

ProfilPASS

ПРОСТОЮ МОВОЮ



Подорож- знайомство з МОЄЮ особистістю

Усвідомлення сильних сторін · Використання сильних сторін

Ви можете більше, ніж знаєте	3
Як використовувати ProfilPASS правильно	4
Це я	5
Як мене бачать інші	7
Чого я хочу досягти	9

Короткий огляд мого життя	11
Що я можу, що я знаю	12
Мій досвід — короткий огляд.....	14
Як я дізнаюся, що я можу	16
Як Маріта дізнається, що вона може	18

Мої станції досвіду	19
Інтереси, розваги та дозволя	20
Домогосподарство, сусіди та родина.....	23
Шкільна, професійно-технічна та вища освіта	27
Робота, професія та додаткове навчання	31
Мое життя в новій країні.....	37
Добрі часи, важкі часи	43

Ваша подорож до
ваших сильних сторін
має декілька станцій
для набуття досвіду.

Ви не повинні
зупинятися на кожній станції.

Ви самі визначаєте
маршрут подорожі.



Вибирайте!
Яка станція вас
цікавить? Почніть
із неї.

Тепер я знаю, що я можу 47

Мої цілі	53
Шлях до мети	54
Це мої цілі	57
Як я досягаю моїх цілей.....	58
Подальші кроки до моїх цілей	60

Як показати, що я можу	61
Моє резюме: огляд кваліфікацій, знань і навичок	63
Як виглядає резюме Ясемін	64
Як виглядає резюме з Europass	66
Супровідний лист: презентуйте свої компетенції	67
Докази моєї кваліфікації	70

Ваш короткий словник ProfilPASS	71
ProfilPASS і SCOUT.....	77





“

Я показала моїм маленьким братам і сестрам, як допомагати по дому. Я зробила це лише сама. Зараз я добре вмію керувати молодими людьми.



Я доглядав мою хвору **тещу**. Тепер я можу сам спілкуватися з лікарями та добре доглядати людей похилого віку без сторонньої допомоги.

”

Компетенція означає,
що ви робите
щось дуже добре. Напевно, ви вже чули
від інших: «У цьому ти профі!»
«Ти це чудово вмієш!»

Давайте візьмемо приклад: чи вмієте
ви добре **організовувати** заходи?
Можливо, ви організуєте сімейні свята?
Або ви організували все під час ремонту
вашої квартири? Якщо ви можете
робити це добре та самі,
ви маєте компетенцію щодо
організації.

Компетенції —
що це?



Ви можете більше, ніж знаєте

Ласкаво просимо до вашої подорожі до себе!

У своєму житті ви зробили багато: ви навчалися в школі, ви, можливо, освоїли **професію**, ви працюєте по дому, допомагаєте друзям і родині. Безперечно, деякі речі ви робите охоче. Безсумнівно, ви часто чуєте: «Ти це чудово вмієш!»

Але чи ви знаєте насправді, що ви можете? Чи можете ви сказати: «Це мої **сильні сторони**»?

Часто ми можемо набагато більше, ніж те, чому ми навчилися в школі чи на роботі. Ми знаємо набагато більше, ніж говорить наш **атестат**. До того ж, ми майже кожен день дізнаємося щось нове. Мимохідь. Часто ми цього навіть не помічаємо.

Добре, якщо у вас є атестати. Так ви можете підтвердити свою **кваліфікацію**. Але ваш досвід є не менш важливим. Що ви вже часто робили? Що ви добре вмієте? Що ви любите робити? ProfilPASS допоможе вам про це дізнатися. Для цього ви розпочнете подорож своїм життям. Що ви вже робили? Чого ви вже навчилися?

Здійсніть подорож до себе з ProfilPASS. У цій подорожі ви відкриєте свої **компетенції**: ваші компетенції — це те, що ви добре вмієте та про що ви **добре знаєте**. Ваші компетенції — це ваші сильні сторони.

Скористайтеся цим шансом для свого майбутнього. Якщо ви знаєте, що ви добре вмієте та що вам подобається робити, вам буде легше знайти роботу, яка вам підходить і приносить **радість**.



Як використовувати ProfilPASS правильно

У ProfilPASS є багато зображень і персонажів. Вони допоможуть вам користуватися ProfilPASS. Це найважливіші персонажі:



ШТЕФАН



ФІДЕЛІЯ

Фіделія та Штефан дадуть вам декілька порад щодо використання ProfilPASS. Вони пояснюватимуть вам важкі слова.

Також вам допоможуть Ясемін, Харальд і Маріта. Усі троє вже вивчили ProfilPASS. На наступних сторінках ви дізнаєтеся, що написали Ясемін, Харальд і Маріта у своїх ProfilPASS. Давайте коротко познайомимо вас із ними.



Ясемін 26 років. Вона родом із Кабулу (Афганістан) і має двох сестер. Її батьки працювали (батько: журналіст; мати: лікар). Вони дуже відкриті та толерантні. Ясемін та її сестри повинні мати кращі можливості для кар'єрного зростання. Тому її сім'я приїхала сюди.



Гаральду 48 років. Він одружений, має сина та дочку. Він родом із великого міста в Рурській області. Він пропрацював на підприємстві 18 років. Коли воно закрилося, Гаральд став безробітним. Зараз він шукає нову роботу.



Маріті 46 років. Вона одружена, має двох синів і доньку. Вона проходила навчання на продавчиню. З моменту народження першого сина вона не працює. Відтоді вона опікується дітьми та домогосподарством. Тепер вона хоче повернутися до роботи.

Деякі сторінки мають ці сині квадратики по краях, як-от ця.

У них пояснюються важкі слова. Ще більше пояснень можна знайти в невеликому **«Словнику ProfilPASS»** наприкінці ProfilPASS. У ньому пояснюються всі слова, позначені жирним шрифтом у тексті, які ви, можливо, не знаєте.



Мої друзі кажуть,
що я організована.



Це я

**Коротко представтеся. Хто ви?
Що є типовим для вас? Який ви маєте характер?**

Мене звати _____

Я родом з _____

Мені _____ рік/роки/років.

Я живу з _____ в _____

Це я роблю з задоволенням:

Це мене особливо цікавить:

Це для мене типово:

Я _____

Я терплячий, надійний і розсудливий.



Риси — це моделі поведінки або ознаки, типові для людини. Характеристика, якою людину можна описати.

Я маю ці риси.

Використовуйте цей список рис. Позначте, яка риса характерна для вас. Які відповідають точно, а які є зовсім невластивими? А які риси не настільки очевидні?

Мої риси...	точно відповідає	дещо відповідає	не дуже відповідає	зовсім не відповідає
аналітика				
витривалість				
ентузіазм				
завзятість				
розсудливість				
дипломатичність				
тактовність				
напористість				
емоційність				
ініціативність				
честолюбність				
працьовитість				
гнучкість				
терплячість				
точність				
ремісничі здібності				
готовність допомогти				
ввічливість				
креативність				
сприймання критики				
логічно-абстрактне мислення				
схильність до співчуття				
охайність				
практичність				
готовість до ризику				
сором'язливість				
самостійність				
добросовісність				
здібність до мов				
технічна обдарованість				
толерантність				
переконливість				
відповідальність				
сповненість ідеями				
цілеспрямованість				
стриманість				
надійність				

напористість:
вміння захищати свої інтереси.

логічно-абстрактне мислення:
здатність мислити систематично та теоретично.

стриманість:
прагнення залишатися в тіні; стримана людина, як правило, сором'язлива.

Як мене бачать інші

Хочете знати, як вас бачать інші люди? Ви також можете завантажити цей список рис в Інтернеті. Дайте його другу або члену сім'ї. Попросіть поставити галочки та оцінити, як він вас бачить.

Риси...	точно відповідає	дещо відповідає	не дуже відповідає	зовсім не відповідає
аналітика				
витривалість				
ентузіазм				
завзятість				
розсудливість				
дипломатичність				
тактовність				
напористість				
емоційність				
ініціативність				
честолюбність				
працьовитість				
гнучкість				
терплячість				
точність				
ремісничі здібності				
готовність допомогти				
ввічливість				
креативність				
сприймання критики				
логічно-абстрактне мислення				
схильність до співчуття				
охайність				
практичність				
готовість до ризику				
сором'язливість				
самостійність				
добросовісність				
здібність до мов				
технічна обдарованість				
толерантність				
переконливість				
відповідальність				
сповненість ідеями				
цілеспрямованість				
стриманість				
надійність				

виражений:

такий, що є особливо очевидним.

Потім порівняйте: для яких рис ви поставили галочку «точно відповідає»?

А для яких рис ваш друг або член сім'ї поставив галочку «точно відповідає»?

Чи однаково ви оцінюєте ваші риси?

Де є відмінності? Обговоріть це.

Де ви поставили однакові галочки? Імовірно, це якості, які у вас особливо **виражені**. **Перенесіть** ці риси до списку.

Це мої особливі риси:

Іноді риси виражені чітко, а іноді зовсім трохи. Для кожної риси визначте, в якій мірі вона вам властива.





Чого я хочу досягти

Напишіть, чого ви хочете досягти. Як ви уявляєте своє майбутнє? Які **цілі** ви маєте? Як ProfilPASS повинен допомогти вам досягти цих цілей?

