

З. Р. Хайрова  
Е. Б. Башкин  
С. В. Гани  
Е. А. Павшенко  
Н. Ю. Антипенко

## **Профориентационное карьерное консультирование подростков**



ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей»

Федеральный центр развития программ социализации подростков

**ПРОФОРИЕНТАЦИОННОЕ КАРЬЕРНОЕ  
КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПОДРОСТКОВ**

Учебно-методическое пособие

Чебоксары  
Издательский дом «Среда»  
2025

УДК 377.09  
ББК 74.200.53  
П84

***Авторы:***

*З.Р. Хайрова, Е.Б. Башкин, С.В. Гани,  
Е.А. Павиенко, Н.Ю. Антипенко*

***Рецензенты:***

д-р социол. наук, профессор, заведующий кафедрой  
ФГБОУ ВО «Томский государственный университет  
систем управления и радиоэлектроники»

*В. В. Орлова;*

канд. психол. наук, доцент БУ ЧР ДПО «Чувашский республиканский  
институт образования» Министерства образования  
Чувашской Республики

*С. Г. Краснова*

**П84 Профориентационное карьерное консультирование  
подростков** : учебно-методическое пособие / З.Р. Хайрова,  
Е.Б. Башкин, С.В. Гани [и др.]. – Чебоксары: Среда, 2025. – 52 с.

**ISBN 978-5-907965-40-9**

Современный мир требует от подростков готовности адаптироваться к быстро меняющимся условиям рынка труда. Профориентационная работа становится ключевым этапом в подготовке подростков к успешной профессиональной деятельности. В данном учебно-методическом пособии представлены основные подходы, инструменты и практики, используемые в профориентации подростков, опирающиеся на современные тенденции и российский опыт. Пособие предназначено для специалистов, работающих в сфере образования, социальной сфере, психологии и других областях, связанных с взаимодействием с подростками.

© ФГБУ «Центр защиты  
прав и интересов детей», 2025

© Федеральный центр развития  
программ социализации подростков, 2025

© Коллектив авторов, 2025

© ИД «Среда», оформление, 2025

ISBN 978-5-907965-40-9  
DOI 10.31483/a-10730

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Пояснительная записка .....	4
Глава 1. Тренды в профориентации: от монопрофессий к метакомпетенциям.....	5
1.1. Уход от «узких» профессий .....	5
1.2. Тренды на глобальном рынке труда .....	6
1.3. Задачи профориентации в современных условиях .....	7
Глава 2. Методы и инструменты психологической диагностики... 8	
2.1. Психологические методики .....	8
2.2. Наблюдение и интервью.....	10
2.3. Групповые формы работы.....	11
2.4. Цифровые инструменты профориентации и диагностики.....	13
Глава 3. Принципы сопровождаемого трудоустройства подростков и молодежи .....	16
3.1. Индивидуальный подход.....	16
3.2. Составление карьерного плана.....	22
3.3. Этапы профессионального развития.....	24
3.4. Этапы сопровождения. ....	25
3.5. Социальное партнерство: руководство для педагогов .....	29
Глава 4. Опыт профориентации через знакомство с профессиями.....	32
4.1. Карьера через практический опыт. Организация экскурсий на предприятия.....	32
4.2. Карьера через практический опыт. Проведение встреч с профессионалами.....	34
Список литературы .....	37
Приложения .....	38

## Пояснительная записка

Выбор профессии – значимый этап в жизни каждого человека. От выбранной профессии, от постижения себя в ней зависит формирование культурного пространства, уровень и качество жизни. Современный мир требует от подростков готовности адаптироваться к быстро меняющимся условиям рынка труда. Профориентационная работа становится ключевым этапом в подготовке подростков к успешной профессиональной деятельности.

В данном методическом пособии представлены основные подходы, инструменты и практики, используемые в профориентации подростков, опирающиеся на современные тенденции и отечественный опыт. Пособие состоит из пояснительной записки, четырех глав и приложения.

**В первой главе** представлено описание ключевых тенденций в профориентации, которые помогают подросткам не только определиться с профессией, но и подготовиться к жизни в условиях постоянных перемен.

**Вторая глава** посвящена рассмотрению методов, которые широко применяются в российской практике для профессионального самоопределения подростков. Методы отличаются доступностью, структурированностью и возможностью использовать полученные результаты для индивидуального консультирования.

**В третьей главе** раскрыты принципы сопровождаемого трудоустройства подростков и молодежи: индивидуальный подход, учет особенностей развития подростков и др. Подробно представлены инструменты для составления карьерного плана, написания резюме, а также перечень школьных мероприятий.

**В четвертой главе** изложены примеры профориентационных мероприятий, рассматривающие карьеру через практический опыт: организация экскурсий на предприятия и проведение встреч с профессионалами.

Пособие адресовано специалистам, работающим в сфере образования, социальной сфере, психологии и других областях, связанных с взаимодействием с подростками.

## **Глава 1. Тренды в профориентации: от монопрофессий к метакомпетенциям**

В современном мире профессиональный путь человека не ограничивается специальностью, полученной в юности. Технологии развиваются очень быстро, постоянно приходится осваивать новые знания и навыки, и подходы к обучению должны кардинально измениться. Это создает новый тип специалиста, обладающего универсальными навыками, способного применять их в самых разных областях и постоянно совершенствоваться.

Выделяются основные тенденции в профориентации, которые помогают подросткам не только определиться с профессией, но и подготовиться к жизни в условиях постоянных перемен.

### **1.1. Уход от «узких» профессий**

В прошлом человек часто выбирал одну профессию и оставался в ней на протяжении всей жизни. Сегодня рынок труда требует большей гибкости: появляется множество новых профессий, а старые трансформируются. Подросткам важно понимать, что карьерный путь может состоять из множества разных этапов. Именно поэтому так называемые надпрофессиональные навыки позволяют не просто реагировать на изменения, а активно выстраивать свою профессиональную траекторию в условиях неопределенности.

К непрофессиональным навыкам (метакомпетенциям) относятся:

- критическое мышление: помогает подросткам оценивать информацию, отличать факты от мнений и находить решения в сложных ситуациях. Это качество особенно важно в эпоху информационной перегрузки;
- коммуникация: необходима для работы в команде и эффективного взаимодействия с разными людьми. Навыки слушания, умение излагать свои мысли и вести переговоры формируют основу успешного профессионального общения;
- цифровая грамотность: включает не только знание технологий, но и умение безопасно работать в интернете, использовать цифровые инструменты для учебы, работы и управления задачами. Это базовый навык для любой сферы деятельности;
- эмоциональный интеллект: помогает подросткам осознавать свои эмоции, управлять ими и эффективно взаимодействовать с окружающими. Это особенно важно в стрессовых ситуациях или при работе в многозадачном режиме;

- **креативность**: позволяет находить нестандартные решения и адаптироваться к новым вызовам. Она востребована в таких областях, как дизайн, маркетинг, инженерия и даже медицина;
- **навыки тайм-менеджмента**: учат подростков правильно распределять свое время, ставить приоритеты и избегать прокрастинации. Это качество помогает не только в профессии, но и в повседневной жизни;
- **гибкость, адаптивность и готовность учиться**: позволяют подросткам быстрее перестраиваться в условиях изменений, будь то новые требования на работе или смена профессиональной сферы. Необходимо формировать у подростков понимание важности непрерывного обучения, выходящего за рамки формального образования. Умение осваивать новые навыки и перестраиваться под требования рынка труда – это главный залог их профессионального успеха. Например, освоив основы программирования, подросток сможет применить их во многих других областях.

### 1.2. Тренды на глобальном рынке труда

Глобализация и автоматизация существенно меняют структуру занятости. Аспекты, которые важно учитывать, чтобы эффективно направлять подростков:

- **автоматизация и цифровизация**: машины и алгоритмы выполняют все больше рутинных задач. Это освобождает пространство для профессий, требующих креативного подхода, аналитического мышления и управленческих компетенций. Например, автоматизация бухгалтерских задач увеличивает спрос на специалистов по анализу данных или цифровым продуктам;
- **мягкие навыки (soft skills)**: успешный сотрудник сегодня – это не только профессионал в своей области, но и человек с развитыми мягкими навыками. Эмоциональный интеллект позволяет строить отношения в коллективе и с клиентами, способность к адаптации важна для работы в условиях перемен, креативность помогает находить нестандартные решения в сложных ситуациях. Навыки решения проблем ценятся в самых разных профессиях, от инженеров до маркетологов;
- **новые профессии**: современные высокотехнологичные отрасли, включая информационные технологии, биомедицинские исследования, робототехнику, а также развитие перспективных направлений, таких как искусственный интеллект и возобновляемая энергетика, формируют принципиально новые профессиональные ниши. В данном контексте особую актуальность приобретает

информирование подростков о возникающих профессиональных ролях, среди которых можно выделить специалистов в области кибербезопасности и инженеров-робототехников, уже сегодня занимающих стратегически важное положение на глобальном рынке труда. Систематическое ознакомление молодого поколения с данными направлениями способствует расширению их профессиональных горизонтов и повышению конкурентоспособности в условиях трансформирующейся экономики.

