

Bolesław Bielak

# Jaki zawód wybrać?

**Scenariusze zajęć z zakresu doradztwa zawodowego dla  
uczniów gimnazjum  
(pomoc metodyczna do grupowego prowadzenia zajęć z doradztwa  
zawodowego przez wychowawców klasowych)**

**Stary Sącz - 2008**

# SPIS TREŚCI

## Wprowadzenie

### 1. Kierunki i metody zawodowej orientacji

- 1.1. Podstawowe grupy zawodowo-orientacyjnych metod.
- 1.2. Typy zawodowej konsultacji..
- 1.3. Podstawowe kierunki zawodowej pracy doradcy.  
zawodowego w systemie szkolnym.
- 1.4 Trudności występujące w zawodowej pracy doradztwa zawodowego.

### 2. Program zajęć z doradztwa zawodowego dla uczniów gimnazjum

- 2.1 Struktura programu.
- 2.2 Tematyczny plan zajęć

### 3. Scenariusze zajęć

- 3.1 Zajęcia wprowadzające (1 godzina)
  - 3.1.1 Razem do sukcesu .
- 3.2 Blok I. «Mój świat wewnętrzny» (5 godzin)**
  - 3.2.1 Cechy osobowe: charakter i temperament..
  - 3.2.2 Świat emocjonalny: samoregulacja i opanowanie stresu.
  - 3.2.3 Zdolności, zainteresowania, zamiłowania.
  - 3.2.4 Diagnostyka zawodowych predyspozycji.
  - 3.2.5 Od zainteresowań do wyboru.
- 3.3 Blok II. «Mój wybór» (5 godzin)**
  - 3.3.1 Człowiek wolnego społeczeństwa.
  - 3.3.2 Uczymy się budować stosunki międzyludzkie.
  - 3.3.3 Mój wybór: psychologiczne aspekty wyboru.
  - 3.3.4 Wpływ innych na mój wybór: błędy wyboru.
  - 3.3.5 Ja wybieram zawód, zawód wybiera mnie.
- 3.4 Blok III. «Moje życiowe plany» (5 godzin)**
  - 3.5.1 Osobisty zawodowy plan (OZP).
  - 3.4.2 Modelowanie życiowej i zawodowej perspektywy.
    - 3.4.3. Zawodowy typ osobowości.
  - 3.4.4 Strategia wyboru zawodu: chcę, mogę, potrzeba.
  - 3.4.5 Rola życiowych wartości w wyborze zawodu.
- 3.5 Zajęcia podsumowujące - diagnostyka(1 godzina)**
  - 3.5.1 Ewaluacja-Ocena życiowej dojrzałości.

### 4. Zakończenie

### 5. Bibliografia

## Wprowadzenie

Dobrze wybrany zawód jest jedną z najważniejszych w życiu decyzji. Daje nie tylko możliwość zarabiania pieniędzy, będących gwarancją życia na odpowiednim poziomie, ale także spotkania wielu interesujących ludzi oraz rozwoju profesjonalnego i osobowego. Dobry wybór zapoczątkuje w przyszłości poczuciem osiągnięcia sukcesu życiowego

Dlatego należy go dokładnie zaplanować i przemyśleć. Do podjęcia tej ważnej życiowej decyzji konieczna jest konkretna wiedza. Jest ona potrzebna przede wszystkim młodym ludziom, którzy będąc jeszcze w szkole, po raz pierwszy zadają sobie to fundamentalne, bodaj najważniejsze w życiu pytanie: Jaki zawód wybrać?

Właściwy wybór zostanie jednak dokonany tylko wtedy, gdy uczniowie będą systematycznie analizować swoje zainteresowania i zdolności oraz otrzymywać od swych nauczycieli, wychowawców, psychologów szkolnych i doradców zawodowych informacje o możliwościach zawodowych i drogach kształcenia w celu ich ukierunkowania.

Zanim młody człowiek zacznie myśleć o wyborze zawodu musi najpierw poznać samego siebie. Jest to pierwszy warunek dobrego zaplanowania kariery zawodowej. Szkoła, rodzice czy profesjonalni doradcy zawodowi mogą pomóc młodzieży rozpoznać swoje tzw. „zasoby” czyli: **zainteresowania, uzdolnienia, system wartości, cechy osobowości**. Daje to większą gwarancję na to, iż nie zabraknie chęci do doskonalenia swoich umiejętności a więc do ustawicznego rozwoju.

R. Parzęcki wskazuje na rzeczywistość orientacyjno - poradniczą nie odpowiadającą wolnej gospodarce rynkowej; ma ograniczony zasięg i dociera tylko do części młodzieży, do której jest przeznaczona. Stwierdza on, że instytucje, które mają obowiązek realizacji zadań poradnictwa zawodowego nie wykonują ich. Szkoła natomiast powinna prowadzić orientację zawodową w toku nauczania, a nauczyciele powinni być doradcami zawodowymi. Nie są oni do tej roli przygotowani. Zauważa on brak bezpośrednich kontaktów młodzieży ze środowiskiem pracy, z ludźmi, ich warsztatem i warunkami, w jakich praca przebiega. Z badań, jakie przeprowadził R. Parzęcki, wynikała zależność jakości planów zawodowo - edukacyjnych od działań związanych z realizacją zainteresowań i doświadczeń. Doradztwo zawodowe prowadzi i wspomaga jednostkę w procesie kształtowania drogi zawodowo - edukacyjnej. Z badań jednak wynika, że rzadko miały miejsce indywidualne doradztwa w praktyce orientacyjno - poradniczej oraz nieprawidłowy czas jego podejmowania. Orientacja w szkole podstawowej nie prowadzi do prawidłowego ukierunkowania wyborów. Powinna ona powstrzymywać od wyborów nieodpowiadających rzeczywistym możliwościom uczniów.

Zawodowa orientacja to ogromna odpowiedzialność. Ta działalność powinna być bardzo dokładnie przemyślana, wszystkie podejścia powinny być dokładnie przeanalizowane. Inaczej powstanie zagrożenie, że nasze dziecko „wsiądzie nie do tego pociągu”.

Zawód w pojęciu człowieka nierzadko powiązany jest z jego losem, z życiowym przeznaczeniem. Zamyśl powołania doradcy zawodowego w szkole leży w tym, by pomóc dzieciom i ich rodzicom prawidłowo i na bieżąco zorientować się w świecie współczesnych zawodów i nie popełnić błędu w wyborze przyszłości.

# 1. Kierunki i metody zawodowej orientacji

## 1.1. Podstawowe grupy zawodowo-orientacyjnych metod.

Wybierając dla siebie pytanie o sposobie pracy z klasom, zawodowy doradca ocenia różne metody *co do celów, pod względem zrozumienia problemu metody, pod kątem własnej gotowości pracy z nią.*

Stosownie do podstawowych zadań zawodowej orientacji można wydzielić cztery grupy metod:

- 1) informacyjno-wyjaśniające, działalności oświatowej;
- 2) zawodowej psychodiagnostyki;
- 3) moralno-emocjonalnej podpory;
- 4) pomocy w konkretnym wyborze i podjętej decyzji.

