



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE

БИДЕТЕ КАРИЕРЕН СОВЕТНИК НА ВАШИОТ ТИНЕЈЏЕР

Водич за родители

Вовед

Доколку сте родител на тинејџер од средношколска возраст, овој водич ви е наменет токму вам!

Вашето дете забрзано станува возрасен човек и се обидува да се подготви за реалниот свет на работата. Водичот ќе ви помогне да ја разберете и зајакнете *вашата* улога во кариерниот развој на вашето дете. Со негова помош полесно ќе одлучите колку и на кој начин да се вклучите во овој битен процес.

Содржиниве кои следат нудат системски пристап во процесот на планирање кариера претставен преку 4 чекори, како и совети за информирано донесување одлуки. Тие ќе ви помогнат вам и на вашето дете да развиете правилен пристап при изборот на образование, вработување, занимање, начин на живот...

Следејќи ги практичните совети на водичот, на крајот сами одлучете што и колку ќе направите и ставете го тоа во вашиот личен план за активности со вашето дете.

Ви посакуваме пријатно и успешно патување низ иднината!

Овој водич е изготвен во соработка со
Асоцијацијата на советници за кариера (АСК)



Улогата на родителот во кариерните избори на детето

Како родител имате особено важна улога во поддршката на вашите тинејџери кога тие се соочуваат со првите дилеми околу изборите кои ќе ги обележат нивниот кариерен и животен пат. Истражувањата и праксата се согласуваат: **родителите имаат најголемо влијание на одлуките поврзани со кариерата на нивните деца.** Како да бидеме сигурни дека изборот на понатамошно образование и кариера ќе му овозможат на детето исполнет и успешен живот? Како да му помогнете на тинејџерот да ги препознае своите интереси, афинитети, таленти, да ја најде својата претстава за иднината? За почеток:

- Пружете само поддршка, охрабрување и помош - не нудете готови решенија! Ќе му помогнете на детето ако наместо да го наметнувате својот став, го научите самото да истражува опции и носи одлуки! Верувајте во него, така и тоа ќе верува во себе и своите избори.
- Поврзете го со контакти и извори на информации кои ќе му помогнат да донесе одлуки.
- Охрабрувајте го детето да си поставува прашања, да размислува, да преиспитува и да носи информирани одлуки.

Што го очекува вашето дете во идниот свет на работата?

Светот на работата драматично се промени во последниве неколку декади, а продолжува да се менува со секое ново технолошко достигнување. Вашето дете е на праг да влезе во т.н. економија базирана на сервисни услуги и знаење, каде специфичниот сет од вештини и способности да ги разбира и соодветно да се соочува со промените е многу поважен отколку основните физички и ментални способности.

Вашиот тинејџер ќе има многу појасна задача пред неизвесната иднина доколку добро го запознае пазарот на трудот - неговите основни карактеристики и идните трендови.

Доживотно учење

Да се биде успешен во денешниот современ свет бара совладување на нов збир од знаења и способности кои го отсликуваат 21-иот век како современо место за живеење, но и ги задолжуваат вработените да бидат добро образувани и да поседуваат флексибилност и способност да се соочат со постојаните промени во знаењето и потребните вештини.

Во современи услови, значењето на едукацијата и воопшто надградувањето е неспорно, при што **предност** имаат оние кои ја препознаваат важноста за негово стимулирање и правилно насочување. Денес учењето е многу повеќе од само формално (академско) образование. Тоа претставува рамка која го опфаќа учењето во текот на целиот животен циклус, од раното детство до пензионирањето, а се случува на училиште, дома, низ игра, волонтирање, пракса, работа, хоби и др.

Само промената е извесна

Во минатото, планирањето на кариерата не беше толку комплексно и важно како што е сега. Завршената квалификација и еднаш најдената работа воглавно значеше обезбедена egzистенција за долг рок, најчесто за цел живот. Искуството се ценеше повеќе од се друго, а социјалната грижа на компаниите за нивните вработени овозможуваше сигурна иднина за вработените и нивните семејства.

Денес ситуацијата е многу поинаква и покомплексна, што се должи на голем број постојани промени во економијата и технологијата. Денешните ученици, а утрешните вработени ќе конкурираат на глобален пазар на трудот, ќе менуваат по најмалку 10 работни места во текот на работниот век, ќе бидат ценети и платени исклучиво по нивната ангажираност и придонес во остварувањето на компаниските цели, а не по минатиот труд или квалификации. Утрешните вработени ќе мораат сами да ја планираат и осигураат својата иднина до и по пензионирањето, оти работодавачите се помалку го прават тоа.