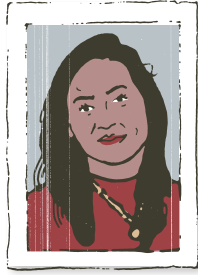
Позначте всі цілі, яких ви хочете досягти. У вас є інші цілі? Напишіть їх під списком.

Це я хочу відкрити в собі за допомогою ProfilPASS:

Цієї мети я хочу досягти за допомогою ProfilPASS:

ProfilPASS повинен допомогти мені відкрити

- мої сильні сторони.
- наявні компетенції.
- важливі для мене цілі.
- дії, які мені потрібно зробити, щоб досягти своїх цілей.
- нові можливості, які я маю.
- проблеми, які мені потрібно вирішити,
- щоб досягти своєї мети.
- спосіб вирішення проблем.
- підхожу для мене роботу.
- те, чого я ще маю навчитися.
- необхідні заходи з підвищення професійної кваліфікації.
- професію, якою я можу займатися на новій батьківщині.
- нову професійну орієнтацію.
- інструкції щодо написання мого **резюме** для подання заяв на роботу.
- інструкції щодо планування співбесід.
- сильні сторони, які я маю.
- спосіб показати мої компетенції.
- речі, які мені подобається робити.
- інструкції щодо влаштування на роботу.
- інструкції щодо подальших дій.
- ...



“

Щоб досягти мої цілі, я проходжу додаткове навчання.

Що я зроблю для досягнення цих цілей:

1. _____

2. _____

3. _____

Багато дорослих відвідують семінари, курси, практикуми або навчальні програми. Там вони часто навчаються того, що вони потребують для своєї роботи. У цьому разі кажуть: ви проходите додаткове навчання.



Короткий огляд МОГО ЖИТТЯ



Що я можу, що я знаю

Ходімо зі мною у подорож до вашої особистості.
Спочатку підсумуйте те, що ви можете та знаєте.

Досвід:

здатність і компетенція, отримана в результаті того, що ви робите щось часто; знання, які ви маєте, тому що ви щось пережили або зробили.

З кожною роботою ви отримуєте **досвід** і збираєте **знання**: на роботі, в сім'ї чи у вільний час. Із роками ви стаєте все краще та краще. Ви завжди дізнаєтеся більше та завжди можете більше.

Запишіть, який досвід був для вас важливим. Упорядкуйте свій досвід. Зіставте свій досвід із різними **станціями досвіду** та сферами життя.

Ви будете вражені тим, що ви можете та знаєте.

Знання:

відомості, речі, яких ви навчилися або напрацювали самостійно.

Кожен переживає особливі ситуації через зміни або інциденти. Що ви робили в цих ситуаціях?

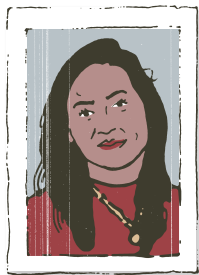


Що ви робите у вільний час? Що приносить вам особливу радість?



“

Я дуже пишаюся тим, що я зробила та можу зробити.



Інтереси, розваги та дозвілля

Гра в театр із братами та сестрами

Читання

Фільми

Театр

Домогосподарство, сусіди та родина

Приготування їжі

Розподілення роботи

Прибирання

Прання

Робота, професія та додаткове навчання

Допомога в книжковому магазині

друзів батьків

Добрі часи, важкі часи

Страх

Напади

Несправедливість

Страх перед майбутнім

Політична невизначеність

Мої станції досвіду — короткий огляд

У цих полях ви знайдете багато станцій у своєму житті, на яких ви набули досвіду. Це ваші станції досвіду.

Запишіть свій досвід у ці поля. Вам не потрібно писати повні речення. Ключових слів буде достатньо.

Інтереси, розваги та дозвілля

Як ви заробляли свої гроші?
Що ви для цього ситуаціях?
Чи повинні ви були вчити щось нове для вашої роботи?

Домогосподарство, сусіди та родина

У домогосподарстві завжди є чим зайнятися: приготування їжі, прання, діти, ремонтні роботи.
Що ви робите?
Як ви допомагаєте друзям і сусідам?





Що ви
особливо охоче
робили в школі?
Яку освіту
ви маєте?
Що ви
вивчали?

Шкільна, професійно-технічна та вища освіта

Робота, професія та додаткове навчання

Моє життя в новій країні

У чужій
країні є
багато нового.
Що ви
вже вивчили,
відколи ви
тут?

Добрі часи, важкі часи

Як я дізнаюся, що я можу

На цьому етапі своєї подорожі ви перевіряєте свої **можливості** та свій досвід. Для цього ви завжди проходите чотири кроки.

Крок 1.



Називання: назвіть досвід, завдання чи роботу, яку ви хочете дослідити.

Крок 2.



Опис: запишіть: що ви робите чи вже робили? Також опишіть: як вам це вдалося? Наведіть приклади.

Крок 3.



По суті: чого ви навчилися? Що ви можете, оскільки у вас є такий досвід? Яких **компетенцій** ви набули завдяки цьому? Використовуйте такі формулювання: «Я можу...», «Я знаю...», «Я навчився...».

Крок 4.



Оцінка: подивіться на компетенції, які ви записали на кроці 3. Оцініть свої компетенції. Наскільки добре ви це вмієте?

Розрізняйте:



Ви можете легко розділити свої навички на три рівні А, В і С. Наприклад: ви добре вмієте робити ремонт вдома: повісити світильники, відремонтувати меблі та пофарбувати стіни.

Тепер **подивіться** на ваші окремі компетенції.

- Ви не можете самостійно повісити лампи. Вам потрібен хтось, хто з цим знайомий. «Вішати лампи» ви вмієте на рівні А
- Ви можете відремонтувати меблі, якщо вони виготовлені з дерева. Ви не можете ремонтувати меблі з іншого матеріалу. Це буде рівень В.
- Ви можете самостійно фарбувати стіни. Незважливо, які це стіни та яка фарба. Ви вмієте фарбувати стіни будь-яким матеріалом. Це означає: ви можете робити це на рівні С.



“

Я працюю по дому.

Я роблю покупки та готую для всієї родини.

Я можу спланувати харчування для всієї родини. Я знаю, скільки їжі треба приготувати, щоб нагодувати всіх. Я навчилася робити запаси. Я знаю, як робити покупки на весь місяць.

Рівень А | Рівень В | Рівень С

Називання

Опис

По
суті

Оцінка



“

Я доглядав мою тещу.

Я мив і одягав її. Я допомагав їй вживати їжу. Я розмовляв із лікарями.

Лікар пояснив мені, як давати моїй тещі необхідні ліки. Я знаю, як мити літніх людей.

Я можу готувати їжу для літніх людей, допомагати їм їсти та правильно приймати ліки.

Рівень А | Рівень В | Рівень С

Називання

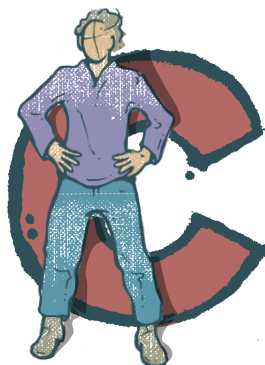
Опис

По
суті

Оцінка

Я можу робити це
самостійно,
навіть в інших
ситуаціях.

Я можу робити це
самостійно, якщо
ситуація
є знайомою.



Я можу це,
якщо мені
хтось допомагає.



Як Маріта дізнається, що вона може









Маріта має великий досвід роботи по дому, в родині та у сусідів. У неї великий досвід у сфері догляду за дітьми.

Коли Маріта записує свій досвід та навички догляду за дітьми, це виглядає так.



Називання: догляд за дітьми.



Опис	По суті	Оцінка
Я завжди була дуже зайнята всіма трьома дітьми.	Я знаю, які заняття та ігри люблять діти різного віку.	 Рівень С
Я допомагала моїм дітям рости.	Я знаю, як діти розвиваються. Я можу відповісти на запитання дітей різного віку.	 Рівень С
Я підтримувала своїх дітей у справах, які вони люблять робити.	Я вмю слухати дітей, щоб дізнатися, що їм особливо подобається робити.	 Рівень С
Я готувала їжу.	Я знаю, як готувати здорову їжу для дітей.	 Рівень В
Я організувала дитячі дні народження.	Я навчилася планувати заходи, які сподобаються дітям.	 Рівень А
Я допомагала з домашніми завданнями.	Я добре вмю пояснювати.	 Рівень С

Мої станції досвіду
Інтереси, розваги
та дозвілля



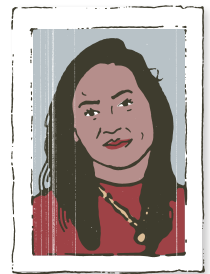
Інтереси, розваги та дозвілля

Тепер поговоримо про ваш вільний час, про те, що дарує вам радість. Що ви робите, коли ви вільні? Коли ви не працюєте? Коли не треба піклуватися про дітей та домашнє господарство? Що приносить вам особливе задоволення? Що вас особливо цікавить? Чи граєте ви у футбол? Чи займаєтеся ви рукоділлям? Чи любите ви читати?



