

**PRZEWODNIK DLA NAUCZYCIELA.
PROGRAM ZAJĘĆ, MATERIAŁY DYDAKTYCZNE,
ARKUSZE DIAGNOSTYCZNE**

Projekt współfinansowany ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego

Mazowsze.
serce Polski

FUNDACJA INSTYTUT
EDUKACJI POZYTYWNEJ



O genezie projektu

Projekt EduSzOK, czyli Edukacyjny Szkolny Ośrodek Kariery, powstał w zamyśle jako program wsparcia uczniów i uczennic klas drugich Publicznego Gimnazjum Nr 1 w Szydłowcu. Dzięki uczestnictwu w projekcie uczniowie i uczennice mieli poznać własne umiejętności i możliwości zawodowe i społeczne, dokonać krystalizacji swoich planów zawodowych, skorzystać z usług doradcy zawodowego będącego towarzyszem w poszukiwaniu satysfakcjonującej drogi zawodowej. Jednak już na etapie tworzenia projektu, zdecydowaliśmy, że udostępniemy program tak, aby mogli z niego skorzystać nauczyciele i pedagodzy szkolni w całym kraju.

Założenia programu

Program składa się z dwóch części: 2 warsztatów grupowych oraz spotkań indywidualnych (realizowanych wedle potrzeby oraz możliwości logistycznych). Podsumowaniem realizacji programu jest Indywidualny Plan Działania stworzony dla każdego ucznia i uczennicy.

Poprzez realizację spotkań doradczych zarówno grupowych, jak i indywidualnych, chcemy stworzyć młodzieży możliwość nauczenia się technik adaptacyjnych do zmieniającej się rzeczywistości, odnalezienia się na dynamicznym rynku pracy, podniesienia oceny własnej osoby, podniesienia umiejętności z zakresu komunikacji międzyludzkiej, opanowanie technik i umiejętności funkcjonowania w środowisku zawodowym.

W efekcie zajęć grupowych uczestnicy otrzymają możliwość rozwoju umiejętności i postaw pożądanых do prawidłowego funkcjonowania na rynku pracy, a spotkania indywidualne z doradcami zaopatrzą ich w Indywidualny Plan Działania oraz sprecyzowaną wiedzę na temat swoich kompetencji oraz możliwości rozwoju.

Program zajęć grupowych

Spotkanie 1. Marzenia, mocne strony, plany

Czas warsztatu: 90 minut

Wykorzystywane metody: gry integracyjne, mapy wizyjne, metoda planowania, metoda ewaluacyjna

Cele spotkania:

- rozwinięcie świadomości własnych potrzeb, oczekiwań, planów;
- rozwinięcie umiejętności wyznaczania i realizacji celów;
- rozwinięcie umiejętności określania swoich mocnych stron;

- wyznaczenie celów zawodowych i celów edukacyjnych.

Ćwiczenie 1. „Tajemniczy człowiek z przyszłości” (15 minut)

Potrzebne materiały: wydrukowane karty (załącznik nr 1) – po jednej dla każdego ucznia i uczennicy, ew. magnesy, szpilki lub guma przyklepna – do wywieszenia wypełnionych kart.

Uczniowie i uczennice otrzymują karty, na których anonimowo opisują, w jaki sposób wyobrażają sobie siebie za 15 lat. Starają się nie ujawniać innym, jak wygląda ich karta. Następnie wywieszają wypełnione karty (podpisane wymyślonym imieniem, hasłem) na tablicy/ścianie/tablicy korkowej. Każda osoba wybiera jedną, o której chce opowiedzieć, która wydała się jej ciekawa, zaskakująca itp. Każdy opowiada o wybranej osobie z karty zaczynając od słów: „Dziś spotkałam bardzo tajemniczą osobę z przyszłości, która...”. Po opowiedzeniu, czego dowiedzieli się z kart, uczniowie zgadują, kim jest dziś osoba, która wypełniła kartę.

Zadanie daje nawet dobrze znającym się grupom możliwość lepszego poznania się, zobaczenia się z innej perspektywy.

Ćwiczenie 2. Mapy wizyjne (30 minut na tworzenie + 10 minut na opowiadanie)

Potrzebne materiały: kartki minimum A4, najlepiej A3 – po jednej dla każdego, kolorowe pisaki, kredki, kleje, nożyczki, gazety kolorowe, naklejki oraz wszelkie inne pomoce plastyczne.

Zadaniem uczniów i uczennic jest stworzenie na otrzymanych, na razie pustych kartkach, wizji samych siebie w ciągu nadchodzących 5 lat. Na środku powinni zaznaczyć siebie, natomiast w poszczególnych częściach narysować/wykleić to, co jest dla nich ważne oraz w jaki sposób chcą to osiągnąć. Mapa wizyjna może być zrobiona według schematu, choć warto by uczniowie pokazali w niej to, co jest dla nich naprawdę istotne.



Obszarów może być więcej, może być mniej, mogą się rozchodzić na podobszary. Do każdego obszaru uczniowie i uczennice dopisują, kto lub/i co ich będzie wspierać w realizacji tej wizji. Jednocześnie

mogą dopisać sobie hasła, które im przyświecają lub o czym uważają, że powinni pamiętać realizując swoje plany.

Mapy wizyjne są ważnym narzędziem wstępnego poznawania planów i predyspozycji uczniowskich z ich punktu widzenia. Nieskrępowanie formą artystyczną często pozwala uczniom i uczennicom pozwala powiedzieć o sobie więcej i ujawnić więcej na swój temat niż w przypadku zwykłych metod autoewaluacyjnych.

Po wykonaniu ćwiczenia chętne osoby opowiadają o stworzonej mapie. Jeśli jest taka możliwość czasowa warto przeznaczyć na to dodatkowy czas. Nie wszyscy będą chcieli opowiadać na forum klasy i też nie powinno się ich do tego zmuszać. Z punktu widzenia diagnostycznego najlepiej, aby nauczyciel zapoznawał się z mapami na bieżąco w trakcie pracy uczniów, tak aby znać ich treść – będzie to potrzebne do dalszej indywidualnej pracy doradczej.

Ćwiczenie 3. Wyznaczanie celów (5 minut)

Ćwiczenie stanowi swoiste podsumowanie pracy z mapami wizyjnymi. Nauczyciel wyjaśnia uczniom metodę opracowywania celów SMART, a następnie każdy zapisuje cel na najbliższy rok, 3 lata i 10 lat zgodnie z tą metodologią. Nauczyciel omawia z uczniami i uczennicami sens precyzyjnego wyznaczania celów.

S - Sprecyzowany

Czyli cel powinien być specyficzny, konkretny.

- * Co chcesz osiągnąć?
- * Po co chcesz to osiągnąć?
- * Kto będzie w tym brał udział?
- * Gdzie chcesz to zrobić?

M - Mierzalny

Musimy być w stanie ocenić konkretnymi miarami, że cel został osiągnięty.

- * Skąd będę wiedział, że mój cel został osiągnięty?
- * Ilość, jakość
- * Np. Cel: „Będę więcej ćwiczył” – Co to znaczy więcej? 2 razy w tygodniu? 2 godziny dziennie?

