



ОРГАНІЗАЦІЯ  
ОБ'ЄДНАНИХ НАЦІЙ  
УКРАЇНА



Kingdom of the Netherlands



# ОБЕРИ СВІЙ ПРОФЕСІЙНИЙ ШЛЯХ

поради для батьків, опікунів, психологів,  
вчителів, соціальних працівників



Розробка брошури здійснювалась у межах реалізації проєкту «Життя після конфлікту: реінтеграції ветеранів/ветеранок АТО/ООС, членів їх родин та членів родин, загиблих на сході України, ВПО та інших вразливих груп в суспільстві як запорука соціальної згуртованості в громадах та сталого розвитку в регіоні за технічного адміністрування РЦ “ГУРТ”» у межах Програми ООН із відновлення та розбудови миру за фінансової підтримки уряду Королівства Нідерландів. Думки, зауваження, висновки або рекомендації, викладені в цій публікації, належать авторам і не обов’язково відображають погляди Програми та уряду Королівства Нідерландів.

Програму ООН із відновлення та розбудови миру реалізують чотири агентства ООН: Програма розвитку ООН (ПРООН), Структура ООН з питань гендерної рівності та розширення прав і можливостей жінок (ООН Жінки), Фонд ООН у галузі народонаселення (UNFPA) і Продовольча та сільськогосподарська організація ООН (ФАО).

Програму підтримують тринадцять міжнародних партнерів: Європейський Союз (ЄС), Європейський інвестиційний банк (ЄІБ), Посольство США в Україні, а також уряди Великої Британії, Данії, Канади, Нідерландів, Німеччини, Норвегії, Польщі, Швейцарії, Швеції та Японії.

#### Авторки:



Ганна Пирог – психологиня, консультантка, кандидатка філософських наук, доцентка кафедри соціальної та практичної психології Житомирського державного університету ім. І. Франка



Бодашевська Юлія – координаторка проєкту,  
*yulia\_bodash@ukr.net*, +(380) 97 604 33 30

Бодашевський Даніла – дизайнер-верстальник, *danilabodash@gmail.com*

## ЩО ТРЕБА ЗНАТИ НА ПОЧАТКУ ПРОФЕСІЙНОГО ШЛЯХУ?

Вибір професії – це важливе рішення, яке вперше постає перед людиною під час закінчення школи і потім неодноразово впродовж життя. Це рішення може викликати різні переживання – від цікавості до роздратування. Психологічні дослідження показують, що у випускному класі 60-90% учнів відчувають тривогу та страх з приводу необхідності визначитися у професійному напрямку. І це природно – професійний вибір стосується майбутнього людини, тому він пов'язаний з сильними емоціями та почуттями.

Треба розуміти, що професійне самовизначення сучасної людини триває все життя і вибір професійного напрямку та навчального закладу після школи – тільки його початок. Впродовж життя людина постійно змінює місце роботи, професійний напрям, професійні обов'язки тощо. Американські фахівці говорять, що зміни в професійній діяльності мають відбуватися кожні 2-7 років, це сприяє особистісному зростанню та всебічній самореалізації.

Людина, яка стикається з проблемою, шукає допомоги у більш досвідчених людей – батьків, опікунів, психологів, вчителів, соціальних працівників. Якщо Ви є такою людиною і до Вас звертаються за допомогою, то пам'ятайте:

1. Вибір професії та професійний шлях можуть бути успішними тільки за умови їх самостійності та усвідомленості.
2. Допомагайте, коли до Вас звертаються за допомогою.
3. Допомагайте, але не нав'язуйте!
4. Ваші знання та досвід не є абсолютно вірними, але вони важливі як інформація для міркування.

## ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИБОРУ ПРОФЕСІЇ

Найбільш вдалим є професійний вибір, який враховує внутрішні, психологічні, та зовнішні, об'єктивні, фактори:

- Майбутня професія має відповідати **схильностям** та **інтересам** людини.
- Одного інтересу до справи мало, потрібно ще, щоб вона вдавалася – для цього потрібні певні здібності.
- Вибір залежить від індивідуальних **прагнень** людини, її пріоритетів.
- Приклади та професійний досвід в **родині** можуть бути дуже корисними.
- Думка однокласників, **друзів**, товаришів також важлива, вона відображає ступінь популярності в сучасному суспільстві тих чи інших професій.
- Знання про **світ професій**, їх різноманітність.
- Знання **вимог** професій до **якостей** людини, щоб професійний напрям відповідав психологічним особливостям людини.
- Будь-яка професія може бути охарактеризована на основі **предмета праці** та **рівня складності**, що дозволяє визначитись з напрямом бажаної роботи та необхідним рівнем навчання.
- **Потреби суспільства** у професіях.

Отже, **майбутня професія одночасно має бути цікавою і привабливою для того, хто її обирає, при цьому має відповідати його можливостям та бути потрібною на ринку праці.** Орієнтація тільки на зовнішні фактори (престижність професії, заробітну плату, умови праці тощо) та ігнорування внутрішніх, психологічних факторів (інтересів, здібностей, мотивів тощо) зробить людину нещасною.

## СВІТ СУЧАСНИХ ПРОФЕСІЙ

Попит на професії постійно змінюється під впливом різних умов, але знання затребуваності тих чи інших професій та прогнозів щодо їх популярності допоможе мати адекватні уявлення про можливості працевлаштування.

Існує біля 10 тис. різних професій, і кожного року виникають нові професії. Деякі професії відмирають, зміст праці діючих професій оновлюється, з'являються інтегровані професії і спеціальності.

Деякі інтернет-ресурси, зокрема <https://kudapostupat.com/profesii-majbutnogo/>, аналізують інформацію щодо професій, які користуються попитом серед роботодавців України, та надають перелік найбільш перспективних професійних галузей. Можливо, деякі з них можуть здатися тобі непопулярними на сьогоднішній день, але експерти запевняють, що через кілька років саме фахівці цих галузей не матимуть проблем з працевлаштуванням.

### Професії, які користуються попитом серед роботодавців України

- **ІТ-ФАХІВЦІ** – світ комп'ютерних технологій швидко розвивається, і професія ІТ-шника стає з кожним роком все більш затребуваною. А саме, попит зростає на кваліфікованих фахівців з розробки сайтів та мобільних додатків. Зарплата у такого фахівця одна з вищих в Україні.
- **ЛІКАРІ** – ця сфера діяльності ніколи не вийде з моди. Останнім часом все більше людей почали користуватися послугами лікарів-косметологів, дерматологів і офтальмологів. Також до числа затребуваних професій відносяться провізор і фармацевт.

- **SMM-СПЕЦІАЛІСТИ** – це досить новий вид діяльності, який зараз стає особливо популярним. Кожна успішна компанія набирає в штат працівників сфери SMM для просування свого продукту через соціальні мережі. Поки що в цій сфері дуже мало професіоналів, а попит зростає з кожним днем.
- **ЮРИСТИ І БУХГАЛТЕРИ** – хоча цих фахівців багато, але кваліфіковані кадри знайти складно. Ці професії завжди потрібні та популярні.
- **МЕНЕДЖЕРИ ПО РОБОТІ З ПЕРСОНАЛОМ АБО HR-МЕНЕДЖЕРИ** – ця професія активно впроваджується в життя. Людина цієї спеціальності повинна володіти талантом управління і вміти мотивувати персонал до роботи.
- **РОБІТНИЧІ ПРОФЕСІЇ** – водій, слюсар, автомеханік, будівельник, швачка мають великий попит на ринку праці. Часто роботодавець готовий платити фахівцям цих галузей більше, ніж, наприклад, економісту або турагенту. Така тенденція пов'язана з дефіцитом робочих кадрів.
- **АРХІТЕКТОРИ, ІНЖЕНЕРИ** – експерти стверджують, що через пару років професіоналам в галузі проектування будуть платити високі гонорари, а професія увійде в число елітних.
- **ДИЗАЙНЕРИ (ГРАФІЧНІ, ІНТЕР'ЄРУ, ОДЯГУ)** – ця галузь стає все більш перспективною.
- **АГРАРІЇ** – сільськогосподарська сфера вже багато років залишається однією з найбільш прибуткових. Менеджери з продажу аграрного обладнання, логісти, агрономи й ветеринари – ці професії завжди в пошані та високо оплачуються роботодавцем.
- **СФЕРА ОБСЛУГОВУВАННЯ** – сьогодні кожен українець користується послугами перукарів, майстрів манікюру та педикюру, масажистів та фітнес-тренерів, а кожен другий – не шкодує фінансів і часу на догляд за собою.

