессионал, сделал карьеру. Что происходит с тобой? Напиши свои ответы.



*Вопросы появляются по очереди, написанный ответ исчезает и появляется следующий вопрос.*

*После того, как человек ответил на все вопросы, ответы появляются в виде пирамиды. Интересная картинка получилась. Она тебе нравится?*

Да!  
Хочу быть таким!

Нет!

Хочешь исправить что-то?  
Перепиши то, что тебе не нравится.

*ответы в пирамиде становятся доступными для редактирования. Человек может переписать то, что хочет.*

*После сохранения ответов, снова вопрос, нравится ли получившаяся картина.*

# Промежуточные результаты

- Итак, теперь ты знаешь на что ты способен. Смотри, вот кратко твои результаты:

Твои склонности

*Кратко: результаты Личностного теста*

Твоя «темная сила»

*Кратко: результаты теста Темная сторона*

Твоя предпочтения:  
роль, ценности,  
окружение

*Кратко: результаты пирамиды Дилтса и описание окружения*

Предпочтение  
к профессиям типа

*Кратко: результаты теста Климоза*

Приступаем в выбору профессий. Я - последняя модель искусственного интеллекта, в моей памяти более 400 различных профессий и я владею разными алгоритмами подбора профессии.

Ты последовательно пройдешь 3 этапа. Мы начнем с самого простого подбора, а затем немного усложним его. Все твои ответы я соберу и проанализирую. В итоге ты получишь ответ, который поможет сделать окончательный выбор. Кстати, тебе не обязательно проходить все 3 этапа. Возможно, ты получишь свой ответ раньше!

Готов двигаться дальше?

Да, поехали

Хочу  
передохнуть

# 1й этап, Воронка профессий

1 этап подбора.

Выбор профессии будет проходить в несколько этапов. На каждом из этапов тебе нужно выбрать те области/профессии, которые тебя интересуют, нравятся. В итоге я проанализирую все твои выборы и мы решим, какие виды деятельности тебе подходят больше всего. Кроме того, я покажу, чему тебе нужно научиться, чтобы стать успешным в выбранном деле.

1й шаг

Посмотри, здесь представлен список сфер деятельности, выбери интересные тебе области. Отметь галочкой любое количество пунктов, а затем жми далее.

2й шаг

В каждой сфере деятельности есть разные профессии. Отметь галочками те из них, которые тебя интересуют, а затем жми далее.

3й шаг

Вот список выбранных тобой профессий.

Нажав на каждую из них ты увидишь описание профессии, требования к знаниям и умениям и рекомендации, с чего начать, чтобы овладеть этой профессией.

Прочти описание профессий и выбери 1 – 3, наиболее интересные тебе.

# Промежуточные результаты

Вот лидеры твоего личного рейтинга профессий:

1 профессия – описание – требования

2 профессия – описание – требования

Сравни выбранные профессии и твои личные склонности.

С точки зрения требований, какая профессия позволит тебе наиболее полно раскрыть твои способности и быть успешным?

Выбери один вариант:

1 профессия

2 профессия

3 профессия

Поздравляю! Выбор сделан

Доволен полученным результатом?

да

Остались сомнения

Отлично, тогда заканчиваем с подбором и идем дальше!

Перейти на 2й этап подбора

А вот твои предпочтения, склонности, ценности и пожелания к рабочей среде.

*Переход к планированию*

*Переход к 2му этапу*

# 2й этап подбора профессии

Выбирая дело себе по душе не обязательно выбирать только одну какую-то область или профессию. Можно находить любимое дело, смешивая интересные сферы деятельности.

Вот история моего знакомого, Петра Ш.:

Я всегда хотел летать. В школе занимался авиамоделированием, потом прыгал с парашютом. А когда пришло время поступать, оказалось, что у меня плохое зрение и я не прошел медкомиссию. Очень расстроился. А потом подумал: ну хорошо, летать я не могу. Но ведь могу заниматься чем-то еще в авиации. В итоге, я занимаюсь предполетной подготовкой самолетов, руковожу бригадой инженеров. И авиамоделирование пригodiлось и мечта о самолетах сбылась!

