



ФОП Бородатюк Артем Ігорович

ЗАТВЕРДЖЕНО
ФОП Бородатюк Артем Ігорович

08.10.2026р.

ПРОГРАМА

підвищення кваліфікації педагогічних працівників
закладів загальної середньої освіти

**«ТЕХНОЛОГІЇ КАР'ЄРНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ В НУШ:
ЦИФРОВИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ ВЧИТЕЛЯ»**

Розробник: ФОП Бородатюк Артем Ігорович

Бородатюк А.І., засновник та очільник групи ІТ-компаній FRACTAL, автор модельної навчальної програми «Добробут та професійна ефективність. 10-12 класи. Профільна середня освіта. Основний / Поглиблений рівень» (наказ МОН України від 20.11.2025 №1529).

Напрямок підвищення кваліфікації:

кар'єрне консультування здобувачів освіти.

Розроблено на основі типової програми:

Типова програма підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти на тему «Кар'єрне консультування в Новій українській школі» (наказ МОН України від 04.11.2025 №1450).

Термін дії програми: з 08.10.2026 до 08.10.2031 року.

Рецензенти:

- 1. Саута Сергій**, доктор філософії (PhD) за спеціальністю «Психологія», директор з питань штучного інтелекту групи ІТ-компаній FRACTAL.
- 2. Браткевич Тетяна**, директорка Білгород-Дністровського ліцею “Пріоритет”, вчителька української мови та літератури, зарубіжної літератури, авторка освітньої програми підвищення кваліфікації «Провокативний коучинг в освіті: стимулювання мотивації до навчання та критичного мислення».
- 3. Гапак Наталія**, к.е.н., доцент, доцент кафедри економіки, підприємництва та торгівлі Ужгородського університету.

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Актуальність програми. Програма спрямована на реалізацію реформи НУШ у частині профорієнтації та кар'єрного консультування здобувачів освіти через набуття педагогічними працівниками системних компетентностей у сфері педагогічного супроводу самовизначення та побудови освітньо-професійної траєкторії учнів. Концептуальні засади реформування профільної середньої освіти (академічні ліцеї) (наказ МОН України від 10.10.2024 № 1451) та Державний стандарт профільної середньої освіти (постанова КМУ від 25.07.2024 № 851) визначають нову роль старшої профільної школи як простору індивідуального та професійного самовизначення учнів. За даними міжнародного дослідження PISA (2018, 2022), кар'єрні прагнення підлітків часто залишаються обмеженими й залежать від соціального походження, а з консультантом із питань кар'єри до 15 років спілкувалася лише близько половини учнів країн ОЕСР; в Україні ця проблема поглиблюється нерівністю доступу до сучасних інструментів, наслідками війни та внутрішньої міграції. Програма розроблена на основі Типової програми підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти на тему «Кар'єрне консультування в Новій українській школі» (наказ МОН України від 04.11.2025 № 1450).

Здобувачі освіти потребують персоніфікованого підходу та використання сучасних цифрових інструментів. Програма пропонує практичне опанування методичного інструментарію EdTech-екосистеми FRACTAL (зокрема мобільного застосунку з профорієнтації підлітків FRACTAL PLUS, ШІ-коуча та цифрових аналітичних продуктів), що дає змогу педагогу організувати первинну діагностику інтересів і мотивації учня та побудувати індивідуальну освітню траєкторію.

Крім того, в умовах високої невизначеності, ментального навантаження та дистанційного/змішаного навчання як педагогам, так і учням бракує системних навичок управління часом, цілепокладання та збереження психологічної стійкості. Впровадження авторського фреймворку «Трапляються проблеми», методик аудиту часу та розрахунку показника виконання власних зобов'язань (Say-Do Ratio) дає змогу вчителю не лише підвищити власну професійну ефективність, а й передати ці інструменти здобувачам освіти.

Програма долає розрив між теоретичними знаннями про профорієнтацію та реальними методичними потребами вчителя. Педагоги отримують готовий конструктор індивідуальних консультацій, алгоритми взаємодії з батьками на основі аналітичних PDF-звітів та конкретні сценарії проведення профорієнтаційних тренінгів у школі. Таким чином, програма відповідає стратегічним пріоритетам державної освітньої політики, запитам сучасного вчителя на цифровізацію навчального процесу та фундаментальним потребам здобувачів освіти у свідомому виборі майбутньої професії.