A - Ambitny

Cel powinien sprawić pewne trudności i wymagać pewnych starań. Jeśli cel będzie zbyt łatwy osiągnięcie go nie sprawi zbyt dużej satysfakcji.

R - Realny

Cel powinien być ambitny, ale warto pamiętać, że musi być realny do osiągnięcia! Jeśli wyznaczysz sobie cel skazany na porażkę, będziesz zawiedziony, że nie udało się go osiągnąć.

- * Jak chcesz to osiągnąć?

T - Terminowy

Wyznaczenie konkretnego terminu jest bardziej mobilizujące. W wyznaczonym przez siebie terminie możesz sprawdzić, czy udało ci się zrealizować cel.

- * W jakim czasie cel będzie zrealizowany?
- * Do kiedy zrealizuję swój cel?

Ćwiczenie 4. „Testament” (15 minut)

Potrzebne materiały: kartki dla każdej grupy, ew. „udawane” pieniądze.

Uczniowie i uczennice dzielą się na grupy 4-5-osobowe. Nauczyciel wyjaśnia, że do każdej grupy dotarła informacja o testamencie zostawionym przez niedawno umarłego wuja. Wuj pozostawia im w spadku fortunę (tutaj można pokazać rekwizyty w postaci wydrukowanych banknotów 1000000000\$), ale żeby ją otrzymali muszą w grupach w ciągu 15 minut wypisać 75 umiejętności, które mają, które pozwalają im zrobić coś dla innych. Wypisywane umiejętności mogą być skomplikowane jak np. „Umiem dla kogoś zatańczyć salsę”, jak i bardzo proste „Umiem komuś pomóc przejść przez ulicę”, „Umiem komuś zrobić kanapkę”, „Umiem nauczyć kogoś grać w gry planszowe” itp. Pracując w grupach uczniom będzie łatwiej wymyślić różne rzeczy, które potrafią robić i są w stanie podzielić się tą umiejętnością z innymi.

Ćwiczenie jest wprowadzeniem do kolejnego zadania, które będzie wymagało od uczniów i uczennic planowania rozwoju swoich umiejętności.

Ćwiczenie 5. Rozwijanie umiejętności (15 minut)

Potrzebne: arkusz diagnostyczny: 1) Planowanie Rozwoju Umiejętności (załącznik 2) – po jednym dla każdego ucznia i uczennicy; 2) Kwestionariusz „Style uczenia się” (załącznik 3); 3) Kwestionariusz „Test zainteresowań zawodowych” (załącznik 4).

Uczniowie i uczennice wypełniają przygotowane arkusze diagnostyczne. Planowanie Rozwoju Umiejętności jest omawiane w czasie zajęć. Pozostałe arkusze zostają zebrane przez prowadzącego do teczek indywidualnych uczniów i uczennic – posłużą do przygotowania spotkań indywidualnych oraz IPD.

Spotkanie 2. Staranie się o pracę, budowanie swojego wizerunku

Czas warsztatu: 90 minut

Wykorzystywane metody: metoda ewaluacyjna, symulacja, metoda analityczna, drama

Cele spotkania:

- rozwinięcie świadomości wewnętrznych przekonań na swój temat;
- uświadomienie poczucia pewności siebie i poczucia własnej wartości;
- zapoznanie z metodami autoprezentacji;
- rozwinięcie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach stresujących (egzamin, rozmowa kwalifikacyjna);
- uświadomienie różnorodności wymaganych umiejętności na różnych stanowiskach;
- zapoznanie z różnorodnością zawodów, zawodami przyszłości.

Ćwiczenie 1. „Czy akceptujesz siebie?” (20 minut)

Potrzebne materiały: kwestionariusz diagnostyczny „Czy akceptujesz siebie?” (załącznik 5)

Uczniowie i uczennice na początek uzupełniają kwestionariusz diagnostyczny. Materiał ma podpowiedzieć uświadomić uczniom, na ile akceptują siebie – zarówno swoje mocne strony, jak i słabości. Po wypełnieniu kwestionariusza i zapoznaniu się z wynikami, uczniowie w parach omawiają swoje wyniki. Czy dostrzegają teraz coś czego nie widzieli wcześniej? Nad jakimi obszarami uważają, że powinni popracować? Wszystkie uwagi swoje oraz swojego partnera zapisują na kartce.

Uwagi metodyczne: Uczniowie powinni otrzymać objaśnienia wyników dopiero po wykonaniu wszystkich koniecznych obliczeń – tak aby nie sugerować się odpowiedziami. Po zakończeniu ćwiczenia arkusze trafiają do indywidualnych teczek diagnostycznych uczniów.

Ćwiczenie 2. Test windy, symulacja rozmowy kwalifikacyjnej (15 minut)

Potrzebne materiały: czasomierz (30 sekund)

Zadanie polega na stworzeniu półminutowej wypowiedzi na swój temat, która będzie zwięzła, a jednocześnie będzie w pozytywnym świetle prezentowała daną osobę. Nauczyciel prosi uczniów, aby wyobrazili sobie, że jest znaną, bardzo bogatą osobą, która może zapewnić im pójście na najbardziej prestiżowe studia zagranicą (w zależności od potrzeb grupy można tutaj wymyślić inny motywator: świetną pracę, zapewnienie funduszy na rozkręcenie pomysłu na biznes itp.). „Teraz jedziecie ze mną windą. Tylko wy i ja. Jak przekonacie mnie, żebym to właśnie na wasze studia wyłożył pieniądze? Co was wyróżnia? Czemu to właśnie was powinienem wybrać?”. Chętne osoby (warto tu zauważyć, że też najodważniejsze) mają tylko 30 sekund na „zareklamowanie” się.

Test windy to trudne zadanie dla każdego – zarówno dla osoby młodej, jak i dla dorosłego. Sprawdza umiejętność szybkiego myślenia, trzymania się tematu i autoprezentacji. Po pokazowych 2-3 symulacjach nauczyciel prosi uczniów i uczennice o przemyślenie i napisanie, co powinni w tak krótkim czasie o sobie opowiedzieć. Następnie uczniowie i uczennice ćwiczą w parach i dają sobie informację zwrotną na temat przygotowanych wypowiedzi.

Ćwiczenie 3. Analiza ogłoszeń o pracę (20 minut)

Potrzebne materiały: gazety z ogłoszeniami o pracę, wydrukowane ogłoszenia z internetu, wydrukowane schematy analizy ogłoszeń o pracę (po jednym na każdą grupę 4-5-osobową) (załącznik 6).

Uczniowie i uczennice dzielą się na grupy. Każda grupa otrzymuje gazetę z ogłoszeniami lub ogłoszenia z internetu z konkretnej branży (najlepiej, jeśli każda grupa otrzyma inną branżę lub w przypadku tych samych branż różne stanowiska). Wspólnie wypełniają schemat analizy ogłoszeń o pracę. Następnie każda grupa prezentuje, czego dowiedziała się z ogłoszeń.

Uwagi metodyczne: w trakcie pracy grupowej i prezentacji warto zwrócić uwagę, jaki postawy i jakie role przyjmują poszczególni uczniowie i uczennice – informacje przydatne do dalszej pracy indywidualnej. Na zakończenie warto zwrócić uwagę, jak wymagania z ogłoszeń powinny się przełożyć na CV i list motywacyjny.

