
КАР'ЄРНИЙ СТАРТ

1. година
Софія Березка



ПЛАН ЗАНЯТТЯ:



1. Познайомимось.

2. Презентація курсу.

3. Вправи та очікування.

4. Питання та відповіді. Дискусія

PREZENTACE KURZU


ПРЕЗЕНТАЦІЯ КУРСУ


- **Anotace / Osnova**
- **Požadavky**

- **Анотація. Інтерактивна основа**
- **Вимоги**

[Záznamník učitele](#) > [Interaktivní osnovy](#) > [Kariérní start UA](#) ↗

Interaktivní osnova



 Sofia Berezka, Ph.D.
Kariérní start UA

INFO ▼

The screenshot shows the MUNI KC website interface. At the top, there is a navigation menu with links: Aktuálně, Pro studenty a absolventy, Pro zaměstnavatele, Kontakty, Seberozvoj, Naši partneři, and JobCheckIN. The main content area features a podcast article titled "V kom najít kariérní vzory? Poslechněte si nový díl!". The article text discusses career inspiration and mentions a podcast available on platforms. Below the article is a sub-header "Poslуги для студентів з України" and a main heading "Послуги для студентів з України". The text describes free services for Ukrainian students to improve their skills and find work. Two buttons are visible: "КОНСУЛЬТУВАННЯ" and "РОЗВИТОК І ОСВІТА". On the right, there is a photo of the Masarykova univerzita building with the Ukrainian flag flying. The website footer includes "Активация Windows".

https://kariera.muni.cz

MUNI Kariérní centrum

English Українська Přihlásit / registrovat

Aktuálně Pro studenty a absolventy Pro zaměstnavatele Kontakty Seberozvoj Naši partneři JobCheckIN

V kom najít kariérní vzory? Poslechněte si nový díl!

Co nás inspiruje k vybraní vysněné profese? Bude z dítěte učitelky také učitel? Proč většina dětí vyroste ze snu být popelářem? Jak může někoho seriál Dr. House přivést k psychologii, ale vůbec ne k medicíně? A potřebujeme vůbec k něčemu kariérní vzor?

Jarda, Terka i Matěj přibližují, že časy se mění a kariérní vzory s nimi. Pozor, nevyhnou se ani rčení: "To za nás nebylo."

Dostupné na předních podcastových platformách

MUNI Центр кар'єри

Čeština

Послуги для студентів з України Календар подій Контакти

Послуги для студентів з України

Кар'єрний центр MUNI надає безкоштовні послуги для студентів з України, які бажають удосконалити свої професійні навички та уміння, підвищити свою конкурентоспроможність, ефективно побудувати свій кар'єрний шлях, а також успішно інтегруватись у нових умовах навчання та ринку праці.

КОНСУЛЬТУВАННЯ РОЗВИТОК І ОСВІТА

Активация Windows

ЗНАЙОМСТВО





**Ваші очікування
від курсу?**



Правила роботи групи



MUNI
КС

Що таке кар'єра?



Що таке кар'єра?

Кар'єра - це стандартна частина життя, яка включає в себе різноманітні види діяльності, в яких ми реалізуємо свої компетенції, особистісні характеристики, цінності або погляди (на додаток до роботи, хобі, дозвілля, волонтерства, ...).



Мислення космічного масштабу.



**Як зміниться моя позиція
на шкалі за такого
визначення?**

Основні підходи до розгляду кар'єри



- **Управління кар'єрою як навичка:**
 - мінливість ринку праці
 - активний (і безперервний) підхід
 - адаптивність та необхідні компетенції

Основні підходи до розгляду кар'єри



- **Self-knowledge:** пізнання власних якостей, інтересів, навичок та цінностей
- **Occupational-knowledge:** вивчення власних можливостей на ринку праці
- **Decision making:** прийняття кар'єрних рішень та планів для досягнення мети
- **Job-hunting skills:** написання резюме та проходження співбесіди