Сепак, идниот свет на работата нуди многу повеќе **можности**. Достапноста на информациите и новите технологии им го нудат светот на дланка на идните генерации. Вие и вашето дете сте исправени пред сладок предизвик да се соочите со предизвиците и можностите на новото време.

Почнете од себе...

Информирајте се. Бидете во тек.

За вас може понекогаш да биде тешко јасно да ги согледате промените и можностите кои се нудат пред вашето дете, особено ако сте подолго време на исто работно место. Ќе биде корисно доколку направите мало истражување на сегашните и идни трендови на локалниот и глобалниот пазар на трудот, да дознаете кои индустрии ќе имаат најголема побарувачка на работна сила во наредните години. Едноставено следете вести и медиуми поврзани со вработување, а добро е да пронајдете и некоја статија за тоа какви вработени очекуваат работодавачите.

Одвојте време за разговор и активности

Исклучително е важно да му покажете на вашето дете дека сте заинтересирани и ангажирани во овој процес. Користете ја секоја прилика да поразговарате за работа и вработување - додека се возите заедно анализирајте едно работно место со аргументи „за„ и „против„; собирајте исечоци од весници, видеа и филмови поврзани со некој потенцијален кариерен избор (занимање или компанија); заедно направете список на посакувани занимања, а потоа бодувајте го за да добиете листа на приоритети. Едноставно, покажете му на детето дека сте тука, со него во процесот, дека ќе го споделите и ова искуство со него.

Бидете пример

Еден начин да помогнете во процесот е да го земете сопственото искуство за пример.Зборувајте со вашиот тинејџер за позитивните искуства од вашата кариера, со тоа ќе испратите порака дека работењето е убаво и исполнувачко. Потрудете се да му објасните на детето дека животот е комбинација од понекогаш тежок труд и задоволства. Низ сопствениот пример охрабнете го детето да не се плаши од грешки. Покажете му како вашите грешки ви помогнале да се развиете во подобра и поуспешна личност.

Користете професионална помош

Вашето учество во овој процес е многу голем предизвик за секој родител. Не колебајте се во него да вклучите и други – пријатели, познаници, колеги.

Ако почувствувате пречка – побарајте совет од професионалец. Пронајдете ја најдостапната опција за вас – кариерниот советник во училиштето, обука за подготовка за вработување, психолог, професионален коуч и сл. Подгответе го и детето да работи со професионалец. Доколку тоа е веќе вклучено во советување за кариера во училиштето – следете го и поддржувајте го пристапот што му е понуден.

Кариера и планирање

Што е кариера?

Кариерата најчесто се смета за редослед од работни позиции во текот на животниот век. Градењето и планирањето на кариерата сепак започнуваат многу порано пред првото вработување – од основното училиште, изборот на средно образование, одлуката дали да се бара вработување или да се продолжи со образованието.

Кариерните избори често се прават според: интересите (силен интерес за одредена област, страст), инспирација од одредена личност или настан (на пр. блиска успешна личност) или со стекнување различни искуства низ животот (на пр. основање на семејство може да води кон нови кариерни избори)

Кариерата треба да се планира

Размислувањето за сопствената кариера и преземањето одговорност за нејзиниот развој значи постојано планирање, поставување цели и работа на нивно остварување. На тој начин се зголемуваат шансите вашиот тинејџер да ја креира својата иднина, наместо да зависи од околностите, изборите на врсниците и ситуацијата во опкружувањето.

Планирањето на кариерата е процес, а не одлука која се носи еднаш засекогаш. Слично е со планирање на патување! Ова сознание на вашиот тинејџер ќе му го олесни притисокот дека треба да донесе една одлука со која ќе мора да живее до крајот на животот.

Циклус на планирање кариера

Системското планирање на кариерата има четири главни чекори. Водете го вашиот тинејџер полека низ секој од нив, без прескокнување. Помогнете му да го разбере процесот и да ги најде одговорите во секоја од фазите:

1. ЗАПОЗНАЈ СЕ СЕБЕСИ

Откриј што навистина те интересира, на што би сакал да се посветиш и проучиш/работиш, што сметаш за важно (кои се твоите вредности), кои вештини ги поседуваш, со какви ресурси располагаш.