Ćwiczenie 4. Tworzenie CV (15 minut)

Potrzebne materiały: papier flipchartowy lub zwykła tablica.

Nauczyciel razem z uczniami i uczennicami omawia, co powinno znaleźć się w CV (zwraca uwagę na to, czego uczniowie i uczennice dowiedzieli się w poprzednim ćwiczeniu). Następnie każda osoba tworzy własne CV pod kątem, którą chce wykonywać w przyszłości. Jest to okazja do analizy – jakie umiejętności już posiadam? Jakie umiejętności muszę rozwinąć?

Ćwiczenie 5. Wypełnianie arkuszy diagnostycznych (10 minut)

Potrzebne materiały: 1) Autotest zainteresowań i preferencji zawodowych (załącznik 7.).

Uczniowie i uczennice wypełniają kwestionariusze, które następnie są zbierane przez prowadzącego do indywidualnych teczek diagnostycznych.

Ćwiczenie 6. Pozytywna informacja zwrotna (10 minut)

Potrzebne materiały: kartki A4 dla każdego ucznia i uczennicy (najlepiej kolorowe).

Jako zadanie zamykające cykl spotkań, a jednocześnie swoiste podsumowanie pracy nad poczuciem własnej wartości. Każda osoba na kartce zapisuje swoje imię i nazwisko lub ksywkę. Następnie kartki

zaczynają wędrować między uczniami. Każdy ma za zadanie napisać osobie, której kartkę dostał coś miłego na jej temat, coś co w niej dostrzega, ceni, mocną stronę tej osoby. Zadanie ma z jednej strony charakter integrujący, z drugiej strony wspiera poczucie własnej wartości u wszystkich uczestników ćwiczenia.

Załącznik 1.

TAJEMNICZA OSOBA Z PRZYSZŁOŚCI

PSEUDONIM: _____

ZDJĘCIE/PORTRET/KARYKATURA

UMIEJĘTNOŚCI

WYKONYWANY ZAWÓD

PLANY NA PRZYSZŁOŚĆ

NAJWIĘKSZY WYCZYŃ, OSIĄGNIĘCIE

WOW!!

Załącznik 2. Planowanie rozwoju umiejętności

Umiejętność i samoocena	Przykłady stosowania	Jak chcę ją rozwijać
Elastyczność 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 Potrafię sprawnie radzić sobie z częstymi zmianami, jestem elastyczny, szybko uczę się nowych rzeczy.		
Przywództwo 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 Mam umiejętności potrzebne do przewodzenia zespołem, potrafię innych przekonać do swojego pomysłu, zmotywować, zaplanować pracę.		
Praca w zespole 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 Potrafię efektywnie pracować w zespole, wykonywać swoją część zadań, ustępować innym, wspierać pozostałych członków zespołu.		
Kreatywność 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 Znajduję różne rozwiązania dla stawianych problemów, potrafię ulepszać, usprawniać, wymyślam nowe zastosowania do istniejących rzeczy.		
Komunikatywność 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 Potrafię uważnie słuchać, a także wyrażać własne emocje i potrzeby. Potrafię dobrać słowa tak, aby nie urazić innych.		
Analiza 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 Potrafię analizować sytuacje na podstawie dostępnych danych, wyciągać logiczne wnioski oraz proponować rozwiązania.		
Zorganizowanie 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 Potrafię zorganizować sobie czas, zaplanować dzień tak, aby mieć czas na naukę i czas dla siebie. Planuję własną pracę tak, żeby ze wszystkim się wyrobić.		
Empatia 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 Dostrzegam emocje innych, respektuję ich emocje. Potrafię się postawić w czyimś położeniu.		
Inicjatywa 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 Potrafię samodzielnie podejmować działanie, wymyślam nowe działania, chętnie się zgłaszam. Jestem osobą przedsiębiorczą.		
Inne 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 Inne umiejętności, które z twojego punktu widzenia są istotne dla twojego dalszego rozwoju edukacyjnego i zawodowego.		

Załącznik 3. Kwestionariusz „Style uczenia się” (źródło: Kolb, 1985; Kozusznik, 1994)
Instrukcja

Celem tego kwestionariusza jest ustalenie, jaka jest Twoja metoda uczenia się. Prosimy o przypisanie najwyższej rangi (najwyższej liczby punktów) tym zdaniom, które najlepiej opisują sposób, w jaki się uczysz, a niskiej rangi (najmniejszej liczby punktów) tym zdaniom, które nie charakteryzują Twojego sposobu uczenia się. Nie ma tu odpowiedzi dobrych i złych. Różne cechy charakterystyczne opisane w Kwestionariuszu są równie dobre, a wypełnienie tego Kwestionariusza ma posłużyć do opisanie tego, jak się uczysz, nie zaś do oceniania Twoich umiejętności uczenia się.

W Kwestionariuszu umieszczono dwanaście zdań o różnej treści, w zależności od tego, czy jako zakończenie wybierze się punkt a, b, c czy d. Przy zakończeniu zdania, które najlepiej opisuje Twój sposób uczenia się, postaw cyfrę 4; przy zdaniu, które jest następne w kolejności - cyfrę 3; cyfrę 2 - przy takim zakończeniu zdania, które jeszcze słabiej opisuje Twój styl uczenia się; a cyfrę 1 - przy zdaniu, które w najmniejszym stopniu opisuje Twój sposób uczenia się. Różne zakończenia tego samego zdania nie mogą mieć tych samych rang.

Przykład:
Kiedy uczę się czegoś:

- a. jestem szczęśliwy4.....
- b. jestem szybki2.....
- c. myślę logicznie3.....
- d. jestem uważny1.....

1. Kiedy uczę się czegoś: a. jestem szczęśliwy..... b. jestem szybki..... c. myślę logicznie..... d. jestem uważny.....	2. Najwięcej mogę się nauczyć, kiedy a. zaufam swojej intuicji i uczuciom..... b. słucham i obserwuję uważnie..... c. logicznie rozumiuję..... d. pracuję ciężko i widzę rezultaty.....
3. W czasie uczenia się czegoś: a. angażuję się emocjonalnie i silnie reaguję na to, czego się uczę..... b. odnoszę się do tego spokojnie i z rezerwą..... c. mam tendencję do pojmowania rzeczy rozumowo..... d. czuję się za wszystko odpowiedzialny.....	4. Uczę się czegoś poprzez: a. odczuwanie..... b. obserwację..... c. myślenie..... d. działanie.....
5. Kiedy uczę się czegoś: a. jestem otwarty na nowe doświadczenia..... b. przyglądam się wszystkim aspektom zagadnienia..... c. lubię analizować zagadnienia i badać ich szczegółowe aspekty..... d. lubię eksperymentować.....	6. W czasie uczenia się czegoś: a. wierzę swojej instrukcji..... b. obserwuję..... c. myślę logicznie..... d. jestem aktywny.....