### **1.3. Задачи профориентации в современных условиях**

В рамках задач профессионального консультирования специалистов необходимо обеспечить условия для осознанного выбора профессиональной траектории подростками с опорой на следующие направления работы:

- выявление сильных сторон: индивидуальная работа с подростками позволяет определить их интересы, способности и ценности. Это может включать тестирование, беседы и наблюдение за поведением подростка в учебной и внеучебной деятельности. Например, подросток, проявляющий интерес к техническим заданиям и изобретательству, может рассматривать инженерные профессии;
- навыки самопрезентации: современный рынок труда требует умения грамотно презентовать себя. Подростков необходимо обучать составлению резюме, созданию портфолио и подготовке к собеседованию. Практические занятия, такие как моделирование собеседований, помогут подросткам уверенно чувствовать себя при трудоустройстве;
- гибкость карьерных траекторий: рынок труда постоянно меняется, и важно научить подростков адаптироваться к этим изменениям. Например, если выбранная профессия становится менее востребованной, подросток должен быть готов освоить новые навыки и сменить направление. Формирование установки на обучение на протяжении всей жизни помогает подросткам не бояться перемен и видеть в них возможности для роста;
- самостоятельное планирование: обучение подростков постановке карьерных целей и составлению шагов для их достижения. Например, создание карьерного плана на 3-5 лет с учетом их интересов, текущих возможностей и необходимых ресурсов. Это формирует чувство ответственности за собственное будущее и повышает мотивацию.



## **Глава 2. Методы и инструменты психологической диагностики**

### **2.1. Психологические методики**

Современные подходы в профориентации подростков требуют использования научно обоснованных и надежных инструментов, которые помогают определить склонности, интересы и сильные стороны учащихся. Одним из ключевых методов является методика Е.А. Климova, которая широко применяется в российской практике для профессионального самоопределения подростков. Она отличается доступностью, структурированностью и возможностью использовать результаты для индивидуального консультирования.

#### **Тестирование интересов и склонностей по методике Е.А. Климova.**

Дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климova направлен на выявление профессиональных предпочтений подростков через анализ типов профессиональной деятельности. Она включает несколько этапов:

- диагностика интересов: участникам предлагается пройти тестирование, включающее вопросы, связанные с различными видами деятельности (техническая, гуманитарная, социальная и т.д.). Эти вопросы помогают выявить, какие направления больше всего интересуют подростка;
- анализ склонностей: результаты тестирования обрабатываются с целью определить, какой из типов профессиональной деятельности («человек-человек», «человек-природа», «человек-техника», «человек-знаковая система», «человек-художественный образ») преобладает. Это помогает сузить круг подходящих профессий;
- обсуждение результатов: специалист проводит консультацию с подростком и, при необходимости, с его родителями, объясняя, какие виды деятельности соответствуют выявленным склонностям. Это обсуждение помогает подростку лучше понять свои сильные стороны и профессиональные перспективы.

На сегодняшний день тестирование по методике Е.А. Климova доступно не только в бумажном формате, но и в онлайн-версии на различных платформах, что делает её более доступной и удобной для использования.

Помимо методики Е.А. Климова, можно найти множество других инструментов для профориентации, включая тесты на определение soft skills и диагностику личностных качеств. Это позволяет организовать комплексный подход к работе с подростками.

Современные подходы к профориентации предполагают не только анализ интересов и склонностей, но и глубокую диагностику личностных характеристик.

**Личностная диагностика: большая пятерка. Пятифакторная модель личности.**

Популярным методом личностной диагностики является модель «Big Five» (Большая пятерка), которая оценивает пять ключевых черт: открытость опыту, добросовестность, экстраверсию, дружелюбие и эмоциональную стабильность. Этот инструмент позволяет получить более полное представление о личностной структуре подростка, её сильных сторонах и возможных ограничениях, что помогает более точно подобрать профессиональные рекомендации.

Тест доступен как в традиционном бумажном формате, так и в онлайн-версии. Однако важно помнить, что интерпретация результатов должна выполняться квалифицированным специалистом, чтобы диагностика стала полезным инструментом в работе с подростками.

**Профориентационные карты: инструмент анализа интересов и профессий.**

Профориентационные карты – это инструмент, который помогает выявить связь между интересами подростка и подходящими для него профессиональными сферами. Они не только определяют предпочтения и мотивацию, но также выявляют возможные барьеры и предлагают пути их преодоления. Такой подход позволяет создать реалистичный индивидуальный план развития, учитывающий как личные интересы, так и современные тенденции на рынке труда.

Как работать с картами.

- Шаг 1. Определение интересов: специалист предлагает подростку отметить сферы, которые ему наиболее интересны (например, техника, природа, общение, искусство). Дополнительно обсуждаются увлечения, хобби и занятия, которые вызывают у подростка интерес;

- Шаг 2. Анализ предпочтений: на основе собранных данных составляется профиль интересов, который не только определяет подходящие виды деятельности, но и оценивает глубину и устойчивость интересов;

- Шаг 3. Сопоставление с профессиями: подростку демонстрируются профессии, связанные с его интересами, с разъяснением их содержания, необходимых навыков и перспектив. Например, если у подростка преобладают интересы в области техники, ему могут быть предложены профессии инженера, программиста или конструктора;

- Шаг 4. Создание индивидуального плана: совместно с подростком формируется план развития, включающий краткосрочные шаги (выбор кружков, дополнительных курсов) и долгосрочные цели (поступление в вузы, получение профессиональных навыков).

Современные профориентационные карты доступны также и в цифровом формате, что делает их удобными и гибкими для адаптации под запросы подростков. Это значительно упрощает процесс профориентации и позволяет педагогам и карьерным консультантам работать более эффективно и точно.

### 2.2. Наблюдение и интервью

Наблюдение и интервью – это эффективные методы, которые помогают получить объективную информацию о подростке и его предпочтениях.

**Беседы с подростками и их родителями** дают возможность выяснить интересы подростка, его успехи и трудности, а также ожидания и мнения окружающих. Важно задавать открытые вопросы, чтобы подросток мог свободно выразить свои мысли и чувства.

20 вопросов, которые помогут установить контакт и сделать беседу интересной:

- Чем ты больше всего любишь заниматься в свободное время?
- Какие уроки в школе тебе нравятся больше всего? Почему?
- Есть ли у тебя увлечения или хобби?
- Как ты представляешь себе свою будущую работу?
- Есть ли профессия, которая кажется тебе особенно интересной?
- Что тебе больше нравится: работать с людьми, техникой или природой?
- Какой фильм или книга вдохновили тебя больше всего? Почему?
- Ты любишь работать в одиночку или в команде?
- Какие качества ты считаешь важными для успеха в жизни?

- Если бы у тебя был шанс попробовать любую профессию на один день, что бы ты выбрал?
- Какие предметы в школе кажутся тебе самыми сложными?
- Кто из взрослых вдохновляет тебя своим примером? Почему?
- Что для тебя важнее в работе: творческая самореализация или стабильность?
- Как ты справляешься с трудностями и вызовами?
- Какие навыки ты хотел бы развить в будущем?
- Ты предпочитаешь решать задачи самостоятельно или просить помощи?
- Что тебя мотивирует учиться и пробовать новое?
- Если бы ты мог изменить что-то в своей школе, что бы это было?
- Как ты проводишь свои каникулы? Есть ли что-то, что хотелось бы изменить?
- Что, по-твоему, самое важное в выборе профессии?

*Наблюдение за поведением подростка:* рекомендуется анализировать, как подросток ведет себя в учебной и внеучебной деятельности. Например, важно отметить его активность, инициативность, интерес к определенным предметам или задачам. Эти данные помогают выявить склонности и сильные стороны, которые можно развивать в рамках профориентации.

### 2.3. Групповые формы работы

Групповые методы позволяют подросткам взаимодействовать друг с другом, развивать навыки коммуникации и находить ответы на вопросы, связанные с будущей профессией.

#### • Ролевые игры и симуляции профессиональных ситуаций:

Подростки моделируют различные профессиональные сценарии. Эти игры помогают лучше понять, как работают представители разных профессий, развивают навыки решения задач и командной работы. Примеры ролевых игр.

1. Рекламное агентство: участники делятся на команды, каждая из которых становится отделом рекламного агентства. Задача: придумать рекламу для нового шоколадного батончика, который они сами назовут и оформят. Участники обсуждают,

кому будет интересен батончик (дети, спортсмены или подростки), разрабатывают название, создают яркий слоган и рисуют упаковку. Затем команды презентуют свои идеи и объясняют, почему их продукт станет популярным.

2. Экстренная медицинская помощь: один из подростков играет роль врача скорой помощи, который должен быстро сориентироваться в сложной ситуации, диагностировать проблему и предложить решение. Остальные играют роли пациента и коллег.

3. Инженерное проектирование: команда подростков создает проект моста, здания или робота, распределяя роли между собой (инженер, дизайнер, строитель). В процессе они обсуждают и защищают свое решение.

4. Судебное разбирательство: участники становятся судьями, адвокатами, свидетелями и обвиняемыми. Они проводят судебное заседание по вымышленному делу, развивая навыки аргументации и публичного выступления.

5. Управление отелем: каждая группа представляет отдел гостиницы (администрация, обслуживание, маркетинг). Вместе они решают, как улучшить работу отеля и привлечь больше клиентов.

### • Мастер-классы с элементами самопознания:

Такие занятия помогают подросткам лучше понять свои интересы и склонности. Например, мастер-класс под названием «Моя профессия будущего» может включать в себя:

- определение сильных сторон: участники выполняют упражнения, которые помогают выявить их уникальные качества и навыки;
- обсуждение трендов на рынке труда: эксперты рассказывают о современных тенденциях, новых профессиях и необходимых навыках;
- создание карьерного плана: подростки формируют пошаговые действия для достижения своих целей.

Примеры мастер-классов.

1. Создай свой проект: подростки придумывают и описывают идею своего мини-проекта (например, социальную инициативу или стартап), учатся распределять задачи и презентовать результаты.