Цільова група: педагогічні працівники закладів загальної середньої освіти.

Обсяг (тривалість): 30 годин (1 кредит ЄКТС).

Особливості реалізації програми: програма має виражене практичне спрямування, базується на андрагогічному, компетентнісному, діяльнісному й рефлексивному підходах. Навчання здійснюється на AI LMS-платформі AcademyOcean у зручному для педагога темпі. Програма передбачає практичну апробацію цифрових асистентів вчителя — інтерактивного цифрового посібника «Добробут та професійна ефективність» та мобільного застосунку FRACTAL PLUS із ШІ-коучем для «оцифрування особистості» підлітка. Для виконання відповідних практичних завдань слухач може обрати альтернативні цифрові ресурси (платформа з профорієнтації та розвитку кар'єри Державної служби зайнятості, «Дія.Освіта»). Кожен навчальний блок цифрового посібника забезпечений комплектом матеріалів під різні типи сприйняття: структуровані лекційні тексти, відео- та аудіоверсії (подкасти для асинхронного слухання), концептуальна інфографіка, готові слайдові презентації та завантажувані PDF-робочі аркуші. Педагог отримує повністю сформований комплект інструментів, який можна одразу застосовувати у практичній діяльності з учнями та їхніми батьками. Передбачено постійний зворотний зв'язок, подальший методичний супровід за запитом учасника навчання з автором програми та розробниками мультимодального забезпечення програми. Авторські доповнення Типової програми стосуються цифрових інструментів профорієнтаційної діагностики, цілепокладання та планування індивідуальної освітньої траєкторії учнів. Програма потребує наявності у слухача:

- персонального комп'ютера, ноутбука чи смартфона;
- доступу до швидкісного підключення до мережі Інтернет;
- доступу до електронної пошти для отримання консультації від викладача; за бажанням — приєднання до закритої Facebook-спільноти освітян.

Форма підвищення кваліфікації: інституційна (дистанційна).

Мета підвищення кваліфікації: вдосконалення професійних компетентностей педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти у сфері кар'єрного консультування та профорієнтації здобувачів базової та профільної середньої освіти, зокрема щодо цифрових інструментів, управління часом та саморегуляції, для супроводу учнів у процесі самоорганізації та свідомого кар'єрного самовизначення.

Завдання підвищення кваліфікації:

- Сформувати у педагогічних працівників цілісне уявлення про систему кар'єрного консультування і профорієнтації в контексті профільної

середньої освіти, ознайомити їх з концептуальними засадами розвитку особистої ефективності та суб'єктності педагога як ресурсу кар'єрного консультанта.

- Ознайомити учасників із сучасними теоріями та моделями кар'єрного вибору, навчити застосовувати метод мисленнєвого протиставлення WOOP як інструмент цілепокладання, розвитку автономної мотивації підлітків і підготовки до НМТ.
- Розвинути практичні навички здійснення кар'єрного консультування та інструментальної діагностики, зокрема через опанування технологій стратегічного самоаналізу підлітка, показника виконання власних зобов'язань (Say-Do Ratio) та методів управління чотирма рівнями особистих ресурсів.
- Опанувати сучасні цифрові інструменти та EdTech-платформи («Дія.Освіта», Career Hub, платформа з профорієнтації та розвитку кар'єри Державної служби зайнятості, EdEra), методика автоматизованої діагностики через інтерактивні експрес-тести мобільного застосунку FRACTAL PLUS, алгоритми залучення III-коуча для персоналізованого аналізу результатів та підтримки учнів у розробленні індивідуальних освітніх траєкторій.
- Сформувати практичні уміння щодо цифрового тайм-менеджменту (планування часовими блоками в Google Calendar, світлофорне кодування, правило буферних блоків), застосування обмеження часу (Time Boxing) з урахуванням закону Паркінсона для подолання перфекціонізму та технік саморегуляції в стресових ситуаціях.
- Посилити спроможність педагогів інтегрувати профорієнтаційні елементи в освітній процес за концепцією мультимодального уроку «все в одному кліку» (із залученням 7 цифрових форматів матеріалів), впроваджувати антикризовий фреймворк «Трапляються проблеми», будувати партнерський діалог з батьками та організовувати педагогічне партнерство з роботодавцями.

Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться:

- інформаційно-цифрова компетентність (А3);
- психологічна компетентність (Б1);
- компетентність педагогічного партнерства (Б3);
- здатність до навчання впродовж життя (Д1).

Очікувані результати підвищення кваліфікації:

Знання й розуміння:

- суті, принципів, етичних стандартів та нормативно-правових засад кар'єрного консультування і профорієнтації в закладах базової та профільної середньої освіти; концептуальних орієнтирів розвитку особистої ефективності та суб'єктності педагога;
- моделей кар'єрного вибору та методу мисленнєвого протиставлення

WOOP (Г. Еттінген); форм (індивідуальна, групова, колективна; діагностична, формувальна, довідково-інформаційна) і методів кар'єрного консультування;

- вікових особливостей самосвідомості та професійного самовизначення в ранньому юнацькому віці (14,5–17 років), внутрішніх та зовнішніх факторів кар'єрного вибору, симптомів психологічних криз та юнацького максималізму;
- структури та можливостей EdTech-інструментів і цифрових платформ («Дія.Освіта», Career Hub, Платформа ДСЗ, EdEra), технології автоматизованої діагностики за експрес-тестами мобільного застосунку FRACTAL PLUS та алгоритму залучення ШІ-коуча;
- принципів цифрового тайм-менеджменту (часові блоки, світлофорне кодування задач, правило буферних блоків), закону Паркінсона та методики управління чотирма рівнями особистих ресурсів;
- методології мультимодального навчання за концепцією «все в одному кліку».

Уміння:

- застосовувати метод мисленнєвого протиставлення WOOP для побудови кар'єрних планів учнів та підготовки до НМТ;
- трансформувати SWOT-аналіз у матрицю стратегій для допомоги підліткам у свідомому виборі профілю навчання;
- розраховувати показник виконання власних зобов'язань (Say-Do Ratio) та проводити ревізію чотирьох рівнів ресурсів;
- здійснювати комплексне «оцифрування особистості» підлітка через інтерактивні експрес-тести та інтерпретувати 8-сторінковий PDF-звіт для розроблення індивідуальної освітньої траєкторії;
- коректно використовувати ШІ-коуча з метою персоналізованого аналізу результатів тестування та підтримки учнів без порушення їхньої автономії, з дотриманням вимог щодо захисту персональних даних неповнолітніх;
- проектувати розклад дій у цифровому календарі із застосуванням часових блоків, кодування задач та технік саморегуляції;
- інтегрувати профорієнтаційні елементи в навчальні предмети, виховну та проектну діяльність (міжпредметність), конструювати уроки й тренінги за концепцією «все в одному кліку» (з інтеграцією 7 цифрових форматів матеріалів), впроваджувати протокол «проблема + 2 рішення», будувати партнерський діалог з батьками та організовувати партнерську взаємодію з роботодавцями й громадою.

Диспозиції (цінності, ставлення):

- визнання автономії підлітка у кар'єрному виборі та готовність діяти в позиції фасилітатора/коуча, а не авторитарного радника;
- етичне та критичне ставлення до використання штучного інтелекту й цифрових діагностик у роботі з неповнолітніми (дотримання принципів

- конфіденційності, добровільності та «не нашкодь»);
- прагнення до постійного саморозвитку, гнучкості та вдосконалення власної професійної ефективності й цифровізації освітнього процесу впродовж життя.

Система та критерії оцінювання результатів підвищення кваліфікації:

Оцінювання результатів навчання слухачів здійснюється суб'єктом підвищення кваліфікації та базується на компетентнісному підході. Особливістю Програми є практико-орієнтоване навчання, яке складається з трьох модулів і семи пов'язаних тем. Система оцінювання спрямована на визначення рівня засвоєння навчального матеріалу, сформованості професійних умінь і досягнення очікуваних результатів програми. Тема вважається опрацьованою, якщо слухач опрацював навчальні матеріали, подав практичне завдання теми за шаблоном (крім Теми 1.1, яка не передбачає практичного) та отримав зарахування на платформі дистанційного навчання. Факт опрацювання навчальних матеріалів і практичних завдань фіксується автоматично засобами дистанційної платформи, визначення рівня їх виконання (зарахування / незарахування) відбувається впродовж 1 доби після надсилання на платформу. Практичне завдання зараховується, якщо: подано за шаблоном у повному обсязі; зміст відповідає темі та поставленій задачі; слухач застосував інструмент до власної професійної ситуації або ситуації учня (наведено конкретні приклади); дотримано академічної доброчесності та конфіденційності (немає персональних даних учнів). У разі незарахування слухач отримує коментар і може подати завдання повторно.

