

ДНЕВНИК САМООПРЕДЕЛЕНИЯ  
**КТО Я?**



**ДНЕВНИК ПРОФЕССИЙ**  
**ДНЕВНИК САМООПРЕДЕЛЕНИЯ**

Краткая анатомия проекта

# Структура дневника самоопределения

Страницы дневника - это спиралевидное движение по 4 главным блокам

<b>КАКОЙ Я?</b>  Изучаем себя. Внешность, характер, привычки, увлечения, качества. Какие бывают и какие у меня. А какие я хочу?	<b>КАКОЙ МИР ВОКРУГ МЕНЯ?</b>  Семья, друзья, учеба, быт, отношения, «как это у других», как это может быть еще, правила, принятые в мире.
Что для меня дружба? Что для меня...? Что такое «добро» и что такое «зло», чем руководствуются другие люди?	Какие цели ставят себе люди? Какие мне импонируют? Какую цель поставил бы себе я?
<b>ЦЕННОСТИ И СМЫСЛЫ</b>	<b>ЦЕЛИ</b>

# Возраст и содержание

**Четыре возраста – четыре дневника:**

**5-6 классы** – больше акцент на самопознание + расширение кругозора

**7-8 классы** – больше акцент на мир вокруг

**9-10 классы** – акцент на «моя роль в этой жизни»

**11 класс** – взрослые вопросы

# Удержание внимания читателя

## От развлечения – к серьезному

- Дневник шаг за шагом вовлекает своего читателя. В начале меньше заданий, а больше забавных и коротких историй, загадок, закрытых вопросов. Задача этого этапа – сформировать доверие к Дневнику и привычку, желание с ним работать.
- Это этап поощрений, это отсылки во внешний мир (через QR коды и ссылки), где ждут ответы, подсказки, анимационные «награды». В зависимости от решения задачи – пути (ссылки) на ответ и поощрение могут быть разными. **«Выбери решение и прибавь число, указанное под ним, к адресу этой страницы...»**
- Постепенно дневник усложняется, количество открытых вопросов и серьезных тем для раздумывания увеличивается.



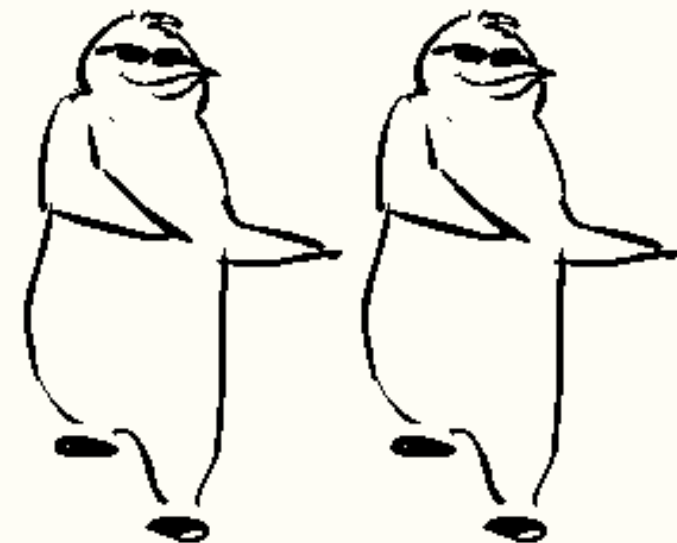
# Удержание внимания читателя

## Сквозные персонажи и «ныряющие» истории.

- На полях (колонтитулах) Дневника своей жизнью живут персонажи. Их можно анимировать быстрым листанием Дневника. Они могут танцевать, обмениваться репликами, но иногда их история «ныряет» на страницу и обрастает подробностями, затягивающими в сюжетную линию.

## Продолжение следует

- В Дневнике одновременно развивается несколько сюжетных линий. И эти истории, как в хорошем сериале, обрываются «на самом интересном месте». Продолжение – в следующем Дневнике.
- Истории, как и Дневники, также «взрослеют», превращаясь из развлекательного контента – в содержательный. Из коротких и «клиповых» - в развернутые и требующие читательского «соучастия».