2. ИСТРАЖИ ГИ МОЖНОСТИТЕ

Кои се можностите кои ги имам на располагање? Кои професии се во согласност со моите интереси и вештини, со мојата личност? Кои факултети водат кон тие професии? Направи листа со преферирани опции.

3. НАПРАВИ ИЗБОР, ПОСТАВИ ПЛАН

Одлучи се за еден или неколку избори. Сега имаш цел. Постави план кој ќе те одведе до остварување на целите кои ќе ги одредиш. Размисли за чекорите, разговарај за нив, осмисли ги.

4. ПОДГОТВИ СЕ ЗА ВРАБОТУВАЊЕ

Преземи чекори за реализација на планот, доусоврши го тоа што ти треба да ја најдеш и добиеш посакуваната работа!

Чекор 1: Себезапознавање

Во оваа фаза, вашиот тинејџер треба подобро се запознае себеси. Целта е јасно да ги идентификува своите интереси, вредности, верувања, личност, вештини, јаки страни, па и префериран стил на живеење. Ова е од особена важност - луѓето кои избираат занимања што се во согласност со интересите, вредностите и вештините повеќе уживаат во својата работа, повеќе се трудат да успеат и постигнуваат подобри резултати! Секако дека интересите можат да се менуваат, исто така и вештините – тоа што е важно, во клучните моменти на избор треба да ги имаме предвид овие прашања кои ќе навистина ќе помогнат.

Резултат од чекор 1: Објективна слика за себеси

Како ќе помогнете?

Истражете кои тестови за себезапознавање можете да ги најдете на интернет или во кариерниот центар на училиштето.

(веб страна со тестови???)

Постојат голем број тн. неформални тестови кои можат да помогнат во оваа фаза. Имајте на ум дека за резултатите од тестовите секогаш треба да се разговара и да се донесат лични заклучоци, наместо да се земат како готова “пресуда”.

Вие можете многу да му помогнете да детето аналитички да дојде до сознанија за себеси. За тоа, едноставно, ви треба само разговор:

ИНТЕРЕСИ - Разговор со поставување прашања – “brainstorming”

Помогнете му на детето да разјасни што е тоа што го привлекува кон одредена професија. Ако на пример сака да е писател, пробајте со следните прашања: Што е според тебе добро во тоа да се живее како писател? Во што е според тебе убавината на ова занимање? Кои работни улоги ги има писателот за да создаде едно дело? Кои се други занимања поврзани со пишувањето? Кои од нив те интересираат?

ЛИЧНА АНАЛИЗА (јаки и слаби страни)

Воопшто не е едноставно самостојно да се анализираат личните јаки и слаби страни, особено за еден тинејџер. За да му помогнете, можете да му го поставите прашањето: Ако можеш да избереш да се претставиш преку карактеристиките на некои животно или птица, што би избрал? Што ти се допаѓа кај неа/него? Во што мислиш дека е неговата најјака страна? Која/што мислиш дека може да му биде слабост?

ВРЕДНОСТИ, СТАВОВИ И ВЕРУВАЊА

Разговарајте за тоа што вашето дете смета дека е важно во животот, кои човечки особини се “најдобри”, која е неговата слика за успех, поттикнете го да размисли за своите ставови кон поимите како што се среќа, успех, работа, вработување, учење, кариера...

Чекор 2: Истражување образовни и кариерни можности

Охрабрени од сознанијата во фазата на себезапознавање, следниот чекор на вашиот тинејџер е истражувањето опции и можности поврзани со личните профили (збир од информации од чекор 1). Ова подразбира истражувања различни занимања, сектори (групи на слични занимања), работни места, посета на организации и разговори со лица кои работат на исти или слични работни места од интерес за детето. Истражувањето треба да му помогне на детето реално да ги согледа сите аспекти на одредено занимање, да се запознае со вештините кои треба да ги стекне низ понатамошно образование или практично усовршување.

Истражувањето треба да вклучи и информации за пазарот на труд, избор на образовни можности (формално образование – факултети, неформално образование – специјализирани курсеви итн). Низ процесот вашиот тинејџер ќе научи дека условите на пазарот на трудот се менуваат и дека постојаната информираност ќе му помогне за подобри кариерни избори во иднина.

Запомнете: Модерната технологија во голема мера помага да дојдеме до неопходните информации, но таа не решава дилеми. Вашата поддршка е многу битна!