7. Najwięcej mogę się nauczyć dzięki: a. osobistym kontaktom z ludźmi..... b. obserwacji..... c. spójnej teorii..... d. możliwości sprawdzenia i zastosowania wiedzy w praktyce.....	8. Kiedy uczę się czegoś: a. czuję się w to osobiście zaangażowany..... b. zanim podejmę działania potrzebuję czasu do namysłu..... c. lubię opierać się na różnych teoriach..... d. lubię widzieć rezultaty mojej pracy.....
9. Najwięcej mogę się nauczyć, a. kiedy zaufam swoim odczuciom..... b. kiedy zdam się na własną obserwację..... c. kiedy opieram się na własnych koncepcjach i pomysłach..... d. kiedy sam mogę wszystko wypróbować.....	10. W czasie uczenia się czegoś: a. jestem osobą nastawioną na akceptację..... b. jestem osobą chłodną i z rezerwą..... c. jestem osobą racjonalną..... d. jestem osobą odpowiedzialną.....
11. Kiedy uczę się czegoś: a. bardzo się we wszystko angażuję..... b. lubię obserwować..... c. oceniam i wydaję opinie..... d. lubię być aktywny.....	12. Najwięcej mogę się nauczyć, kiedy a. nastawię się na bezstronny odbiór..... b. jestem ostrożny i mam wątpliwości..... c. dokonuję analizy koncepcji i pomysłów..... d. stosuję rozwiązania w praktyce.....

Arkusz wyników

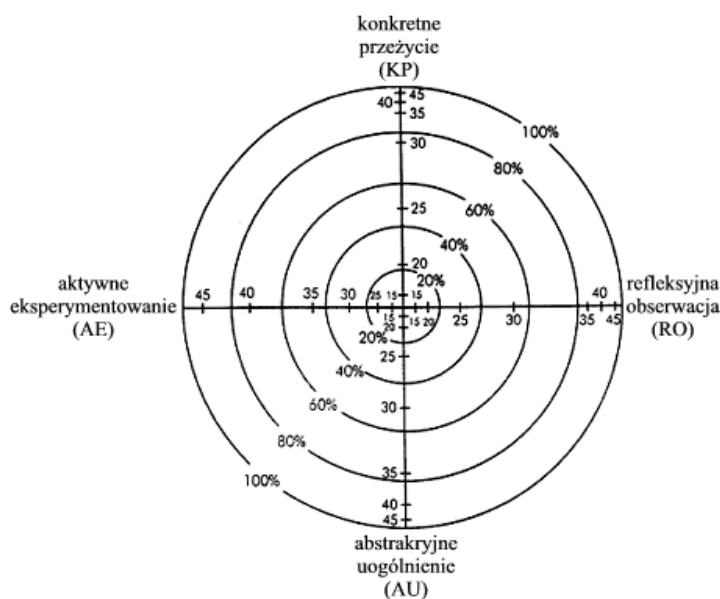
Wpisz w tabelę rangi, jakie przypisałeś poszczególnym zdaniom, a następnie podsumuj każdą z kolumn.

Nr zadania	Odpowiedzi (skale)			
	a. (KP)	b. (RO)	c. (AU)	d. (AE)
1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.
Suma

Otrzymasz wyniki w zakresie czterech wymiarów:

- konkretnego przeżycia (KP)
- aktywnego eksperymentowania (AE)
- abstrakcyjnego uogólnienia (AU)
- refleksyjnej obserwacji (RO)

Następnie wyniki należy przenieść na wykres i zaznaczyć otrzymaną liczbę punktów przy każdym z wymiarów.



Punkty można połączyć liniami ciągłymi. Uzyskany kształt pokaże Ci, którego sposobu uczenia używasz najczęściej, a którego najrzadziej.

Cztery stadia cyklu uczenia się i twoje mocne strony

Każde stadium uczenia się można szczegółowo scharakteryzować. Niektórzy ludzie preferują wybrane stadia. Zalety korzystania z poszczególnych stadiów przedstawia poniższe zestawienie.

<p>Konkretne przeżycie (KP) W tym stadium cyklu uczenia się szczególnie ważne są osobiste kontakty z ludźmi w codziennych sytuacjach. W stadium tym istnieje tendencja do ufania bardziej uczuciom niż racjonalnym przesłankom. Daje to podstawy do bycia otwartym na nowe idee i skłonny do podejmowania zmian.</p>	<p>Uczenie się "emocjonalne"</p> <ul style="list-style-type: none"> - skupienie się na doświadczeniu "tu" i teraz" - zwrócenie się "ku" ludziom" - uprawnienie do wyrażania uczuć
<p>Refleksyjna obserwacja (RO) W tym stadium rozpatruje się koncepcje i sytuacje z różnych punktów widzenia, kładąc nacisk na cierpliwość, obiektywizm i ostrożny osąd. stadium to nie musi wiązać się z podejmowaniem działania.</p>	<p>uczenie się "obserwacyjne"</p> <ul style="list-style-type: none"> - możliwość spostrzegania spraw z różnych perspektyw - czas na refleksję, rolę słuchacza i obserwatora - poszukiwanie "znaczenia" rzeczy
<p>Abstrakcyjne uogólnienie (AU) W tym stadium uczenie się wymaga zastosowania rozumowania logicznego w celu zrozumienia problemów lub sytuacji. W dojściu do rozwiązania problemu ważne staje się zakotwiczenie w teorii oraz systematyczne planowanie.</p>	<p>uczenie się "symboliczne"</p> <ul style="list-style-type: none"> - analiza logiczna - nacisk na tworzenie pojęć - systematyczne
<p>Aktywne eksperymentowanie (AE) uczenie się w tym stadium przybiera aktywne formy. wymaga eksperymentowania i wpływania na otoczenie. konieczne staje się nastawienie praktyczne i branie pod uwagę realnych skutków działań.</p>	<p>uczenie się przez działanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - możliwość podejmowania ryzyka - umiejętność doprowadzania działań do końca - wprowadzanie zmian w otoczeniu i wpływanie na innych

Załącznik 4. Test zainteresowań zawodowych

Odpowiedz szczerze na pytania, zakreślając po każdym z nich odpowiednio TAK lub NIE