2. Личное брендинг: обучение навыкам самопрезентации, созданию профессионального резюме и представлению себя в социальных сетях для построения личного бренда.

3. Профессии будущего: знакомство с перспективными профессиями, обсуждение, какие навыки и знания помогут в этих направлениях.

4. Управление финансами: основы финансовой грамотности – планирование бюджета, базовые инвестиции, контроль расходов.

5. Навыки публичного выступления: упражнения, помогающие подросткам уверенно говорить перед аудиторией, структурировать мысли и отвечать на вопросы.

## **2.4. Цифровые инструменты профориентации и диагностики**

Цифровые платформы играют важную роль в профессиональной ориентации и психологической диагностике школьников. Они позволяют эффективно выявлять интересы, способности, личностные особенности и профессиональные склонности учащихся. В этом разделе подробно рассмотрены доступные инструменты, основанные на реальных проектах.

### **1. Платформа «Билет в будущее».**

*Описание.*

Национальная программа профориентации, реализуемая в рамках нацпроекта «Образование». Платформа помогает школьникам 6–11 классов определить свои интересы и выбрать будущую профессию.

*Функционал:*

- профориентационное тестирование: позволяет выявить профессиональные склонности и интересы;
- профессиональные пробы: учащиеся могут попробовать себя в реальных профессиональных задачах, выполняя задания онлайн или оффлайн;
- рекомендации: после тестирования школьники получают индивидуальные рекомендации по выбору профессии и дальнейшему обучению.

*Особенности использования:*

- бесплатная регистрация для школьников, родителей и педагогов;
- цифровая платформа доступна через официальный сайт программы.

*Пример применения.*

Педагог может организовать диагностику через платформу, предложив школьникам пройти тестирование, а затем обсудить результаты на индивидуальной консультации.

Подробнее о проекте: <https://bvbinfo.ru/>

**2. Платформа «Большая перемена».**

*Описание.*

Всероссийский конкурс для школьников и студентов, который позволяет раскрыть личный потенциал через выполнение творческих и практических задач.

*Функционал:*

- онлайн-задания: направлены на выявление интересов, творческих способностей и навыков учащихся;
- командные проекты: школьники могут работать над проектами в группах, решая практические задачи;
- гранты и призы: победители получают поддержку для реализации своих идей.

*Особенности использования:*

- участие возможно через официальную платформу после регистрации;
- задания адаптированы для учеников 5–11 классов.

*Пример применения.*

Школьник может пройти задания конкурса и использовать результаты для обсуждения с педагогом, чтобы понять свои сильные стороны и профессиональные интересы.

Подробнее о платформе: <https://большаяперемена.онлайн>

**3. Платформа «Моя карьера!».**

*Описание.*

Проект, направленный на обучение молодежи навыкам, необходимым для успешного трудоустройства.

*Функционал:*

- курсы по профориентации: включают темы по созданию резюме, подготовке к собеседованию и самопрезентации;
- тестирование: для выявления профессиональных интересов и способностей;
- навыки самозанятости: программы для желающих открыть свое дело.

*Особенности использования:*

- подходит как для индивидуального прохождения, так и для включения в образовательную программу школы;
- разработан блок для школьников с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

*Пример применения.*

Педагог может использовать тесты платформы для диагностики интересов и навыков учащихся, а затем включить курсы в профориентационные занятия.

Подробнее о проекте: <https://career4me.ru/>

Каждая из платформ предоставляет уникальные инструменты для работы с учащимися, что позволяет педагогам и психологам глубже понять интересы, способности и потребности школьников. Эти цифровые ресурсы могут быть интегрированы в учебный процесс или использоваться для индивидуальной работы, создавая комплексный подход к профориентации и психологической диагностике.



### **Глава 3. Принципы сопровождаемого трудоустройства подростков и молодежи**

При проектировании программ трудоустройства для подростков необходимо учитывать два основополагающих принципа: особенности возрастного развития и индивидуальные особенности подростка.

#### **3.1. Индивидуальный подход**

Каждый подросток уникален в своих интересах, склонностях и личностных особенностях. Для того чтобы профориентационная работа была максимально эффективной, важно учитывать возрастные этапы развития, когнитивные и эмоциональные особенности подростка. Построение индивидуальной профессиональной траектории предполагает создание плана, который соответствует текущим интересам и потенциалу подростка, при этом оставляет пространство для изменений и роста. Это требует тесного взаимодействия с подростком, его родителями и педагогами, а также использования современных инструментов диагностики и практических форм работы.

Интеграция знаний о возрастных особенностях подростков в профориентационные программы необходима для создания развивающей среды, соответствующей когнитивным и эмоциональным возможностям обучающихся. Подходы следует адаптировать с учетом возрастных категорий.

##### **Подростки 10–13 лет (младший подростковый возраст):**

- *Особенности:* на этом этапе подростки склонны к исследованию окружающего мира, у них активно формируется интерес к новым видам деятельности. Часто они еще уверены в своих способностях и нуждаются в поддержке.

- *Рекомендации:* организуйте занятия, стимулирующие любопытство и разнообразие интересов (например, квесты по разным профессиональным сферам).

15 тем, которые можно использовать для занятий.

1. Исследователи природы: создание мини-проекта по защите локальной экосистемы. Подростки могут составить карту окружающей территории, отметить на ней проблемные места, такие как мусор, следы вытаптывания вокруг деревьев, засохшие растения или

участки с признаками эрозии почвы, и предложить простые решения. Практическая часть может включать высадку цветов, уборку мусора, что позволит детям почувствовать результат своих усилий.

2. Архитекторы будущего: создание макета безопасной игровой площадки или уютной зоны отдыха для школьного двора, учитывая потребности детей и экологические аспекты. Подростки могут начать с изучения реальной территории, где планируется разместить площадку, и определить ключевые потребности пользователей, например, зоны для игр, отдыха или занятий спортом. Завершающим этапом станет создание макета или презентации проекта с объяснением, почему выбранные решения подходят для данной территории.

3. Детективы: создание квеста на основе местных исторических событий, требующего логических выводов и анализа. Например, подростки могут исследовать старые фотографии, карты или архивные документы, чтобы найти ключи к разгадке тайны, связанной с известным местным зданием или историческим событием. Это может включать задания по поиску подсказок, составлению маршрутов или восстановлению последовательности событий, стимулируя аналитическое мышление и интерес к истории родного края.

4. Разработчики игр: разработка настольной игры, где игроки становятся спасателями леса, восстанавливают экосистему, борются с загрязнением или создают космическую экспедицию, решая проблемы колонизации новой планеты.

5. Инженеры: создание модели моста из конструктора, где подростки оценивают его устойчивость и прочность под разными нагрузками, например, добавляя грузики. Это помогает понять основы инженерной механики. Дополнительно можно предложить создать простой механизм, например, подъемный кран из конструктора, который работает на основе рычагов или шестеренок. Подростки могут исследовать, как изменения в конструкции влияют на ее эффективность и устойчивость.

6. Журналисты: написание статей о событиях в школе или классе с акцентом на интервьюирование участников и раскрытие их эмоций. Подростки могут также создать видеорепортаж об интересной профессии, исследовав ее через интервью с профессионалом, съемку рабочего процесса или анализ значимости профессии

для общества. Это помогает развивать навыки исследования, анализа информации и креативного изложения.

7. Космические исследователи: разработка сценария космической экспедиции, включая выбор команды и задач миссии, с интеграцией знаний о физике и астрономии. Например, подростки могут рассчитать оптимальную траекторию полета, учесть влияние гравитации планет, выбрать оборудование для исследования и решить, какие ресурсы потребуется взять с собой для выживания на другой планете.

8. Модные дизайнеры: подросткам предлагается изучить материалы, которые можно переработать (например, старую одежду, пластиковые пакеты или упаковки). Задача: создать эскиз одежды или аксессуара, который будет соответствовать принципам устойчивой моды. Это может быть, например, сумка из переработанного текстиля или футболка с оригинальным дизайном.

9. Маркетологи: подростки могут организовать школьную выставку или ярмарку талантов, где каждый ученик представит свои увлечения или достижения. Например, участники выставляют свои работы (рисунки, поделки, модели), проводят мини-лекции о своих хобби или демонстрируют навыки, такие как игра на музыкальных инструментах. Задача — не только организовать интересное мероприятие, но и освоить базовые навыки планирования, работы в команде и самопрезентации. Подростки разрабатывают план мероприятия: как привлечь участников и гостей, какие зоны включить (мастер-классы, выставка работ, выступления), и продумывают рекламу (афиши, объявления).

10. Врачи: проведение мастер-класса по анатомии с использованием простых макетов или подручных материалов (например, создание модели легкого или сердца). Кроме того, подростков можно обучать базовым навыкам первой помощи: как накладывать повязки, проводить сердечно-легочную реанимацию.

11. Актеры и режиссеры: создание мини-фильма на актуальную тему (например, взаимоотношения в классе, увлечения подростков или необычные школьные мероприятия). Подростки пишут сценарий, распределяют роли, снимают видео и монтируют его. Альтернативой может быть постановка короткой пьесы.

12. Программисты: создание интерактивной обучающей игры для сверстников. Например, подростки могут разработать игру на тему школьных предметов, где участники решают задачи по математике, физике или истории, зарабатывая баллы и переходя на новые уровни. Проект включает в себя написание сценария игры, программирование ее логики, создание визуального оформления и тестирование. Это задание не только учит основам кодирования и дизайна, но и развивает креативность, умение работать в команде и создавать полезный образовательный продукт.

