



רכיב החוסן: מסוגלות עצמית ותעסוקתית שם המתודה: שיקולים בבחירת מקצוע

תיאור קצר:

הבנת השיקולים האישיים המניעים בבחירת מקצוע והפיכתם לפעולות במציאות התעסוקתית.

מטרות התרגיל:

1. מיפוי השיקולים האישיים המניעים את המשתתף בבחירת מקצוע.
2. מינוף השיקולים לפעולות במציאות התעסוקתית.

הנחיות למשתתף:

1. מתוך רשימת השיקולים בחר את שלושת השיקולים החשובים לך ביותר בבחירת מקצוע/ עיסוק/ תפקיד ודרג/י אותם.
2. הסבר/י בכתב את השיקולים שבחרת (למשל: אוטונומיה- מה זאת אוטונומיה עבורך? או שכר גבוה- מה זה שכר גבוה עבורך במספרים?)
3. בחן/י את האפשרויות התעסוקתיות העומדות בפניך אל מול השיקולים המרכזיים שבחרת.

רפלקציה:

- ✓ באיזו מידה השיקולים שבחרת הנחו אותך בעבר בבחירת מקצוע?
- ✓ כיצד תביא/י אותם לידי ביטוי בבחירת מקצוע בעתיד?

קישורים רלוונטיים:

[שיקולים בבחירת מקצוע](#)

חיבורים לכישורים במודל ה-PRO I:

I AM – פרואקטיביות, חוללות עצמית

חומרים למשתתפים:

דף למשתתף – שיקולים בבחירת מקצוע

צרכים שיקולים וערכים

http://kivunim.huji.ac.il/quest/w2w/w2w_aspects.html

שאלון מתוך אתר כיוונים לעתיד

מיכיל ערכים ודרישות ממקום עבודה/ לימודים - מכגש כרטני

מתי נשתמש?

מטרת התרגיל היא שהמשתתף יקח אחריות על בחירת האפשרויות ופסילתן. בנוסף, התרגיל מאפשר למשתתף ולמלווה "ליישר קו" לגבי הדרישות החשובות ביותר ולהבין מה עומד מאחוריהן.

מהלך:

1. נבקש מהמשתתף לבחור מתוך הכרטיסיות 5-10 שיקולים/ערכים שחשובים לו בלימודים ובמקום העבודה בהמשך. במידה ונעשה חזון תעסוקתי, חלק ממרכיבים אלו ודאי עלו שם וניתן לחבר את המשתתף לערכים ולצרכים שעלו בחזון

דוגמא:

- קרבה לבית
- שכר "גבוה"
- עבודה עם אנשים
- אפשרויות קידום
- חברה גדולה/קטנה ועוד

2. **וידוא הבנה:** נעבור עם המשתתף על כל סעיף ונגדיר באופן מדוייק את הערך.

לדוגמא: קרבה לבית – "למה אתה מתכוון כשאתה מדבר על קרבה לבית?" "תוך כמה זמן אתה רוצה להיות במקום העבודה/לימודים?" מהי המשמעות של זה מבחינת האזור הגאוגרפי שבו אתה רוצה ללמוד?

3. **ננחה את המשתתף:** לו היית חייב לוותר על דרישה אחת מרשימת הדרישות – על מה היית מוותר? נסמן דרישה זו כדרישה שכרגע לא רלוונטית

4. נבקש מהמשתתף לדרג את הדרישות שנשארו מ"הכי חשוב לי" ל"חשוב אבל פחות".

שימו לב: אין דרישה שאינה חשובה – הכל חשוב מבחינת המשתתף אולם נגדיר דברים שהם בחשיבות פחותה מצידו.

5. נעבור יחד עם המשתתף על הדירוג ונשאל אותו שאלות על מנת לבדוק שאכן הדרוג תואם.
- לדוגמא: אם סימן שחשוב לו מאוד שכר מעל 7000 ₪ ולאחר מכן חשובה לו קרבה של עד חצי שעה מהבית נשאל – לו היית מוצא לימודים/עבודה של קרבה עד חצי שעה עם שכר נמוך יותר – האם היית לוקח אותה? אם כן, המשמעות היא שהקרבה חשובה לו יותר מהשכר ויש לשקול לשנות את הדירוג.
6. **נסכם עם המשתתף:** מהן 3 הדרישות הכי חשובות לך? מדוע? באיזו מידה אתה מרגיש שישנן מסלולי לימוד/ משרות העונות על דרישות אלו?.