Я предлагаю тебе еще раз выбрать интересные профессии. А потом я покажу тебе, какие есть профессии на стыке интересных тебе видов деятельности.

Например, ты отметил: банковская деятельность и PR. Вариантами профессии будут: **Специалист по маркетингу** или **PR Менеджер в банке**.

Готов  
попробовать?

да

Нет, нужен  
перерыв

*Переход к воронке профессий, с предложением выбрать несколько вариантов.*

*Итоговый вариант понравившихся профессий предлагаем сохранить.*

Хорошо, все твои результаты будут сохранены. До встречи!

# 3й этап подбора

Доволен полученным  
результатом?

да

Отлично, тогда заканчиваем с подбором  
и идем дальше!

*Переход к  
планированию*

Остались  
сомнения

Перейти на 3й этап

*Переход к 3му  
этапу*

Давай попробуем определить, что тебя привлекает в деятельности.

Сейчас ты выберешь 2 сферы деятельности, а я скажу тебе, что их объединяет. Так мы определим тот фундамент профессии, основу, которая для тебя важна. И далее мы сможем подобрать тебе профессию с учетом этого фундамента.

Например, ты выбрал понравившиеся сферы деятельности: банковская и маркетинг.

Фундамент профессии: создание услуг, вещей. Т.е. тебе важно выбирать профессии, в которых ты сможешь что-то создавать.

Варианты профессий: **менеджер услуг банка, финансовых организаций, дизайнер в отделе PR в кредитной организации.**

*Переход к выбору сфер деятельности и основ*

# Промежуточный результат, после 1, 2 подбора и основ

Смотри, что у тебя получилось:

Результат 1го этапа

Результат 2го этапа

Основа

Какой из результатов этапов ты оставишь?

1-ый этап

2-ой этап

Все этапы

Хочу  
изменить?

Твой результат: рекомендуемая профессия

Отлично, тогда заканчиваем с подбором  
и идем дальше!

Отлично, возвращаемся на 1й этап.

# После определения профессии, план действий

Что ты готов сделать, чтобы стать успешным в новой профессии?

Я хочу тебе предложить спланировать твои действия, чтобы развиваться в выбранном направлении.

Смотри, вот подробное описание профессии, требований к знаниям и умениям специалиста, а также подсказка, что ты можешь сделать, чтобы получить нужную профессию

Отметь те знания и умения, которыми ты уже владеешь на среднем уровне и жми далее.

*После того, как человек отметил все параметры, появляется список того, что он не отметил (т.е. то, что он не знает, не умеет)*

Смотри, а вот список того, чему тебе нужно научиться, чтобы работать в этой профессии. Подумай, что и когда ты можешь сделать, чтобы освоить новое. Напиши, что и когда ты сделаешь, используя подсказку «первых

Нужно научиться	Что сделаю	Когда сделаю
1		
2		
3		

п р о ф е с с и я	специалист знает, умеет	Первые шаги
	1	
	2	
	3	
	4	
	5	
	6	

Отлично! Ты составил план реализации своей мечты!

Проверь, реальный ли это план? Ты действительно все это можешь и успеешь сделать?

Если хочешь, внеси правки в свой план.

# Переход к тесту Внутренние препятствия

Я знаю многих людей, которые выбрали профессию, составили план и тем не менее не реализовали его.

Я хочу, чтобы ты сам оценил свою готовность действовать: по шкале от 1 до 7, где 1 – не готов, 7 – абсолютно готов.

И если ты чувствуешь недостаточную уверенность, я предлагаю тебе подумать, что останавливает тебя? Что мешает начать путь к своей мечте?

Готов действовать  
сейчас!

Хочу разобраться с препятствиями!