Практичні завдання в межах програми мають формувальний характер, спрямовані на закріплення навчального матеріалу та не підлягають окремому бальному оцінюванню. Кількість спроб для виконання практичних робіт є необмеженою. Самостійна робота передбачає виконання практичних завдань, опанування цифрового застосунку для профорієнтації та цифрового інтерактивного посібника «Добробут та професійна ефективність». Проміжне оцінювання здійснюється через практичні завдання тем; зворотний зв'язок забезпечується коментарями викладача до кожного завдання, консультаціями електронною поштою, а також (за бажанням) участю в закритій Facebook-спільноті освітян.

Підсумкові заходи передбачають виконання підсумкового тесту з 20 запитань. Максимальна кількість балів, яку можуть отримати учасники, дорівнює кількості запитань. Прохідний бал складає 16 балів, або 80%. Доступні 8 спроб у тестуванні, зараховується кращий результат. Сертифікат видається за умови зарахування усіх практичних завдань та отримання не менше 16 балів із 20 (80 %) за підсумковий тест.

Документ про підвищення кваліфікації: сертифікат про підвищення кваліфікації обсягом 30 годин (1 кредит ЄКТС), оформлений відповідно до

вимог постанови Кабінету Міністрів України від 21.08.2019 №800, з унесенням відомостей до публічного реєстру суб'єкта підвищення кваліфікації та платформи «Вектор».

Вартість: 460 грн.

2. НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Програма передбачає навчання, яке складається з трьох модулів і семи пов'язаних тем, має практичне спрямування, базується на діяльнісному й рефлексивному підходах. Практичні заняття передбачають виконання вправ, аналіз кейсів і роботу з цифровими інструментами. Самостійна робота охоплює опрацювання опорних матеріалів, підготовку до практичних завдань та виконання 3-денного аудиту часу. Підсумковий захід — тестування. Максимальна кількість балів, яку можуть отримати учасники, – 20 балів. Прохідний бал для отримання сертифіката про підвищення кваліфікації – 16 балів.

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, складає 30 год., з них: 8 год. - лекційні заняття, 14 год. - практична робота, 6 год. - самостійна робота, 2 год. - контрольні заходи.

Назва навчальних модулів і тем	Лекції	Практ. робота	Самост. робота	Контрольні заходи	Усього
МОДУЛЬ 1. Інноваційні орієнтири кар'єрного консультування в екосистемі НУШ					
Тема 1.1. Стратегії кар'єрного орієнтування в умовах цифровізації профільної освіти	2				2
Тема 1.2. Доказові психологічні моделі самодетермінації та самоефективності в кар'єрному виборі	2	2	1		5
Разом за модулем 1	4	2	1		7
МОДУЛЬ 2. Психолого-педагогічні фреймворки супроводу професійного самовизначення підлітків					
Тема 2.1. Вікова архітектура самосвідомості та інструменти стратегічного самоаналізу старшокласників	2	2	1		5
Тема 2.2. Діагностика та моделювання індивідуального мотиваційного профілю учня		3	1		4
Разом за модулем 2	2	5	2		9

МОДУЛЬ 3. Практичний EdTech-інструментарій, цифрові технології та антикризовий менеджмент кар'єрного консультування					
Тема 3.1. Цифровізація форм та методів кар'єрного консультування в сучасній школі.	2	2	1		5
Тема 3.2. Технології тайм-менеджменту, побудови індивідуальних освітніх траєкторій та саморегуляції в НУШ		3	1		4
Тема 3.3. Синергія педагогічного партнерства, взаємодія з роботодавцями та антикризовий фреймворк		2	1		3
Разом за модулем 3	2	7	3		12
Підсумкові контрольні заходи				2	2
УСЬОГО	8	14	6	2	30

3. ЗМІСТ ПРОГРАМИ

МОДУЛЬ 1. Інноваційні орієнтири кар'єрного консультування в екосистемі НУШ.

Тема 1.1. Стратегії кар'єрного орієнтування в умовах цифровізації профільної освіти.