# Поощряем и мотивируем. Работаем с негативными эмоциями

Возможно, сегодня утконос Павел не в духе.  
Ох! Можно помочь ему выразить свои эмоции...



Нарисуй здесь эмоции,  
одолевшие Павла. А затем  
хорошо-хорошо зачеркни их  
карандашом!

Дневник, особенно первый,  
активно поощряет,  
вовлекает своего читателя,  
мотивируя на активную  
работу с Дневником.

Используются различные  
приемы: внешние ссылки,  
смешные персонажи,  
которые от странице к  
странице требуют все  
больше внимания и заботы.

# Закрытые и открытые вопросы

## Мое имя

Меня зовут:

Друзья зовут меня так:

Родители зовут меня так:

Я выбираю для себя такие ники:

Я не люблю, когда меня называют так

\_\_\_\_\_,

потому что

\_\_\_\_\_.

Мне нравится, когда меня называют

\_\_\_\_\_, потому

что \_\_\_\_\_.

## Внешность

Мне \_\_\_\_\_ лет.

Мне нравится в моем возрасте то, что

\_\_\_\_\_

Цвет моих глаз:

Цвет волос:

Рост:

Какую внешность я бы хотел иметь:

Если бы я мог изменить что-то одно в своей внешности, что это было бы:

**Проективная методика:** «собрать» персонажа, отвечая на эти же самые вопросы:  
Как его зовут? А как зовут друзья? А как себя любит называть он сам, когда один? (...)



# Вопросы и вспомогательные темы

## Характер

5 слов, описывающих мой характер:

Моих родных огорчает, что

я \_\_\_\_\_

А меня огорчает, что

я \_\_\_\_\_

И еще меня огорчает, что они

\_\_\_\_\_

А вот качества, которые близкие ценят во мне и говорят об этом:

\_\_\_\_\_

Я считаю, что мои сильные стороны –

\_\_\_\_\_

В тех, кто живет рядом со мной, я ценю следующее (напишу про каждого отдельно): \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Рядом в тексте:

- Определения, что такое «характер».
- Необычные афоризмы, известные цитаты про «характер».
- Короткая история-притча, формирующая «инсайт» о том, что такое характер.
- Боковые темы от «характера»: сила воли, лидерство, образ жизни, судьба.

Посеешь мысль - пожнешь действие,  
посеешь действие - пожнешь привычку,  
посеешь привычку - пожнешь **характер**,  
посеешь характер - пожнешь судьбу



# Какая эмоция тебе ближе сегодня?



**Иницирующие задания:** в процессе их выполнения, узнаешь и задумываешься, как много существует вариантов казалось бы «обычных» вещей или понятий



# О чем эта притча?

Жили-были маленькие лягушата, которые организовали соревнования по бегу. Их цель была - забраться на вершину башни.

Собралось много зрителей, которые хотели посмотреть на эти соревнования и посмеяться над их участниками...

Соревнования начались... Никто из зрителей не верил, что лягушата смогут забраться на вершину башни.

Слышны были такие реплики:

- «Это слишком сложно!!!».
- «Они НИКОГДА не заберутся на вершину!».
- «Нет шансов! Башня слишком высокая!».

Маленькие лягушата начали падать. Один за другим... У некоторых открылось второе дыхание и они прыгали всё выше и выше.

Толпа всё равно кричала «Слишком тяжело!!! Ни один не сможет это сделать!»

Ещё больше лягушат устали и упали... Только один поднимался всё выше и выше... Единственный, кто не сдавался!!! В конце концов все поддались и упали вниз. За исключением того одного лягушонка, который, приложив все усилия, забрался на вершину!

Тогда все лягушата захотели узнать, как ему это удалось?

Разгадка оказалась простой: победитель был глухой!



О чём эта история? В чем ее смысл? Почему лягушата стали падать вниз? Почему толпа кричала, что у соревнующихся ничего не получится? Почему их слова обладали такой силой? А как это проявляется в жизни? Что заставляет других людей критиковать твои цели, высмеивать их? Что заставляет их сомневаться в тебе? Что произошло бы, если бы наш лягушонок всё слышал? Почему чужие слова так влияют на нас? Значит ли это, что не надо никого никогда слушать? (...)