### a) Do pierwszej grupy odnoszą się:

- ✓ Profesiogramy lub krótkie opisy zawodów.
- ✓ Informacyjna literatura.
- ✓ Informacyjno-poszukiwawczy system , optymalny poszukiwacz zawodu, wyższej uczelni, miejsc pracy (elektroniczny bank informacji).
- ✓ Zawodowa reklama i agitacja. Powinna być ona wiarygodna, operatywna i przyciągać uczniów.
- ✓ Wycieczki do zakładów pracy i na wyższe uczelnie.
- ✓ Spotkania ze specjalistami.
- ✓ Lekcje z doradztwa zawodowego – jako system zajęć, a nie przypadkowe przedsięwzięcia.
- ✓ Naukowe filmy i wideofilmy.
- ✓ Targi edukacyjne, targi zawodów.

### b) Druga grupa – to, w większym stopniu samopoznanie. Do tej grupy należą:

- ✓ Zamknięte pogadanki-wywiady z wymianą własnych zdań, poglądów.
- ✓ Kwestionariusze zawodowej motywacji.
- ✓ Kwestionariusze zawodowej zdolności.
- ✓ Osobowościowe kwestionariusze.
- ✓ Psychofizjologiczne badania ( dla tych, którzy wybierają zawód ze szczególnymi warunkami pracy).
- ✓ Zawodowe próby.
- ✓ Gry i treningi, przedstawiające symulowane zawodowe stosunki i moralny wybór w procesie pracowniczych działań.

c) Trzecia grupa pozwala osobiście odpowiedzieć każdemu z uczestników na zawodowe pytania. Tutaj ukierunkowanie idzie na:

- ✓ Powołanie grupy bliskich stosunków.
- ✓ Treningi obcowania. Pozwalają one oswoić się z niektórymi komunikatywnymi nawykami, niezbędnymi przy przyjęciu do pracy, na egzaminach, w kontaktach pracowniczych.
- ✓ Publiczne wystąpienia.
- ✓ Gry z elementami psychotreningu .
- ✓ Świąta resortowe.

d) Czwarta grupa to budowa zapoczątkowanych w kolejności działań, nakierowanych na osiągnięcie celów. Działania powinny być wyraźnie sformułowane i

zapisane na kartce w postaci schematu, obrazowo przedstawiające możliwe zawodowe perspektywy ucznia .

Lepiej zaproponować kilka takich ukierunkowań ( w postaci „drzew” lub „gałęzi”), żeby z nich zbudować optymalną trajektorię – w takiej liczbie uwzględnionych zawodów, jakie proponuje szkoła lub konkretna wyższa uczelnia.

## 1.2. Typy zawodowej konsultacji.

### ✓ *Wczesna, dziecięca konsultacja.*

Działalność w formie zabawy jest podstawą w nauczaniu u dzieci wieku młodszego. Kiedy oni naśladują w niej dorosłych, to zazwyczaj grają w zawodzie. I to może stać się decydującym czynnikiem przyszłej socjalizacji dziecka, podstawą do przyszłego zawodowego samookreślenia .

Konsultacja na tym etapie adresowana jest raczej do rodziców i nauczyciela. Ona sformowana jest z pozytywnego stosunku do pracy, z wyborem kółka lub specjalności, jeśli dziecko wcześniej przejawiało swoje zdolności.

Doradca może zakwalifikować ten typ konsultacji jako perspektywiczny, potencjalnie - produktywny.

### ✓ *Zawodowa orientacja i zawodowa konsultacja uczniów szkół gimnazjalnych.*

W tym okresie u młodzieży formułuje się wyobrażenie o podstawowych działaniach względem wyboru zawodu i realizacji swoich życiowych celów. Ważne aby wyposażyc ich w *informacyjną podstawę* dla własnego samookreślenia.

Praca powinna nieść diagnostyczno-korekcyjny, a nie diagnostyczno-rekomendacyjny charakter.

### ✓ *Zawodowa konsultacja nauczycieli.*

W całości działań , ważne jest aby zharmonizować realną współpracę z nauczycielami – a przede wszystkim z wychowawcami klas i nauczycielami przedsiębiorczości. Część profesjonalnej pomocy dla ucznia powinna wychodzić właśnie od nich, i funkcje te powinny być prawidłowo rozdzielone.

### ✓ *Zawodowa konsultacja rodziców.*

Należy stopniowo wprowadzić rodziców we współpracę w okazywaniu pomocy ich dzieciom.

### ✓ *Zawodowa konsultacja klas starszych i absolwentów.*

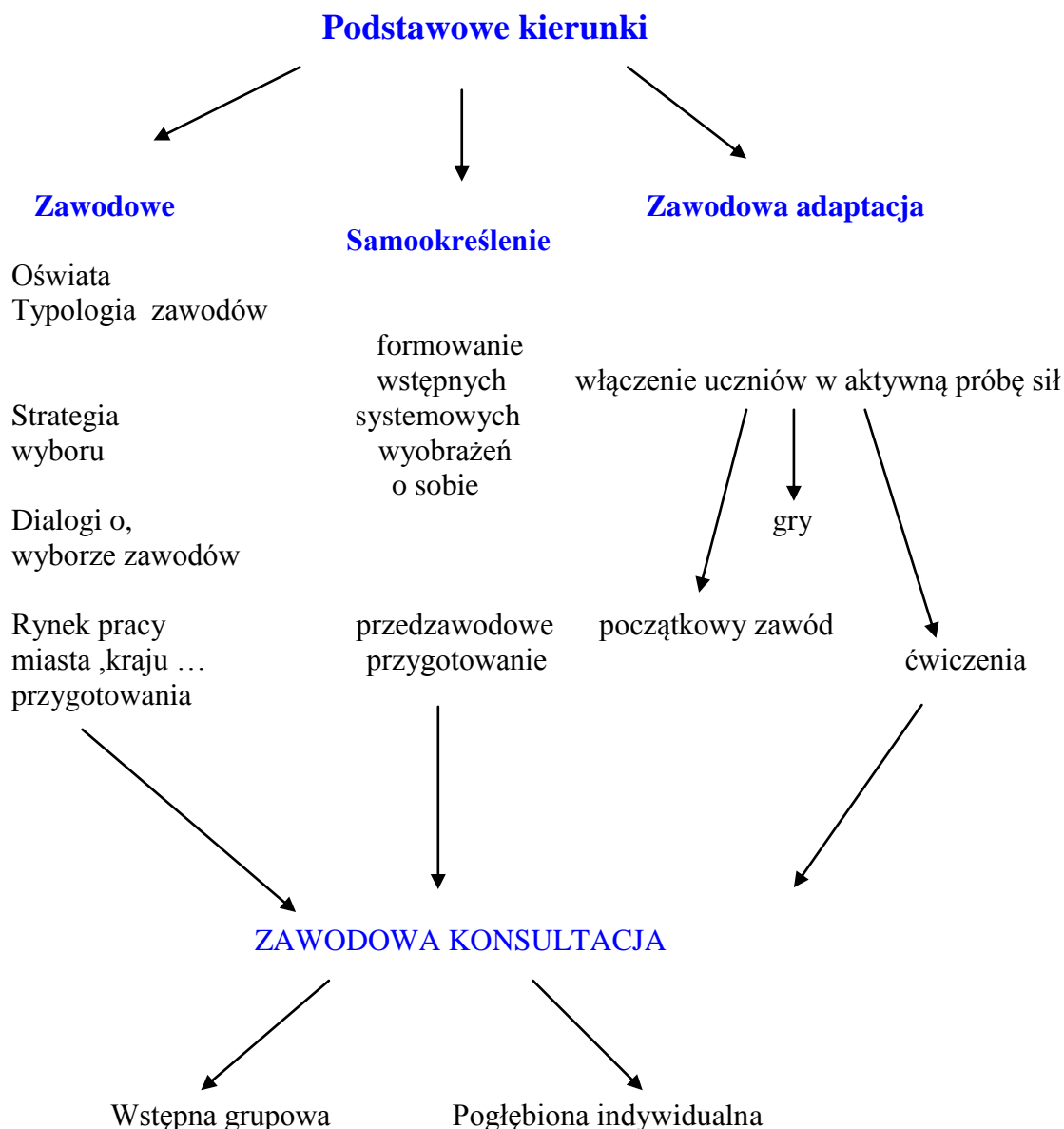
Główne ukierunkowanie tej pracy – pomoc w konkretnym wyborze, sprawdzenie i ukonkretnienie w wyborze. Konsultacja powinna być maksymalnie pragmatyczna, z podstawowym przemyśleniem i odczytaniem zawodowych czynników, opartych o gotowości woli ucznia w dokonaniu konkretnego wyboru.