13. Кулинарный мастер-класс: подготовка простого блюда, связанного с национальными традициями (например, блины, плов или борщ). Подростки изучают происхождение блюда, готовят его и дегустируют, обсуждая культурный контекст.

14. Фотографы: организация фотосессии на тему «Мир глазами детей». Подростки фотографируют окружающий их мир так, как они его видят, уделяя внимание любимым местам, интересным деталям или ситуациям из повседневной жизни. Каждый участник выбирает тему, которая ему близка, например, «Дружба», «Моя семья», «История моего города». Готовые работы сопровождаются короткими пояснительными текстами о том, почему они выбрали именно эту тему. Фотографии можно представить на школьной выставке или опубликовать в школьном онлайн-журнале.

15. Предприниматели: подростки могут разработать концепцию школьного кулинарного фестиваля, где участники готовят свои любимые блюда, а команда «предпринимателей» и «маркетологов» отвечает за экономический расчет и рекламу мероприятия, организацию голосования за лучшие рецепты и продажу готовых блюд.

Используйте игровые формы работы, такие как ролевые игры, где подростки могут попробовать себя в роли представителей разных профессий. Включите в работу элементарные тесты, чтобы помочь подросткам узнать свои сильные стороны и интересы.

### **Подростки 14–16 лет (средний подростковый возраст)**

• *Особенности:* подростки начинают более осознанно относиться к выбору профессии, анализируют свои интересы и склонности. Они начинают задаваться вопросами о своих сильных сторонах и предпочтениях, оценивают свои достижения и ошибки.

Критическое мышление помогает им рассматривать профессии не только с точки зрения интереса, но и с учетом реалий рынка труда. Например, они могут задуматься о том, насколько востребована та или иная профессия, какие навыки для нее нужны, и как она соотносится с их личными ценностями и целями.

- *Рекомендации:* предлагайте диагностические тесты для определения профессиональных склонностей, как, например, мы рассмотрели в этой методичке выше.

Варианты диагностических профориентационных тестов:

- методика Е.А. Климова: анализ интересов через определение типов профессиональной деятельности. Этот тест помогает понять, какая сфера наиболее близка подростку («человек-человек», «человек-природа», «человек-техника» и другие). Тест состоит из 20 вопросов, где подростку нужно выбрать наиболее и наименее привлекательные виды деятельности;

- тест Холланда: позволяет определить склонности к одному из шести профессиональных направлений (реалистическое, исследовательское, социальное, конвенциональное, предпринимательское, артистическое). Например, подростки отвечают на вопросы о своих интересах, предпочитаемых задачах и хобби. Результаты показывают, какие профессии им подходят;

- Big Five (Большая пятерка): этот тест оценивает пять ключевых черт личности (открытость, добросовестность, экстраверсия, дружелюбие, эмоциональная стабильность). Подростки заполняют анкету с утверждениями, выбирая, насколько они согласны с каждым из них. Это помогает определить, насколько они склонны к лидерству, творчеству или аналитике;

- тест на определение soft skills: диагностика навыков, таких как креативность, умение работать в команде и управление временем. Тест может включать ситуации, где подросток выбирает, как бы он поступил. Например, задача про организацию командной работы или решение нестандартной проблемы;

- опросник Айзенка: этот инструмент помогает определить уровень экстраверсии и нейротизма. Он состоит из вопросов, касающихся реакции подростков на разные жизненные ситуации. Это

важно для понимания их эмоциональной устойчивости и подхода к взаимодействию с окружающими;

- **тест Люшера:** цветовой тест, который помогает понять эмоциональное состояние подростка и его предпочтения. Участник выбирает цвета в порядке симпатии, а результаты показывают, в каких профессиях он может чувствовать себя наиболее комфортно;

- **профориентационные карты:** педагог или психолог предлагает подростку выбрать из предложенных сфер (например, природа, техника, искусство) и связанных с ними профессий. Карты помогают сопоставить интересы и склонности подростка с реальными карьерными направлениями.

Эти тесты можно проводить как в бумажном формате, так и в онлайн-версиях. Используйте онлайн-версии тестов для удобства и экономии времени. Важно не только получить результаты, но и обсудить их с подростком в формате индивидуальной беседы или групповой дискуссии, чтобы помочь ему понять свои сильные стороны и интересы. На основе тестов можно составить индивидуальный план развития или предложить конкретные шаги, такие как выбор кружков, курсов или участие в профильных мероприятиях.

- Важным элементом профессионального просвещения являются организованные встречи с практикующими специалистами и ознакомительные визиты на предприятия, обеспечивающие погружение подростков в профессиональную среду.

### **Подростки 17–18 лет (старший подростковый возраст)**

- **Особенности:** на этом этапе подростки активно готовятся к самостоятельной жизни, принимают решения о дальнейших образовательных или профессиональных траекториях. Они начинают осознавать важность планирования, ставить долгосрочные цели и искать пути их достижения. Это возраст, когда важно помочь подросткам развить навыки стратегического мышления, самостоятельности и ответственности за свои решения.

- **Рекомендации:** перед началом составления карьерной траектории важно провести подробный анализ интересов, способностей и мотивации подростка. Такой подход помогает учитывать не только его текущие предпочтения, но и возможности развития в долго-

срочной перспективе. Рассмотрим практические шаги, которые помогут специалистам эффективно работать с подростками, выявлять их сильные стороны и создавать реалистичные планы для их профессионального будущего.

### **3.2. Составление карьерного плана**

#### **1. Определение интересов и сильных сторон.**

Инструменты анализа:

- проведите беседу, задавая подростку вопросы: «Какие занятия тебе приносят удовольствие?», «Какие предметы или темы тебе нравятся больше всего?», «Чем ты увлекаешься вне школы?»;
- используйте профориентационные тесты, например, тесты Холланда или «Большая пятерка», чтобы выявить ключевые интересы и черты личности;
- наблюдайте за подростком в учебной и внеклассной деятельности: какие задачи ему удаются лучше всего? Какие достижения он считает своими главными успехами?

Цель этапа: сформировать основу для будущего карьерного пути, учитывая увлечения и склонности подростка.

#### **2. Разделение целей на этапы.**

- Постановка долгосрочной цели:
  - ✓ совместно с подростком выберите область или профессию, которая его интересует (например, медицина, инженерия, творчество);
  - ✓ обсудите, почему именно эта цель важна и что она даст подростку в будущем.
- Выделение краткосрочных шагов.

Если цель – стать инженером, то краткосрочные шаги могут включать:

- ✓ освоение основ программирования через бесплатные онлайн-курсы;
- ✓ участие в кружке робототехники;
- ✓ подготовка и участие в технических конкурсах или олимпиадах;
- ✓ четкость задач:

Каждое действие должно быть конкретным и измеримым (например, «Пройти курс Python за 2 месяца»).

### **3. Определение необходимых ресурсов и навыков.**

- Ресурсы:

- ✓ исследуйте вместе, какие возможности доступны: курсы, книги, мероприятия, кружки;

- ✓ составьте список: «Какие знания и навыки мне нужны, чтобы достичь цели?»

- Пример:

Для будущего эколога: изучение базовых понятий экологии, участие в волонтерских программах по озеленению, чтение профильной литературы.

- Поддержка подростка.

Обсудите возможные преграды (например, нехватка времени или ресурсов) и совместно найдите пути их преодоления.

### **4. Установление сроков.**

- Научите подростка делить крупные задачи на временные блоки, чтобы они казались более достижимыми.

- Пример: «Сдать вступительный тест в кружок программирования к концу месяца».

- Практические инструменты:

Используйте планировщики – бумажные или цифровые.

Визуализируйте дедлайны через диаграммы Ганта или простые списки задач.

### **5. Регулярная оценка прогресса.**

- Регулярные встречи.

Раз в месяц возвращайтесь к плану, чтобы оценить выполнение шагов и скорректировать цели.

- Фокус на изменениях.

Обсудите, что подростку понравилось или не понравилось в процессе. Возможно, его интересы изменились, и план нужно адаптировать.

- Отслеживание прогресса.

Используйте график достижений или карту целей, чтобы подросток видел, как он движется к своей мечте.



## **6. Мотивация.**

- Создание визуального плана:

Карты целей: создайте плакат или цифровой документ, где будут перечислены основные этапы и цели.

Пример: «Цель: стать врачом. Шаги: углубленное изучение биологии и химии (дополнительные занятия в школе, онлайн-курсы), участие в профильных олимпиадах, подача документов в медицинский вуз».

- Отслеживание достижений:

✓ отмечайте выполненные задачи с помощью чек-листов или наклеек;

✓ награждайте подростка за выполнение задач, например, сертификатом, благодарностью или небольшой символической наградой.

## **7. Практический опыт.**

- Навыки самопрезентации:

✓ проведите тренинги по составлению резюме.

Объясните, как выделить свои достижения (участие в конкурсах, курсах).

Научите правильно описывать свои навыки и сильные стороны.

✓ подготовьте подростка к прохождению собеседований:

Потренируйтесь с ним на примерах вопросов.

Научите правильно рассказывать о себе и своих планах.

- Стажировки и волонтерство:

Помогите подростку найти стажировки через школьных кураторов или карьерных консультантов, специализированные сайты, волонтерские организации и клубы.

### **3.3. Этапы профессионального развития**

#### **1. Участие в профориентационных мероприятиях.**

• Экскурсии в компании: организуйте визиты на предприятия, позволяющие подросткам получить непосредственное представление о различных видах трудовой деятельности.