Резултат од чекор 2: Листа на потенцијални кариери во согласност со интересите и можностите

Како ќе помогнете?

Односот базиран на доверба меѓу вас и вашиот тинејџер ќе придонесе и во оваа фаза да му помогнете низ следните активности:

- Помогнете со свои контакти и упатете го детето да поразговара со ваши познаници со исти или слични занимања. Разговорот нека биде структуриран (листа од од неколку однапред осмислени прашања во вид на интервју). Нека оствари контакт со неколку лица – едно искуство може субјективно да влијае на изборот.
- Разговарајте за можни извори на информации за пазарот на труд – официјални веб страни на институции, медиуми, извештаи и сл.
- Поттикнете го детето да размислува и за неконвенционални, нетрадиционални занимања, за само-вработување можеби или започнување сопствен бизнис.
- Покажете љубопитност и заинтересираност! Најдете го соодветниот момент да поставите прашање кое на детето ќе му отвори нови идеи: позитивно формулирани прашања: Кој ти е омилен предмет? Што ти е интересно во таа област? Како го замислуваш животот неколку години од сега? Кое работа би ја работел и кога не би те плаќале за тоа?

Чекор 3: Поставување цели и план на активности

Планирањето е една од најбитните компетенции кои вашето дете ќе ги користи во понатамошниот живот. Тоа им помага на луѓето да водат организиран живот и да се сконцентрираат на она што им е цел. Планирањето на кариерата е одличен почеток и вежба.

Резултат од чекор 3: Кариерен план со конкретни активности за најмалку една кариерна патека

Како ќе помогнете?

Поставете кариерна цел. Од сите истражени податоци за сопствените интереси и способности, но и за можностите кои се нудат, водете го детето низ процес на одлука за една или неколку потенцијални кариерни патеки. Ова е клучен чекор. Одвојте време, закажете средба со детето на оваа тема, ставете ги сите опции на хартија и обидете се да го наведете да ги бодува по неколу критериуми (достапно образование, услови за работа, можност за напредување, плата и сл.). Избраната опција формулирајте ја во остварлива, реалистична цел, на пр. „Ја сум успешен инженер за развој на нов софтвер за мобилни телефони, или „Режисер на телевизиски реклами.„ Запишете ја целта на големо парче хартија и закачете ја на ѕид.

Изгответе план. Од тука натаму, кариерата е низа од активности. Направете план за нив. Најдобро е кога тргнувате од целта па се враќате наназад:

Кое образование ми треба за да ја добијам оваа работа? – Активности: 1. Заврши електро-факултет 2. Заврши средно образование со висок успех 3. Фокусирај се на математика и физика – имај 5 на крај на година, итн.

Што друго може да ми помогне? Активности: 1. Пракса во телекомуникациска компанија и сл.

Обврзно поставете временски рок покрај секоја активност.

Запомнете:

Одговорност носи оној кој одлучува. Ако се наметнувате при поставувањето цели и планирањето, вашето дете ќе очекува вие да ги спроведувате активностите.

Визуелизирајте. Ненапишаниот план не постои. Обврзно ставете го на хартија, најдобро на ѕид.

Следете го планот. Вашата најбитна улога во целиот процес е да покажете доследност – мотивирајте го и поттикнувајте го вашето дете редовно да го ревидира планот, да прави пресек која од активностите е завршена.

Славете го секој успех. Пофалете го детето за секоја успешно реализирана активност. Таа е чекор поблиску до целта.

Чекор 4: Подготовка за вработување

Кога Вашиот тинејџер ги зацртал целите за својата кариера, Вие можете да му помогнете да почне да ги остварува. Никогаш не е прерано да се почне со подготовката за вработување. Јасната цел ни помага да ги насочиме сите други активности кон нејзино остварување (повеќе внимание на некој предмет, пракса во посакуваното занимање и сл.)

Резултат од чекор 4: Тековно следење на планот и спроведување на зацртаните активности

Како ќе помогнете?

Фокус на завршната година. Кога образовниот систем нуди можност на изборни предмети или избор на проектна настава, секој од тие избори може да значат еден чекор поблиску до остварување на кариерните цели. Прашајте го вашето дете „Како секоја од тие одлуки придонесува за постигнување на кариерната цел?“.