Джерело: University of Helsinki Career Services & career management skills

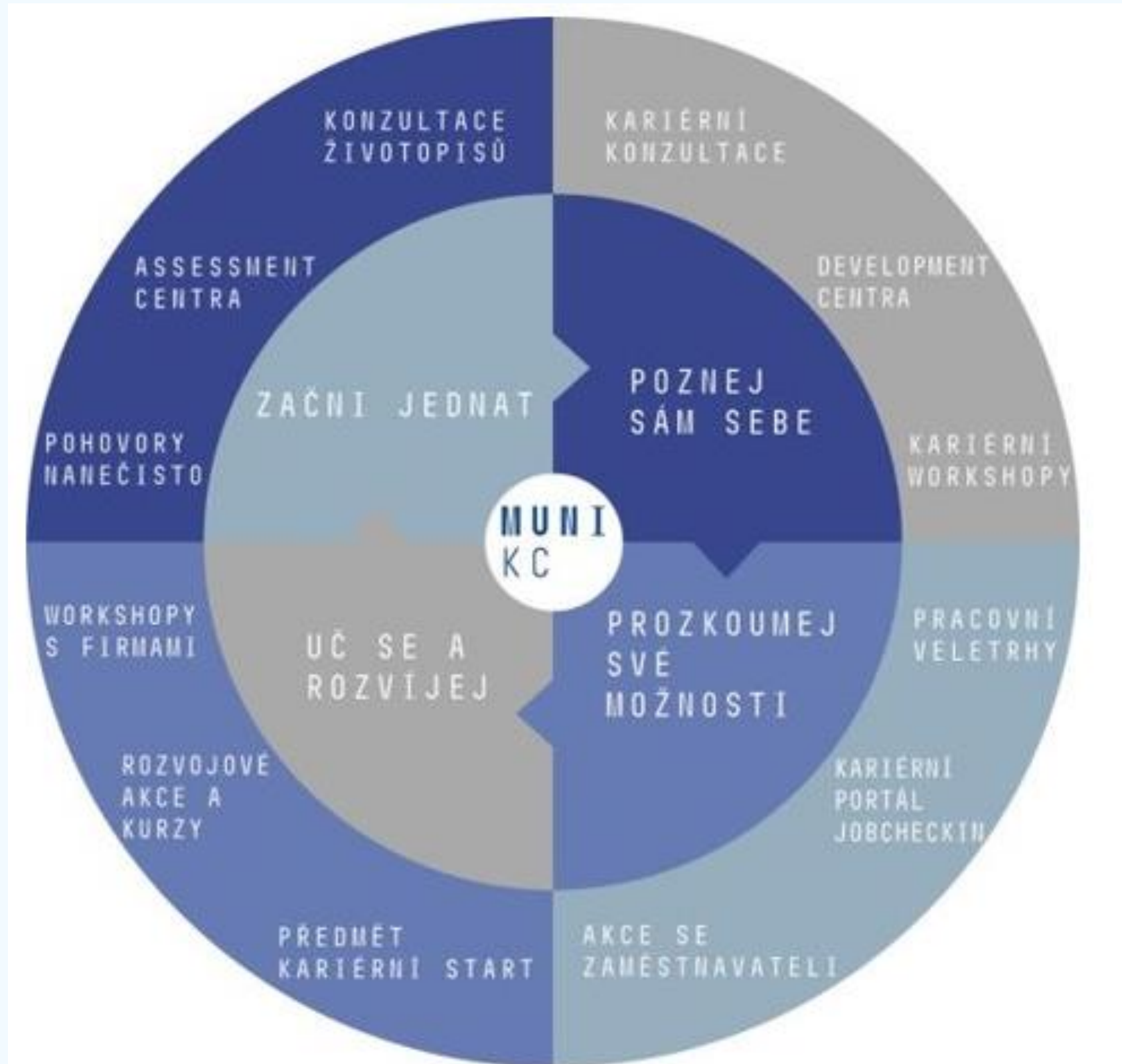
CMS



Порівняння моделей навичок керування кар'єрою

<u>Akkermans et al., 2013</u>	<u>Našková & Vacilík, 2016</u>	Власна модель
Рефлексія власної мотивації	Прийняття кар'єрних рішень	Підприємницька мотивація Прийняття та аналіз рішень
Рефлексія власних якостей	Самопізнання та позитивна Я-концепція	Особисте бачення Управлінська компетентність Здатність протистояти (боротись) труднощам
Networking	Позитивна взаємодія з іншими та спілкування у колективі. Розуміння ролі особистості в суспільстві та загальному контексті	Культурна відкритість
Уміння продати себе	-	Самопрезентація Проактивність Персональний бренд
Дослідження ринку праці	Ефективна обробка кар'єрної інформації. Залучення та позитивний підхід до навчання впродовж життя	Чутливість до ринку праці
Контроль кар'єри	Реагування на зміни та зростання протягом усього життя. Залучення до управління власною кар'єрою.	Життєвий баланс Стратегія кар'єрного розвитку

Наш підхід до кар'єрного консультування



Мета КС - підтримка студента:

- **у самопізнанні**
- **у визначенні факторів прийняття рішень та роздуми про майбутнє**
- **у задоволеності життям і роботою**
- **у впевненості у тому, що ми всі боремося з невизначеністю**
- **для кар'єрної адаптивності**
- **під час пошуку роботи**



Практична частина:

- **робота у командах**



OTÁZKY?



Sofia Berezka, Ph.D.

učo 531326

Konzultantka psychologického a kariérního poradenství
KarCentr MU

 777 496 997

 531326@mail.muni.cz → berezka@kariera.muni.cz

 Vložení souborů do Úschovny

REFLEXE A ZPĚTNÁ VAZBA



Рефлексія та зворотний
зв'язок