# Истории-притчи без вопросов и ответов

Но заданные в нужном по смыслу месте



Один великий стрелок из лука пришел в одну японскую деревню и обнаружил, что там живет стрелок, на фоне которого он ребенок, впервые взявший в руки лук и стрелы. Он очень расстроился и спросил жителей деревни:

- Кто же этот великий стрелок?

Они ответили:

- Да не обращайтесь внимания - это наш деревенский дурачок, стреляет наугад и если стрела куда-то попадает, рисует там мишень со стрелой в центре.

# Задачи на развитие творческого мышления

В одной замечательной российской компании, при приеме на работу, требовалось найти 10 решений необычной задачи про спички. Всего соискатели нашли 74 уникальных решения.

Ты можешь попробовать свои силы:

## ТРИ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЯ

1) Придумайте и напишите не менее 10 способов, как сделать квадрат из 3 спичек, не ломая их. \*



Мой ответ

---

Это скриншот из реальной вакансии, размещенной на сайте компании:  
<https://paramult.ru/node/342>

# Затрагиваемые темы

- О пользе и вреде чтения. О смене форматов.
- О разглядывании образов жизни, в основе которых разные ценности (врач, педагог, фермер, предприниматель, ученый, ... – еще более 50 ОЖ).
- О некоторых распространенных когнитивных заблуждениях (ошибка атрибуции – объяснять поведение людей их внутренними качествами, а свое собственное – внешними и др.) - простыми словами и на примерах из школьной жизни.
- О взаимоотношениях, дружбе, любви, конфликте ценностей, семье, родине; о том, как могут меняться представления о добре и зле под разными углами; о том, что мир не черно-белый, а состоит из оттенков; о том, что бывает «много правд» и др.
- О культуре, суеверии, верованиях.
- О школе, знаниях, самообразовании, личностном росте.
  
- Обсуждаются книги, фильмы, произведения искусства и отзывы на них.
- Через QR коды создается возможность обсудить, выразить свое мнение, прочитать других.



# Используемые форматы

- Закрытые и открытые вопросы
- Вопросы с продолжением (мы возвращаемся к ним в те моменты, когда точка зрения читателя могла измениться)
- Проективные кейсы «БЫ». Истории «Если бы я...» и проективные персонажи.
- Рисунки, раскрывающие смысл фразы (иногда необычным образом)



- Рекомендации: кино, картины, скульптуры, музыка, книги, спектакли
- Цитаты и контр-цитаты (два великих человека дают противоположные рекомендации на одну тему). Задача – придумать формулировку для третьего великого человека (и иногда можно прочитать ответ через несколько страниц)
- Приемы арт-терапии (написать, зачеркнуть, раскрасить, ...)
- Работа с метафорами (выбрать соответствующее изображение)
- ТРИЗ-задачи на творческое мышление (на связанную тему)
- Притчи, истории, фрагменты их книг, фабулы фильмов
- Истории в комиксах
- Полезные советы «на разные случаи жизни»