• Встречи с профессионалами: приглашайте специалистов, чтобы они делились опытом.

## **2. Конкурсы и проекты.**

Рекомендуйте подростку участие в конкурсах, связанных с его интересами (например, олимпиады по программированию, творческие конкурсы).

## **3. Долгосрочные шаги.**

- Составьте с подростком список вузов или программ обучения, которые соответствуют его интересам.

- Помогите ему подготовить портфолио для поступления (резюме, сертификаты, проекты).

Такой детализированный подход позволяет подросткам не только поставить конкретные цели, но и развивать необходимые для их достижения навыки и уверенность в своих силах.

## **3.4. Этапы сопровождения.**

### **1. Оценка возможностей и интересов.**

На этом этапе важно провести глубокую диагностику способностей подростка, включая тестирование профессиональных склонностей, беседы с педагогами и родителями, а также наблюдение за его интересами в учебной и внеучебной деятельности. Данный этап подробно рассмотрен выше, что позволяет использовать описанные инструменты и подходы для определения сильных сторон, предпочтений и потенциальных направлений развития.

### **2. Формирование навыков трудоустройства.**

Навыки трудоустройства включают умение создавать резюме, проходить собеседования, презентовать себя и соблюдать деловой этикет. Чтобы эти навыки были полезными, важно дать подросткам не только теоретическую базу, но и практические инструменты, которые они смогут применить в реальных ситуациях.

#### **1. Написание резюме**

Задача: научить подростков составлять резюме, которое эффективно демонстрирует их достижения и потенциал.

Объяснение роли резюме: объясните, что резюме – это инструмент, который помогает выделиться среди других кандидатов. Оно должно быть четким, лаконичным и отражать сильные стороны подростка.

*Структура резюме.*

- ФИО и контактные данные (номер телефона, email).
- Цель: кратко опишите, чего подросток хочет достичь (например, «Хочу получить опыт в сфере IT»).
- Образование: текущая школа, профильное направление, участие в олимпиадах.
- Достижения: победы в конкурсах, участие в проектах, волонтерская деятельность.
- Навыки: работа с программами, знание иностранных языков, умение работать в команде.
- Опыт: школьные проекты, стажировки, участие в кружках.

*Практические шаги:*

- проведите мастер-класс с разбором примеров резюме (удачных и неудачных);
- предоставьте шаблоны, которые подростки смогут адаптировать;
- попросите каждого написать свое резюме и получить обратную связь от педагога или группы.

**2. Навыки самопрезентации**

Задача: научить подростков уверенно рассказывать о себе, своих достижениях и целях.

Обучение структуре самопрезентации:

- краткое представление: имя, текущий статус (школьник, участник кружка);
- основные достижения: подчеркнуть ключевые результаты, которые показывают навыки или усилия;
- будущие цели: рассказать, почему подростка интересует конкретная профессия или сфера.

**3. Практические упражнения**

Описание.

Моделирование собеседования помогает подросткам развивать навыки самопрезентации, уверенного общения и анализа своих сильных сторон. Это упражнение приближает их к реальной ситуации собеседования для учебных заведений, стажировок или работы.

Цели упражнения:

- научить подростков анализировать свои достижения, навыки и опыт;
- подготовить к уверенным ответам на типичные вопросы собеседований;
- развить навыки структурированного общения.

**Как провести упражнение**

**1. Подготовка.**

- Разделите подростков на пары: один играет роль «работодателя», другой – «кандидата».
- Подготовьте список типичных вопросов.
- Объясните, что ответы должны быть краткими, но содержательными, и включать:
  - ✓ суть: конкретный ответ;
  - ✓ пример: реальная ситуация или опыт;
  - ✓ вывод: как это может быть полезно.

**2. Пример вопросов.**

- Какие у вас сильные стороны?
- Как вы справляетесь с трудностями?
- Почему вы хотите работать именно в этой сфере?
- Расскажите о вашем самом успешном проекте.
- Какие навыки вы хотели бы развить в ближайший год?
- Какой был ваш самый большой вызов, и как вы с ним справились?
- Как вы работаете в команде? Приведите пример.
- Почему мы должны выбрать именно вас?

**3. Процесс собеседования.**

1. Работодатель задает вопросы, оставляя время после каждого из них на осмысленный ответ.

2. Кандидат отвечает, используя подготовленную структуру, приводя примеры и показывая уверенность.

Пример: *«Одна из моих сильных сторон – это умение решать задачи под давлением. Например, на школьной олимпиаде по математике я оказался в ситуации, где требовалось быстро найти*

*ошибку в расчетах. Я сосредоточился и успел исправить ее, что принесло нашей команде призовое место».*

**3. Обратная связь:**

После каждого ответа «работодатель» дает краткие комментарии:

- Что получилось хорошо (структура, уверенность, содержание)?
- Что можно улучшить (добавить конкретики, избегать лиш-них деталей)?

4. Педагог наблюдает и даёт общую обратную связь в конце упражнения.

**4. Рефлексия.**

После завершения упражнения задайте подросткам вопросы.

1. Какие вопросы были самыми сложными?
2. Какие ответы, по их мнению, получились наиболее удачными?
3. Как этот опыт может помочь им в реальной жизни?

**Результат.**

- Подростки учатся четко формулировать ответы на вопросы, связанные с их опытом, навыками и целями.
- Участники получают навыки уверенного общения и самопрезентации.
- Педагоги видят, над чем еще нужно работать, чтобы усилить готовность подростков к собеседованиям.

**4. Деловой этикет.**

Задача: познакомить подростков с правилами профессионального поведения в рабочей среде.

Основные аспекты.

**1. Общение.**

Использование уважительных обращений («вы»). Вежливость и корректность в переписке и личном общении.

**2. Внешний вид.**

Объясните, что значит «деловой дресс-код». Приведите примеры подходящей одежды для собеседования.

**3. Поведение.**

Пунктуальность: приходить вовремя и уважать чужое время. Внимание к деталям: записывать важные моменты и следовать инструкциям.

*Пример упражнения.*

Подростки создают список ошибок, которые могут быть допущены на собеседовании (например, опоздание, невежливое общение). Обсуждают в группе, как их избежать.

**5. Пример итогового упражнения.**

Название: «Мой первый шаг к карьере».

Описание.

- Подросток пишет резюме и готовится к собеседованию.
- В классе организуется «день карьериста», где педагоги играют роль работодателей.
- Каждый подросток представляет свое резюме, отвечает на вопросы и получает обратную связь.
- По итогам все обсуждают, какие аспекты получилось представить лучше всего, а над чем необходимо работать.

Систематический подход помогает подросткам не только понять, как устроен процесс трудоустройства, но и уверенно сделать первые шаги к своей карьере.

**3.5. Социальное партнерство: руководство для педагогов**

**Этап I. Взаимодействие с работодателями.**

Для успешного проведения стажировок необходимо выстроить систему сотрудничества с заинтересованными предприятиями и организациями, предоставляющими обучающимся места для практики.

1. Поиск и установление контактов с предприятиями и организациями.

Выбор подходящих предприятий.

- Проведите анализ местного рынка труда, чтобы выделить предприятия, соответствующие интересам учащихся (например, IT-компании, производственные предприятия, творческие агентства).
- Составьте список предприятий, которые работают в востребованных сферах.

Установление контактов.

- Подготовьте официальное письмо или презентацию для руководства предприятия, где кратко расскажите о целях профориентации, возрасте подростков и формате стажировок.

- Укажите, что сотрудничество полезно работодателям: они получают заинтересованных кандидатов в будущем.

Личное взаимодействие.

- Организуйте встречу с представителями предприятия, чтобы обсудить условия.

Формат стажировки (дистанционный, очный).

Продолжительность (например, неделя или месяц).

Обязанности подростков (не должны включать сложные или опасные задачи).

- Уточните, нужны ли компании дополнительные документы (например, согласие родителей, медицинская справка).

2. Привлечение работодателей к школьным мероприятиям.

Профориентационные дни.

Пригласите представителей предприятий на школьные мероприятия, где они смогут провести презентацию своих профессий, организовать мастер-классы (например, по основам программирования или дизайна).

Экскурсии на предприятия.

Перед экскурсией подготовьте список вопросов, которые подростки могут задать сотрудникам. Подробно опишите, как пройдут экскурсии или профориентационные дни:

- что включить в программу (например, знакомство с профессиями, интерактивные задания, мастер-классы);

- как заранее готовить подростков к мероприятию, чтобы они могли задать интересующие вопросы.

- пример программы экскурсии: «1 час – знакомство с офисом, 30 минут – беседа с сотрудниками, 30 минут – практическое задание».

3. Документальное оформление сотрудничества.

1. Соглашение с предприятием.

Заключите договор о социальном партнерстве, где будут указаны:

- цель сотрудничества;

- формат взаимодействия (стажировки, участие в мероприятиях);

- обязанности сторон (компания предоставляет куратора, школа организует сопровождение подростков).

2. Согласие родителей.

Получите письменное согласие родителей на участие ребенка в стажировке.

Укажите формат стажировки, место и ответственных лиц.

4. Подготовка подростков к стажировке.

1. Организация вводного занятия:

- Объясните подросткам, что такое стажировка, какие навыки они могут получить.

- Расскажите о правилах поведения на предприятии:

- соблюдение рабочего графика;
- вежливое общение с сотрудниками;
- запрос помощи у куратора при необходимости.

2. Резюме и мотивационное письмо.

Помогите подросткам подготовить базовое резюме и написать короткое письмо о том, почему их интересует стажировка.