Разобраться с внутренними препятствиями – значит понять, что тебе мешает действовать, переходить от планов к конкретным шагам. Чтобы узнать, что мешает тебе, я задам тебе несколько вопросов. Пожалуйста, отвечай, не задумываясь на долго.

*Тест Внутренние препятствия*

Твои результаты сохранены. Смотри:

# После теста про внутренние препятствия

Тебе помогает:

1...

2...

Тебя тормозит:

1...

2...

*В блоках перечислены характеристики, набравшие минимум баллов по тесту. На каждый блок можно нажать и получить расшифровку, см след. слайд.*

*В блоках перечислены характеристики, набравшие максимум баллов по тесту. На каждый блок можно нажать и получить расшифровку, см след. слайд.*

Теперь ты знаешь о том, что тебя драйвит и что тормозит, а кроме того, ты получил рекомендации, как работать с мешающими тебе «якорями». Все в твоих руках, я верю ты можешь справиться с ними.

Это завершающий этап работы. Давай подведем итоги.

*Переход к завершению*

# Расшифровка результатов теста

характеристика	Название сильной стороны и расшифровка для сильной стороны	Название препятствия и расшифровка для препятствия
Недостаток мотивации	<b>Высокая мотивация, готовность действовать</b> Ты готов принять решение о выборе профессии и готов приступить к выполнению своего плана изменений.	<b>Недостаток мотивации</b> Ты не хочешь принимать решение сейчас или у тебя есть убеждение, что нет необходимости тратить время и силы на выбор профессии, поскольку жизнь сама приведет к правильному решению. <b>Мой совет:</b> 1. Спроси у успешных коллег или друзей, как они принимали карьерные решения? Что они переживали в этот момент? Какие у них были сомнения? И почему они все-таки приняли решения изменить свою карьеру? Обрати внимание, что у других возникали такие же проблемы как у тебя, но они все-таки приняли решение быть активными. И вот, посмотри, какого результата они достигли. 2. Подумай: если ты решишься действовать, что изменится в жизни? Кому станет лучше? Какие новые возможности у тебя появятся? Запиши свои ответы в блокнот. <i>Переход к модели GROW</i> 3. А еще, подумай вот над какими вопросами:

# Модель grow

*Аристо последовательно задает вопросы.*

*После того, как пользователь записывает ответ на вопрос, он исчезает и задается следующий вопрос.*

*Ответ на первый вопрос частично написан!!!*

*После последнего ответа, все ответы появляются в виде квадрата.*

*После того, Аристо говорит:*

1. Чего ты хочешь? К чему стремишься?  
Опиши свою цель:

Выбрать профессию,  
которая \_\_\_\_\_

2. В какой ситуации ты находишься сейчас? Что уже сделал? Опиши текущую ситуацию:

\_\_\_\_\_

3. Какие возможности у тебя есть? Какие ресурсы ты можешь использовать? Опиши, свои возможности:

\_\_\_\_\_

4. Что ты сделаешь для достижения цели?  
Опиши свои действия:

\_\_\_\_\_

Легко ли тебе было отвечать на вопросы о достижении цели? Если тебе сложно было отвечать на вопросы, подумай, может цель тебя не вдохновляет? Тогда может быть, стоит изменить цель? Посмотри еще раз на свои ответы. Если это действительно твоя цель, то просто иди и делай!