# Размышляем, используя квадрат Декарта

Например:  
чтение книг – плюсы и минусы

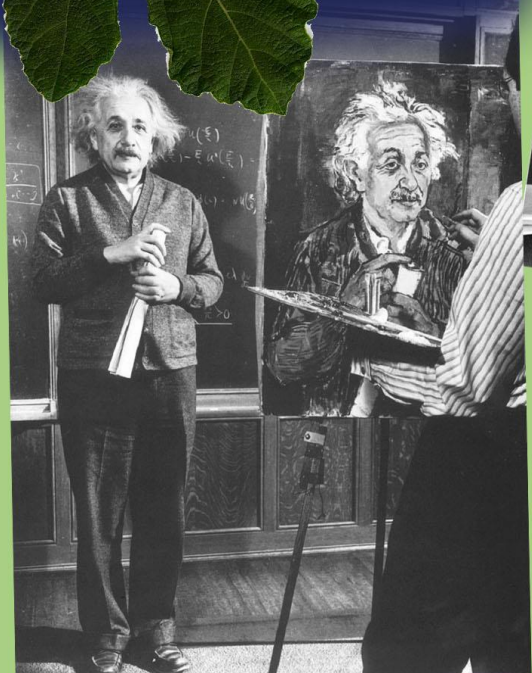
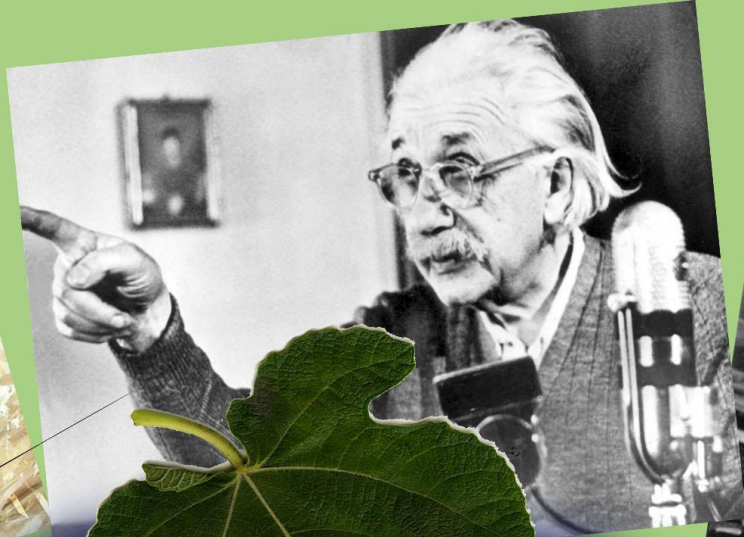
Что будет, если я буду читать книги?	Что будет, если я НЕ буду читать книги?
Чего НЕ будет, если я буду читать книги?	Чего НЕ будет, если я НЕ буду читать книги?

# Размышляем об образах жизни

- Что их всех объединяет и что различает?
- По готовым критериям требуется расписать несколько десятков ОЖ.
- Какие профессии бывают в рамках одного ОЖ?
- Какие ОЖ бывают в рамках одной профессии?















# Хочу им быть!

Плюсы и минусы есть везде



# ДНЕВНИК ПРОФЕССИЙ

Подхватывает и продолжает тему самоопределения –  
но со стороны профессий и родов деятельности

Мы рассматриваем образы жизни и те компоненты, что их составляют. Например, шкалы успеха.

Мы предлагаем исследовать 50 готовых ОЖ, а можно вписать свои (всего более двухсот различных ОЖ)

Мы исследуем мир профессионально важных качеств

Мы исследуем мир... пространств, где работают люди разных профессий

Мы исследуем мир заработных плат и систем вознаграждений и мотиваций

Мы исследуем мир профессий по скорости получения результата труда

Мы исследуем мир по степени взаимодействия профессий с другими людьми, профессиями, отраслями

Мы исследуем мир профессий по матрице «сложность физическая/сложность умственная»

Мы исследуем мир профессий по 35 различным критериям

# Мы составили схему профессии

В которой 2 половины:

О профессии

Обо мне в этой профессии

И ниже сделали систему «весов», позволяющих сравнить левую и правую стороны





# Что сейчас?

Мы решили отказаться от печатного тиража – низкая «доступность» материала  
Мы решили выложить его бесплатно в общем доступе

Сейчас мы форматируем материал под А4  
Делаем версию для цветной печати и чёрно-белой

Пишем инструкцию для взрослых – рекомендации, как без нажима заинтересовать  
Дневником подростков

Решаем технические проблемы Дневника в интернете с учетом требований РКН

# Как получить?

Мы разместим ссылки на Дневник здесь:



[www.facebook.com/navigatumru](http://www.facebook.com/navigatumru)



[www.youtube.com/navigatumru](http://www.youtube.com/navigatumru)



[www.vk.com/navigatumru](http://www.vk.com/navigatumru)

# Спасибо за внимание!



Ответим на Ваши вопросы:

8 (800) 555-41-04 – консультация по готовым  
комплектam материалов

8 (499) 653-52-20 – отдел разработок и исследований



**СМИРНОВ АНТОН ЮРЬЕВИЧ**

[smirnov@navigatum.ru](mailto:smirnov@navigatum.ru)