טבלת שיקולים² :

המטרה היא להעריך יחד עם המשתתף מהי הסבירות לשימוש הצרכים/ערכים/שיקולים שהוא סימן כחשובים ביותר, בכל אחת מהחלופות המקצועיות שכרגע עומדות על הפרק.

לגבי כל אחד מהצרכים יש לקבוע מהי מידת הסבירות לשימוש במקצוע/תחום הלימוד .

לאחר מילוי הטבלה אפשר להעריך בשיחה יחד עם המשתתף מהי החלופה המקצועית הרצויה ביותר עבורו.

רשימת השיקולים לפי סדר עדיפות	תחומי לימוד/עיסוק אופציונליים	ריפוי בעיסוק	קלינאות תקשורת	תקשורת חזותית	סהכ
הכנסה					
עניין					
עבודה עם אנשים					
סהכ					

✓ נעבור עם המשתתף על רשימת השיקולים- מה אומר כל שיקול, מה המשמעות שלו ומה מידת חשיבותו

✓ נבקש מהמשתתף לעבור כל תחום לימוד/עיסוק אל מול שיקול ונבקש לתת ציון מ 1-5 (5) – המקצוע מביא לידי ביטוי את השיקול בהתאמה מלאה, 1 – אין התאמה בכלל בין המקצוע לשיקול (

✓ נסכום את התוצאות לאורך ולרוחב:

לאורך- כמה קיבל כל מקצוע אל מול השיקולים

לרוחב – סביב סדרי העדיפויות, איזה מקצוע קיבל את הציון הגבוה ביותר

את אותו התרגיל אפשר לעשות גם ללא בירור של נטייה תעסוקתית

בגרסה זו מציגים למשתתף טבלה עם הצרכים שהוא סימן כחשובים ביותר וחשובים יחד עמו מה יכולות להיות חלופות מקצועיות ריאליות עבורו, שהשגתן תיצור סיכוי גבוה מספיק למימוש הצרכים התעסוקתיים החשובים .

בגרסה זו של התרגיל השאלה החשובה היא האם יש חלופה/ות שיוצרת סיכוי גבוה למימוש מספר צרכים או לפחות למימוש הצורך החשוב ביותר. הטבלה תיראה כך:

תפקידים/מקצועות ניתנים להשגה שבעזרתם תוכלו לממש את המטרות/הצרכים התעסוקתיים החשובים לך.	
	שיקול/ צורך 1
	שיקול/ צורך 2
	שיקול/ צורך 3

למנחה:

פעילות זו פותחת לשיח רחב על השיקולים, אל מול מקצועות הלימוד שנבחנו ומטרתה לנסות ולצמצם לתחומי הלימוד הרלוונטיים ביותר, אלו שעונים על השיקולים המרכזיים שלנו, כולל מבט עתידי על המקצוע.

לעיתים קרובות, כדי לתת ציונים, צריך לברר מידע, למשל: כמה מרוויחים בסיום לימודים בתחום, מה לומדים בדיוק בתחום, עד כמה הוא מבוקש ונותן יציבות וכו' (בהתאם לשיקולים)

לשם כך ניתן להיעזר באתר עבודאטה (<https://avodata.labor.gov.il>) ובאתרים נוספים אשר נותנים

מידע על מקצועות (כמו - <http://myrole.co.il>)

חלק מאוד חשוב בפיתוח כישורי המשתתפים, הוא לתת להם את האפשרות לחקור ולחפש מידע (זוהי מיומנות חשובה בעולם הלימודים והתעסוקה) – בין אם יחד איתנו ובין אם בכוחות עצמם (בהתאמה ליכולות של המשתתף, תמיד פלוס אחד ממה שיכול... כדי לפתח מסוגלות עצמית)