5. Работа с родителями.

Проведите информационное собрание, чтобы рассказать о цели стажировок.

Подготовьте памятку для родителей с информацией о том, как они могут помочь подростку (например, поддерживать позитивный настрой, не вмешиваться в процесс стажировки, если нет серьезных причин).

Добавьте рекомендации по тому, как обсуждать с подростком его впечатления после стажировки, чтобы усилить эффект обучения.

6. Оценка эффективности стажировки.

Выделите критерии, по которым педагоги и подростки могут оценить успешность стажировки.

- Что подросток узнал о профессии?
- Какие навыки он освоил?
- Насколько комфортно ему было работать в команде?

Разработайте пример анкеты для обратной связи от работодателей, чтобы оценить вовлеченность и результаты подростков. Пример вопросов для анкеты:

- «Как подросток проявлял себя в работе?»
- «Что ему стоит улучшить в будущем?»
- «Готовы ли вы рекомендовать его для участия в других проектах?»



## **Глава 4. Опыт профориентации через знакомство с профессиями**

### **4.1. Карьера через практический опыт. Организация экскурсий на предприятия**

Экскурсии на предприятия – это эффективный способ познакомить подростков с реальными профессиями, показать рабочую среду и помочь им понять, какие навыки и знания требуются для разных видов деятельности. Ниже представлен пошаговый алгоритм для педагогов, которые ранее не организовывали подобные мероприятия.

#### **Этап 1. Подготовка к организации экскурсии.**

1. Определите цели экскурсии, которые помогут подросткам понять, чем занимается предприятие, ознакомиться с конкретными профессиями и их задачами, увидеть реальный рабочий процесс.

Пример цели: «Познакомить подростков с работой инженеров-конструкторов и технологов на производственном предприятии».

2. Выберите подходящее предприятие:

- составьте список компаний в регионе, которые работают в востребованных или популярных сферах (ИТ, производство, медицина, творчество), имеют опыт работы с молодежью (волонтерство, программы стажировок, открытые дни);

- узнайте, открыто ли предприятие для экскурсий: позвоните в отдел по связям с общественностью или кадровый отдел; объясните цель: профориентация школьников, знакомство с профессиями.

3. Договоритесь о проведении экскурсии.

Подготовьте заявку на экскурсию согласно требованиям конкретного предприятия или организации.

#### **Этап 2. Подготовка к проведению экскурсии.**

*1. Согласуйте детали экскурсии с предприятием.*

Уточните:

- дата и время экскурсии;
- максимальное количество участников;
- продолжительность мероприятия;
- области предприятия, которые можно посетить (например, офис, производство, лаборатория);

- необходимые документы (например, согласие родителей, медицинские справки);

- особые условия: дресс-код, использование средств индивидуальной защиты (каска, халаты).

## *2. Подготовьте учеников.*

Проведите вводное занятие:

- расскажите об истории и деятельности предприятия;
- объясните правила поведения (не шуметь, не трогать оборудование без разрешения, следовать инструкциям сопровождающих).

## *Подготовьте вопросы.*

Заранее предложите подросткам составить список вопросов.

Например:

- Какие навыки самые важные в вашей профессии?
- Как вы начали свою карьеру?
- Какие технологии используются на предприятии?

Распределите роли:

- назначьте ответственного за группу (например, классного руководителя);
- поделите группу на подгруппы, если предприятие ограничивает число участников.

## *3. Организуйте сопровождение.*

Уточните, кто будет сопровождать группу: педагоги, родители-волонтеры, специалисты предприятия.

Если предприятие находится далеко, договоритесь с автобусной компанией или организуйте поездку на общественном транспорте.

## **Этап 3. Проведение экскурсии.**

1. Представьте группу представителям компании.

Расскажите, зачем вы пришли:

«Мы хотим узнать больше о вашей работе, чтобы подростки могли лучше представить себе будущие профессии».

2. Следите за соблюдением подростками правил безопасности.

## **Этап 4. Завершение экскурсии.**

1. В конце экскурсии поблагодарите представителей компании; вручите памятный сувенир от школы (например, благодарственное письмо или символический подарок).

2. Проведите с подростками обсуждение.
  - Что они узнали нового?
  - Какие профессии показались интересными?
  - Что бы они хотели попробовать в будущем?

Предложите заполнить подросткам короткую анкету обратной связи, которая поможет прояснить, что им больше всего понравилось во время экскурсии, чего не хватило, какие вопросы хотелось бы обсудить.

## **4.2. Карьера через практический опыт.**

### **Проведение встреч с профессионалами**

Встречи с профессионалами – это уникальный способ вдохновить подростков и дать им практическое представление о профессиях. Такие мероприятия позволяют услышать истории успеха, узнать о вызовах работы из первых уст и задать вопросы специалистам. Ниже представлен подробный алгоритм для педагогов, у которых отсутствует опыт организации подобных встреч.

#### **Этап 1. Подготовка к встрече.**

1. Определите цель мероприятия на предварительной встрече с подростками:

- познакомить подростков с конкретной сферой деятельности (например, медицина, образование, творческие индустрии);
- раскрыть ключевые навыки, которые требуются в профессии;
- подчеркнуть, какие навыки необходимы подросткам для подготовки к карьере в этой специальности.

2. Выберите профессионалов для встречи.

Где найти специалистов:

- местные компании и предприятия;
- выпускники школы, которые работают в интересующих сферах;
- родители учеников, имеющие интересные профессии;
- общественные организации или профессиональные ассоциации.

Наиболее эффективно взаимодействовать с подростковой аудиторией сможет специалист, увлеченный своей профессией, готовый отвечать на вопросы подростков. Также увлечь подростков могут специалисты из востребованных сфер (например, IT, медицина, дизайн) или редких и необычных профессий (например, актер озвучивания, аналитик данных).

3. Подготовьте программу встречи.

Содержание встречи:

- краткое вступление: представление докладчика и его работы (5–10 минут);
- основная часть: рассказ о профессии, включая примеры из практической деятельности (20–30 минут);
- практическая часть: мини-задания или демонстрации (15–20 минут);
- сессия вопросов и ответов (10–15 минут).

4. Подготовьте учеников.

Проведите предварительное занятие:

- расскажите о профессии, чтобы ученики понимали контекст;
- попросите их составить список вопросов для профессионала (например, «Какие навыки нужны для вашей работы?», «Какой был ваш самый сложный проект?»).

Распределите роли: кто-то будет задавать вопросы, кто-то – записывать интересные факты или цитаты.

Объясните правила поведения:

- слушать внимательно, не перебивать;
- быть активными и задавать подготовленные вопросы.

**Этап 2. Проведение встречи.**

*1. Вступительное слово.*

Представьте профессионала:

- расскажите, кто он, в какой сфере работает, почему его профессия важна;
- упомяните его достижения или интересные факты из биографии.

Объясните цель встречи.

«Сегодня мы узнаем, как выглядят будни врача, какие навыки нужны, чтобы добиться успеха в профессии, и какие трудности возникают на пути».

*2. Основная часть.*

Передайте слово специалисту. Он может рассказать о своем карьерном пути: с чего начинал, как развивался, объяснить суть своей профессии, рассказать о том, с какими задачами приходится сталкиваться ежедневно, какую пользу его работа приносит людям и обществу.

Попросите привести примеры:

- истории реальных проектов или необычных случаев на работе;
- трудности, с которыми он сталкивался, и как их преодолевал.

*3. Практическая часть.*

Организуйте небольшой интерактив, связанный с представленной профессией.

Примеры:

- врач учит правильно измерять давление;
- программист показывает и объясняет, как написать простую программу;
- архитектор дает задание нарисовать план комнаты.

Привлеките подростков к выполнению задания.

Пусть они попробуют сделать что-то сами под руководством профессионала.

*4. Сессия вопросов и ответов.*

Дайте подросткам возможность задать заранее подготовленные вопросы. Позвольте задать и спонтанные вопросы, которые появились во время встречи.

Примеры вопросов:

- Какая часть вашей работы вам нравится больше всего?
- Что вы посоветуете подросткам, которые хотят пойти в эту профессию?

**Этап 3. Завершение встречи.**

*1. Благодарность:*

- поблагодарите профессионала за время и интересный рассказ;
- вручите благодарственное письмо или символический подарок от школы.

*2. Рефлексия с учениками.*

Проведите обсуждение:

- Что нового вы узнали?
- Какая информация была самой полезной?
- Хотите ли вы попробовать себя в этой профессии?

Попросите подростков написать короткий отзыв или заметку о встрече.

*Пример встречи.*

Встреча с дизайнером интерьеров.

1. Введение: рассказ о том, как дизайнер выбирает стиль и работает с клиентами.

2. Основная часть: демонстрация проектов (фото до/после).

3. Практика: задание подросткам нарисовать план комнаты и выбрать цвета для интерьера.

4. Вопросы и ответы: обсуждение, как попасть в сферу дизайна и каких ошибок стоит избегать.