## СУЧАСНІ І МАЙБУТНІ ТЕНДЕНЦІЇ РИНКУ ПРАЦІ:

**Максимальна роботизація і мінімізація фізичної праці. В майбутньому залишиться не так багато областей, в яких потрібно буде працювати людині: медицина, освіта, персональні послуги, домогосподарство.**

**Володіння англійською мовою стане обов'язковою вимогою для прийому на роботу.**

**Ідеальне знання ПК та вміння користуватися мережею інтернет – також обов'язкова умова.**

**Більшість офісних вакансій піде «на дім», для роботи через мережу.**

**Багатопрофільність і універсальність фахівця стане більш популярною, ніж вузька спеціалізація.**

Однозначно передбачити, які професії будуть затребувані через 5-7 років, неможливо. Всі перераховані напрями й професії майбутнього орієнтовні та складені аналітиками на основі відомих і передбачуваних тенденцій розвитку сучасного світу. Цілком можливо, що цей список через пару років поповниться новими професіями, про які ми раніше не чули. Але не дивлячись на обрану спеціалізацію, у фахівця завжди буде цінуватися працьовитість і якісні знання. Тому, вибираючи напрям у навчанні і майбутню професію, головне – це любити свою справу і прагнути самовдосконалюватися.

## ЯК ОБИРАТИ ЗАКЛАД НАВЧАННЯ?

В інтернеті існують ресурси, в яких є корисна для абітурієнтів інформація про конкретні заклади освіти за місцем їх знаходження, спеціальності підготовки, вступні екзамени та ін., наприклад, <https://info.yavkursi.com/usefulsites>. Користуйтеся інформацією для обґрунтованого вибору.

Допомагаючи у виборі навчального закладу, пам'ятайте:

1. Треба враховувати одночасно **спеціальність** (напрямок підготовки) та **рівень професійної підготовки** (училище, технікум, коледж, інститут або університет);
2. Бажано ознайомитися з **рейтингом** закладів освіти та спеціальностей;
3. Варто підібрати **декілька варіантів** спеціальностей і освітніх закладів, починаючи від найбільш рейтингових;
4. Порадьте дитині зайти на **сайти** вибраних освітніх закладів та їхні сторінки для абітурієнтів, ознайомитися з умовами вступу, вартістю навчання, наявністю гуртожитку та іншою корисною інформацією.



## ОБЕРЕЖНО! ПОМИЛКИ

Ознайомтеся з найбільш типовими помилками, які можуть призвести до вибору професії, в якій людина навряд чи зможе працювати, та [ДОПОМОЖІТЬ УНИКНУТИ](#) їх:

- Не треба ставитися до вибору професії як до вибору довічного спочинку, у бідній справі треба навчатися, вкладати багато сил і праці та починати з «низів» кар'єри.
- В суспільстві існує багато стереотипів та забобонів, які створюють обмеження для самореалізації. Наприклад, гендерні стереотипи – уявлення, що певні професії підходять тільки чоловікам чи тільки жінкам. Але є багато випадків, коли жінки досягали успіху в «чоловічих» професіях: ставали військовими, пілотами, капітанами, президентами... В свою чергу, скільки чоловіків стали успішними в освітній сфері, відомими та модними фахівцями у б'юті-сфері...
- Не варто вибирати професію «за компанію».
- Незнання або недооцінка особистих якостей, схильностей, здібностей, фізичних особливостей, істотних при виборі професії, може призвести як до труднощів у виконанні роботи, так і до небажання нею займатися.
- Захоплення тільки зовнішньою або якою-небудь окремою, несуттєвою стороною професії призведе до розчарування, коли ти почнеш навчатися або працювати.

## ГОЛОВНА ЗАДАЧА БАТЬКІВ – ПІДТРИМКА

Шановні батьки, якщо Вашій дитині 15 і більше років, то вона вже стоїть на порозі чудової пори – часу самовизначення. Вона починає самовизначитися у всьому – власній особистості, друзях, вподобаннях, коханні тощо. Важливим у цьому віці є професійне самовизначення, яке означає, що підлітки починають самостійно вирішувати, ким і якими вони хочуть бути.

У зв'язку з важливістю питань та фізіологічними особливостями дорослішання Ваша дитина може відчувати зміни емоційного стану, тривогу та страхи, вона може змінювати поведінку, експериментувати із зовнішністю... Перебуваючи в ситуації вибору, люди часто відчують розгубленість і потребують підтримки. Ваше головне завдання – підтримати свою дитину та допомогти у вирішенні актуальних для неї проблем.

Якщо Ви бажаєте, щоб професійний вибір вашої дитини був вдалим, то **пам'ятайте**:

- Вибір професії має бути **самостійним рішенням**. Якщо ви вирішуєте за дитину, ким їй бути, то відповідальність перекладається на вас. У такому випадку син / донька не буде навчатися з інтересом, не буде ставити власні цілі, не буде мотивованою на професійні досягнення й, в кінці кінців, не стане успішною.
- Ваші уявлення про найкращу для сина або доньки професію відображає Ваш досвід і тому має обмежений характер. **Не нав'язуйте** їх!
- **Більше розмовляйте** зі своїми дітьми, розповідайте про себе і свою роботу. Батьки можуть виступати як експерти і поділитися тією інформацією, якою вони володіють: розповісти, що являє собою та чи інша професія, де можна знайти роботу, які обмеження вона накладає. Особливо цінно для підлітків, якщо ви поділитесь власним досвідом самовизначення, переживаннями і сумнівами власного юнацького життя.

- **Не оберігайте** надмірно підлітків від проблем, як психологічних, так і матеріальних. Вміння справлятися з проблемами вчить знаходити вихід із складних ситуацій, допомагає підлітку сформуватися як особистості. Відгороджуючи свою дитину від реального світу, батьки позбавляють її можливості отримати життєвий досвід, знайти свій шлях.

- Головне у взаєминах зі старшокласником – **взаєморозуміння**. Обговорюйте зі своєю дитиною її справи, особистісні або навчальні, цікавтеся її інтересами і турботами, стосунками з друзями та протилежною статтю. Діти повинні відчувати, що ви їх любите, що в будь-якій ситуації вони можуть розраховувати на вашу пораду та допомогу і не боятися зневаги.

- **Підтримуйте впевненість** своєї дитини у собі, у своїх силах. Підлітки має розуміти, що в кожного є недоліки, але завжди людина має свої достоїнства і переваги, які дозволяють їй досягати успіху.

- **Ваша підтримка дуже важлива під час професійного вибору!** Вашій дитині треба відчувати, що на важкому шляху самовизначення вона йде не сама, що поруч знаходиться дорослі, який підтримає у важку хвилину і допоможе. Це відчуття надає їм упевненість у своїх силах і спонукає до досягнень.