- | | | |
|--|-----|-----|
| 1. Czy chciałbyś mieć taką pracę, w której kierujesz, kontrolujesz i planujesz działanie innych pracowników? | TAK | NIE |
| 2. Czy bezinteresownie pomagasz innym? | TAK | NIE |
| 3. Czy lubisz pracować nad jednym zadaniem dopóki go nie skończysz? | TAK | NIE |
| 4. Czy lubisz mieć wiele spraw „na głowie”? | TAK | NIE |
| 5. Czy lubisz konstruować i naprawiać różne rzeczy? | TAK | NIE |
| 6. Czy lubisz brać na siebie odpowiedzialność za zadania i wywiązywać się z nich? | TAK | NIE |
| 7. Czy lubisz pomagać kolegom w rozwiązywaniu problemów? | TAK | NIE |
| 8. Czy wolałbyś mieć taką pracę, gdzie zawsze będziesz miał pewność, czego się od Ciebie oczekuje? | TAK | NIE |
| 9. Czy lubisz książki i programy popularnonaukowej, np. z dziedziny astronomii czy biologii? | TAK | NIE |
| 10. Czy potrafisz projektować, wymyślać lub tworzyć różne przedmioty? | TAK | NIE |
| 11. Czy lubisz kierować działaniami innych ludzi? | TAK | NIE |
| 12. Czy jesteś w stanie pomagać ludziom, którzy są czymś zdenerwowani lub zmartwieni? | TAK | NIE |
| 13. Czy projekty lub inne prace wykonujesz dokładnie, krok po kroku? | TAK | NIE |
| 14. Czy lubisz zagłębiać się w problemy, nad którymi pracujesz? | TAK | NIE |
| 15. Czy masz jakieś własne hobby, które Cię pochłania, jak np. budowanie modeli, uprawa ogródka, odnawianie starych mebli lub wywoływanie zdjęć? | TAK | NIE |
| 16. Czy chciałbyś mieć taką pracę, gdzie byłbyś odpowiedzialny za podejmowane decyzje? | TAK | NIE |
| 17. Czy chciałbyś wykonywać pracę polegającą na pytaniu ludzi o ich opinie w sprawach różnych rzeczy lub wydarzeń? | TAK | NIE |
| 18. Czy chciałbyś opierać się w swojej pracy na wyraźnie określonych zasadach i regułach? | TAK | NIE |
| 19. Czy rozwiązując problemy chciałbyś zawsze opierać się na niepodważalnych faktach? | TAK | NIE |
| 20. Czy lubisz grę w szachy i inne gry wymagające logicznego myślenia? | TAK | NIE |
| 21. Czy pełniłeś kiedykolwiek rolę lidera w jakimś klubie, zespole lub organizacji? | TAK | NIE |
| 22. Czy chciałbyś opiekować się ludźmi, którzy są chorzy albo mają jakieś problemy życiowe? | TAK | NIE |
| 23. Czy lubisz pracować nad jednym zadaniem przez dłuższy czas? | TAK | NIE |
| 24. Czy podobałaby się Ci się praca, w której każdy dzień niósłby nowe i różnorodne zadania? | TAK | NIE |
| 25. Czy podoba Ci się praca wymagająca używania narzędzi lub maszyn? | TAK | NIE |
| 26. Czy jest dla Ciebie ważne, aby mieć większe osiągnięcia niż inni? | TAK | NIE |
| 27. Czy chciałbyś mieć pracę, która jest związana z poprawą warunków socjalnych? | TAK | NIE |
| 28. Czy lubisz pracować według otrzymanych wytycznych? | TAK | NIE |
| 29. Czy chciałbyś wykonywać prace badawcze? | TAK | NIE |
| 30. Czy chciałbyś pracować z materiałem takim jak drewno, kamień, glina, tkanina lub metal? | TAK | NIE |
| 31. Czy byłeś kiedyś odpowiedzialny za taki projekt albo zadanie, które wymagało dopilnowania różnych szczegółów, aby mogło zostać wykonane w całości? | TAK | NIE |
| 32. Czy chciałbyś mieć pracę związaną ze służbą dla określonego środowiska? | TAK | NIE |

- | | | |
|---|------------|------------|
| 33. Czy chciałbyś mieć taką pracę, gdzie Twoje czynności są na ogół ściśle kontrolowane? | TAK | NIE |
| 34. Czy jesteś w stanie radzić sobie w sytuacji, gdy nieustannie dzieje się coś nowego i niespodziewanego? | TAK | NIE |
| 35. Czy chciałbyś być przez cały dzień operatorem jakiegoś urządzenia? | TAK | NIE |
| 36. Czy kiedyś byłeś odpowiedzialny za planowanie działań, które miał realizować ktoś inny? | TAK | NIE |
| 37. Czy chciałbyś mieć stanowisko, które wymaga kontaktu z ludźmi cały dzień? | TAK | NIE |
| 38. Czy podejmujesz się nowych zadań dopiero wtedy, gdy skończysz poprzednie? | TAK | NIE |
| 39. Czy lubisz realizować zadania, które pozwalają Ci odkrywać nowe fakty bądź prawidłowości? | TAK | NIE |
| 40. Czy lubisz prace ręczne, takie jak instalacje hydrauliczne, naprawa samochodów, szycie lub tapetowanie? | TAK | NIE |
| 41. Czy wolisz raczej kierować pracą grupy niż być jej członkiem? | TAK | NIE |
| 42. Czy współpraca z ludźmi przychodzi Ci łatwo? | TAK | NIE |
| 43. Czy chciałbyś mieć stanowisko, które wymaga stałego tempa pracy przez cały dzień? | TAK | NIE |
| 44. Czy lubisz wypróbowywać różne, nawet niesprawdzone metody, aby całkowicie wykonać zadanie lub rozwiązać problem? | TAK | NIE |
| 45. Czy cieszy Cię kiedy dzięki książkom lub programom telewizyjnym możesz dowiedzieć się, jak działają różne urządzenia? | TAK | NIE |
| 46. Czy zwykle udaje Ci się nakłonić ludzi, żeby robili to, czego Ty chcesz? | TAK | NIE |
| 47. Czy lubisz doglądać pracy innych ludzi? | TAK | NIE |
| 48. Czy umiesz przyjmować polecenia? | TAK | NIE |
| 49. Czy lubisz takie działania, których wynik daje się obiektywnie zmierzyć? | TAK | NIE |
| 50. Czy raczej wolałbyś pracę nie wymagającą kontaktu z ludźmi? | TAK | NIE |

Arkusz odpowiedzi – dla ucznia

Otocz kółkiem te numery pytań, na które odpowiedziałeś TAK. Pomiń pytania, na które odpowiedziałeś NIE. Zsumuj liczbę kółek w szeregach. Zapisz sumy ze znakiem równości.

1	6	11	16	21	26	31	36	41	46	=	_____	KIEROWNICZE
2	7	12	17	22	27	32	37	42	47	=	_____	SPOŁECZNE
3	8	13	18	23	28	33	38	43	48	=	_____	METODYCZNE
4	9	14	19	24	29	34	39	44	49	=	_____	INNOWACYJNE
5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	=	_____	PRZEDMIOTOWE

Zaznacz jeden lub dwa najwyższe wyniki, które oznaczają typ preferowanej przez Ciebie aktywności. Najniższy wynik oznacza aktywność, którą interesujesz się najmniej. Zastanów się, z jakimi zawodami wiąże się określone zainteresowanie. Pamiętaj również o tym, że trafna decyzja zawodowa musi być oparta nie tylko na zainteresowaniach, ale na takich czynnikach jak zdolności, umiejętności, system wartości, warunki pracy, dostępność stanowisk, wymagania dotyczące wykształcenia itd.

Informacje uzupełniające i interpretacja wyników – dla nauczyciela

Typy zainteresowań są podane poniżej. Warto zwrócić uczniom i uczennicom uwagę, że większość zawodów wymaga kombinacji różnych zainteresowań. Np. dentysta pracuje z „techniką” (zainteresowania przedmiotowe), ale także z ludźmi (społeczne).

KIEROWNICZE

Osoby takie lubią podejmować się obowiązków i mieć kontrolę nad rzeczami. Lubią być odpowiedzialne za zadania wymagające planowania, podejmowania decyzji i koordynowania pracy innych. Potrafią dawać instrukcje i wskazówki. Lubią organizować swoją własną działalność. Spostrzegają siebie samych jako osoby o dużej niezależności i samokontroli.

SPOŁECZNE

Osoby uspołecznione lubią mieć do czynienia z ludźmi zarówno w sytuacjach zawodowych jak i udzielając im pomocy. Chętnie opiekują się innymi i pomagają w rozpoznawaniu potrzeb i rozwiązywaniu problemów. Osoby uspołecznione lubią pracować i współpracować z innymi. Preferują takie działania, które wymagają kontaktów interpersonalnych.