характеристики	Название сильной стороны и расшифровка для сильной стороны	Название препятствия и расшифровка для препятствия
<p>Дисфункциональные мифы (Rd)</p>	<p><b>Отсутствие предубеждений</b> У тебя нет предубеждений относительно профессий и карьеры. Например: ты точно не согласен с утверждением, что профессию выбирают один раз и на всю жизнь.</p>	<p><b>Предубеждение о карьере и профессии</b> У тебя могут быть предубеждения по поводу карьеры, которые останавливают тебя. Ниже я перечислю основные. Подумай, какое из них верно для тебя.</p> <p><b>1. карьера решит личные проблемы.</b> Да, личные проблемы очень важны и ты можешь сперва разобраться с личными вопросами, а потом заниматься карьерой. Но это совершенно разные области жизни и не нужно их смешивать.</p> <p><b>2. есть идеальная карьера, которая может удовлетворить все чаяния.</b> Человек- многогранное существо. Ты можешь быть врачом и в свободное время рисовать или ходить в поход. Ты можешь сам определить, насколько разнообразной будет твоя жизнь. Ты меняешься и твоя карьера тоже меняется.</p> <p><b>3. выбор профессии – пожизненное обязательство.</b> Посмотри на свою профессиональную жизнь людей вокруг тебя. Многие ли из них один раз выбрав профессию всю жизнь работают в ней? Наверняка, среди твоих знакомых есть те, кто долго работают, но глубоко не разбираются в предмете, а есть те, кто пришли в профессию и быстро освоились. А есть ли среди твоих знакомых те, кто круто изменил свой путь? Путь человека в профессии больше зависит от того, что времени, которое он находится в профессии. И принять решение об изменении этого пути можно в любой момент.</p>

# Методика К.Байрон Работа

Выбери какое-либо утверждение, которое тебе кажется наиболее верным.

А теперь ответь на вопросы:

1. Правда ли это? **Может здесь примеры привести?** \_\_\_\_\_

2. Ты действительно точно знаешь, что это правда? **Может здесь примеры привести?** \_\_\_\_\_

3. Как ты действуешь, если веришь, что это правда? Приведи примеры из своего опыта. **Может здесь примеры привести?**

4. Как бы все сложилось, если бы ты не верил в это? \_\_\_\_\_ **Может здесь примеры привести?** \_\_\_\_\_

Обрати внимание, что стоит только изменить, веришь ты или не веришь в это утверждение, как твоя оценка ситуации меняется и твои действия становятся другими.

Так стоит ли придерживаться этого убеждения? Оно помогает или тормозит тебя?

Ты можешь проанализировать все утверждения самостоятельно, просто запомни эти 4 вопроса.

характеристика	Название сильной стороны и расшифровка для сильной стороны	Название препятствия и расшифровка для препятствия
Недостаток знаний о процессе принятия карьерных решений (Lp)	<p><b>Знание, как выбрать профессию</b></p> <p>ты точно знаешь то, как правильно принять решения, в частности какие предпринять шаги для успешной карьеры</p>	<p><b>недостаток знаний о последовательности шагов, связанных с принятием карьерных решений.</b></p> <p><b>мой совет:</b> найди человека, который принимал похожие карьерные решения.</p> <p>Спроси какие у него были трудности с принятием решения?</p> <p>Что сподвигло его реализовать это решение прямо сейчас?</p> <p>Какие он для себя нашел мотиваторы, аргументы?</p> <p>Может быть тебе тоже подойдет такой план?</p>

характеристика	Название сильной стороны и расшифровка для сильной стороны	Название препятствия и расшифровка для препятствия
Недостаток информации о себе (Ls)	<p><b>Знание себя</b> Ты отлично знаешь себя: свои слабые/сильные стороны, способности, навыки.</p>	<p><b>Недостаток информации о себе.</b> Скорее всего ты не знаешь, чего ты хочешь - например, какие условия работы ты предпочел бы. Или сомневаешься, достаточно ли ты талантлив в определенной области, обладаешь ли ты определенными чертами личности, которые имеют значение для конкретной профессии.</p> <p><b>Мой совет:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Посмотри внимательно на результаты своих тестов, проанализируй их еще раз.</li> <li>2. Пройди глубинную диагностику, например тестирование MBTI или опросник Кеттела. Эти тесты делают глубокий анализ вашей личности. Тесты настолько точны, что использовались при приеме в некоторые подразделения военных сил США.</li> </ol>