Пракса и волонтирање. Практичната работа е одличен начин младиот човек одлбиску да искуси како изгледаат повеќе работни места и повеќе видови на работни средини. Вашата помош и поддршка во овој процес е драгоцена. Сетете се како вам ви било на провиот работен ден и со колку трема и неодговорени прашања сте се соочиле.

Охрабрете го својот син или ќерка и помогнете му/и да се подготви за средба со нови луѓе и нови средини.

Избор на универзитет. Направете заеднички список на информациите кои му се потребни за да донесе одлука (наставни планови, стипендии, рокови, квоти итн.) и да се снајде во мноштвото информации. Понекогаш е полесно да почнете од крајната цел и да се враќате наназад: Што е потребно за да станам _____? Какви вештини, знаења, искуства се потребни?

Основи на активно барање работа. Иако е рано во почетните стадиуми на средно училиште, подготовка на CV, интервју, мотивациско писмо треба да се прави затоа што помага детето да добие слика за себе. *Подетално за пазарот на труд.* Разговарајте со вашето дете за трошоците за живот, семејниот буџет, заработката која ја добиваме со тоа што некој го вреднува нашиот труд, производ или услуга.

Запомнете: Вашиот збор има голема тежина во очите на Вашиот тинејџер! Вашите мислења и ставови можеби се базирани на лошо искуство на некој универзитет, со некој професор, на некое работно место. Тоа е само ваше искуство, а не на вашето дете!

Што сигурно му треба на вашето дете за идната кариера?

Иднината и барањата кои ќе се поставуваат пред вашето дете во наредните педесетина години се многу неизвесни. Брзите промени во технологијата, бизнисот и општествените системи уште денес имаат влијание на она што е пресудно за наоѓање и задржување работа. „Тврдите,,„ стручни знаења и вештини се основа за секоја кариера, но тие многу брзо се менуваат.

Работодавачите се повеќе ги вреднуваат основните ставови и однесувања на вработените. Овие карактеристики на вашето дете можат да му помогнат да ја добие посакуваната работа и да биде успешно на работното место, без оглед на тоа за кое занимање ќе се одлучи.

Она што можете вие да го сторите за вашето дете да влезе во групата „посакувани,, вработени е да му помогнете да развие универзални кариерни вредности. Бидете сигурни дека вашето дете е на добар пат кога кај него ќе препознаете:

1. Позитивен став кон работата

„Работата ме исполнува,,

2. Позитивен став кон учењето

„Никогаш нема да престанам да учам,,

3. Компетенции за вработливост

Компетенциите за вработливост се универзални вештини, знаења и однесувања кои можат да се применат во различни животни ситуации и на разни работни места.

1. Јасна комуникација и непристрасен став кон соговорниците
2. Социјални и интеркултурни вештини
3. Информатичко-комуникациски и други технологии
4. Критичко размислување и решавање проблеми
5. Флексибилност и прилагодливост
6. Тимска работа
7. Креативност и иновативност
8. Планирање и организација
9. Лидерство
10. Основно познавање на бизнис улоги и функции
11. Компетенции за кариерен развој – јасна слика за себеси, системско истражување можности, поставување кариерни цели и подготвеност за барање работа

10 битни пораки што треба да му ги пренесете на вашето дете

1. Иднината никој не може да ја предвиди, но таа мора да се планира.
2. Добриот (кариерен) план е половина завршена работа. Половина завршена работа е НЕЗАВРШЕНА работа.
3. Учењето никогаш не престанува.
4. Промената е постојана. Всушност, единственото нешто што е извесно за иднината е промената.
5. Се` што е научено ќе се употреби. Повеќето од знаењата и вештините ги применуваме без да сме свесни за тоа.
6. Кариерата на другите не е твоја кариера. Секој има свој пат.
7. Парите не се причина за кариера. Тие се нејзина последица.
8. Кога правиш избор, следи го срцето. Среќа е да го работиш она што навистина го сакаш.
9. Секогаш постои избор! Има многу можности и ти имаш право да ја избереш најдобрата за себе.
10. Се` е можно. Сите патишта се отворени...

*“Го открив најдобриот начин на кој можам да ги советувам моите деца:
прво откривам што сакаат, а потоа ги советувам како да го направат тоа.”*

Harry S. Truman

Мојот личен план за кариерни активности со моето дете

Активност	Рок	Статус
Активности за себепознавање		
Активности за истражување образовни и кариерни можности		
Активности за поставување цели		
Активности за подготовка за вработување		