METODYCZNE

Osoby metodyczne lubią działać według jasnych zasad i sprawdzonych metod realizacji zadań. Preferują pracę pod kierunkiem i kontrolują innych, według otrzymanych instrukcji. Pracują nad jednym zadaniem dopóki go nie skończą. Pracują rutynowo i wolą sytuacje pozbawione niespodzianek.

INNOWACYJNE

Nowatorzy lubią zgłębiać problemy i eksperymentować w trakcie pracy nad rozwiązywaniem kolejnych zadań. Interesuje ich inicjowanie i wymyślanie nowych i różnorodnych rozwiązań. Lubią przedmioty „ściśle”. Przyjmują wyzwania, jakie stawiają im nowe i niespodziewane sytuacje. Łatwo przystosowują się do zmiennych warunków działania.

PRZEDMIOTOWE

Osoby o takich zainteresowaniach chętnie pracują przy pomocy narzędzi, maszyn, urządzeń technicznych. Lubią naprawiać i/lub wytwarzać przedmioty z różnych materiałów, wykorzystując w tej pracy opracowane i sprawdzone technologie. Interesują ich zasady działania i budowa różnych urządzeń.

Załącznik 5. Czy akceptujesz siebie?

Czy znasz samego siebie? Czy wiesz, do czego jesteś zdolny w różnych sytuacjach? Każdy z nas ma jakieś słabe i mocne strony. Sprawdź, czy je znasz i akceptujesz. Przeczytaj 25 poniższych zdań opisujących różne sytuacje i zdarzenia. Oceń każde z nich na ile jest ono prawdziwe dla Ciebie.

Będziesz mieć do wyboru cztery warianty odpowiedzi:

A - zawsze

B - często

C - rzadko

D - nigdy

Przy każdym pytaniu zaznacz tę odpowiedź, która najlepiej pasuje do ciebie. Nie zastanawiaj się zbyt długo, gdyż liczą się tutaj przede wszystkim szczere i prawdziwe odpowiedzi, a te dobrze chyba znasz?

1. Zdarza mi się myśleć, że jestem nieudacznikiem bo nic mi nie wychodzi.
2. Uważam, że choć w moim wyglądzie można wiele poprawić, to nie jest z nim najgorzej.
3. Gdy ktoś mnie chwali, cieszę się z tego otwarcie, bez zbytniej skromności.
4. Moje wartości i zasady są dla mnie bardzo ważne i potrafię ich bronić.
5. Uważam, że w wielu dziedzinach jestem znacznie gorszy od innych ludzi.
6. Mam swój styl i nie staram się do nikogo upodabniać.
7. Gdy podejmę ważną decyzję to potem długo się zastanawiam czy dobrze wybrałem.
8. Nawet, jeśli czasami coś mi nie wychodzi, to wiem, że następnym razem mi się uda.
9. Gdy ludzie mówią mi komplementy to jestem zakłopotany.
10. Jestem zadowolony z moich wyborów.
11. Gdy wykonam jakieś zadanie jestem z niego zadowolony.
12. Gdy poznaję nową osobę zdarza mi się grać kogoś, kim nie jestem, inaczej się zachowywać.
13. Gdy mówię o swoich pragnieniach i marzeniach, to obawiam się, że ludzie uznają je za śmieszne.
14. Znam swoje małe słabości i je akceptuję.
15. Jestem zadowolony z moich relacji z innymi ludźmi.
16. Uważam, że mój wygląd jest mało atrakcyjny.
17. Gdy mam inne, niż wszyscy moi znajomi poglądy, nie ukrywam ich i potrafię ich bronić.
18. Swoją samoocenę opieram na tym, co mówią o mnie inni.
19. Gdy spędzam czas sam - nie czuję się samotny.
20. Znam moje zalety i potrafię je wykorzystywać.
21. Lubię siebie.
22. Gdy nie mam pewności czy dobrze postępuję proszę o radę znajomych, rodzinę.
23. Mój sposób spędzania wolnego czasu i zainteresowania są bardzo ciekawe.
24. Uważam, że wcale nie muszę być ideałem.
25. Staram się zmienić, gdy ktoś mnie nie akceptuje.

Zaznacz kółeczkiem wariant odpowiedzi (A, B, C, D) wybrany w poszczególnych stwierdzeniach.

1	A	B	C	D	6	A	B	C	D	11	A	B	C	D	16	A	B	C	D	21	A	B	C	D
2	A	B	C	D	7	A	B	C	D	12	A	B	C	D	17	A	B	C	D	22	A	B	C	D
3	A	B	C	D	8	A	B	C	D	13	A	B	C	D	18	A	B	C	D	23	A	B	C	D
4	A	B	C	D	9	A	B	C	D	14	A	B	C	D	19	A	B	C	D	24	A	B	C	D
5	A	B	C	D	10	A	B	C	D	15	A	B	C	D	20	A	B	C	D	25	A	B	C	D

ARKUSZ OBLICZENIOWY

Zaznacz odpowiedzi i zsumuj punkty.

1	A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D
	0	1	2	3	6	3	2	1	0	11	3	2	1	0	16	0	1	2	3	21	3	2	1	0
2	A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D
	3	2	1	0	7	0	1	2	3	12	0	1	2	3	17	3	2	1	0	22	0	1	2	3
3	A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D
	3	2	1	0	8	3	2	1	0	13	0	1	2	3	18	0	1	2	3	23	3	2	1	0
4	A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D
	3	2	1	0	9	0	1	2	3	14	3	2	1	0	19	3	2	1	0	24	3	2	1	0
5	A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D		A	B	C	D
	0	1	2	3	10	3	2	1	0	15	3	2	1	0	20	3	2	1	0	25	0	1	2	3

Wynik: (max 75 pkt.)