характеристика	Название сильной стороны и расшифровка для сильной стороны	Название препятствия и расшифровка для препятствия
Недостаток информации о профессиях (Lo)	<p><b>Доступность информации о профессиях</b></p> <p>ты знаешь, что в мире множество профессий и каждый может найти несколько наиболее подходящих ему</p>	<p><b>Недостаток информации о профессиях</b></p> <p>Судя по всему у тебя мало информации о существующих вариантах карьеры: какие существуют альтернативы и / или какова каждая альтернатива.</p> <p><b>Мой совет:</b> вернись на этап подбора профессии и почитай побольше о них.</p>
Недостаток информации о способах получения дополнительной информации (La)	<p><b>Разнообразие информационных каналов</b></p> <p>тебе известно, что дополнительную информацию о профессиях можно получить разнообразными способами.</p>	<p><b>Ты не знаешь, где и как узнать о профессиях</b></p> <p>Ты не можешь найти способы получения дополнительной информации или помощи, которая может способствовать принятию решений.</p> <p><b>Мой совет:</b></p> <p>Информацию об актуальном состоянии рынка труда ты можешь получить на сайтах, посвященных поиску работы.</p> <p>Посмотри, каких вакансий много? Какие требования предъявляет работодатель? Сравни вакансии в одной области с низкой и высокой заработной платой. В чем различия требований к ним? Ты поймешь, за счет чего ты станешь высокооплачиваемым специалистом, даже если предстоит начинать с низких пинейных позиций.</p>

характеристика	Название сильной стороны и расшифровка для сильной стороны	Название препятствия и расшифровка для препятствия
<p>Ненадежная информация (Iu)</p>	<p><b>Наличие надежной информации</b> У тебя нет противоречий между самоопределением и тем как тебя видят другие люди. Например, ты знаешь, что хорошо рисуешь и другие люди тоже уверены в твоих способностях.</p>	<p><b>Ненадежная информация</b> Считаешь, что имеющаяся у тебя информация о себе или о рассматриваемых профессиях содержит противоречия. Например, могут быть противоречия между тем, как вы видишь себя, и тем, как другие воспринимают тебя, или между субъективной и объективной информацией о себе (например, если учитель рисования говорит вам, что твои картины выдающиеся, но ты считаешь, что картины посредственные).</p> <p><b>мой совет:</b></p> <p>1. Посмотри еще раз результаты тестов, которые ты проходил. Когда ты проходишь мои тесты, ты сам начинаешь лучше разбираться в себе, еще до того как я показал тебе результаты. Потому что, отвечая на мои вопросы, ты начинаешь задумываться над тем, о чем возможно не задумывался раньше. Так мы уберем многие противоречия, мешающие тебе принять решение.</p> <p style="text-align: right;"><i>Переход к оценке 360</i></p> <p>2. Ты можешь спросить своих знакомых дать тебе обратную связь: каким они видят тебя. Будь готов к тому, что, возможно, ты получишь неожиданные отзывы. Подумай, что ты можешь сделать, чтобы</p>

# оценка 360

Для понимания того, каким тебя видят окружающие можно воспользоваться простым способом: спросить их об этом.

Задай вопросы о себе:

- 1) Своим знакомым
- 2) Своим коллегам
- 3) Своим руководителям

Запиши, что они ответят тебе на вопросы и затем сам ответь на эти же вопросы:

- 1) Какие у меня есть сильные стороны?
- 2) Каковы мои зоны развития?
- 3) Что у меня получается отлично?
- 4) Какие умения мне нужно развивать?

В итоге ты получишь внешнюю оценку и можешь сравнить ее со своей оценкой и результатами тестирования. Возможно, обратная связь подскажет тебе интересные направления развития.