Крок 1. Називання

Це я роблю з особливим задоволенням:



”

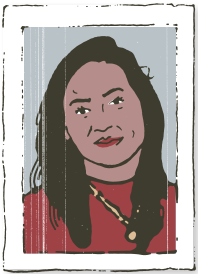
Я люблю читати книги. Навіть у дитячому віці я охоче читала.

Як ви до цього дійшли?

”

У дитинстві я допомагала моему дядькові у книгарні.

Згадайте своє дитинство та юність: що ви тоді робили з особливим задоволенням? Що вас надихало? А зараз це приносить вам радість?



Чому вам подобається це робити?

Коли я читаю, я забуваю все, що навколо мене. Із книжок я також дізнаюся про зарубіжні країни.



Як ви навчилися це робити?

Я неодмінно хотіла навчитися читати. Тому в школі я була дуже старанною на уроках читання.



Інтереси, розваги та дозвілля — що я можу, що я знаю

Крок 1. Називання



Крок 2. Опис



Крок 3. По суті



Крок 4. Оцінка



Речі,
які ви
вказали
в кроці 3, є
вашими
компетенціями.
Це те, про що
ви можете
сказати:
«Я знаю...»
«Я можу...» або
«Я вивчив (-ла) ...».
Цими
компетенціями
ви можете
дуже
пишатися.



Мої станції досвіду
Домогосподарство, сусіди
та родина



Домогосподарство, сусіди та родина

Покупки, приготування їжі, ремонт, догляд за хворими дітьми чи літніми сусідами — у домогосподарстві, з сусідами та в родині завжди є чим зайнятися.

Подумайте: скільки всього ви робите? Що ви робили вчора, позавчора чи минулого тижня по дому, для родини чи для сусідів?

Ви виконуєте багато домашніх справ, для сім'ї та для сусідів, тому що у вас це добре виходить. І одночасно ви дізнаєтеся щось нове з кожною роботою.



Крок 1. Називання

Скільки людей зараз проживає у вашому домогосподарстві? _____

Скільки дорослих проживає у вашому домогосподарстві? _____

Скільки дітей проживає у вашому домогосподарстві? _____

Які домашні справи вам особливо подобаються?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Готувати | <input type="checkbox"/> Конструювати меблі |
| <input type="checkbox"/> Чистити | <input type="checkbox"/> Фарбувати стіни |
| <input type="checkbox"/> Робити покупки | <input type="checkbox"/> Робити ремонт |
| <input type="checkbox"/> Витирати пил | <input type="checkbox"/> Шити |
| <input type="checkbox"/> Прибирати | <input type="checkbox"/> Грати з дітьми |
| <input type="checkbox"/> Мити | <input type="checkbox"/> Допомогати дітям зі шкільними завданнями |
| <input type="checkbox"/> Прасувати | <input type="checkbox"/> Майструвати |
| <input type="checkbox"/> Лагодити | <input type="checkbox"/> ... |
| <input type="checkbox"/> Працювати на городі | <input type="checkbox"/> ... |
| <input type="checkbox"/> Садити овочі | |

У домогосподарстві завжди є що робити: кран капає, двері скриплять, шухляда заїдає. Іноді потрібно пофарбувати стіну. Ви вже робили щось подібне раніше? Чи вправні ви в ремісничій роботі?



Звідки ви це вмієте?
Звідки ви знаєте, як це зробити?

Мені подобається
робити покупки,
і я роблю
дрібний ремонт
удома.



Я працював у сфері закупівель. Тому я добре вмію планувати.
Для робіт по дому я купив собі книгу про **ремісничі роботи**. Так я багато чому навчився: вішати лампи,
лагодити меблі, фарбувати стіни.



Ремісник: той, чия професія передбачає роботу руками; електрики, муляри, малярі чи столярі — типові приклади ремісників.

Домогосподарство, сусіди та родина — що я можу, що я знаю

Крок 1. Називання



Крок 2. Опис



Крок 3. По суті



Крок 4. Оцінка



Багато речей ми вміємо робити дуже добре, тому що ми завжди робимо це знову. Вони для нас абсолютно очевидні. Саме тому так важливо накопичувати свої компетенції.



Мої станції досвіду
Шкільна, професійно-технічна
та вища освіта



Шкільна, професійно-технічна та вища освіта

Професійно-технічна освіта: час, протягом якого людина готується до професії та вивчає її; також: навчання

Пам'ятаєте свої шкільні часи? Що приносило вам особливе задоволення? З яких предметів ви отримували хороші оцінки?

Куди ви пішли після школи? Чи проходили ви **професійно-технічне навчання** або отримали вищу освіту? Що вас особливо цікавило? У чому ви були особливо вправні?



Крок 1. Називання

Школа (тип школи)	Коли (від — до)	Атестат	Де
Проф. освіта (професія?)	Коли (від — до)	Атестат	Де
Вища освіта (спеціальності)	Коли (від — до)	Атестат	Де

Атестат: закінчення школи, вищого чи професійно-технічного навчального закладу; якщо ви закінчили навчальний заклад зі свідоцтвом або іспитом, значить ви отримали атестат; типовими атестатами є Abitur, диплом або ступінь бакалавра.



Які предмети та теми вас особливо цікавили в школі, в професійно-технічному чи вищому навчальному закладі?

“ Мені подобаються мови.

Звісно, моя рідна мова, але й іноземні.

Чому вас особливо цікавлять ці предмети та теми?

Якщо я вивчу мову, то зможу спілкуватися з іншими людьми.

У яких предметах або темах ви досягали особливих результатів?

У школі у мене були хороші оцінки з англійської. Тому я хочу пройти курс англійської мови.

Чи брали ви під час навчання додаткові завдання, які не мали відношення до вашої професійно-технічної чи вищої освіти?

Вид роботи?	Місце роботи?	Як довго/як часто?
-------------	---------------	--------------------

<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>

У книгарні мого дядька я також робила замовлення та виписувала рахунки.

”

Шкільна, професійно-технічна та вища освіта — що я можу, що я знаю

Крок 1. Називання



Крок 2. Опис



Крок 3. По суті



Крок 4. Оцінка



Ваші атестати показують, які фахові знання ви маєте. Навички, які ви отримали протягом цього часу, не вказано в жодному атестаті. Ось чому важливо підсумувати їх тут.



Мої станції досвіду
Робота, професія
та додаткове навчання



Робота, професія та додаткове навчання

Навичка: здатність щось робити; можливість щось робити.

Для кожної роботи потрібні знання та **навички**. Якщо ви працюєте тривалий час, ви маєте великий **досвід**.



Крок 1. Називання

Кожна робота складається з багатьох невеликих завдань. Підсумуйте: які завдання ви виконували на якій роботі?

Робота/професія	Завдання	Коли (від — до)

Досвід: навички та компетенції, отримані в результаті того, що ви робите щось часто; знання, які ви маєте, тому що ви щось пережили або зробили.

Що ви знаєте та що можете завдяки своїй роботі?



Є багато різних форм роботи: деякі люди вивчають професію та працюють за цією професією все життя. Інші люди постійно виконують нову роботу. Деякі люди, наприклад, продовжують навчання, тому що хочуть змінити роботу.
Як щодо вас?

Завдяки своїй роботі я можу:

Які завдання та теми вас особливо цікавлять у вашій роботі? Що ви любите робити?

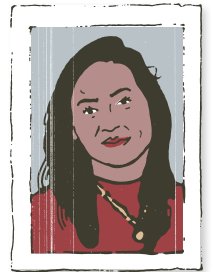
- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Працювати з людьми | <input type="checkbox"/> З технікою |
| <input type="checkbox"/> Консультувати | <input type="checkbox"/> у майстерні |
| <input type="checkbox"/> За комп'ютером | <input type="checkbox"/> Мені подобається планувати |
| <input type="checkbox"/> З числами | <input type="checkbox"/> Працювати з літніми людьми |
| <input type="checkbox"/> З текстами | <input type="checkbox"/> Працювати з дітьми |
| <input type="checkbox"/> Фізична праця | <input type="checkbox"/> ... |
| <input type="checkbox"/> Мені подобається організовувати | <input type="checkbox"/> ... |
| <input type="checkbox"/> У продажах | <input type="checkbox"/> ... |
| <input type="checkbox"/> На відкритому повітрі | <input type="checkbox"/> ... |



Перегляньте перелік робіт. Яку роботу ви виконуєте з особливим задоволенням? Відмітьте її. Роботу, яка вам подобається, не вказано? Допишіть її.



Мені подобалося консультувати людей у книгарні. Я питала їх, що їх цікавить. Потім я рекомендувала їм підхожу книгу.



Чому ця робота приносить вам особливе задоволення?

Чи проходили ви додаткове навчання для своєї роботи? Якщо так: яке навчання це було?

Тип додаткового навчання	Причина	Мета	Тривалість

навчати:

щось комусь
пояснювати;
передавати
комусь знання або
навички.

Мені подобається працювати з іншими людьми.
Я намагаюся зрозуміти їх. Якщо мені це вдається,
я дуже радію.



Чи ви **вивчали щось**, щоб виконувати свою роботу краще? Якщо так: що це було? І як ви цього навчилися?



Я проходив курси в касі медичного страхування.
Під час цього додаткового навчання
я навчився доглядати за літніми та хворими
людьми. Тепер я знаю, як правильно
доглядати за моєю тещею.