### ✓ *Pomoc abiturientowi.*

Praca opiera się tutaj o skonkretyzowanie kierunku studiów lub specjalizacji, kiedy wybór studiów został już dokonany. Głównym celem jest zabezpieczenie abiturientowi współdziałania z przedstawicielami uczelni wyższej.

### 1.3. Podstawowe kierunki zawodowej pracy doradcy zawodowego w systemie szkolnym.

Podstawowy cel pracy orientacyjno – poradniczej to wprowadzenie uczniów w proces samookreślenia i zawodowego ukształtowania. Praca ta powinna być prowadzona w wielu kierunkach z zachowaniem różnych metod i form



**Pierwsze ukierunkowanie** przedstawionego systemu orientacyjnej pracy z uczniami pozwoli zapoznać ich z prawidłowościami wyboru zawodu, ze światem zawodów, da informacje o zawodowym przygotowaniu. Oprócz tego wykorzystane zostaną tutaj informacje o rynku pracy i służbach doradczych w zakresie informacji ludności ( urzędy pracy, biura karier itp.,).

**Drugie ukierunkowanie** oparte jest na wszechstronnym ukształtowaniu ucznia: jego skłonności, zainteresowania, zdolności, uwaga, typ myślenia, osobliwości charakteru, motyw wyboru zawodu itp. Ta praca opiera się na wykorzystaniu testowych metodyk i kwestionariuszy. To ukierunkowanie pomaga nakierować ucznia na samopoznanie, rozwinięcie zdolności, obiektywnie ocenić siebie, dobrać efektywne formy doskonalenia.

**Trzecie ukierunkowanie** pozwala uczniom zaznajomić się z osobliwościami tego lub innego zawodu bezpośrednio, co z kolei pozwala mu ocenić swoje siły i zamiary, a przez to i w miarę potrzeb przeorientować siebie.

Praca taka powinna mieć już swój początek w klasie I gimnazjum rozpoczynająca się od zawodowej pogadanki i wypełnienia karty rejestrującej, ( która pozwoli otrzymać pierwsze informacje o zawodowych predyspozycjach), znajomościach i pojęciach terminów «zawód», «typy zawodów». W następnych klasach przeprowadzić należy pierwsze grupowe konsultacje, w procesie, których odbywa się nauka o prawidłowościach wyboru zawodu, podana jest tutaj informacja o wielorakości świata zawodów, o wpływie zainteresowań, skłonności, typu temperamentu na wybór zawodu.

Także na podstawie otrzymanych danych z kart rejestracyjnych, skuteczności nauki w profilu, opinii rodziców, wszechstronnego przestudiowania osobowości prowadzi się indywidualne pogłębione zawodowe konsultacje, w procesie których doradca daje tylko ogólne rekomendacje, wyjaśnienia, oceniając tylko przydatność do tej lub innej grupy zawodów, ale nie w konkretnej specjalności.

Zamysł tej zawodowej konsultacji zawiera się w tym, aby pomóc uczniowi starszej klasy rozwiązać problem wyboru zawodu, ale nie proponować mu swoich wariantów. Wcześniej, przed przeprowadzeniem indywidualnej konsultacji, doradcy zawodowi winni założyć „ **PORTFOLIO** ” dla każdego badanego ucznia z osobna.

#### **1.4 Trudności występujące w zawodowej pracy doradztwa zawodowego :**

- ✓ Niedostateczna ilość literatury z zakresu orientacji zawodowej;
- ✓ Niektóre tekstowe metodyki wzbudzają wątpliwości, tak jak i nic nie wspomina się w nich, o walidacji, pewności;
- ✓ Wypada stale udowadniać, że dany problem jest aktualny;
- ✓ Brak badań z zakresu orientacji zawodowej młodzieży;
- ✓ Brak aktów wykonawczych do powołania w szkołach doradców zawodowych mimo wydanego rozporządzenia MEN;
- ✓ Rolę doradcy w szkole spełnia nauczyciel wychowawca, który na własną rękę przeprowadza diagnostykę, co w zupełności jest niepożądane .

#### **„PORTFOLIO” indywidualnego profilowania określenia ucznia.(przykład)**

1. Klasa
2. Imię i nazwisko
3. Przedmioty, rekomendowane do profilowania
4. Przedmioty, nie rekomendowane do profilowania
5. Skłonności do nauki ( profil nauki )
6. Predyspozycyjna sfera działalności
7. Gotowość do wyboru ( do nauki, po nauce )
8. Motywy wyboru zawodu
9. Zainteresowania ucznia
10. Zawodowo-osobowy typ
11. Rekomendacje wyboru profilu

## 2. Program zajęć z doradztwa zawodowego dla uczniów gimnazjum

### 2.1 Struktura programu.

#### Zajęcia wprowadzające(1 godzina)

Zadanie: nawiązanie kontaktu z grupą i prezentacja materiału programu

#### Blok I. «Mój świat wewnętrzny» (5 godzin)

Zadanie: aktywizacja samopoznania i formowanie adekwatnego obrazu «Ja».

#### Blok II. «Mój wybór» (5 godzin)

Zadanie: kształtowanie umiejętności dokonywania wyboru w różnorodnych sytuacjach życiowych oraz branie odpowiedzialności za dokonany wybór.

#### Blok III. «Moje życiowe plany» (5 godzin)

Zadanie: świadomość życiowych celów, wartości i zmysłu zawodowej działalności.