характеристика	Название сильной стороны и расшифровка для сильной стороны	Название препятствия и расшифровка для препятствия
Внутренние конфликты (li)	<p><b>Отсутствие внутриличностных конфликтов</b> в вопросе выбора профессии</p> <p>У вас нет внутриличностных конфликтов относительно выбора профессий</p>	<p><b>Внутренние конфликты</b></p> <p>Тебе сложно найти компромисс между многими факторами, которые ты считаешь важными (например, ты получил повышение в другом городе, но твой партнер не хочет переезжать). Внутренние конфликты могут также возникать, когда привлекательное занятие включает в себя определенный непривлекательный элемент (например, длительное обучение, необходимое для того, чтобы стать врачом), или когда несколько занятий кажутся одинаково привлекательными.</p> <p><b>Мой совет:</b></p> <p>1. В ситуации выбора ты можешь последовательно ответить на 4 вопроса:</p> <p style="text-align: right;"><i>Переход к Декартовым координатам</i></p>

# Декартовы координаты

Итак, тебе нужно принять решение:  
стоит ли выбрать предложенную мной профессию.

Проанализируй ситуацию,  
последовательно отвечая на 4 вопроса  
и затем прими окончательное решение.

Ну что, легче принять решение,  
рассмотрев все варианты?

Ты можешь применять этот метод,  
когда тебе нужно принять любое  
решение.

А пока, идем дальше.

Что ты получишь,  
если примешь  
отрицательное  
решение? \_\_\_\_\_  
—

Что ты получишь,  
если ты примешь  
положительное  
решение? \_\_\_\_\_  
—

Что ты потеряешь,  
если примешь  
отрицательное  
решение? \_\_\_\_\_  
—

Что ты потеряешь,  
если примешь  
положительное  
решение? \_\_\_\_\_  
—

характеристика	Название сильной стороны и расшифровка для сильной стороны	Название препятствия и расшифровка для препятствия
Нерешительность (Ри)	<p><b>Решительность</b> У тебя не возникает проблем с принятием решений, связанных со всеми сферами жизни</p>	<p><b>Нерешительность</b> Твои решения часто сопровождаются колебаниями и страхом неудачи. Нерешительные люди могут откладывать или неоднократно менять свое мнение, как только они приняли решение. Иногда они могут чувствовать, что им нужны другие, чтобы подтвердить свое решение или вообще хотят, чтобы за них кто-то принял решение. Общая тенденция таких людей - избегать обязательств.</p> <p>Я не приму за тебе решение и не скажу конкретно кем тебе быть, но я скажу что нужно сделать, чтобы стать более уверенным в себе.</p> <p><b>Мой совет:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнение 3 шага. Его нужно делать перед выходом с работы или откуда-то, где ты что-то сделал.</li> <li>1 ШАГ. Перед выходом с работы ты встаешь и делаешь первый ШАГ только тогда, когда вспомнишь, за что сегодня можешь себя похвалить, что ты сделал хорошего.</li> <li>2 ШАГ. Хвалишь себя.</li> <li>3 ШАГ. Делаешь шаг.</li> </ol> <p>2. Дневниковый метод В конце дня или рабочей недели, записывай в специальный блокнот, что ты делаешь полезного в профессиональной (карьерном) плане. <b>Начни хвалить себя за все решения, которые ты принял самостоятельно, за все хорошее, что ты сделал за день.</b></p>

# Список достижений

Расскажи, чем ты гордишься? Какие свои достижения ценишь?

Напиши, чем ты гордишься:

1) \_\_\_\_\_

Какие твои качества помогли тебе добиться успеха

\_\_\_\_\_

Напиши, чем ты гордишься:

2) \_\_\_\_\_

Какие твои качества помогли тебе добиться успеха

\_\_\_\_\_

Напиши, чем ты гордишься:

3) \_\_\_\_\_

Какие твои качества помогли тебе добиться успеха

\_\_\_\_\_

Обрати внимание: это твои знания, умения помогли тебе достичь желаемого. Конечно, важна помощь близких, то, как сложилась ситуация. Но ведь именно ты принял окончательное решение и начал действовать!