Поняття і роль кар'єрного консультування, його мета й місце в системі професійної орієнтації здобувачів базової та профільної середньої освіти. Нормативно-правове забезпечення та державна підтримка кар'єрного консультування в закладах загальної середньої освіти (Концептуальні засади реформування профільної середньої освіти, Державний стандарт профільної середньої освіти). Сучасні орієнтири профорієнтації в НУШ і роль академічних ліцеїв у кар'єрному супроводі старшокласників. Інтеграція європейських рамкових стандартів LifeComp (особистісно-соціальний розвиток) й EntreComp (підприємливість) як фундаменту підготовки здобувачів освіти до вибору майбутньої професії. Спільне й відмінне в профорієнтації та кар'єрному консультуванні. Зміст, основні завдання, принципи (добровільність, конфіденційність, «не нашкодь», автономія, антидискримінація) та етичні стандарти кар'єрного консультування в ЗЗСО. Трансформація класичної профорієнтації в систему побудови індивідуального життєвого добробуту. Адаптація до викликів BANI-світу (крихкість та тривожність освітнього процесу). Професійна агентивність (суб'єктність)

педагога як антидот проти вигорання в умовах хронічного стресу. Перехід від реактивної до проактивної позиції («агента дії») під час безпекових викликів.

Тема 1.2. Доказові психологічні моделі самодетермінації та самоефективності в кар'єрному виборі.

Еволюція теорій і моделей кар'єрного вибору та їх практичне значення: теорія рис і факторів (Ф. Парсонс, Дж. Голланд), розвиткові теорії (Д. Супер), соціально-когнітивна теорія кар'єрного вибору (Р. Лент, С. Браун), конструктивістські моделі (М. Савікас) та концепція кар'єрної адаптивності. Синергія практик кар'єрного супроводу та європейських орієнтирів LifeComp (особистісно-соціальний розвиток) й EntreComp (підприємливість). Концепція автономної кар'єрної мотивації підлітка. Інтеграція теорії самодетермінації (SDT) Е. Десі та Р. Раяна (баланс автономії, компетентності та зв'язаності в навчанні). Використання концепції самоефективності А.Бандури для розвитку впевненості учнів у власних здібностях. Опанування методу мисленнєвого протиставлення WOOP Габріеле Еттінген (Wish, Outcome, Obstacle, Plan / Бажання – Результат – Перешкода – План) як доповнення до позитивної візуалізації («дошок бажань»).

МОДУЛЬ 2. Психолого-педагогічні фреймворки супроводу професійного самовизначення підлітків.

Тема 2.1. Вікова архітектура самосвідомості та інструменти стратегічного самоаналізу старшокласників.

Соціальна ситуація розвитку в ранньому юнацькому віці (14,5–17 років). Внутрішні та зовнішні фактори кар'єрного вибору. Психологічні кризи, юнацький максималізм та гендерні стереотипи як бар'єри самовизначення. Трансформація інструменту SWOT-аналізу в систему персонального менеджменту учня. Побудова матриці стратегій для вибору профілю навчання. Роль батьків і соціального оточення у виборі профілю; готовність до самостійного прийняття рішень. Втома від рішень і «параліч аналізу» під час вибору профілю; позиції «Мислителя» і «Діяча». Подолання труднощів підготовки до НМТ через зміну моделі поведінки «покличу дорослого» (делегування відповідальності).

Тема 2.2. Діагностика та моделювання індивідуального мотиваційного профілю учня.

Групи мотивів вибору професії (соціальні, моральні, матеріальні, пізнавальні, естетичні, творчі, змістовні, престижні та утилітарні). Вплив медіа та EdTech-трендів, ринку праці, освітнього середовища на мотивацію. Індивідуальний мотиваційний профіль учня та інструменти підсилення внутрішньої зацікавленості у свідомому професійному самовизначенні. Формування внутрішнього локусу контролю в підлітків. Опанування методик управління енергією (чотири рівні особистих ресурсів) та

розрахунку показника виконання власних зобов'язань — Say-Do Ratio (частка виконаних обіцянок собі).

МОДУЛЬ 3. Практичний EdTech-інструментарій, цифрові технології та антикризовий менеджмент кар'єрного консультування

Тема 3.1. Цифровізація форм та методів кар'єрного консультування в сучасній школі.