#### Zajęcia podsumowujące (1 godzina)

### 2.2 Tematyczny plan zajęć

Lp.	L godz.	Temat zajęć	Forma pracy
1.	1	Razem do sukcesu	Lekcja wprowadzająca. Zajęcia praktyczne
2.	1	Cechy osobowe: charakter i temperament.	Część teoretyczna: Praca w grupach z wypełnieniem tablicy porównawczej; opracowanie terminów. Część praktyczna: diagnostyka.
3.	1	Świat emocjonalny: samoregulacja i opanowanie stresu.	Psychologiczna praktyka. Diagnostyka.
4	1	Zdolności, zainteresowania, zamiłowania.	Część teoretyczna: praca z pojęciami. Część psychologiczna: praca indywidualna pisemna.
5.	1	Diagnostyka zawodowych zainteresowań	Diagnostyka.
6.	1	Od zainteresowań do wyboru	Trening
7.	1	Człowiek wolnego społeczeństwa.	Część teoretyczna: praca z kluczowymi pojęciami. Część praktyczna: grupowa analiza.
8.	1	Uczymy się budować stosunki międzyludzkie.	Ćwiczenia psychologiczne.
9.	1	Mój wybór: psychologiczne aspekty wyboru	Część teoretyczna: wykład. Część praktyczna: indywidualna forma analizy.
10.	1	Wpływ innych na mój wybór: błędy wyboru.	Część teoretyczna: wykład. Część praktyczna: grupowa analiza w formie pracy pisemnej; gra.
11.	1	Ja wybieram zawód, zawód wybiera mnie	Trening
12.	1	Osobisty zawodowy plan (OZP).	Część teoretyczna: praca ze schematem, podział na grupy, omówienie tezy. Ćwiczenia psychologiczne: gra
13.	1	Modelowanie życiowej i zawodowej perspektywy.	Ćwiczenia psychologiczne.
14.	1	Zawodowy typ osobowości	Indywidualna praca z tekstem. Budowa graficzna.



			Dyskusja grupowa.
15.	1	Strategia wyboru zawodu: chęć, mogę, potrzeba.	Część teoretyczna: formuła wyboru zawodu. Ćwiczenia psychologiczne
16.	1	Rola życiowych wartości w wyborze zawodu.	Ćwiczenia psychologiczne. Odgrywanie ról.
17.	1	Ocena życiowej dojrzałości	Diagnostyka.
<b>Ogólna liczba godzin</b>			<b>17</b>

### 3. Scenariusze zajęć

#### « Zajęcia wprowadzające »

#### TEMAT ZAJĘĆ « Razem do sukcesu ».

#### CZAS TRWANIA ZAJĘĆ: 45 min.

#### CELE ZAJĘĆ:

- ustanowienie kontaktu z uczniami, stworzenie pozytywnej motywacji do proponowanych zajęć;
- zapoznanie uczniów ze strukturą zajęć.

#### PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ

##### 1. MOMENT ORGANIZACYJNY. – 10 min

**Wprowadzenie nauczyciela:** omówienie struktury zajęć.

Zapis na tablicy: «Zawodowe samookreślenie – to proces i rezultat samodzielnego i świadomego wyboru zawodu ».

Ukierunkowanie na to, co przy wyborze zawodu jest prawdziwym (samodzielnym i świadomym), kiedy poprzedza go skrupulatna praca (proces). Ta praca (proces) łączy w sobie:

- odsłonięcie stron osobowości: samoocena, zainteresowania, zdolności, predyspozycje, temperament;
- znajomość klasyfikacji zawodów;
- znajomość z typami warunków (czynników), które są niezbędne do uwzględnienia przy wyborze zawodu;
- analiza typowych błędów i utrudnień występujących przy wyborze zawodu.

##### 2. CZĘŚĆ GŁÓNA 25 min.

#### Zajęcia na poznanie grupy

#### Ćwiczenie «Wywiad».

#### Cel:

- motywacja do aktywnej pracy;
- rozwój umiejętności współdziałania, otrzymując informację o innej osobie.

Uczniowie dobierają się w pary (w dowolny sposób). Zadanie dla par: w ciągu 5 minut uzyskujemy jak najwięcej informacji o drugiej osobie. Następnie przechodzimy do prezentacji swojego partnera na forum grupy.

##### 3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 10 min.

#### Ćwiczenie «Kierunki».

Dane ćwiczenie jest pierwszym zadaniem na samoanalizę i ukierunkowaniem na cele.

Uczniom proponujemy odpowiedzieć pisemnie na pytania:

Czego oczekujesz od proponowanych zajęć z zawodowej orientacji?

W jakim celu są Ci potrzebne te zajęcia?

Jakie są Twoje pierwsze wrażenia ?

## Blok I. « Mój świat wewnętrzny » (5 godzin)

### TEMAT ZAJĘĆ: 1. Cechy osobowe: charakter i temperament.

**CZAS TRWANIA ZAJĘĆ: 45min.**

#### CELE ZAJĘĆ:

- rozwój pojęciowego aparatu (psychodynamiczne cechy osobowości: temperament, charakter);
- rozwój nawyków obiektywnego opisu.

#### PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ

1.MOMENT ORGANIZACYJNY. – 8 min

**Wprowadzenie nauczyciela:** postawienie problemu, ukierunkowanie do pracy.  
Można przeczytać cytat:” *Każdy wojownik światła bał się kiedyś podjąć walkę. Każdy wojownik światła zdradził i skłamał w przeszłości. Każdy wojownik światła utracił choć raz wiarę w przyszłość. Każdy wojownik światła cierpiał z powodu spraw, które nie były tego warte. Każdy wojownik światła wątpił w to, że jest wojownikiem światła. Każdy wojownik światła zaniedbywał swoje duchowe zobowiązania. Każdy wojownik światła mówił "tak", kiedy chciał powiedzieć "nie". Każdy wojownik światła zranił kogoś, kogo kochał. I dlatego jest wojownikiem światła. Bowiem doświadczył tego wszystkiego i nie utracił nadziei, że stanie się lepszym człowiekiem.*

Paulo Coelho

Objaśnienie cytatu.

2. CZĘŚĆ GŁÓNA - 30 min.

**Ćwiczenie 1** .«Temperament i charakter: wzajemny związek, cechy i wybór zawodu,».

**Czas** -20 min

#### **Cele:**

- uformowanie wyobrażenia o przyczynowo-skutkowych związkach w poznaniu;
- rozwój refleksji.

**Etap 1.** Uczniom proponujemy przerobienie materiału teoretycznego, przedstawionego w formie tablicy porównawczej.

Parametry do analizy i porównania	Temperament	Charakter
Określenie (pojęcia)		
Czynniki wpływające na formowanie		
Rodzaje ( typy)		
Charakterystyki(cechy)		
.....		

Materiał pomocniczy dla uczniów przedstawiamy na planszy lub wyświetlamy foliogram:

### Związek charakteru z temperamentem: definicje

**Temperament** (z łaciny *temperamentum* – umiar), zespół pewnych, względnie stałych cech osobowości, charakterystycznych dla danej jednostki, przejawiających się w jej zachowaniu, procesach psychicznych zwłaszcza zaś emocjonalnych.

Cechy te to m.in.: impulsywność, towarzyskość, aktywność, wytrwałość, ruchliwość. W znaczeniu potocznym temperament określa się jako usposobienie człowieka np. charakteryzuje się go jako żywego, krewkiego, łagodnego, czasami się też mówi, że ktoś ma np. temperament muzyczny, artystyczny.

Najwcześniejszego i najbardziej znanego podziału temperamentu dokonał Hipokrates (V w. p.n.e.), wyróżnił on 4 jego typy:

- 1) sangwinik – człowiek o żywym i zmiennym usposobieniu,
  - 2) melancholik – mało uczuciowy i mało aktywny,
  - 3) choleryk – pobudliwy i mało wytrwały w działaniu,
  - 4) flegmatyk – mało pobudliwy, lecz wytrwały i konsekwentny w działaniu.
- Popularność tej typologii przetrwała do dziś, choć jej interpretacja uległa w ciągu wieków zmianom.