характеристика	Название сильной стороны и расшифровка для сильной стороны	Название препятствия и расшифровка для препятствия
Внешние конфликты (т.е.)	<p><b>Отсутствие внешних конфликтов</b></p> <p>В выборе профессий не возникает конфликтов между вами и внешней средой (родителями, друзьями)</p>	<p><b>Внешние конфликты</b></p> <p>У тебя возникает конфликт между твоими предпочтениями и предпочтениями, озвученными близкими людьми. Например, ты можешь предпочесть профессию, которая требует короткой программы обучения, в то время как твои близкие предпочитают, чтобы ты выбрал академическое обучение. Ты хочешь стать дизайнером, а друзья считают эту профессию нестабильной.</p> <p><b>Мой совет:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Попробуй понять мотивацию того, кто имеет другое мнение. Попробуй понять: он говорит это ради твоего блага или рассматривает вопрос через призму своей неуверенности и зависти?</li> <li>2. Оцени, насколько мнение этого человека обоснованно. Задай ему такие вопросы: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Почему у тебя сложилось такое мнение обо мне?</li> <li>- Что ты увидел во мне, благодаря чему у тебя сложилось такое мнение?</li> </ul> </li> </ol> <p>Послушай внимательно ответы и реши, стоит ли прислушиваться к этому мнению или нет.</p> <p>И еще, в любой ситуации у других людей будет свое мнение и оно может отличаться от твоего мнения. Но это твоя жизнь. Твой выбор профессии. И</p>

# завершение

Ты хорошо поработал!

Твоя награда – правильный выбор.

Твой результат: рекомендуемая профессия  
План действий

Напоследок, я расскажу тебе историю о мастере и его ученике. Как-то ученик спросил мастера:

- Мастер, ты говорил, что если я познаю кто я, то стану мудрым, но как это сделать?
- Для начала забери у людей право решать кто ты.
- Как это, мастер?
- Один тебе скажет, что ты плохой, ты согласишься ему и расстроишься. Другой тебе скажет, что ты хороший, ты обрадуешься. Тебя хвалят или ругают, верят тебе или предают. Пока у них есть право решать кто ты или какой ты, тебе не найти себя. Забери у них это право. И у меня тоже.

Мир меняется постоянно. Каждый день появляются и исчезают новые идеи, предметы, профессии. И только от тебя зависит, каким будет твое место в этом мире.

# Обратная связь после завершения

1. Оцени, насколько ты доволен полученными результатами. 1 (слабо) -----7 (отлично)
2. Оцени полезность полученной информации: 1 (слабо) -----7 (очень полезно)
3. Что оказалось для тебя наиболее ценным? \_\_\_\_\_
4. Порекомендовал бы ли ты мою консультацию своим знакомым? Да нет

*Если ответы человека 3 и ниже,  
то появляется сообщение:*

Спасибо за твои оценки. Я –искусственный интеллект и постоянно учусь, а твои оценки помогут мне стать лучше.

Печально, что предложенные инструменты, советы и рекомендации никак не помогли. Но ты не расстраивайся, ничто бесследно не проходит. Дай себе время. Если ты знаешь вопросы, значит рано или поздно ты найдешь на них ответы.

Твои результаты я сохраню и вышлю тебе на электронную почту. В любой момент ты можешь вернуться к ним или запросить консультацию еще раз.

Возможно, человеческий консультант сможет разобраться в твоей ситуации и помочь с выбором

*Если ответы человека 4 и  
выше, то появляется  
сообщение:*

Спасибо за твои оценки. Я рад, что смог сделать твой карьерный путь немного лучше.

Ты получил отличный опыт. Твои результаты я сохраню и вышлю тебе на электронную почту. В любой момент ты можешь вернуться к ним или запросить консультацию еще раз. К самореализации каждый человек идет своей дорогой, согласно собственным внутренним ощущениям. Страстное желание заниматься приносящим удовольствие видом деятельности и неуклончивая устремленность к поставленной цели, будут являться подсказками в выборе собственного способа самореализации. Успехов тебе!