### Список литературы

1. Антипов А.Г. Профориентация молодежи в современном российском обществе: состояние и пути развития / А.Г. Антипов // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2012. – №2 (12).
2. Атлас новых профессий 3.0. / Под ред. Д. Варламовой, Д. Судакова. – М.: Альпина ПРО, 2021. – 472 с.
3. Бендюков М.А. Ступени карьеры: азбука профориентации / М.А. Бендюков, И.Л. Соломин. – СПб.: Речь, 2006. – 240 с.
4. Грецов А.Г. 100 популярных профессий. Психология успешной карьеры для старшеклассников и студентов / А.Г. Грецов, Т. Бедарева. – СПб.: Питер, 2009. – 272 с.
5. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. – 4-е изд. – М.: Академия, 2010. – 304 с.
6. Климов Е.А. Как выбрать профессию / Е.А. Климов. – М.: Просвещение, 1990. – 160 с.
7. Литвак Н. Формула призвания: семь правил выбора вуза / Н. Литвак. – 2-е изд. – М.: Альпина нон-фикшн, 2014. – 160 с.
8. Методические рекомендации по профессиональной ориентации для обучающихся 6–11-х классов // Министерство просвещения Российской Федерации. – М., 2023. – 108 с.
9. Черных О.П. Современные методы профориентации и самоопределения обучающихся: учебно-методическое пособие / О.П. Черных // ГБУДО ДУМ «Магнит». – Магнитогорск: Магнит, 2021. – 120 с.

## Приложения

### Тест «Моя профессиональная карта».

#### Описание.

Тест «Моя профессиональная карта» помогает подросткам выявить их интересы, навыки и ценности, чтобы определить подходящие направления профессионального развития. Это упражнение помогает не только лучше понять себя, но и связать свои увлечения с возможными карьерными путями.

#### Инструкция для проведения теста.

##### 1. Подготовка:

- распечатайте тестовые бланки или организуйте его прохождение в цифровом формате (например, в Google Forms);
- объясните подросткам, что нет «правильных» или «неправильных» ответов – важно быть честным.

##### 2. Проведение теста:

- дайте подросткам 15–20 минут на заполнение;
- после завершения организуйте обсуждение результатов.

##### 3. Интерпретация:

- каждое задание связано с определёнными сферами интересов, навыков или ценностей;
- итогом станет краткий профиль подростка с рекомендациями по профессиональным направлениям.

### Тест «Моя профессиональная карта».

#### Часть 1. Интересы.

Отметьте, что вам интересно (можно выбрать несколько вариантов):

1. ☐ Работа с техникой и технологиями (например, программирование, инженерия).
2. ☐ Работа с природой (например, экология, зоология).
3. ☐ Работа с людьми (например, психология, преподавание).
4. ☐ Творчество и искусство (например, дизайн, музыка).
5. ☐ Наука и исследования (например, биология, математика).
6. ☐ Спорт и активный образ жизни (например, тренер, спорт).
7. ☐ Бизнес и управление (например, организация мероприятий, предпринимательство).

### Часть 2. Навыки.

Оцените свои навыки по шкале от 1 до 5, где: 1 – совсем не умею, 5 – очень хорошо умею.

1. Работа в команде.

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

2. Решение сложных задач.

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

3. Работа с техникой или компьютерами.

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

4. Общение с разными людьми.

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

5. Творческое мышление.

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

6. Лидерство и организация.

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

### Часть 3. Ценности.

Какие из перечисленных ценностей наиболее важны для вас?  
Выберите до 3 вариантов.

1. ☐ Помогать людям.

2. ☐ Создавать что-то новое.

3. ☐ Решать сложные задачи.

4. ☐ Достигать карьерных высот.

5. ☐ Работать в команде.

6. ☐ Развиваться и учиться новому.

7. ☐ Быть независимым.

### Часть 4. Ваше мнение.

Ответьте коротко.

1. Какие три занятия приносят вам больше всего удовольствия?

Ответ: \_\_\_\_\_.

2. Какими достижениями вы гордитесь больше всего?

Ответ: \_\_\_\_\_.

3. Кем вы хотите себя видеть через 5 лет?

Ответ: \_\_\_\_\_.



### **Обработка результатов.**

#### **Интересы.**

Каждый выбранный пункт соответствует профессиональной сфере. Например:

- работа с техникой и технологиями → инженерия, IT;
- работа с природой → экология, биология.

#### **Навыки.**

Оценки показывают сильные стороны подростка. Например:

- высокая оценка «Работа в команде» → профессии, требующие взаимодействия с людьми;
- высокая оценка «Решение сложных задач» → аналитика, наука.

#### **Ценности.**

Связь между ценностями и профессиями:

- «Помогать людям» → медицина, социальная работа;
- «Создавать что-то новое» → дизайн, стартапы.

#### **Ваше мнение.**

Эти ответы помогают уточнить уникальные особенности подростка, которые могут быть не отражены в тесте.

#### **Пример профиля подростка по итогам теста.**

**Интересы.** Творчество, общение с людьми.

**Навыки.** Творческое мышление – 5, общение – 4.

**Ценности.** Создавать что-то новое, быть независимым.

**Рекомендации.** Рассмотреть профессии в сфере дизайна, маркетинга или организации мероприятий.

Этот тест не только помогает подросткам понять себя, но и предоставляет педагогам инструмент для дальнейшей профориентации и работы над карьерными планами.

### **Игра «Профессия будущего».**

#### **Описание.**

Игра «Профессия будущего» помогает подросткам развивать креативное мышление, исследовать свои интересы и навыки, а также формировать представление о будущих карьерных возможностях. Задание вдохновляет на поиск новых идей и даёт возможность выразить себя в команде.

### **Цель игры:**

- развить у подростков умение анализировать современные тренды и прогнозировать, как они повлияют на рынок труда;
- научить креативно подходить к описанию профессий, объединяя интересы и навыки;
- отработать навыки публичной презентации в игровой форме.

### **Как провести игру: пошаговый алгоритм.**

#### **1. Подготовка.**

##### **1. Определите формат игры:**

- индивидуальный: каждый подросток придумывает свою профессию;
- командный: группа работает над одной профессией (рекомендуется для улучшения навыков работы в команде).

##### **2. Подготовьте материалы:**

- карточки или листы бумаги для записей;
- флипчарт, маркеры, или доска для визуализации профессий;
- таймер для соблюдения времени.

##### **3. Разогрейте интерес:**

- начните с обсуждения современных технологий и трендов, которые могут изменить рынок труда (например, искусственный интеллект, экология, космические исследования);
- задайте вопросы:  
«Какие профессии могут появиться через 10–20 лет?»  
«Какие проблемы общества можно будет решить с помощью новых профессий?»

#### **2. Основная часть.**

##### **1. Формирование задания.**

- Дайте задание: придумать профессию, которая может появиться в будущем.
- Уточните, что описание должно включать:
  - название профессии;
  - проблему, которую она решает;
  - основные обязанности;
  - навыки и знания, необходимые для этой работы;
  - какую пользу профессия принесет обществу.

## **2. Работа над профессией.**

- Дайте участникам 20-30 минут на выполнение задания.
- Если работа командная, распределите роли:
  - генератор идей (отвечает за придумывание концепции);
  - исследователь (анализирует, как профессия связана с трендами);
  - презентатор (готовит и проводит презентацию).

### **Примерный шаблон описания профессии.**

*Название профессии. Агронавигационный инженер.*

*Проблема. Разработка автоматизированных систем для управления роботами на фермах.*

*Обязанности. Настройка и обслуживание дронов для посева, полива и сбора урожая.*

*Навыки. Знание программирования, робототехники и сельского хозяйства.*

*Польза. Сокращение затрат на сельское хозяйство, повышение урожайности и защита окружающей среды.*

## **3. Презентация профессий.**

### **1. Организация презентации.**

Каждая команда или участник получает 3–5 минут для выступления. В презентацию можно включить:

- рисунок или схему профессии;
- демонстрацию её работы (например, как робот помогает человеку);
- краткую историю о том, как эта профессия возникла.

### **2. Примерные вопросы к презентации:**

- Какая проблема решается благодаря этой профессии?
- Почему она станет востребованной в будущем?
- Какие технологии или навыки понадобятся для этой работы?

### **3. Обратная связь:**

- после каждой презентации аудитория (остальные участники или педагог) задаёт вопросы или делает комментарии;
- обсудите, насколько реалистична профессия и её влияние на общество.

#### **4. Завершение.**

##### **Выбор лучших идей.**

Проведите голосование, чтобы выбрать:

- самую оригинальную профессию;
- самую полезную профессию
- профессию, которую участники хотели бы освоить.

##### **Рефлексия.**

Задайте подросткам вопросы:

- Как вы пришли к своей идее?
- Что было самым сложным в процессе?
- Чему вы научились во время задания?

##### **Награды.**

Подготовьте символические призы (например, дипломы «Создатель профессии будущего»).

##### **Пример профессий, которые могут вдохновить подростков.**

**1. Экологический архитектор** создаёт дома, которые полностью питаются возобновляемой энергией и минимизируют отходы.

**2. Космический гид** организует экскурсии для туристов на Луну или Марс.

**3. Инженер биоразработок** разрабатывает искусственные органы или улучшает биологические системы человека.

**4. Киберучитель** обучает детей с помощью виртуальной реальности и искусственного интеллекта.

**5. Дрон-мастер** настраивает дроны для доставки товаров, спасательных операций или экологического мониторинга.

##### **Результат игры.**

Подростки узнают, как их собственные интересы могут преобразоваться в карьеру. Они развивают навыки анализа трендов, креативного мышления и публичного выступления. Педагог получает инструмент для оценки склонностей подростков и их готовности к самостоятельной работе.

##### **Задание «Мой первый бизнес».**

##### **Описание:**

Задание «Мой первый бизнес» позволяет подросткам применить свои знания и интересы для создания гипотетического про-

екта. Они проходят весь путь от формирования идеи до её презентации, развивая предпринимательское мышление, навыки работы в команде и публичные выступления.

### **Цель задания:**

- познакомить подростков с основами предпринимательства;
- развить навыки анализа, планирования и презентации;
- помочь подросткам связать свои интересы с реальными возможностями.