Форми кар'єрного консультування: за кількістю учасників (індивідуальна, групова, колективна), тривалістю (разові, короткотривалі, довготривалі, систематичні, оперативні), змістом (довідково-інформаційна, діагностична, формувальна), способом організації (очна, дистанційна, змішана). Методи й прийоми: інформаційно-довідкові, освітні, психодіагностичні, мотиваційно-підтримувальні, практично-дійові. Огляд державних та освітніх цифрових платформ (платформа з профорієнтації та розвитку кар'єри Державної служби зайнятості, «Моя професія», «Дія.Освіта», Career Hub, EdEra). Практичне використання профорієнтаційного модуля для підлітків мобільного застосунку FRACTAL PLUS для автоматизації діагностики. Технологія комплексного «оцифрування особистості» підлітка через 8 інтерактивних експрес-тестів (стиль мислення, мої інтелекти, риси характеру, тип професії, матриця професій, кар'єрна мотивація, кар'єрний розвиток, мотиви вибору професії). Методика залучення III-коуча для персоналізованого аналізу результатів, підтримки підлітків та формування планів професійного розвитку. Етичні та безпекові аспекти використання цифрових діагностик і III з неповнолітніми: добровільність, конфіденційність, захист персональних даних, залучення батьків (законних представників).

Тема 3.2. Технології тайм-менеджменту, побудови індивідуальних освітніх траєкторій та саморегуляції в НУШ.

Специфіка кар'єрного консультування на рівні базової та профільної середньої освіти. Етапи, принципи та алгоритми розроблення персоналізованих кар'єрних планів учнів. Застосування технологій коучингу, менторингу, консультативної оцінки портфоліо та симуляційних співбесід у профорієнтації. Міждисциплінарне партнерство освітян і психологів для супроводу індивідуальної освітньої траєкторії з дотриманням норм етики та захисту персональних даних. Моделювання траєкторії розвитку учня на основі автоматизованого 8-сторінкового PDF-звіту застосунку FRACTAL PLUS (аналіз 4–6 професій, підбір закладів освіти, 4-тижневий план дій). Інтеграція інструментів планування часовими блоками у цифрові календарі (Google Calendar). Впровадження світлофорної системи кодування задач та правила буферних блоків для захисту від форс-мажорів. Опанування технік саморегуляції в стресових ситуаціях та подолання перфекціонізму учнів із застосуванням обмеження часу (Time Boxing) і закону Паркінсона.

Тема 3.3. Синергія педагогічного партнерства, взаємодія з роботодавцями та антикризовий фреймворк.

Методи залучення батьків до профорієнтаційного процесу в НУШ. Роль психологів у діагностиці та розвитку мотивації учнів. Можливості партнерства з місцевими громадами для організації практик і заходів. Форми взаємодії ЗЗСО з роботодавцями та місцевими громадами для ознайомлення учнів із реальними умовами праці (виробничі та соціальні хакатони, виїзні тренінги, шкільне підприємництво, екологічні проєкти розвитку, краєзнавчо-туристичні ініціативи, професійні лекторії). Технологія проведення уроків за допомогою цифрового інтерактивного посібника за концепцією «все в одному кліку» (Читати, Практикувати, Інфографіка, Презентація, Відеоперегляд, Аудіоподкаст, Робочий аркуш). Практичне відпрацювання авторського фреймворку («Трапляються проблеми») для перетворення проблемних ситуацій підлітків на вимірювані задачі. Впровадження протоколу правильного повідомлення про проблеми («проблема + 2 варіанти рішення»). Побудова партнерського діалогу підлітка з батьками щодо вибору освітньої траєкторії.

3.1. Орієнтовний перелік практичних завдань

1. Оформити «Картку кар'єрного супроводу WOOP» для підлітка з 2 наочними прикладами:
Бажання (Wish) → Найкращий результат (Outcome) → Внутрішня перешкода (Obstacle) → План дій у форматі «Якщо [Перешкода], то я [Конкретна дія]» (Plan).
2. Перетворення власної професійної проблеми на задачу за фреймворком «Трапляються проблеми».
3. Аналіз кейсів «Ніхто не прийде на допомогу» (у підготовці до НМТ) та «Антикризовий SWOT» (блекаут перед підсумковим контролем).
4. Складання індивідуального мотиваційного профілю учня (групи мотивів, внутрішні й зовнішні чинники) та добір 2–3 інструментів підсилення внутрішньої зацікавленості.
5. Користувацька апробація цифрових платформ; заповнення рефлексійної анкети (зручність, зрозумілість, мотивувальний потенціал).
6. Кейс «ШІ як можливість чи загроза»: складання етичного чек-листа використання цифрових діагностик і ШІ з неповнолітніми.
7. Аналіз персонального звіту (власного або зразка) та складання індивідуальної траєкторії з планом «практичних проб» на 4 тижні.
8. Розроблення сценарію розмови з батьками за результатами профорієнтаційного звіту (рольова гра «Результати розходяться з очікуваннями батьків»).