Робота, професія та додаткове навчання що я можу, що я знаю

Крок 1. Називання



Крок 2. Опис



Крок 3. По суті



Крок 4. Оцінка



Для вашої роботи потрібні фахові знання. Ви отримали їх під час навчання. Але завдяки своїй роботі ви також розвиваєте компетенції. І ці компетенції допомагають вам виконувати свою роботу.



Мої станції досвіду
Моє життя
в новій країні





Моє життя в новій країні

Ви зараз живете в чужій країні. Тут інша культура. Усе для вас нове. Треба багато чого вчити: мову, **звичай** та **манери**, іноземну **валюту**, нові продукти харчування та багато іншого.

З кожним днем ви щось дізнаєтеся про своє нове оточення. Ви звикаєте до мови, їжі, культури.

Згадайте останні декілька тижнів і місяців. Підсумуйте те, чого ви навчилися після прибуття в нову країну.

Це чудово: все те, чого ви вже навчилися. Ви навіть настільки знаєте німецьку мову, що можете прочитати ProfipASS та відповісти на запитання німецькою читати. Це велике досягнення!



Крок 1. Називання

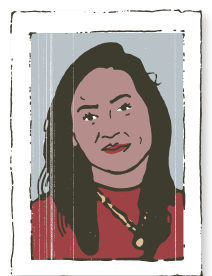
Подумайте про перші дні свого перебування. Що тут було зовсім іншим, аніж у вашій рідній країні? Що для вас було дуже дивним?

Звичай: звички людей у країні; традиції

Манери: спосіб поводитися

““

Численні магазини з барвистими вітринами справили на мене враження. У Кабулі нічого подібного не було. Тутешній одяг також був для мене абсолютно чужим.



Валюта: гроші, які можна використати для оплати в країні

Що ви робили, щоб вивчити тутешнє життє?

- Я багато розмовляв(-ла) з нїмцями.
- Я попрохав(-ла) пояснити менї те, чого я не розумїю.
- Я запитував(-ла) викладача на нашому нїтеграцїйному курсї.
- Я використовував(-ла) _____ додаток.
- Я спостерїгав(-ла) за тими, хто вже тут живе.
- Я запитував(-ла) нїших мїгрантїв.
- Я читав(-ла) брошури.
- ...
- ...
- ...

Чого ви навчилися швидко?

Що ви вже дуже добре знаєте та вмієте?

Що ви вже знаєте та вмієте настільки добре, щоб пояснити це іншим людям?

Подумайте про те, чого ви вже навчилися: ви навчилися, як робити тут покупки. Ви знаєте важливі установи та робили заявki. Ви знаєте, як купити квиток на автобус. Усе це ви вже знаєте та вмієте. І цим ви можете пишатися!





Моє життя в новій країні — що я можу, що я знаю

Крок 1. Називання

Я подавав(-ла) різні заявки.
Я шукав(-ла) квартиру.
Я організовував(-ла) переїзд.

Крок 2. Опис

Я домовлявся(-лася) про співбесіди в різних установах, заповнював(-ла) бланки та проходив(-ла) співбесіди. Щоб знайти квартиру, я читав(-ла) оголошення, домовлявся(-лася) та ходив(-ла) на огляд. Я розмовляв(-ла) з орендодавцями та погоджував(-ла) договір. Я організовував(-ла) переїзд на нову квартиру. Для цього я найняв(-ла) машину та помічників для перевезення важких ящиків.

Крок 3. По суті

Я знаю, як домовлятися про співбесіди в установах, які бланки потрібні та як їх заповнювати. Під час співбесід я дізнався(-лася), на що органи влади звертають увагу. Я можу пояснити іншим людям, як заповнювати бланки. Я можу супроводжувати їх до установ і трохи перекладати. Я знаю, як знайти квартиру, як розмовляти з орендодавцями, на що вони звертають увагу та що необхідно включати в договір оренди. Я знаю, як найняти машину та як знайти помічників для транспортування важких предметів. Я можу допомогти іншим людям знайти квартиру та організувати переїзд.

Крок 4. Оцінка

Запис на співбесіди: рівень С
Заповнення бланків: рівень В
Розмови з чиновниками й орендодавцями: рівень В
Читання оголошень: рівень С
Організація переїзду: рівень С



Ясемін
тепер знає, чого
вона навчилася
в новій країні,
що вона знає
та може.



Моє життя в новій країні — що я можу, що я знаю

Крок 1. Називання



Крок 2. Опис



Крок 3. По суті



Крок 4. Оцінка



Ви можете
пишатися
тим, скільки
всього ви вже
вивчили.
Як ви вважаєте:
наскільки
сильними є ці
компетенції?



Мої станції досвіду
Добрі часи,
важкі часи



Добрі часи, важкі часи

Є інциденти, переживання та досвід, які є особливо важливими. Наприклад, народження дитини, хвороба або важкий іспит.

Завдяки цим інцидентам, переживанням та досвіду ви також вчитеся. Ви вчитеся справлятися з новими ситуаціями. Ви вчитеся вирішувати проблеми. Якщо ви впораєтеся, ви можете пишатися собою.



Крок 1. Називання

Чи пам'ятаєте ви якісь особливі переживання? Добрі чи погані? яке навчання це було?

Про що конкретно ви думали в цій ситуації? Які відчуття у вас були в цій ситуації?

Іноді в новій ситуації ми поводимося не так, як раніше. Ми робимо речі, яких ніколи раніше не робили. Ми беремо на себе сміливість пробувати нове. Що ви зробили в цій ситуації, чого ніколи раніше не робили?



“ Я вже рік безробітний. Відтоді я почуваюся погано. Моя теця впала та не могла ходити. Я доглядав за нею, бо мав час. Я ж був безробітним.

Тепер я багато знаю про догляд за літніми людьми. Я можу їм допомагати та говорити з лікарями. Тепер я знову почуваюся добре, тому що я роблю щось значуще.

”

Що ви можете та що ви знаєте після того, як пережили цю особливу ситуацію?

Добрі часи, важкі часи — що я можу, що я знаю

Крок 1. Називання



Крок 2. Опис



Крок 3. По суті



Крок 4. Оцінка



Це була
остання
зупинка у
вашій подорожі
до себе.

Ця зупинка
показала:
кожен інцидент у
житті просуває нас
на крок
уперед. Ми
розвиваємо
все нові
компетенції.
Хіба це не
приємне
почуття?



Тепер я знаю,
що я можу



Тепер я знаю, що я можу

Тепер ваша подорож-знайомство добігла кінця. Ця подорож крізь ваше життя показала вам усе, що ви знаєте та вмієте, що ви вмієте добре та що вам подобається робити.

Після цієї подорожі до себе ви знаєте, які компетенції у вас є. Тому що ви багато чого навчилися у своєму житті — у вільний час, у домогосподарстві, в сім'ї та з сусідами, в школі, під час отримання професійно-технічної чи вищої освіти, завдяки своїй роботі, професії та додатковому навчанню, завдяки життю в новій країні та завдяки добрим і важким часам, які ви пережили.

Підсумуйте та оцініть на цій станції свої компетенції, відкриті на інших станціях досвіду. Заповніть таблицю на наступних сторінках. Виконайте три вказані далі кроки.

Крок 1. Перейдіть назад до окремих станцій досвіду. Наприкінці кожної станції ви робили підсумок: «що я можу, що я знаю». У кроці 3 «По суті» ви перераховували свої компетенції, які належать до окремих станцій досвіду.

Крок 2. Перенесіть ці компетенції з окремих станцій вашої подорожі в цю таблицю.

Крок 3. Позначте свої компетенції наведеними нижче символами.



Цим я займаюся
дуже охоче



Ця компетенція
проявляється в
різних ситуаціях
і на багатьох станціях
у моєму житті



Це я хочу
вивчити
краще




Тоді ви матимете чіткий огляд: ось мої навички, це мені подобається робити, це я вмію дуже добре.



компетенціями
це речі,
які ви
вмієте
дуже добре.
Ви отримали їх
на різних етапах
вашого
досвіду.
У кінці кожного
блоку ваші
компетенції
вказано
в кроці 3
(«По суті»).



Ясемін вже почала заповнювати таблицю.

	 Я можу це, якщо мені хтось допомагає.	 Я можу робити це самостійно, якщо ситуація є знайомою.	 Я можу це самостійно, навіть в інших ситуаціях.
Домогосподарство, сусіди та родина	Організувати свята ○		Робити домашні справи ✗
Шкільна, професійно-технічна та вища освіта		Допомагати людям з інших країн зорієнтуватися. !	Пояснювати! !
Робота, професія та додаткове навчання	Складати рахунки ○		Співпереживати іншим людям ! ✗



Подивіться, як Ясемін заповнила свою таблицю. Бачите, це дуже легко!

Напишіть
лише
короткі тези.






Компетенції з вашої подорожі до себе.

Крок 1. Внесіть у таблицю компетенції, які ви вказали на різних станціях досвіду під час вашої подорожі до себе.

Крок 3. Оцініть свої компетенції. Позначте окремі компетенції наведеними нижче символами.