### **Как провести задание: пошаговый алгоритм.**

#### **1. Подготовка.**

##### **1. Определите формат:**

- индивидуальный: каждый участник создаёт собственный бизнес-проект;
- командный: участники объединяются в группы по 3–5 человек для совместной работы.

##### **2. Подготовьте материалы:**

- листы для записей и флипчарты;
- презентационные шаблоны (например, Canva, PowerPoint);
- таймер для соблюдения времени на этапах.

##### **3. Введение.**

Объясните, что такое бизнес, как он решает проблемы и создает ценность. Покажите простые примеры.

**Пример 1:** кафе, где продается экологически чистая еда.

**Пример 2:** приложение для изучения иностранных языков.

##### **4. Задайте рамки проекта:**

- временной лимит: 30–60 минут на создание проекта;
- тип проекта: продукт, услуга, платформа или мероприятие;
- условие: проект должен быть связан с интересами подростков.

##### **2. Основная часть.**

###### **Шаг 1. Выбор идеи.**

Попросите подростков подумать, какие проблемы они хотели бы решить. Примеры вопросов:

- Какая проблема волнует тебя или твоих друзей?
- Какую услугу или продукт ты сам хотел бы получить?

## **Шаг 2. Разработка концепции.**

Предложите подросткам ответить на ключевые вопросы:

- Что это за продукт или услуга?
- Кому это будет полезно (целевой рынок)?
- Как это будет работать (механизм реализации)?
- Почему это нужно людям (ценность)?

### **Шаблон для записи идей:**

*Название проекта:* \_\_\_\_\_.

*Проблема, которую мы решаем:* \_\_\_\_\_.

*Наша целевая аудитория (Кому продаем):* \_\_\_\_\_.

*Как это работает:* \_\_\_\_\_.

*Чем это ценно:* \_\_\_\_\_.

## **Шаг 3. Финансовая модель (упрощенно).**

Попросите подростков продумать:

- как они будут зарабатывать деньги (например, продажа, подписка, реклама);
- какие расходы они предполагают (например, аренда, материалы, реклама).

## **Шаг 4. Презентация.**

Подготовьте презентацию (5–7 минут):

- название проекта и его идея;
- проблема и её решение;
- основные этапы реализации;
- как проект будет приносить деньги.

### **3. Презентация перед «инвесторами».**

#### **1. Формат презентации.**

Каждая команда или участник представляет свой проект перед «инвесторами» (педагогами, родителями, другими учениками).

#### **2. Структура выступления:**

- введение: проблема, которую решает проект;
- основная часть: описание продукта или услуги, как это работает;
- заключение: потенциальная выгода и почему стоит инвестировать.

#### **3. Роль «инвесторов».**

Задавайте вопросы:

- Почему вы думаете, что это будет востребовано?
- Как вы собираетесь продвигать свой продукт?

Дайте конструктивную обратную связь:

- «Очень хорошая идея, но подумайте, как вы будете конкурировать»;
- «Отличный проект, добавьте больше деталей о целевой аудитории».

### **4. Завершение.**

**1. Обсуждение.** Попросите подростков поделиться:

- Что им понравилось в процессе?
- Какие трудности они встретили?
- Хотели бы они попробовать реализовать свою идею в реальной жизни?

**2. Голосование.** Организуйте голосование для выбора «Лучшего проекта»:

- самый креативный;
- самый реалистичный;
- самый полезный для общества.

**3. Награждение.** Выдайте символические награды (например, дипломы «Лучший стартапер» или «Идея, меняющая мир»).

### **Результаты задания.**

Подростки получают базовые навыки анализа, планирования и презентации.

Они учатся работать в команде и креативно подходить к решению проблем.

Педагоги могут использовать представленные проекты для дальнейшей работы над профориентацией.

**Портфолио школьника: составление списка достижений, интересов и целей.**

### **Описание.**

Портфолио школьника – это структурированный документ, который отражает личные достижения, интересы и цели учащегося. Оно помогает не только систематизировать информацию, но и подготовить подростка к поступлению в учебные заведения, участию в конкурсах или собеседованиях.

### **Цели портфолио:**

- развить у подростков навыки самоанализа;
- помочь подросткам осознать свои сильные стороны и направления для развития;
- создать инструмент, который можно использовать для профориентации или поступления в учебные заведения.

### **Как организовать процесс составления портфолио.**

#### **1. Объясните, зачем нужно портфолио.**

##### **1. Примерные сценарии использования:**

- при подаче документов в специализированные школы, лицеи или вузы;
- для участия в конкурсах, грантах или олимпиадах;
- для самопрезентации на профориентационных встречах или стажировках.

##### **2. Рассмотрите примеры портфолио.**

Покажите образцы, которые демонстрируют, как структурировать достижения и навыки.

#### **2. Структура портфолио.**

##### **1. Титульный лист:**

- фамилия, имя;
- учебное заведение, класс;
- контактные данные (телефон, email).

##### **2. Раздел 1. Достижения.**

###### **Как составить список.**

- Включите только значимые достижения.
- Укажите дату, название мероприятия и результат.

###### **Примеры.**

- Победа в школьной олимпиаде по биологии (1-е место, 2023 год).
- Участие в городском конкурсе проектов (призовое место, 2022 год).
- Завершение курса по программированию (сертификат).

##### **3. Раздел 2. Интересы.**

###### **Как составить.**

- Попросите подростков записать свои увлечения (например, спорт, музыка, программирование).
- Уточните, как они развивают свои интересы.



**Пример записи.**

- Интерес: рисование.
- Развитие: посещаю художественную студию, участвую в конкурсах.

**4. Раздел 3. Цели.**

**Как сформулировать цели.**

- Разделите их на краткосрочные и долгосрочные.
- Используйте метод SMART (цель должна быть конкретной, измеримой, достижимой, релевантной, ограниченной во времени).

**Примеры:**

- Краткосрочная цель: сдать экзамен по английскому языку на уровень B2 через 6 месяцев.
- Долгосрочная цель: поступить в медицинский вуз через 2 года.

**5. Раздел 4. Навыки.**

- Попросите подростков указать свои сильные стороны.
- Технические навыки (например, знание языков программирования, навыки работы с инструментами).
- Социальные навыки (например, умение работать в команде).

**Пример записи.**

- Навык: умение решать задачи на время.
- Пример применения: участие в математических олимпиадах.

**6. Раздел 5. Рекомендации и отзывы.**

Попросите подростков собрать отзывы от учителей, тренеров или наставников.

Пример. «Иван проявил отличные лидерские качества при участии в школьном проекте «Экология города».

**3. Практическая часть: как составить портфолио.**

**Шаг 1. Сбор информации.**

Попросите подростков вспомнить и записать все свои достижения за последний год.

1. Дайте шаблон для удобного заполнения.

*Дата:* \_\_\_\_\_.

*Название достижения:* \_\_\_\_\_.

*Результат:* \_\_\_\_\_.

**Шаг 2. Структурирование.** Помогите распределить информацию по разделам. Проверьте, чтобы записи были логичными и полными.

**Шаг 3. Дизайн и оформление.** Используйте готовые шаблоны или попросите подростков оформить портфолио самостоятельно. Включите фотографии, сканы сертификатов, дипломов.

#### **4. Презентация портфолио.**

##### **1. Возможные форматы:**

- бумажное портфолио: для подачи на мероприятия или в учебные заведения;
- электронное портфолио: для отправки по электронной почте или размещения на онлайн-платформах (например, Яндекс Диск).

##### **2. Обсуждение в группе:**

- устройте «ярмарку портфолио», где подростки представят свои достижения друг другу;
- дайте обратную связь: что впечатлило, что можно улучшить.

#### **5. Рефлексия после составления портфолио.**

##### **1. Обсудите с подростками.**

- Какие достижения показались им самыми важными?
- Какие навыки они хотели бы развить дальше?
- Какими целями они больше всего гордятся?

##### **2. Дальнейшая работа:**

- обновляйте портфолио каждые 6–12 месяцев.
- используйте портфолио как основу для профессиональных планов.

##### **Результат задания.**

- У подростков появляется структурированный документ, который помогает им понимать свои сильные стороны и ставить цели.
- Они учатся презентовать себя и свои достижения.
- Педагоги получают инструмент для дальнейшей профориентации, оценки навыков и планирования образовательной работы.

Для заметок

Для заметок

*Учебное издание*

Хайрова Зульфия Рафиковна  
Башкин Евгений Брониславович  
Гани Светлана Вячеславовна  
Павшенко Екатерина Анатольевна  
Антипенко Наталия Юрьевна

**ПРОФОРИЕНТАЦИОННОЕ КАРЬЕРНОЕ  
КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПОДРОСТКОВ**

Учебно-методическое пособие

Чебоксары, 2025 г.

Компьютерная верстка *Е. В. Иванова*

Подписано в печать 23.04.2025.

Дата выхода издания в свет 29.04.2025.

Формат 60×84/16. Бумага офсетная. Печать офсетная.  
Гарнитура Times. Усл. печ. л. 3,02. Заказ К-1416. Тираж 500 экз.

Издательский дом «Среда»  
428005, Чебоксары, Гражданская, 75, офис 12  
+7 (8352) 655-731  
info@phsreda.com  
<https://phsreda.com>

Отпечатано в Студии печати «Максимум»  
428005, Чебоксары, Гражданская, 75  
+7 (8352) 655-047  
info@maksimum21.ru  
[www.maksimum21.ru](http://www.maksimum21.ru)