9. Аналіз результатів 3-денного аудиту власного часу та налаштування Google Calendar (окремі календарі, колірне кодування, буферні блоки, протокол сповіщень).
10. Складання персонального SWOT-аналізу та матриці стратегій для вибору профілю навчання.

Конкретні практичні завдання можуть варіюватися, але обов'язково спрямовані на формування компетентностей, визначених цією програмою та Типовою програмою (наказ МОН України від 04.11.2025 № 1450).

3.2. Орієнтовний перелік питань для самостійного опрацювання

1. Як три базові потреби за теорією самодетермінації проявляються в мотивації вчителя й учня? Які симптоми їх дефіциту?
2. Як самоефективність за А. Бандурою пов'язана з кар'єрним вибором учня (теорія Р. Лента і С. Браун)?
3. Чому SWOT без матриці стратегій залишається лише констатацією?
4. Як втома від рішень і параліч аналізу проявляються у підлітків під час вибору профілю? Які інструменти доречні?
5. Які з чотирьох рівнів особистих ресурсів (фізичний, емоційний, когнітивний, смисловий) у вас найбільш дефіцитні? Що ви зробите протягом тижня?
6. Чим позиція «Діяча» відрізняється від позиції «Мислителя»? Як вчителю-фасилітатору не підміняти рішення учня й не залишати його в катастрофізації?
7. Які форми кар'єрного консультування найдоцільніші у вашому закладі та чому? Де межа компетентності вчителя й коли потрібен психолог?
8. Які етичні стандарти (добровільність, конфіденційність, «не нашкодь») має дотримуватися вчитель під час індивідуальної консультації?
9. Складіть порівняльну таблицю цифрових профорієнтаційних платформ та інструментів: мета, вік, етап підготовки, переваги та обмеження.
10. Які дані учнів можна збирати й зберігати під час цифрової діагностики? Яку згоду потрібно мати?
11. Ознайомтеся зі структурою модельної навчальної програми з профорієнтації «Добробут та професійна ефективність» та відповідного цифрового посібника; оберіть декілька уроків, що відповідають запитам вашого закладу, і обґрунтуйте вибір.
12. Завершіть 3-денний аудит власного часу: розрахуйте частку глибокої роботи, визначте основні «чорні діри» та сформулюйте два рішення.
13. Як урахувати гендерні, соціокультурні особливості та особливі освітні потреби учнів під час кар'єрного консультування на засадах безстереотипного та інклюзивного підходів?

4. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Нормативно-правові документи:

1. Про освіту: Закон України від 05.09.2017 № 2145-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>
2. Про повну загальну середню освіту : Закон України від 16.01.2020 №463-IX. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text>
3. Деякі питання підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників : постанова Кабінету Міністрів України від 21.08.2019 №800. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/800-2019-%D0%BF>
4. Про затвердження Державного стандарту профільної середньої освіти : постанова Кабінету Міністрів України від 25.07.2024 № 851. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/851-2024-п>
5. Про затвердження Концептуальних засад реформування профільної середньої освіти (академічні ліцеї) : наказ Міністерства освіти і науки України від 10.10.2024 № 1451. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v1451729-24>
6. Про затвердження професійного стандарту «Вчитель закладу загальної середньої освіти» : наказ Міністерства освіти і науки України від 29.08.2024 №1225. URL: https://testportal.gov.ua/wp-content/uploads/2024/09/Nakaz_MON_1225.pdf
7. Про затвердження Типової програми підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти на тему «Кар'єрне консультування в Новій українській школі»: наказ Міністерства освіти і науки України від 04.11.2025 №1450. URL: <https://uied.org.ua/wp-content/uploads/2025/11/mon-1450-04.11.2025.pdf>
8. Порядок установа відповідності програм підвищення кваліфікації та/або супервізії педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти умовам реалізації експериментального проєкту щодо закупівлі послуг з підвищення кваліфікації та супервізії педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти : наказ Міністерства освіти і науки України від 08.04.2026 № 596. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0767-26#Text>