**CHARAKTER** (z gr.) - piętno, cecha, wizerunek lub właściwość. Zespół cech wyróżniających dany przedmiot, zjawisko, osobę od innych tego samego rodzaju, np. ze względu na wygląd, postać, działanie czy zachowanie.

W psychologii **charakter** rozumiany jest jako:

- Zespół cech psychicznych danej osoby, które ujawniają się w jej zachowaniu, sposobie bycia, usposobieniu. Pojęcie utożsamiane w tym znaczeniu z osobowością.
- Zespół tych cech osobowości, które związane są z przekonaniami moralnymi. Pojęcie używane do pozytywnego i negatywnego wartościowania osobowości jednostki, np. szlachetny charakter, niezłomny, osoba o silnej woli, ale: bez charakteru, egoistyczna, o słabym charakterze. Ze względu na normatywne konotacje, pojęcie rzadziej używane we współczesnej psychologii niż osobowość.

Hasło opracowano na podstawie “Słownika Encyklopedycznego Edukacja Obywatelska” Wydawnictwa Europa. Autorzy: Roman Smolski, Marek Smolski, Elżbieta Helena Stadtmüller. ISBN 83-85336-31-1. Rok wydania 1999.

**Etap 2.** Osobliwości pracowniczej i naukowej działalności w zależności od typu temperamentu i osobliwości charakteru.

#### TYPY TEMPERAMENTU

Flegmatyk	
MOCNE STRONY	SŁABE STRONY
<input type="checkbox"/> kompetentny i solidny	<input type="checkbox"/> problemy w szybkim podejmowaniu decyzji, unikanie ryzyka
<input type="checkbox"/> spokojny i zgodny	<input type="checkbox"/> trudności w określaniu celów
<input type="checkbox"/> ma zdolności administracyjne	<input type="checkbox"/> zwlekanie, odkładanie spraw na później
<input type="checkbox"/> pośrednik w rozwiązywaniu problemów	<input type="checkbox"/> unikanie ponoszenia odpowiedzialności ( np. nie chce awansować)
<input type="checkbox"/> unika konfliktów	
<input type="checkbox"/> dobrze znosi naciski	
<input type="checkbox"/> znajduje proste wyjście	

<b>Melancholik</b>	
<b>MOCNE STRONY</b>	<b>SŁABE STRONY</b>
<input type="checkbox"/> podporządkowuje się regulaminom <input type="checkbox"/> perfekcjonista o wysokich wymaganiach <input type="checkbox"/> docenia wagę szczegółów <input type="checkbox"/> wytrwały i dokładny <input type="checkbox"/> uporządkowany i zorganizowany <input type="checkbox"/> schludny i czysty oszczędny <input type="checkbox"/> łatwo dostrzega problem <input type="checkbox"/> znajduje twórcze rozwiązania <input type="checkbox"/> musi dokończyć, co zaczął <input type="checkbox"/> lubi wykresy, schematy, wykazy, liczby <input type="checkbox"/> bardzo wrażliwy, łatwo go urazić	<input type="checkbox"/> nieufny w stosunku do ludzi i sytuacji <input type="checkbox"/> skłonny popadać w apatię i depresję <input type="checkbox"/> wymagający wobec siebie i innych perfekcjonista <input type="checkbox"/> często przekłada ważne sprawy na późniejsze terminy
<b>Choleryk</b>	
<b>MOCNE STRONY</b>	<b>SŁABE STRONY</b>
<input type="checkbox"/> ukierunkowany na cel <input type="checkbox"/> ogarnia całość <input type="checkbox"/> dobry organizator <input type="checkbox"/> dostrzega praktyczne rozwiązania szybki w działaniu <input type="checkbox"/> rozdziela pracę <input type="checkbox"/> kładzie nacisk na wydajność <input type="checkbox"/> realizuje cele <input type="checkbox"/> dodaje innym bodźca <input type="checkbox"/> opozycja pobudza go do działania	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> ma kłopoty z uznaniem racji innych ludzi nie lubi przekazywać innym kontroli, <input type="checkbox"/> nie podporządkowuje się <input type="checkbox"/> wydaje spontaniczne sądy, oceny, często raniąc innych <input type="checkbox"/> nie jest skłonny udzielać emocjonalnego wsparcia innym ludziom
<b>Sangwinik</b>	
<b>MOCNE STRONY</b>	<b>SŁABE STRONY</b>
<input type="checkbox"/> inicjuje nowe formy aktywności <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> sprawia bardzo dobre wrażenie <input type="checkbox"/> twórczy i barwny <input type="checkbox"/> tryska energią i entuzjazmem <input type="checkbox"/> rozpoczyna w efektowny sposób <input type="checkbox"/> pobudza innych do współpracy <input type="checkbox"/> oczarowuje współpracowników	<input type="checkbox"/> problemy z dokończeniem zadań, zwłaszcza precyzyjnych i do wykonania w określonym terminie <input type="checkbox"/> nie umie odmawiać, w związku z tym często przyjmuje nadmiar obowiązków <input type="checkbox"/> często wypowiedź wyprzedza głębsze przemyślenia problemu <input type="checkbox"/> zapomina o różnych sprawach, jest niepunktualny <input type="checkbox"/> łatwo ulega emocjom

### Ćwiczenie 2. «Formuła temperamentu».

**Czas** – 10 min

**Cel:**

- określenie własnej formuły temperamentu.

**Słowo nauczyciela.** W każdym z ludzi występują cechy czterech typów temperamentu, jeden z nich wyrażony jest z nich silniej, a inne – słabiej. Dlatego będziemy mówić nie o temperamencie, a o strukturze temperamentu, która zawiera w sobie wszystkie typy.

**Instrukcja:** przed Wami kilka wypowiedzi. Waszym zadaniem jest wyrażenie zgody lub niezgody w stosunku do proponowanych wypowiedzi. System oceny w skali od 0 do 10. Wzrost punktów decyduje o większym przekonaniu.

Wypowiedzi.	Skala										
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Przed jakimś ważnym wydarzeniem zaczynam się denerwować.											
Pracuje nierównomiernie, zrywami.											
Szybko potrafię przestawić się z jednego zadania na inne.											
Jeśli zachodzi potrzeba, mogę spokojnie poczekać.											
Jest mi potrzebne wsparcie podczas niepowodzeń i porażek.											
W pracy z przeciętnymi jestem nieopanowany i wybuchowy.											
Jest mi łatwo podjąć wybór.											
Nie mogę opanować swoich emocji, jest to ode mnie niezależne.											
SUMA											

Podliczcie wagę każdego z temperamentów wg formuły:

$$M=1+5=$$

$$CH=2+6=$$

$$S=3+7=$$

$$F=4+8=$$

Teraz, zapiszcie odpowiednie symbole (literowe nazwy temperamentu) - M, CH, S, F - w kolejności zmniejszającej. Symbole z jednakowymi znaczeniami napiszcie jeden pod drugim.