- 65-75 Chyba naprawdę bardzo mocno akceptujesz i lubisz samego siebie. „Taki jestem, taki być chcę, a was niech diabli wezmą...” tak pisał niegdyś filozof Fryderyk Nietzsche. Mam nadzieję, że nie do końca chcesz iść w jego ślady i raczej wykorzystasz swój potencjał do budowania pozytywnej ścieżki własnej kariery. Zmieniać się, czyli kreować samego siebie to naprawdę jedno z najbardziej fascynujących zajęć w życiu.
- 46 - 60 Twój poziom samooceny i akceptacji własnej osoby jest naprawdę na wysokim poziomie - osiągnąłeś wynik powyżej przeciętnej, czyli jest chyba tak, że lubisz tę sympatyczną i inteligentną osobę, którą widzisz, gdy patrzysz w lustro... :-)
A tak poważnie mówiąc to mam nadzieję, że tak wysoka samoocena jest adekwatna i stoi na mocnych podstawach rzeczywistości. W przeciwnym razie możesz się narazić na gorzki smak porażek, gdy przyjdzie ci udowodnić swoją wartość. Pamiętaj cały świat przed Tobą... Aby zwiększyć swoją umiejętność dalszego planowania przeczytaj poniższe rozważania nad rolą samoakceptacji.
- 31 - 45 Twój poziom samooceny i akceptacji własnej osoby można określić jako przeciętny, – co nie znaczy wcale, że zbyt niski, czy zbyt wysoki - osiągnąłeś po prostu wynik, jaki osiąga większość Twoich rówieśników. Sprawdź tylko, czy już wszystko wiesz na temat samego siebie, czy znasz w pełni swój potencjał. Ważne jest, aby samoocena stała na mocnych podstawach rzeczywistości. W przeciwnym razie możesz się narazić na gorzki smak porażek, gdy przyjdzie ci udowodnić swoją wartość. Pamiętaj cały świat przed Tobą... Aby zwiększyć swoją umiejętność dalszego planowania przeczytaj poniższe rozważania nad rolą samoakceptacji.
- 16-30 Twój poziom samooceny i akceptacji własnej osoby można określić jako niższy niż przeciętny, – co nie znaczy wcale, że zły. Osiągnąłeś po prostu wynik, jaki ma wielu ludzi stojących dopiero na początku swojej drogi poznawania samego siebie. Na pewno nie zaszkodzi, abyś popracował nad wiedzą o sobie samym i nad pozytywnym obrazem swojej osoby oraz możliwości, które przed Tobą stoją. Pamiętaj cały świat przed Tobą... Aby zwiększyć swoją umiejętność planowania przyszłości, przeczytaj poniższe rozważania nad rolą samoakceptacji.
- 0-15 To chyba dopiero Twoje pierwsze kroki na ścieżce samopoznania, albo zdecydowanie nie lubisz samego siebie!? Z takim poziomem samoakceptacji chyba ciężko jest żyć? Na pewno jednak jest tak, że wiele jest w Tobie jeszcze nieodkrytych pokładów zdolności, talentów i siły do życia. Musisz tylko dobrze poszukać je w sobie samym. Aby zwiększyć swoją umiejętność planowania przyszłości, przeczytaj poniższe rozważania nad rolą samoakceptacji.

Załącznik 6. Schematy analizy ogłoszeń o pracę

Branża	Stanowisko	Wymagania typowe	Wymagania niestandardowe	Wynagrodzenie

Załącznik 7. Autotest zainteresowań i preferencji zawodowych

Celem tego testu jest samopoznanie. W teście zaznacz (np. kółkiem) te zdania, z którymi się zgadzasz i które są zgodne z Twoimi opiniami i sposobem myślenia. Test ten należy wypełniać bez dłuższego zastanawiania się, przyjmując, że pierwsza myśl, jaka Ci przyjdzie do głowy jest najlepsza.

1. Posiadanie silnego i zgrabnego ciała jest dla mnie ważną rzeczą.
2. Staram się dogłębnie zrozumieć rzeczy.
3. Muzyka, kolory, piękno każdego rodzaju może wpłynąć na moje usposobienie.
4. Ludzie wzbogacają moje życie i nadają mu sens.
5. Wierzę w siebie i w to, że mam wpływ na rzeczy.
6. Doceniam jasno określone kierunki działania, które dokładnie określają, co mam robić.
7. Potrafię budować, nosić wszystko sam, sam dawać sobie radę.
8. Mogę godzinami myśleć o czymś.
9. Doceniam piękne otoczenie. Kolory i formy znaczą dla mnie bardzo dużo.
10. Kocham towarzystwo.
11. Lubię rywalizację.
12. Muszę mieć najpierw uporządkowane zaplecze i dopiero potem rozpocząć pracę nad projektem.
13. Lubię pracować rękami.
14. Badanie nowych idei daje mi zadowolenie.
15. Zawsze poszukuję nowych sposobów, aby dać wyraz moim twórczym zdolnościom.
16. Doceniam możliwość dzielenia moich osobistych spraw z innymi.
17. To, że jestem najważniejszą osobą w grupie, daje mi zadowolenie.
18. Jest dla mnie sprawą honoru, by dbać o wszystkie szczegóły w mojej pracy.
19. Nie przeszkadza mi, że zabrudzę ręce w czasie pracy.
20. Wykształcenie jest dla mnie nieustającym procesem rozwijania i wyostrzania mojego sposobu myślenia.
21. Lubię ubierać się nietradycyjnie oraz próbować nowe kierunki mody i kolory.
22. Często wyczuwam, gdy jakaś osoba ma potrzebę rozmowy.
23. Lubię organizować ludzi i dawać im impuls do pracy.
24. Rutyna pomaga mi w ukończeniu pracy.
25. Lubię kupować rzeczy, które są punktem wyjścia do dalszej pracy.
26. Czasami mogę siedzieć godzinami i pracować nad rozwiązaniem problemów, czytać lub myśleć o życiu.
27. Potrafię wyobrażać sobie różne rzeczy.
28. Czuję się dobrze, kiedy zajmuję się innymi ludźmi.
29. Lubię, gdy dają mi kredyt zaufania w pracy.
30. Jestem podbudowany, wiedząc, że dobrze i starannie rozwiązałem powierzone mi zadanie.
31. Chciałbym najchętniej być sobą i wykonywać rzeczy praktyczne, pracować rękami.
32. Chętnie czytam książki na każdy temat, który budzi moją ciekawość.
33. Uwielbiam wypróbować nowe, kreatywne pomysły.
34. W sytuacji, gdy mam jakieś problemy z innymi, preferuję rozmowę i znalezienie rozwiązania.
35. Żeby osiągnąć sukces, należy mierzyć wysoko.
36. Lubię sytuacje, które wymagają ode mnie podejmowania decyzji i brania na siebie odpowiedzialności.
37. Lubię zużywać masę czasu na dyskusje.
38. Analizuję dany problem gruntownie, zanim podejmę działania.
39. Lubię zmieniać otoczenie tak, aby uczynić je czymś innym i specjalnym.
40. Kiedy jest mi przykro, znajduję przyjaciela, by z nim porozmawiać.
41. Kiedy proponuję plan, wolę żeby inni zajmowali się szczegółami.
42. Zwykle jestem zadowolony z miejsca, gdzie przebywam.
43. Pracowanie na świeżym powietrzu dostarcza mi nowego zasobu energii.