- !** Це я роблю з особливим задоволенням.
- X** Ця компетенція проявляється в різних ситуаціях на багатьох станціях у моєму житті.
- O** Це я хочу вивчити краще.

	 <p>Я можу це, якщо мені хтось допомагає.</p>	 <p>Я можу робити це самостійно, якщо ситуація є знайомою.</p>	 <p>Я можу це самостійно, навіть в інших ситуаціях.</p>
Інтереси, розваги та дозвілля			
Домогосподарство, сусіди та родина			
Шкільна, професійно-технічна та вища освіта			
Робота, професія та додаткове навчання			
Моє життя в новій країні			
Добрі часи, важкі часи			

Мої компетенції — огляд

Створіть новий список. Внесіть у нього:

- !** всі види діяльності, які ви вмієте робити особливо добре;
- X** всі компетенції, які з'являються декілька разів;
- O** все, що ви хочете вміти краще.

Перейдіть назад до сторінки 46/47. Подивіться на таблицю. Запишіть усі компетенції з символами **!**, **X** або **O** у новий список:

!	_____
!	_____
!	_____
!	_____
X	_____
X	_____
X	_____
X	_____
O	_____
O	_____
O	_____
O	_____

Бажаємо ус-піху!
Коли ви заповните цей список, все буде готово.
Тепер ви матимете повний огляд компетенцій.
Ви вже знаєте, що ми вмієте справді добре.
І ви знаєте, що ви хочете вміти краще.
А отже, ви досягли дуже важливої мети під час вашої подорожі до себе.



Мої цілі





Шлях до мети

Ви зробили подорож крізь численні станції досвіду. Ця подорож показала, що ви знаєте та що ви вмієте. Ця станція присвячена вашим цілям. Отже, почнімо.

Крок 1. Запишіть у таблицю на сторінці 56, що вам вдається особливо добре та що вас особливо цікавить.

Крок 2. Перевірте: як поєднати свої компетенції та інтереси для досягнення ваших цілей?

Звичайно, є речі, які ви робите дуже охоче, та речі, які ви дуже добре. Чи можете ви поєднати їх одна з одною?

Маріта та Гаральд вже почали заповнювати таблицю.



Що я дізнався(-лася): Я дуже добре вмію пояснювати та маю багато терпіння. Завдяки моїй професії я добре вмію рахувати. Моя мрія: я хочу працювати з дітьми. Я можу поєднати ці дві речі, коли я доглядаю за дітьми або навчаю їх.

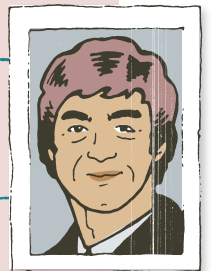
Інтереси/ компетенції	Працювати з дітьми	Передавати знання	...
Добре пояснювати		Допомагати з домашніми завданнями	
Налаштовуватися на дітей	Доглядати дітей		
Арифметика	Уроки арифметики	Репетиторство в арифметиці	





Поверніться назад до сторінки 5 і 6. Там ви записували свої риси характеру. Які риси ви можете поєднати зі своїми компетенціями та інтересами? Як можна використати ваші риси характеру, щоб досягти ваших цілей?

Інтереси/ компетенції	Здоров'я	Садівництво	...
Проводити дослідження	Знання про хвороби, варіанти лікування, методи зцілення, засоби для одужання	Знаходити рослини, які відповідають ґрунту	
Дбати про літніх людей та доглядати	Передавати знання, слідкувати за здоровим харчуванням, давати ліки, мити, доглядати та одягати		
Організація процесів	Структурування розпорядку дня	Посадити сад	



“

Що я дізнався(-лася): Я дуже добре спілкуюся з людьми похилого віку та багато знаю про хвороби. Я можу поєднати ці дві речі, коли я доглядаю літніх людей

Тепер ваша **черга!** Запишіть ваші особливі компетенції та інтереси в таблицю.

чиясь черга:

діяти або робити щось наступним

Потім заповніть поля: де можна поєднати ваші компетенції та інтереси? Як ви можете їх поєднати? Яка робота робить це можливим?

Мої інтереси Мої особливі компетенції				

Це мої цілі

У таблиці на сторінці 56 ви записали, як поєднати ваші компетенції з вашими інтересами. Перенесіть те, що ви написали в полях, до цього списку. Паралельно сформулюйте цілі.

Тепер я знаю: Я хочу _____

Моя мета _____



“ Тепер я знаю: я хочу працювати з дітьми та допомагати їм з арифметикою.
Моя мета — допомагати дітям з арифметикою.



“ Тепер я знаю: Я хочу працювати в будинку престарілих. Тоді я зможу допомагати літнім людям. Також я зможу використати свої знання та досвід у сфері медицини та догляду.
Моя мета — працювати в **будинку престарілих** медбратом. Як **спеціаліст із догляду за літніми людьми** я зможу поєднувати свої інтереси та компетенції. До того ж: спеціаліст із догляду за літніми людьми — професія, яка користується попитом у Німеччині.

Як я досягаю моїх цілей

Зараз ви точно знаєте, які ваші цілі. Тепер перевірте: що потрібно для досягнення ваших цілей? Ці запитання допоможуть вам усвідомити це.

Цього мені ще потрібно навчитися, щоб досягти моїх цілей:

1. _____
2. _____
3. _____

Для досягнення моїх цілей мені потрібні ці предмети та матеріали:

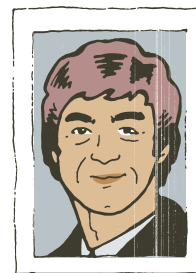
- Підручники
- Папки для документів кандидата на посаду
- Фотографії кандидата на посаду
- Комп'ютер
- Принтер
- Переклади моїх атестатів
- Додаткове навчання
- ...
- ...
- ...

Папка для документів кандидата на посаду:

паперові чи пластикові футляри чи папки, в які кладуть або за допомогою яких скріплюють документи

Фотографія кандидата на посаду:

невелике портретне фото, яке можна надіслати роботодавцю разом із супровідним листом і документами, коли ви подаєте заявку на працевлаштування



Якщо я хочу працювати спеціалістом із догляду за літніми людьми, мені потрібно пройти додаткове навчання, щоб дізнатися більше про здоров'я та медицину.

Мені потрібно подолати ці перешкоди, щоб досягти моїх цілей:

- Догляд за дітьми
- Переїзд
- Тест на знання мови
- ...
- ...

Чи потрібна мені допомога інших людей для досягнення моїх цілей?

- Так
- Ні

Ці люди можуть допомогти мені досягти моїх цілей:

- Моя родина
- Мої друзі: _____
- Консультант в агентстві зайнятості
- Співробітник компанії, в якій я хочу працювати
- ...

Це зміниться, коли я досягну моїх цілей:

- Мій розпорядок дня
- Мій час для спорту та друзів
- Я познайомлюся з новими людьми
- Я знайду нових друзів
- Я зароблятиму власні гроші
- Я матиму фінансову **незалежність**
- Я буду щасливішим(-ою)
- ...
- ...

незалежний:
самостійний;
той, що не
потребує допомоги
від інших



Ви знаєте, ким ви хочете працювати? Тоді пошукайте людину, яка вже виконує цю роботу. Нехай вона розповість, як проходить робочий день, чого вона навчалася, які у неї завдання, що вона повинна вміти та знати для своєї роботи.



Приємно, коли ви досягаєте своєї мети. Але також добре, якщо ви знаєте, які зміни у вашому житті це потягне за собою. Для важливих цілей ми охоче змінюємо наше життя.



Подальші кроки до моїх цілей

Щоб досягти поставлених цілей, потрібно крок за кроком іти вперед. Плануйте, коли що робити. Запишіть окремі кроки у списки.

Пройдіть стажування в компанії, в якій ви хочете отримати роботу. Так ви познайомитеся з цією компанією та країни. **Стажування** полегшить для вас подальше **зарахування в штат компанії**.

Мої подальші кроки

Це я зроблю наступного тижня:

Для цього мені потрібно стільки часу:

Це я зроблю протягом наступних чотирьох тижнів:

Для цього мені потрібно стільки часу:

Це я зроблю протягом наступних трьох місяців:

Для цього мені потрібно стільки часу:

Це я зроблю протягом наступних шести місяців:

Для цього мені потрібно стільки часу:

Я зроблю це наступного року:

Для цього мені потрібно стільки часу:

Як показати, що я можу



Як показати, що я можу

Тепер ви знаєте, що можете, та знаєте свої цілі. Далі вам потрібно переконати **роботодавців** своєю заявкою на працевлаштування. Кожна заявка складається з 3 частин.

1. Ваше резюме.

2. Лист до компанії.

Його називають **супровідним листом**.

3. Доказ вашої кваліфікації.

Свідоцтва, сертифікати та атестати.

Свідоцтва, сертифікати та атестати показують, чого ви навчилися та чого досягли. Ваші компетенції показують, що ви вмієте особливо добре. І те, і інше є важливим для роботодавця.

Щоб його переконати, на цій станції ви навчитесь, як показати, що ви знаєте та вмієте.



У вас є не всі докази вашої кваліфікації? Це не повинно бути проблемою. У такому разі резюме та супровідний лист є двома найважливішими частинами вашої заявки.