**Komentarz nauczyciela.** Tym sposobem otrzymaliście formułę własnego temperamentu. Można go nazwać priorytetowym, dlatego, że zgodnie z otrzymaną formułą możemy dowiedzieć się, który z typów temperamentu jest dominujący w naszym charakterze. (Przykład. formuła **MCHSF** oznacza, że jego posiadacz w pierwszej kolejności charakteryzuje się melancholicznymi cechami dlatego też można go nazwać melancholikiem. Cechy pozostałe są tutaj wyrażone słabiej). Należy też zwrócić uwagę uczniów na to, że jednakowe formuły mogą charakteryzować różnych ludzi. Struktura temperamentu u dwóch osób może być jednakowa, powiemy, **MCHSF**, ale jeden posiada M =18 pkt., a drugi – 10 pkt. U pierwszego typ melancholiczny dominuje wyraźniej, u drugiego słabiej. Tak więc i drugie typy u różnych ludzi mogą też być różne.

### 3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 7 min.

**Mahatma Gandhi** — Wielka księga mądrości „*Lepiej nie ukrywać gwałtownego charakteru, jeśli taki posiadamy, niż stroić się w szatę opanowania, by ukryć bezsilność.*”

Pytania kontrolne skierowane do uczniów na zrozumienie tego, że żadne połączenie w formie priorytetowej nie należy uważać za oczywiste jako złe lub dobre. Lepiej byłoby użyć sformułowania na ile temperament człowieka jest zgodny z pracą, którą ten człowiek będzie wykonywał.

## **ZEMAT ZAJĘĆ 2. Świat emocjonalny: samoregulacja i opanowanie stresu.**

### **CZAS TRWANIA ZAJĘĆ – 45 min**

**CEL ZAJĘĆ:** uświadomienie własnego stanu emocjonalnego, stosunku do wyborów i jego wpływ na wybór zawodu.

### **PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ**

#### **1.MOMENT ORGANIZACYJNY. – 10 min**

**Wprowadzenie nauczyciela:** wybór zawodu wymaga wiedzy o samym sobie i o świecie zawodów oraz umiejętności zbudowanych na tych wiadomościach. Życie człowieka i jego działania zawsze budowane są nie tylko na wiadomościach, ale i na występujących stosunkach międzyludzkich a w tym i na emocjach. Przy ocenie dowolnego zawodu i dowolnego własnego działania często wypowiadamy słowa: «podoba się - nie podoba się», «chce - nie chce » itd. Często bywa i tak, że nie jesteśmy w stanie wypowiedzieć swojego stanu rzeczy na dany temat. Tak więc i w tym przypadku nasz stosunek wpływa na to, co my robimy, to o czym my mówimy. Dlatego poznanie własnych emocji, przyczyn ich powstawania, jest dla nas ważne bo tylko na tej podstawie możemy ich kontrolować i zmieniać w dowolnej życiowej sytuacji

#### **2. CZĘŚĆ GŁÓNA 30 min.**

**Ćwiczenie** «Rysunek projekcyjny».

**Cel:** uświadomienie i odzwierciedlenie przez uczniów swojego stanu emocjonalnego podczas wyboru zawodu.

Uczniom proponujemy indywidualnie, wykonanie rysunku na temat „ Emocje, które powstają u mnie, kiedy myślę o swoim wyborze zawodu” .Rysunek wykonują uczniowie ołówkiem na kartce papieru formatu (A-4). Do rysunku nie podajemy żadnych instrukcji. Jedyne tylko tyle, że rysunek może być schematyczny lub symboliczny.

Na wykonanie pracy przeznaczamy-10 min..

Na koniec pracy odbywa się omówienie, w procesie, którego uczniowie komentują swoje rysunki pod kątem wyrażonych emocji do wybieranego zawodu.

**Uwagi.** Nauczyciel kieruje dyskusję na zrozumienie roli pozytywnych i negatywnych emocji w działalności ogólnie, a w szczególności przy wyborze zawodu. Prócz tego tematem dyskusji może być omówienie przyczyn, występujących podczas komunikacji międzyludzkiej.

Nauczyciel powinien mieć na uwadze to, że rysunek jest odbiciem odniesień nie tylko w stosunku do wybieranego zawodu ale i do wyboru ogólnych poglądów, życiowej drogi lub też odbiciem podstawowych życiowych celów. (Informacja ta może być następstwem indywidualnych rozmów na ten temat z uczniem).

**Słowo nauczyciela.** Życie człowieka – to stała zmiana różnych emocji, to stały proces, tj. konieczność przystosowawcza. W życiu doświadczamy stresów o różnym natężeniu w dowolnej sytuacji. W chwili obojętności, snu, stopień ten jest niski, chociaż nigdy nie jest równy zeru ( to oznaczało by śmierć)..

### Ćwiczenie «Niedokończone zdania».

Czas – 20 min

Spróbujcie dokończyć frazę: «Przeżywam silny stres, kiedy....»

Przy omówieniu tego ćwiczenia należy zwrócić uwagę na porównanie wielkości warunku «silny stres» i sytuacji (emocji), które proponują uczniowie.

Uczniom proponujemy wykonać test samooceny odporności na stres.

**Instrukcja.** Proponujemy kwestionariusz z niżej podanymi utwierdzeniami. Zakreślcie kółkiem ten wariant odpowiedzi w każdym z proponowanych pytań, który do was pasuje. Im bardziej będzie szczerą odpowiedzią, tym bardziej dokładny rezultat badania.

Utwierdzenia	Rzadko	Czasami	Często
1. Myślę, że mnie nie doceniają w grupie	1	2	3
2. Staram się pracować, także kiedy jestem chory	1	2	3
3. Ja wciąż denerwuje się jakość wykonania swojego zadania.	1	2	3
4. Bywa, że jestem agresywny	1	2	3
5. Nie lubię krytyki pod swoim adresem	1	2	3
6. Bywam rozdrażniony	1	2	3
7. Staram się być liderem, tam gdzie jest to możliwe	1	2	3
8. Uważają mnie za człowieka wytrwałego i nieustępliwego	1	2	3
9. Cierpię na bezsenność	1	2	3
10. Swoim nieprzyjaciołom mogę dać odpór	1	2	3
11. Z powodu nieprzyjemności choruję i przeżywam to emocjonalnie	1	2	3
12. Brak mi czasu na odpoczynek	1	2	3
13. Wchodzę w konflikty	1	2	3
14. Nie mam władzy abym mógł się realizować	1	2	3
15. Nie starcza mi czasu na ulubione zajęcia	1	2	3
16. Wszystko wykonuję szybko	1	2	3
17. Buduje się u mnie strach, przed niedostaniem się do szkoły lub na wyższą uczelnię	1	2	3
18. Działam szybko i porywczo a potem przeżywam swoje postęпки	1	2	3

Następnie: podliczcie sumę punktów, które wybraliście, i określcie, własny stopień odporności na stres

Sumaryczna ilość punktów	Stopień odporności na stres
51-54	1 – bardzo niski
53-50	2 – niski
49-46	3 – niżej średniego
45-42	4 – trochę niżej średniego
41-38	5 – średni
37-34	6 – trochę wyżej średniego
33-30	7 – wyżej średniego
29-26	8 – wysoki
25-18	9 – obardzo wysoki

Im mniejsza liczba (liczba sumaryczna) punktów, tym mniejszy stopień odporności na stres i na odwrót im większa liczba punktów, tym większy stopień odporności na stres.



**Słowo nauczyciela.** Każdy człowiek jest w stanie panować nad swoimi emocjami a przez to umieć wpłynąć na osłabienie stanów stresowych.