Основна література:

1. Заєць І.В., Шевенко А.М. Науково-практичне забезпечення профдіагностичної і профконсультативної діяльності : методичні рекомендації. Київ : Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України, 2022. 124с. URL: <https://surl.li/qkcdef>
2. Кар'єрне консультування: практичний посібник / Ігнатович О.М., Заєць І.В., Татаурова-Осика Г.П., Шевенко А.М.; [за ред. О.М. Ігнатович]. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 282 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/724027/1/10_%D0%9A

[%D0%B0%D1%80%27%D1%94%D1%80%D0%BD%D0%B5%20%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%81%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD.pdf](#)

3. Кремень, В. Г., Топузов, О. І., Ляшенко, О. І., Мальований, Ю. І., Засекіна, Т. М. Профільна середня освіта: концептуальні засади для Нової української школи. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2023. №5(2). С. 1–8. URL: <https://visnyk.naps.gov.ua/index.php/journal/article/view/389/452>
4. Охріменко, З. В., Морін, О. Л., Шевченко, А. М., Михайличенко, М. В. Професійне і кар'єрне становлення здобувачів освіти в умовах воєнного стану і повоєнного відновлення країни: виклики, досвід, перспективи. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2024. №6(2). С. 1-7. URL: <https://visnyk.naps.gov.ua/index.php/journal/article/view/489/556>
5. Професійна орієнтація у Новій українській школі / Український інститут розвитку освіти. URL: https://uied.org.ua/wp-content/uploads/2020/12/konczepczyia-profori%D1%94ntaczii%CC%88-dlya-gromadskogo-obgovorennya-16_12_20-.pdf
6. Психологія професійної діагностики та професійного консультування : практичний посібник / О. М. Ігнатович, Г. П. Татаурова-Осика, А. М. Шевченко ; за ред. О. М. Ігнатович. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2021. 225с. URL: <https://surl.li/hpueod>

Додаткова література:

1. Герасименко О. О. Самоменеджмент кар'єрного розвитку: організаційно-методичний інструментарій. *Modern Economics*. 2026. №57. С. 32–40. URL: [https://doi.org/10.31521/modecon.V57\(2026\)-04](https://doi.org/10.31521/modecon.V57(2026)-04)
2. Міністерство цифрової трансформації України. Дерево професій. Дія. Освіта. URL: <https://osvita.diia.gov.ua/profession-tree>
3. Платформа з профорієнтації та розвитку кар'єри. Офіційний інтернет-портал Державної служби зайнятості України. URL: <http://profi.dcz.gov.ua/>
4. Модельна навчальна програма «Добробут та професійна ефективність. 10–12 класи. Профільна середня освіта. Основний / Поглиблений рівень» : наказ Міністерства освіти і науки України від 20.11.2025 №1529. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/profilna/mnp/2025/12/11/mnp-dobrobut-ta-profesiina-efektivnist.pdf>
5. Розвиток життєвої компетентності особистості в умовах воєнного стану та післявоєнного відновлення України : монографія / Н. В. Чепелева, М. Л. Смульсон, С. Ю. Рудницька [та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ, Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2025. 207с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/743074/>

6. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості: монографія / Л. З. Сердюк, І. В. Данилюк, В. В. Турбан, О. І. Пенькова, Н. Д. Володарська [та ін.]; за ред. Л. З. Сердюк. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 236 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/729023/3/Serdjuk_Monography.pdf
7. Хоружа Л., Братко М., Гриневич Л. Інноваційні тренди у професійно-педагогічній освіті: кар'єрний радник для Нової української школи. Неперервна професійна освіта: теорія і практика. 2024. № 80 (3). С. 31–44. URL: <https://npo.kubg.edu.ua/article/view/314183/305096>
8. Цифровий інтерактивний посібник «Добробут та професійна ефективність». URL: <https://link.fractal.partners/rJiqsI>
9. Bureau J. S., Howard J. L., Chong J. X. Y., Guay F. Pathways to student motivation: a meta-analysis of antecedents of autonomous and controlled motivations. *Review of Educational Research*. 2022. Vol. 92, No. 1. P. 46–72. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8935530/>
10. Wang G., Wang Y., Gai X. A meta-analysis of the effects of mental contrasting with implementation intentions on goal attainment. *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. Article 565202. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.565202>