Моє резюме: короткий огляд кваліфікацій, знань і навичок



Перегорніть цей посібник на кілька сторінок уперед. Там ви знайдете зразки для вашого резюме.

У своєму резюме вкажіть важливі віхи у своєму житті: школа, професійно-технічна чи вища освіта, професія та додаткове навчання. Організуйте цю інформацію у вигляді таблиці. Тоді ваше резюме буде особливо наочним.

Існує багато різних можливостей щодо вибору структури. Більшість заявників спочатку пишуть своє ім'я, адресу та дату народження. Потім вказуються етапи вашого життя у зворотному **хронологічному** порядку. Це означає: спочатку вказується останнє місце роботи, потім вища освіта, потім професійно-технічна освіта та, нарешті, школа.

Напишіть своє резюме в різних формах: вам потрібно резюме, яке ви роздрукуєте та надішлете поштою. І вам потрібно цифрове резюме.

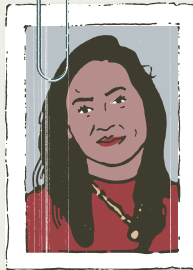
Щоб написати своє резюме, використовуйте допоміжні ресурси. Наприклад, Europass. Europass допоможе вам показати свою кваліфікацію та свої компетенції. Це дуже легко: перейдіть на сайт www.europass-info.de. Введіть дані зі свого резюме. У кінці ви отримаєте професійний PDF-файл. Ви можете зберегти його, надіслати електронною поштою або роздрукувати та надіслати поштою. Таке професійне резюме підвищить ваші шанси на працевлаштування.

За допомогою Europass ви можете подати заявку в будь-якій точці Європи. Послуги Europass є безкоштовними. Вже 100 мільйонів людей по всій Європі скористалися ним. Ви можете заповнити його на сайті europass-info.de.





Це приклад резюме.
Але, звичайно, кожне резюме
відрізняється. Так само, як і життєвий
шлях кожної людини. Тому ваше резюме
буде так само індивідуальним,
як і ваше життя.



Особиста інформація
Ясемін Муссафія
Große Straße 12
12345 Berlin
Тел.: 01234/5678919
Ел. пошта: Yasemin_Mussafia@web.de
Дата народження: 27.08.1992

Досвід роботи
2010-2015

Тимчасовий працівник та продавчиня
Книжковий магазин у Кабулі

професійно-технічна
1998-2010

Початкова школа та гімназія в Кабулі, Афганістан
Атестат: Abitur

Мови

перська (рідна мова)
німецька: C1
англійська: B2

Деякі люди пишуть у кожному
окремому пункті, яку саме роботу
вони виконували.
Ясемін могла б написати тут:
консультування клієнтів, продажі,
замовлення книг.



Також у вашому резюме можна перерахувати компетенції, які є важливими для вас та потрібні для вашої роботи. Ясемін, наприклад, дуже добре вміє знайти підхід до людей, вміє говорити з ними та дуже добре вміє радити іншим людям. Тому привітність, **комунікабельність** та **вміння спілкуватися й консультувати** можна назвати її **комунікативними компетенціями**.

Комунікативні компетенції

Привітність, комунікабельність, яскраво виражені комунікативні навички, висока консультативна компетенція

Дата 28.02.2018 / BERLIN

Ясемін Муссафія

Yasemin Musaffia

Як виглядає резюме з Europass



На веб-сайті www.europass.info ви можете ввести дані для свого резюме у відповідний бланк. Потім ви отримаєте професійне цифрове резюме.

На сайті Europass також можна вказати компетенції. Після нашої подорожі-знайомства з Profil-PASS ви знаєте, що ви вмієте дуже добре.



ОСОБИСТА ІНФОРМАЦІЯ Уве МУСТЕР

📍 Musterstraße 4, 41747 Viersen (Deutschland)
 ☎ (+49)XXX XXX XXX 📠 (+49)XXX XXX XXX
 ✉ Muster@xxx.de
 Дата народження 27.01.1990 | Громадянство німецьке

БАЖАНА ПОСАДА Спеціаліст із догляду

ДОСВІД РОБОТИ

01.09.2006 – 02.05.2007 **цивільна служба в будинку престарілих**
 Німецький Червоний Хрест
 Musterstraße 987, 50126 Bergheim
 • Підтримка під час побутових справ, харчування, одягання та роздягання, мотивація до діяльності
 • Заміна пов'язок, втирання мазей
 • Зміна постільної білизни
 • у лежачих осіб
 Область або сфера діяльності **Догляд**

ШКІЛЬНА ТА ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНА ОСВІТА

13.08.2000–25.06.2006 **Атестат про повну середню освіту із правом вступу до ВНЗ**
 Clara-Schumann-Gymnasium Dülken
 Musterstraße 9, 41751 Viersen
 • Німецька мова
 • Педагогіка

04.08.2007–14.07.2010 **Ліцензований спеціаліст із догляду**
 Berufskolleg Stiftung Hephata
 Musterstraße 36, 41238 Viersen
 Допомога особам із обмеженими можливостями і догляд за ними в таких сферах, як проживання, робота, освіта та дозвілля.
 • Організація та реалізація терапевтичних заходів
 • Консультування членів сім'ї
 • Підтримка людей із обмеженими можливостями в усіх життєвих ситуаціях

ОСОБИСТІ ЗДІБНОСТІ

Рідні мови німецька

Інші мови

	РОЗУМІННЯ		ГОВОРІННЯ		ПИСЬМО
	Аудіювання	Читання	Участь у розмовах	Говоріння за темою	
Англійська	B2	C1	B2	B2	B2
Французька	B1	B1	B1	A2	B1

16/12/16

Чи маєте ви спеціальні мовні навички?
 Тоді поєднайте Europass із **Europass Sprachenpass**. Мовний паспорт Europass Sprachenpass (www.europass-info.de/dokumente/sprachenpass/) допомагає правильно оцінити ваші знання мови.
 Якщо ви маєте вищу освіту, додаток **Europass Diploma Supplement** допоможе вам описати її.



Супровідний лист: презентуйте свої компетенції

Після вивчення своєї особистості за допомогою ProfilPASS ви знаєте, що ви можете особливо добре. У своєму резюме ви повинні в першу чергу вказати свою кваліфікацію. У супровідному листі ви вказуєте свої компетенції.

Супровідний лист — це лист, який ви надсилаєте разом зі своїм резюме та свідоцтвами в компанію, в якій ви хочете працювати. Про що необхідно писати в листі:

- чому ви б хотіли працювати в цій компанії;
- чому вам потрібна конкретна посада;
- яку кваліфікацію ви маєте для цієї посади;
- які компетенції ви маєте для цієї посади.

Спробуйте поєднати свої компетенції з вашим досвідом. Приклад Маріти показує, як це зробити.

Маріта претендує на посаду репетиторки. У своєму резюме вона пише:



“

Я знаю, як діти навчаються, і добре пояснюю матеріал, тому що я допомагала всім своїм дітям виконувати домашні завдання. Я повторювала з ними **шкільний матеріал** і готувала до **контрольних робіт**. Усі троє дітей мають дуже гарні оцінки в школі.

Цей лист короткий. Однієї або двох сторінок буде достатньо.

На наступних двох сторінках ми познайомимо вас із супровідними листами.



Для кожної посади
пишіть нового листа.

Тому що всі компанії та всі посади різні.
Між іншим: Europass також допоможе вам
скласти професійний супровідний лист
(<https://goo.gl/kFrfrs>).



Ясемін хоче працевлаштуватися до книжкового магазину. Вона хотіла б вивчити професію продавчині книг.

Yasemin Mussafia · Große Straße 12 · 12345 Berlin
Телефон: 01234/5678919 Електронна пошта: Yasemin_Mussafia@web.de

Buchhandlung Schneider
Frau Tanja Schneider
Spree-Blick 104
12345 Berlin

Берлін, 28.02.2018

Шановна пані Шнайдер!

З дитинства я люблю читати. Тому я вивчала літературу. Я хочу, щоб інші люди також читали книги. Тому я хотіла б працювати продавчиною книг і подаю заявку на отримання **місця для навчання**.

Я хочу пройти навчання у вашій книгарні, тому що ви спеціалізуєтесь на англійській літературі та дитячих книжках. Я дуже люблю читати англійські книги. Дитячі книжки мені теж дуже подобаються, оскільки з ними я вивчила німецьку мову.

Моя сильна сторона – це робота з людьми. У Кабулі я п'ять років працювала в сімейній книгарні. Я консультувала клієнтів та рекомендувала їм відповідні книги. Тому я це знаю: я вмію знаходити підхід до людей і давати їм поради.

Завдяки роботі в книгарні я знаю, як замовляти книги. Я також допомагала виписувати рахунки. Буду дуже рада, якщо ви запросите мене на співбесіду.

З повагою

Yasemin Mussafia



У кожному супровідному листі дуже індивідуально підходьте до компанії та посади. Це важливо. Так ви покажете, що відповідна компанія вас навчилися. І так ви переконаєте роботодавця.

Рамка:

у заданій структурі та формі



Гаральд хоче пройти стажування в будинку престарілих. Він хоче детальніше познайомитися з роботою в будинку престарілих. Він також сподівається, що стажування полегшить йому працевлаштування.