44. Bez przerwy zadaję pytanie „dlaczego?”.
45. Podoba mi się, że moja praca jest wyrazem mojego nastroju i uczuć.
46. Lubię znajdować sposoby pomagania ludziom, by byli bardziej ludzcy wobec siebie.
47. Branie udziału w podejmowaniu ważnych decyzji jest dla mnie niezmiernie ciekawe.
48. Zawsze cieszę się, gdy ktoś inny przejmuje kierownictwo.
49. Lubię, gdy moje otoczenie jest proste i praktyczne.
50. Roztrząsam problem, dopóki nie znajdę odpowiedzi.
51. Piękno natury porusza coś ukrytego we mnie.
52. Bliskie stosunki z innymi są dla mnie ważne.
53. Lepsze stanowisko i awans są dla mnie ważne.
54. Efektywność to coś dla mnie - pracować określoną ilość godzin każdego dnia.
55. Dla uniknięcia chaosu potrzebny jest silny system z ustalonym prawem i porządkiem.
56. Książki zmuszające do myślenia zawsze poszerzają moje horyzonty.
57. Bardzo cieszę się z możliwości pójścia na wystawę, do teatru czy do kina.
58. „Nie widziałem cię długi czas powiedz, co u ciebie?”.
59. Niezmiernie ciekawą rzeczą jest możliwość wpływania na innych ludzi.
60. Kiedy przyrzekam, że coś zrobię, wykonuję to do najdrobniejszego szczegółu.
61. Solidna, fizyczna i twarda praca nikomu nie zaszkodzi.
62. Chciałbym nauczyć się wszystkiego co jest dostępne o tematach, które mnie interesują.
63. Nie chcę być jak inni. Wolę robić rzeczy inaczej.
64. „Powiedz mi, jak ci mogę pomóc”.
65. Jestem gotów podjąć ryzyko, by kontynuować sprawy.
66. Lubię jasne i precyzyjne linie postępowania, kiedy coś zaczynam.
67. Pierwsze, co widzę w samochodzie, to dobry silnik.
68. Ludzie działają stymulujące na mój intelekt.
69. Kiedy czymś się zajmuję, mam tendencję do zapominania o całym świecie.
70. Martwi mnie, że jest tylu ludzi w naszym społeczeństwie, którzy potrzebują pomocy.
71. Zabawnie jest podsuwać innym ludziom pomysły.
72. Nie znoszę, kiedy ktoś zmienia metodę, kiedy kończę pisanie swojej pracy.
73. Zwykle znajduję wyjście w sytuacjach „podbramkowych”.
74. Nawet samo czytanie o odkryciach jest ciekawe.
75. Lubię robić happeningi.
76. Zawsze staram się, jak mogę, by okazać uwagę ludziom, którzy wyglądają na samotnych i bez przyjaciół.
77. Lubię handlować.
78. Nie lubię robić rzeczy, które nie są zatwierdzone.
79. Sport jest ważny, jeśli ciało ma być zdrowe.
80. Sposób funkcjonowania natury budził zawsze moją ciekawość.
81. Zabawnie być w dobrym humorze i robić coś niezwykłego.
82. Sądzę, że ludzie w głębi duszy są dobrzy.
83. Jeśli nie dam sobie rady za pierwszym razem, rozpoczynam jeszcze raz z nową energią i entuzjazmem.
84. Cenię wysoko sytuację, kiedy wiem, czego inni ode mnie oczekują.
85. Lubię rozłożyć rzeczy na czynniki pierwsze, by zobaczyć, czy dam sobie radę.
86. „Nie denerwuj się, możemy przemyśleć sprawę i zaplanować następny krok.”
87. Byłoby mi trudno wyobrazić sobie moje życie bez pięknych rzeczy wokół mnie.
88. Często tak się dzieje, że inni przychodzą do mnie, by opowiedzieć o swoich problemach.
89. Zwykle nawiązuję kontakt z ludźmi, którzy mogą pokazać mi drogę do nowych możliwości.
90. Nie potrzebuję dużo, by być szczęśliwym.

Autotest zainteresowań i preferencji zawodowych – arkusz wyników dla ucznia/uczennicy

Zakreśl liczby, które zostały zakreślone w teście samooceny

R	B	A	S	I	T
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36
37	38	39	40	41	42
43	44	45	46	47	48
49	50	51	52	53	54
55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66
67	68	69	70	71	72
73	74	75	76	77	78
79	80	81	82	83	84
85	86	87	88	89	90

Zapisz ilość liczb zakreślonych w każdej kolumnie:

R _____ B _____ A _____ S _____ I _____ T _____

Wpisz litery, które otrzymały największą liczbę punktów:

1. 2. 3.

Autotest zainteresowań i preferencji zawodowych – arkusz wyników dla ucznia/uczennicy

Zakreśl liczby, które zostały zakreślone w teście samooceny.

R	B	A	S	I	T
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36
37	38	39	40	41	42
43	44	45	46	47	48
49	50	51	52	53	54
55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66
67	68	69	70	71	72
73	74	75	76	77	78
79	80	81	82	83	84
85	86	87	88	89	90

Zapisz ilość liczb zakreślonych w każdej kolumnie:

R _____ B _____ A _____ S _____ I _____ T _____

Wpisz litery, które otrzymały największą liczbę punktów:

1. 2. 3.

Odszyfrowanie oznaczeń

R – realista

T – tradycjonalista (konwencjonalny)

I – inicjator (przedsiębiorczy)

B – badacz

A – artysta

S – otwarty na kontakty z ludźmi (społeczny)

Interpretacja wyników:

REALISTA

osoba cechująca się: niezależnością, praktycyzmem, dobrą formą fizyczną, agresywnością, konserwatyzmem. Używa rąk i oczu by badać rzeczy lub coś wykonać. Używa sprawniej ciała niż słów, bardziej myśli niż uczuć. Posiada fizyczną kondycję, siłę, logikę. Lubi napięcie, podejmować ryzyko, być na świeżym powietrzu, konkretne problemy, pieniądze, używać narzędzi i dużych maszyn. Rozwiązuje problemy przez działanie.

TRADYCJONALISTA

Osoba cechująca się: pokojowym usposobieniem, uporządkowania, dokładna, używa myślenia, oczu i rąk, by wykonać zadania. Jest logiczna, dokładna, odpowiedzialna. Lubi porządek, zdecydowanie, bezpieczeństwo. Rozwiązuje problemy poprzez podążanie za uznanymi zasadami.

INICJATOR

Osoba cechująca się: energią, niezależnością zapałem, pełnią wiary w siebie, dominacji. Używa myślenia uczuć do pracy z ludźmi i wykonywania zadań. Posiada umiejętności uczuciowego wczuwania się w sprawy, jest pewna siebie. Lubi organizować, kierować, administrować, pieniądze i wpływy. Rozwiązuje problemy przez podejmowanie ryzyka.

BADACZ

Osoba cechująca się: niezależnością, ciekawa świata, analizuje swoje myśli i uczucia, nietradycyjna. Używa myślenia, zasobu informacji bardziej niż zwykle, kontakty z ludźmi i rzeczami częściej niż zwykle. Posiada zdolności intelektualne, logikę i znajomości rzeczy. Lubi wyzwania, wymianę myśli i skomplikowania, abstrakcyjne problemy. Rozwiązuje problemy przez myślenie.

ARTYSTA

Osoba cechująca się: kreatywnością, uczuciowa, o poczuciu estetyki, analizuje swoje myśli i uczucia, ekspresyjna, asocjalna. Używa rąk, oczu, myśli, by tworzyć nowe rzeczy, pisać. Posiada dobre oko, wyostrzony słuch, inteligencję, rozumienie kolorów, form, dźwięków i uczuć. Lubi piękno, luźną działalność, wymianę myśli, interesujące i niezwykłe widoki, dźwięki, struktury, ludzi. Rozwiązuje problemy, kierując się uczuciami.

OTWARTY NA KONTAKTY Z LUDŹMI

Osoba cechująca się: osoba przywódca, która interesuje się innymi, uczuciowa, humanistyczna, wspierająca, odpowiedzialna. Używa uczuć, słów, idei w pracy z innymi, którą woli niż fizyczną działalność. Posiada umiejętności wczuwania się, rozumienia spraw, jest otwarta, naturalna, taktowna. Lubi pomagać innym, dzieli się, lubi grupy, luźną działalność. Rozwiązuje problemy kierując się uczuciami.

Załącznik 8. Wzór Indywidualnego Planu Działania