**Samoregulacja** – termin rozumiany może być w różny sposób. Najdogodniej jest przyjąć rozumienie w znaczeniu szerszym. W tym przypadku oznaczać ona będzie wysiłek człowieka w celu zmiany własnych reakcji w odniesieniu do:

- (1) działań
- (2) myśli
- (3) uczuć
- (4) pragnień

Zaburzenie samoregulacji oznaczać może, że jest ona:

**niewystarczająca** (*underregulation*)

**niewłaściwa** (*misregulation*)

**nadmierna** (*overregulation*)

Z samoregulacją związane są **standardy**. Jednostka może ich nie posiadać, mogą też być one słabo określone. Mogą również być w stosunku do siebie sprzeczne, rozbieżne. Sytuacje te w stopniu znacznym zaburzają samoregulację. W pierwszym przypadku, dlatego, że nie ma do niej podstaw, w drugim z powodu wewnętrznego konfliktu, który utrudnia dokonanie samooceny – co potwierdzają badania (Emmons, King, 1988; Van Hook, Higgins, 1988; Maphet, Miller, 1982; za: Baumeister, Heatherton, Tice, 2000, s. 27-28).

A teraz stworzymy ogólną skarbnicę przykładów przewyciężenia naszych nieprzyjemnych przeżyć.

Uczniowie mówią, nauczyciel zapisuje wszystkie wypowiedzi na tablicy.

**Źródłowa refleksja zajęć** – analiza słów

*„Bacz na twoje myśli, albowiem te staną się słowami*

*Bacz na własne słowa, albowiem zmienią się w działanie*

*Bacz na to jak działasz, albowiem z działania rodzą się przyzwyczajenia*

*Bacz na twe przyzwyczajenia, albowiem tworzą twój charakter*

*Bacz na swój charakter, albowiem ten będzie twoim przeznaczeniem!”*

Talmud

### 3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 10 min.

**Uwagi dla nauczyciela.**

Można na tym etapie dać każdemu uczniowi afirmacje dla regulacji równowagi duchowej i zaproponować by powiesili sobie w domu w miejscu swojej pracy ( nad biurkiem, obok stolika, na którym odrabiają lekcje itp.)

Zasady psychicznej regulacji na każdy dzień ( afirmacje ):

- 1. Ja ..... lubię siebie i akceptuję swoje działania.**
- 2. Ja ..... z łatwością się wypowiadam i potrafię wyrazić swoje zdanie.**
- 3. Ja ..... jestem pracowity i dobrze zorganizowany.**
- 4. Ja ..... mam dobrą pamięć i potrafię logicznie myśleć.**
- 5. Ja ..... potrafię skutecznie porozumiewać się z innymi ludźmi.**
- 6. Ja ..... zasługuję na miłość i szacunek.**
- 7. Ja ..... potrafię osiągać cele jakie sobie stawiam.**

## TEMAT ZAJĘĆ 3. Zdolności, zainteresowania, zamiłowania.

### ZELE ZAJĘĆ:

- zaznajomienie z pojęciami: zdolności, zainteresowania, predyspozycje;
- pomoc w określeniu zawodowych zainteresowań i predyspozycji.

**CZAS TRWANIA ZAJĘĆ – 45 min**

### PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ

1.MOMENT ORGANIZACYJNY. – 10 min

Wprowadzenie nauczyciela: postawienie problemu, ukierunkowanie na pracę.

**Zapis na tablicy:** «O swoich zdolnościach człowiek może dowiedzieć się próbując ich wykorzystać»

Seneka Młodszy.

2. CZĘŚĆ GŁÓNA 25 min.

**Ćwiczenie** «Moje zainteresowanie».

**Cel:** zwiększyć aktywność uczniów w samopoznaniu.

Ćwiczenie wykonujemy pisemnie. Proponujemy uczniom wypełnienie tablicy, składającej się z bloków «zainteresowanie-zawód- niezbędne kroki». Uczniowie Piszą swoje zainteresowania niezależnie od tego czy są realne czy też nie realne. W ten sposób uzyskujemy maksymalnie szeroki wachlarz zainteresowań.

Co jest dla mnie interesujące lub co powinienem robić?	W jakim zawodzie ja mogę to osiągnąć (mogę się tym zająć) ?	Co muszę w sobie rozwinąć aby móc wykonywać ten zawód?
--	---	--

Następnie, kiedy tablica będzie wypełniona, uczniowie głośno wypowiadają rezultaty.

**Słowo nauczyciela:** słowa zainteresowania, zdolności, predyspozycje dla Was są już znane, one są stałe na słuch. Przed tym, jak my zajmiemy się naukowym znaczeniem tych pojęć, proponuje Wam wspólnie przerobić jedno z nich, np.; zainteresowania. Na tablicy nauczyciel pisze termin «zainteresowanie» i prosi uczniów o jego skojarzenia, które także wypisuje na tablicy.

rozum  
pobudzenie  
umiejętności  
wybór  
**zainteresowanie**  
hobby  
pasjonowanie się czymś  
pragnienie wykonywania czegoś  
dowolne predyspozycje

**Wniosek:** komentarz przedstawionego na tablicy. Przejdźcie do przestudiowania terminów.

**Ćwiczenie** «Terminologia».

**Cel:** ukształtowanie aparatu pojęciowego na dany temat.

Praca z pojęciami:

- zdolności, zainteresowania, predyspozycje;
- « zainteresowania zawodowe », « predyspozycje zawodowe ».

### Ćwiczenie «Ja umię. Chcę się nauczyć»

#### Cele:

- podejście do sformowania adekwatnej samooceny;
- aktywizacja samorozwoju.

Uczniom proponujemy wypełnienie ćwiczenia, zapelniając tabelę na tablicy.

Proponujemy wykonanie ćwiczenia wg. Wzoru przez podanie 3 cech.

Umie dobrze wykonać ( zrobić )	To pomoże mi przygotować się do	Chce nauczyć się wykonać ( zrobić )	To jest mi potrzebne, aby ...
...	...	...	...
...	...	...	...
...	...	...	...

### 3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 10 min

**Sedno zajęć.** Propozycja przeczytania na głos wypowiedzi zapisanych w tabeli.

## TEMAT ZAJĘĆ 4. Diagnostyka zawodowych zainteresowań.

CEL ZAJĘĆ: określenie przez uczniów zawodowych predyspozycji.

CZAS ZAJĘĆ – 45 min

### PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ

1.MOMENT ORGANIZACYJNY. – 10 min

**Wprowadzenie nauczyciela:** zaktualizowana terminologia na temat «Zdolności, zainteresowania, predyspozycje».

Zapis na tablicy: «Kiedy niezaspokojone są potrzeby, żyć jest trudno; kiedy nie otrzymują jedzenia zainteresowania albo ich nie ma – żyć jest smutno» M. Ericsson Większość wielkich ludzi – uczonych, pisarzy, kompozytorów, malarzy – już od dzieciństwa przejawiali zainteresowania i predyspozycje do nauki, muzyki, literatury ...Ale zainteresowania ich nie rodziły się z niczego. Na formowanie zainteresowań wpływało otaczające ich środowisko wychowanie i wykształcenie. W proponowanych zajęciach zajmiemy się zainteresowaniami a przede wszystkim zainteresowaniami zawodowymi.