Harald Schmitter | Grubenwinkel 7 | 45141 Essen
Телефон: 098/7654321 | Електронна пошта: Harald_Kow@posteo.de

Seniorenheim Am Stadtpark
Herrn Patrick Becker
Stadtpark 4-8
45140 Essen

Ессен, 20.05.2018

Шановний пане Беккер!

Доглядаючи за тещею, я зрозумів, що робота у сфері догляду за літніми людьми точно відповідає моїм компетенціям і здібностям. Тому я хочу отримати у вас посаду спеціаліста з догляду, бажано в **рамках** стажування.

Щоб доглядати за тещею, я відвідував різні курси від медичної страхової компанії. Тут я навчився основ догляду за хворими. Оскільки я цікавлюся медициною, я прочитав багато спеціалізованих книг і спілкувався з лікарями. Так я отримав знання в сфері догляду за хворими та людьми похилого віку. Практична робота та задоволення моєї тещі показали, що я добре ставлюся до літніх людей і вмію доглядати за ними.

Щоб навчитися ще більше, я записався на додаткове навчання. Воно проходить увечері. Я дуже хотів би продовжити практичну роботу у сфері догляду протягом дня. Я вибрав ваш будинок престарілих, тому що він має дуже гарну репутацію, і я чув та читав лише хороші відгуки про вашу установу.

З радістю прийду до вас на особисту співбесіду.

З повагою
Гарольд Шміттер



Під час співбесіди йдеться передусім про ваші компетенції. Тут ви матимете час, щоб більш детально представити свої сильні сторони. Обов'язково скористайтеся цією можливістю!



До речі, ви знали, що маєте право отримати **довідку з місця роботи**? Ви можете попросити вашого роботодавця, щоб він надав вам таку рекомендацію.

Докази моєї кваліфікації

Атестати, **сертифікати** або **свідоцтва** є цінними **доказами**. Вони показують ваші досягнення, ваші навички, а іноді і ваші якості. Тому вони важливі для працевлаштування.

Шкільні атестати, екзаменаційні сертифікати, атестати про освіту, довідки з місця роботи чи сертифікати про відвідування курсів: зберіть усі докази своєї кваліфікації. Таким чином ви можете показати, чого ви навчилися і досягли та що ви робили.

Відсортуйте атестати, сертифікати, свідоцтва та докази. Спочатку відсортуйте їх за типом документа: зберіть разом усі довідки з місця роботи, всі шкільні атестати, всі свідоцтва про відвідування курсів. Потім відсортуйте докази в межах одного виду за датою. Найновіші документи розташовуються вгорі, найстаріші — внизу.

Сертифікат:

свідоцтво про складений іспит

Свідоцтво:

доказ, письмове підтвердження

Доказ:

письмовий документ або підтвердження



Якщо ви пройшли всі станції ProfilPASS, ви отримаєте сертифікат компетенцій ProfilPASS. Це важливий документ: він підтверджує, що ви визначили свої компетенції систематично та навчилися. Поговоріть зі своїм консультантом ProfilPASS і попросіть у нього сертифікат компетенцій ProfilPASS.

Ваш короткий словник ProfilPASS



Словник ProfilPASS

120 слів у «простому» поясненні для кращого розуміння ProfilPASS

Короткий словник ProfilPASS пояснює всі слова, які ви повинні знати та розуміти, щоб легко використовувати ProfilPASS. Тут ви також знайдете слова, які допоможуть вам під час подання заявки на **роботу**.

- 1. Атестат:** закінчення школи, вищого чи професійно-технічного навчального закладу; якщо ви закінчили навчальний заклад зі свідоцтвом або іспитом, значить ви отримали атестат; типовими атестатами є Abitur, диплом або ступінь бакалавра.
- 2. Будинок престарілих:** місце проживання для людей похилого віку; заклад, в якому можуть проживати люди похилого віку та де за ними доглядають; також: пансіонат або центр догляду
- 3. Спеціаліст із догляду за літніми людьми:** професія, представники якої піклуються про старих людей і доглядають їх
- 4. Чиясь черга:** діяти або робити щось наступним
- 5. Аналітик:** той, хто дуже уважно перевіряє або вивчає речі
- 6. Роздивлятися:** дивитися
- 7. Супровідний лист:** лист, який додають до документів; папка для документів кандидата на посаду містить свідоцтва, резюме та супровідний лист
- 8. Роботодавець:** компанія, яка пропонує робочі місця
- 9. Посада:** постійна робота; працевлаштування в компанії; розмовний варіант: робоче місце
- 10. Довідка з місця роботи:** довідка від роботодавця про професійні досягнення
- 11. Перейти до суті:** казати саме те, що ви маєте на увазі; точно називати факт або предмет
- 12. Освіта:** час підготовки до професії; також: навчання
- 13. Місце для навчання:** робоче місце або компанія, де проходить навчання; також: місце для професійної підготовки
- 14. Витривалість:** здатність витримувати щось довго

15. **Виражений:** такий, що є особливо очевидним
16. **Майструвати:** робити або ремонтувати речі власними руками
17. **Ентузіазм:** вміння отримувати величезне задоволення від чогось; велика зацікавленість чимось
18. **Лікування:** терапія; медичне обслуговування
19. **Завзятість:** впертість; непохитність; твердість
20. **Навчати:** щось комусь пояснювати, передавати комусь знання або навички
21. **Називання:** точне найменування, надання імені чомусь
22. **Консультація:** спілкування з експертом для отримання допомоги за певною темою, також: консультаційна бесіда
23. **Консультаційна компетенція:** здатність давати іншим людям поради, які їм допоможуть
24. **Професія:** робота, для якої проходять навчання, яку виконують протягом тривалого періоду часу та якою заробляють собі на життя
25. **Знати:** мати інформацію
26. **Свідectво:** доказ, письмове підтвердження
27. **Описувати:** надавати точну інформацію щодо того, як хтось або щось виглядає
28. **Розсудливий:** поміркований, обережний
29. **Доглядати:** піклуватися про когось
30. **Фотографія кандидата на посаду:** невелика портретна фотографія, яку надсилають роботодавцю разом із супровідним листом та підтверджувальними документами, коли подають заявку
31. **Папки для документів кандидата на посаду:** паперові чи пластикові футляри чи папки, в які кладуть або за допомогою яких скріплюють документи
32. **Оцінювати:** висловлювати судження; характеризувати якість послуги чи продукту
33. **Книжковий магазин:** магазин, де можна купити книги
34. **Хронологічний:** розташований в часовому порядку
35. **Дипломатичний:** той, що вміє вправно обходитися з чимось; той, що діє раціонально з точки зору тактики
36. **Тактовний:** ввічливий; стриманий
37. **Напористий:** той, що вміє відстоювати свої інтереси
38. **Риса:** поведінка або особливість, характерна для людини; характерна особливість, яка використовується для опису особи
39. **Враховувати:** слідувати за думками чи почуттями іншої людини; перейматися чимось

40. **Установа:** компанія чи організація; будинок престарілих — це установа, в якій живуть люди похилого віку
41. **Подорож-знайомство:** подорож, під час якої ви дізнаєтесь щось нове, чого не очікували
42. **Інцидент:** подія, яка відрізняється від звичайної; щось, що перериває повсякденне життя
43. **Досвід:** навички та компетенції, отримані в результаті того, що ви робите щось часто; знання, які ви маєте, тому що ви щось пережили або зробили.
44. **Станція досвіду:** місце, в якому повідомляють про свої компетенції, отримані завдяки тому, що ви робили щось часто
45. **Усвідомлювати:** бачити щось настільки чітко, що людина дізнається та розуміє, що це таке
46. **Отримувати:** одержувати, здобувати
47. **Переживання:** щось надзвичайне, у чому можна взяти участь; подія, в якій приймають участь
48. **Визначати:** з'ясовувати; дізнаватися
49. **Фахові знання:** знання з конкретної області; спеціальні знання з певної галузі або сфери роботи
50. **Навичка:** вміння; щось, що людина може
51. **Зарахування в штат:** гарантована робота на підставі трудового договору
52. **Радість:** веселість; відчуття щастя
53. **Рукоділля:** виготовлення речей уручну; в'язання спицями, шиття, в'язання гачком або гончарство — типові приклади рукоділля
54. **Ремісник:** той, чия професія передбачає роботу руками; електрики, муляри, маляри чи столяри — типові приклади ремісників
55. **Допомога з виконанням домашніх завдань:** допомога учням щодо вирішення домашніх завдань після школи
56. **Домашні справи:** робота в домі, щоб у домі були чистота та порядок
57. **Методи лікування:** способи вилікувати хвору людину
58. **Помічник:** той, хто не пройшов спеціальної підготовки для роботи
59. **Контрольна робота:** письмовий іспит, який складається з окремих предметів у школі
60. **Затискати:** скріплювати; не давати переміщуватися
61. **Комунікативність:** здатність розмовляти з іншими людьми
62. **Комунікабельний:** той, хто любить спілкуватися з іншими людьми
63. **Компетенція:** здатність; сильна сторона; якщо людина щось добре вміє, вона має відповідну компетенцію

