

# ПОРТФОЛІО

Кар'єрна консультантка, тренерка  
та профорієнтологиня

Профорієнтація • кар'єрне планування

Підготовка до працевлаштування

Для підлітків, студентів і дорослих



**ОЛЕКСАНДРА КОЛІСНИК**

# КОРОТКО ПРО МЕНЕ

Я – кар'єрна консультантка, тренерка та профорієнтологиня.

Працюю з підлітками, студентами й дорослими, які обирають професійний напрям, шукають роботу або планують кар'єрні зміни.

Проводжу індивідуальні консультації, групові тренінги та профорієнтаційні заняття. Допомагаю краще зрозуміти інтереси, сильні сторони, цінності й можливі професійні траєкторії.

Основні теми роботи: вибір професійного напрямку, резюме, супровідний лист, підготовка до співбесіди, пошук роботи та індивідуальний план дій.



# ПРОГРАМИ ТА ФОРМАТИ



## Індивідуальні консультації

Вибір напрямку,  
резюме, співбесіда



## Групові тренінги

Практичні заняття з  
кар'єрних навичок  
для підлітків,  
студентів і дорослих



## Профорієнтація

Діагностика  
інтересів, цінностей,  
навичок і професійних  
орієнтирів

# ПРОГРАМИ ТА ФОРМАТИ

## **Одноденний кар'єрний день**

Міні-воркшопи: резюме, супровідний лист, співбесіда, базова профдіагностика.

## **Тренінги 2–4 години**

Практичні заняття з резюме, співбесіди, пошуку роботи та кар'єрних навичок.

## **Профорієнтаційна програма**

Для учнів 9–11 класів, студентів і дорослих.

## **Індивідуальні консультації**

Вибір напрямку, аудит резюме, підготовка до співбесіди, план дій.

## **Зустрічі для батьків**

Як підтримати підлітка у виборі професії без тиску й нав'язування.



# ОСВІТА ТА ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА



**Підвищення кваліфікації: методика**  
**«PROFORIENTIR»**  
Академія Гри – 36 акад. год, 2025

**Школа кар'єрного консультанта**  
Інститут модернізації змісту освіти, 30 акад. год  
(1 ECTS) 08.08.2025



# ДОСВІД ПРОВЕДЕННЯ ГРУПОВИХ І ПРОФОРІЄНТАЦІЙНИХ ЗАХОДІВ



Проводжу профорієнтаційні зустрічі, групові тренінги та кар'єрні воркшопи для школярів і студентів.

# З КИМ Я ПРАЦЮЮ

## Підлітки та студенти

Профорієнтація, вибір освітнього напрямку, перша робота, резюме, співбесіда та кар'єрні навички.



## Дорослі

Зміна роботи, кар'єрна переорієнтація, оновлення резюме, план дій.



## Батьки

Підтримка підлітка у виборі професії без тиску й нав'язування.



# МІЙ ПІДХІД

## **Практичність**

Учасники працюють із власними запитами, а не лише слухають теорію.

## **Індивідуальність**

Фокус на інтересах, сильних сторонах, цінностях і реальних можливостях людини.

## **Безпечний простір**

Можна говорити про сумніви, страхи й невизначеність без оцінювання.

## **Орієнтація на дію**

Після зустрічі учасник має конкретні наступні кроки.

# КОНТАКТИ

Олександра Колісник

Кар'єрна консультантка, тренерка та профорієнтологиня

Телефон: +38 066 164 24 25

Сайт : <https://career.uft.in.ua/>

Email : [kolisnyk.o@management.uft.in.ua](mailto:kolisnyk.o@management.uft.in.ua)

Адреса: м. Чернігів, вул. Святомиколаївська 19