64. **Комунікабельність:** охоче спілкування з іншими людьми

65. **Вміння:** спроможність щось робити; здатність щось робити
66. **Догляд за хворими:** медична допомога хворим людям
67. **Сприймання критики:** вміння приймати негативні судження
68. **Доглядати:** допомагати певній людині
69. **Резюме:** письмовий огляд освітньої та професійної діяльності; таблиця з переліком періодів навчання та роботи
70. **Освітня програма:** курс; семінар
71. **Логічно-абстрактне мислення:** здатність мислити систематично та теоретично
72. **Позашкільна допомога:** допомога учням після школи для покращення оцінок
73. **Репетитор:** учитель, який навчає учнів поза школою
74. **Доказ:** письмове підтвердження або документ
75. **Охайний:** той, хто любить, коли все прибрано та впорядковано
76. **Організувати:** точно спланувати та підготувати щось
77. **Доглядати:** допомагати літнім, хворим або безпорадним; турбуватися про літню, хвору чи безпорадну людину
78. **Стажування:** переважно неоплачувана робота на короткий час, щоб познайомитися з роботою чи компанією
79. **Професіонал:** той, що вміє робити щось дуже добре; той, хто робить щось так само добре, як фахівець
80. **Кваліфікація:** знання та навички, які надають можливість працювати за професією
81. **Писк:** високий і неприємний звук
82. **Рамка:** задана структура та форма
83. **Маршрут:** шлях для досягнення пункту призначення
84. **Готовність до ризику:** вміння приймати небезпеку, щоб досягти мети
85. **Репутація:** знаменитість; імідж
86. **Шкільні завдання:** робота, яку учні виконують вдома після уроків; також: домашнє завдання
87. **Тип школи:** вид школи; різними типами шкіл є початкова школа, середня школа, реальна школа та гімназія
88. **Шкільний матеріал:** теми, які розглядаються в школі
89. **Свекруха/теща:** матір чоловіка або дружини
90. **Самостійний:** незалежний; той, що вміє робити щось сам; той, що вміє щось робити без сторонньої допомоги
91. **Будинок престарілих:** заклад, в якому живуть люди похилого віку; також пансіонат або центр догляду

92. **Звичай:** звички в країні; традиції
93. **Здібність до мов:** здатність швидко вивчати мови
94. **Тест на знання мови:** екзамен або іспит, який показує, наскільки добре ви володієте мовою
95. **Сильна сторона:** навичка або компетенція; якщо ви щось дуже добре вмієте чи дуже вправні в чомусь, це ваша сильна сторона
96. **Станція:** зупинка; розділ
97. **Структура:** порядок; система
98. **Студентська рада:** організація в вищому навчальному закладі, яка представляє інтереси студентів
99. **Першокурсник:** той, хто навчається на першому курсі
100. **Символ:** знак, який означає щось
101. **Незалежний:** самостійний; той, що не потребує допомоги інших
102. **Абсолютно:** у будь-якому випадку; обов'язково
103. **Підтримка:** допомога
104. **Манера:** спосіб поведінки
105. **Огляд:** коротка презентація; щось, що допоможе вам побачити та зрозуміти зв'язки
106. **Обмірковувати:** думати; роздумувати
107. **Переносити:** записувати ще раз в іншому місці
108. **Переконливий:** такий, що змушує когось дотримуватись певної думки; такий, що справляє хороше враження на інших
109. **Валюта:** гроші, якими можна розрахуватися в країні
110. **Додаткове навчання:** семінари або курси, на яких отримують знання для роботи
111. **Майстерня:** місце, де люди працюють із машинами та інструментами, наприклад автомайстерня
112. **Знання:** те, що вам відомо
113. **Практикум:** семінар, на якому виконується практична робота
114. **Сертифікат:** довідка про складений іспит
115. **Свідоцтво:** підтвержувальний документ або сертифікат про досягнення
116. **Мета:** точка або місце, якого потрібно досягти
117. **Цілеспрямований:** такий, хто діє так, щоб досягти своєї мети
118. **Стриманість:** прагнення залишатися в тіні; стримана людина, як правило, сором'язлива
119. **Надійний:** такий, на кого можна покластися
120. **Іммігрант:** людина, яка приїжджає з іншої країни та шукає нове місце для життя

Інформація про ProfilPASS і Scout



ProfilPASS

Визначення сильних сторін — використання сильних сторін



ProfilPASS— це біографічна процедура для **визначення** та документування власних компетенцій. Це означає: центральне місце посідають власні етапи життя та досвід. Завдяки своєму аналізу користувачі усвідомлюють, що вони добре вміють та які сильні сторони вони мають. Основна увага приділяється неформально набутим компетенціям, тобто компетенціям, які було набуто незалежно від офіційного навчання, наприклад, у школі чи університеті.

Мета ProfilPASS — поінформувати користувачів про їхні власні компетенції, щоб вони могли використовувати їх для планування життя та для професійного розвитку. Паралельно користувачі підтримують супровідні **професійні** поради. Це невід’ємна частина системи ProfilPASS.

Федеральне міністерство освіти та науки профінансувало ProfilPASS в рамках спільного проекту «Додаткове навчання з сертифікацією неформального навчання» в рамках пілотної програми «Навчання протягом усього життя».

ProfilPASS було розроблено та протестовано більше десяти років тому німецьким інститутом освіти для дорослих Deutsches Institut für Erwachsenenbildung – Leibniz-Zentrum für Lebenslanges Lernen e.V. (DIE) та інститутом планування розвитку та структурних досліджень Institut für Entwicklungsplanung und Strukturforschung (IES).

Наразі цей інструмент є визнаним повсюди в країні та використовується сертифікованими консультантами ProfilPASS. ProfilPASS є частиною загальнонаціональної мережі ProfilPASS. Це гарантує безперервне забезпечення якості та подальший розвиток.

Окрім того, ProfilPASS тепер також поширюється в Боснії та Герцеговині, Франції, Греції, Ірландії, Словенії та Іспанії завдяки перекладам відповідними національними мовами. Також існує версія ProfilPASS для молоді, яка доступна німецькою, англійською, французькою та іспанською мовами, а відтепер і цей ProfilPASS, викладений простою мовою.

ProfilPASS, різноманітні переклади та інші додаткові матеріали доступні безкоштовно за адресою <http://www.profilpass.de/download>.

ProfilPASS простою мовою було розроблено в рамках проекту ЄС SCOUT «aSsessing Competences fOr fUTure» («Оцінка компетенцій для майбутнього»), який стартував у жовтні 2017 року. Проект орієнтований на консультантів у шести європейських країнах, які працюють з новачками, розвивають їхній потенціал та підтримують зацікавленість до розвитку компетенцій.

Метою проекту SCOUT є підтримка роботи консультантів та покращення визначення компетенцій нових іммігрантів. Для цього було створено методичну збірку, яка допомагає проводити оцінку компетенцій серед нових іммігрантів. Ці інструменти можуть використовуватися в консультаційному процесі. Однак вони також можуть використовуватися іммігрантами самостійно.

ProfilPASS простою мовою становить основу цього **набору інструментів SCOUT**. Окрім цього набору інструментів у рамках проекту розробляється навчальна програма та посібник для консультантів.

Проект реалізується німецьким інститутом освіти для дорослих Deutsches Institut für Erwachsenenbildung – Leibniz-Zentrum für Lebenslanges Lernen (DIE), який виступає координаційною установою та діє у співпраці з партнерськими організаціями з Греції, Австрії, Швеції, Словенії та Іспанії.

Продукти, розроблені в рамках проекту, та інша інформація є у вільному доступі на домашній сторінці проекту SCOUT.

<http://scout.profilpass-international.eu>



Erasmus+

Цей проект фінансується Європейською комісією через програму Erasmus+ (KA204 — Strategic Partnerships for adult education). Цей проект профінансовано за **підтримкою** Європейської комісії. Автор несе повну відповідальність за зміст цієї публікації; комісія не несе відповідальності за будь-яке подальше використання наведеної тут інформації.

Код проекту: 2017-1-DE02-KA204-004194

Вихідні дані

Бібліографічна інформація Німецької національної бібліотеки. Німецька національна бібліотека внесла це видання в перелік. Німецької національної бібліографії; детальні бібліографічні дані див. в Інтернеті за адресою <http://dnb.ddb.de>.

Концепція / ProfilPASS простою мовою

Горан Йорданоскі
Deutsches Institut für Erwachsenenbildung
Leibniz-Zentrum für Lebenslanges Lernen e.V.

Редакція

Д-р Маріон Штайнбах | Steinbach PR

Верстка та ілюстрації

www.zersetzer.com |||| ||| безкоштовні зображення

ProfilPASS простою мовою
надається у вільному доступі для завантаження за адресою
<http://scout.profilpass-international.eu/download>

ProfilPASS простою мовою
публікується за вказаною нижче ліцензією Creative Commons.
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/de/>



Партнер ProfilPASS



Deutsches Institut für
Erwachsenenbildung
Leibniz-Zentrum für
Lebenslanges Lernen



ΔΑΦΝΗ ΚΕΚ



ANDRAGOŠKI ZAVOD

LJUDSKA UNIVERZA VELENJE



Defoin

Formación para el Desarrollo
y la Inserción

Profil**PASS**
SCOUT



Erasmus+

die

Deutsches Institut für
Erwachsenenbildung
Leibniz-Zentrum für
Lebenslanges Lernen