2. CZĘŚĆ GŁÓNA 25 min.

### Ćwiczenie

Dla określenia własnych zainteresowań zostanie wykorzystany kwestionariusz metody «Mój profil».

**Instrukcja.** Czy podoba się Tobie robić to, o czym mowa poniżej w kwestionariuszu? Jeśli tak, to na blankiecie odpowiedzi obok numeru z pytaniem postawie plus. Jeśli się nie podoba, postaw – minus. Jeśli masz wątpliwości, postaw znak zapytania. Im bardziej odpowiedzi będą szczere, tym dokładniejszy będzie wyniki.

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

Podoba się mi...

1. Dowiadywać się o odkryciach w dziedzinie matematyki i fizyki.
2. Oglądać audycje o życiu roślin i zwierząt.
3. Wyjaśniać budowę urządzeń elektrycznych.
4. Czytać literaturę popularno-naukową , techniczną.
5. Oglądać audycje o życiu ludzi w różnych krajów.
6. Bywać na wystawach, koncertach, spektaklach.
7. Omawiać i analizować wydarzenia z kraju i ze świata..
8. Obserwować pracę służby zdrowia.
9. Dbać o porządek i przyjemny wygląd w pomieszczeniach.
10. Czytać książki, oglądać filmy o treści batalistycznej
11. Zajmować się obliczeniami i wyliczeniami .

12. Śledzić informacje z zakresu odkryć z dziedziny chemii i biologii.
13. Naprawiać elektronarzędzia domowe .
14. Zwiedzać wystawy postępu naukowo technicznego.
15. Uczestniczyć w wyprawach i obozach turystycznych.
16. Czytać recenzje książek , filmów, sztuk teatralnych.
17. Uczestniczyć w życiu szkoły, miasta, gminy.
18. Pomagać innym w odrabianiu lekcji.
19. Samodzielnie wykonywać prace domowe.
20. Przestrzegać reżim dnia, prowadzić zdrowy tryb życia.
21. Przeprowadzać doświadczenia z zakresu fizyki.
22. Troszczyć się o zwierzęta i rośliny.
23. Czytać artykuły o treści elektronicznej i radiotechnicznej.
24. Zbierać i reperować zegarki, naprawiać rowery i skutery.
25. Kolekcjonować minerały i kamienie.
26. Prowadzić pamiętnik, pisać wiersze i opowiadania.
27. Czytać biografie wybitnych polityków, książki historyczne.
28. Bawić się z dziećmi, pomagać odrabiać lekcje młodszym.
29. Robić zakupy, pomagać prowadzić rozliczenie rachunków domowych.
30. Uczestniczyć w obozach wojskowych i terenowych.
31. Pasjonować się fizyka lub brać udział w kółku zainteresowań.
32. Interesować się zjawiskami przyrodniczymi.
33. Zbierać i naprawiać komputery.
34. Zajmować się rysunkiem technicznym, grafika w tym i komputerową.
35. Uczestniczyć w wycieczkach geograficznych i geologicznych.
36. Opowiadać przyjaciołom o filmach i przeczytanych książkach .
37. oglądać programy o tematyce gospodarczej i politycznej.
38. Troszczyć się o chore dzieci lub osoby.
39. Szukać dróg do zarobienia pieniędzy i zarabiać je.
40. Zajmować się sportem lub być członkiem ekipy sportowej .
41. Brać udział w olimpiadach matematycznych lub fizycznych.
42. Wykonywać doświadczenia z zakresu chemii lub biologii.
43. Orientować się w budowie urządzeń elektrycznych.
44. Naprawiać urządzenia mechaniczne.
45. Z łatwością orientować się na mapie geografii świata.
46. Uczestniczyć w koncertach i występach artystycznych.
47. Studiować politykę i ekonomie innych państw.
48. Interesować się anatomia człowieka i leczeniem.
49. Pomagać swoimi oszczędnościami rodzicom i rodzeństwu.
50. Uczestniczyć w zawodach sportowych.

Podliczcie ilość plusów w każdej z 10 kolumn. Dziesięć kolumn – to dziesięć możliwości ukierunkowań na zawód:

- 1 – fizyka i matematyka;
- 2 – chemia i biologia;
- 3 – radiotechnika i elektrotechnika;
- 4 – mechanika i konstrukcje;
- 5 – geografia i geologia;
- 6 – literatura i sztuka;
- 7 – historia i polityka;
- 8 – pedagogika i medycyna;
- 9 – przedsiębiorczość i gospodarstwo domowe;
- 10 – sport i wojsko.

**Interpretacja danych.** Im wyższy punkt w kolumnie, tym większe Wasze zainteresowanie odpowiednimi przedmiotami w obrębie Waszej działalności. Maksymalny punkt – 5 – jasno mówi o zainteresowaniach przedmiotem lub rodzajem działań. Im niższy punkt, tym słabsze zainteresowanie. Jeżeli suma punktów ani w jednej kolumnie nie jest większa od 2, oznacza to, że Wasze zainteresowania są jeszcze nieskrystalizowane.

### 3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 10 min.

#### **Omówienie rezultatów.**

#### **Źródłowa refleksja zajęć:**

- zgodnie z otrzymanymi rezultatami, osądźcie czy można kierować własnymi zainteresowaniami a zainteresowaniami innych ludzi ?;
- odpowiedzcie na pytanie, czy zainteresowania rozwijają się w konkretnych, realnych pracach?.

## TEMAT ZAJĘĆ 5. Od zainteresowań do wyboru.

### CELE ZAJĘĆ:

- stymulacja samopoznania poprzez aktywne formy pracy;
- aktywizacja samorozwoju.

**CZAS ZAJĘĆ – 45 min.**

### PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ

#### 1. MOMENT ORGANIZACYJNY. – 8 min

Wprowadzenie nauczyciela do metody pracy treningowej. Podanie zasad treningu.

**Ćwiczenie** «Podobne i niepodobne».

**Cel:** aktywizacja samopoznania.

Nauczyciel zaprasza do koła jednego ucznia na podstawie podobieństwa do siebie (podobieństwo dowolnych wewnętrznych cech osobowości, podając podobieństwo).

Uczeń wybrany w ten sam sposób dobiera do siebie kolegę. Tak do okręgu wchodzi wszyscy uczniowie.

Ostatni uczeń zaczyna kolejno w sposób odwrotny, wyszukiwać wewnętrznych cech innych od siebie u dowolnego ucznia. Uczeń wybrany opuszcza koło i siada w ławce i dobiera do siebie następnego z koła z cechami przeciwnymi i tak kolejno następny, aż ostatni uczeń wraca do ławki.

Krótkie komentarz do ćwiczenia – podobieństwa i różnice cech osobowych

#### 2. CZĘŚĆ GŁÓNA 20 min.

**Ćwiczenie** «Stopień roszczeń». 12 min

**Cel:** aktywizacja samopoznania

Każdy uczeń przygotowuje 4 prostokąty o wymiarach 10 x 3 cm z komórkami 1 cm<sup>2</sup> (4 kratki).

SR – stopień roszczeń, SO – stopień osiągnięć.

**Instrukcja.** Pomyślcie ile «plusików» możecie narysować w pierwszym kwadracie wciągu 10 s. Liczbę plusów wpiszcie obok tablicy Nr (SP1=...).

Teraz po sygnale rysujemy «plusiki» (10 s).

Podliczcie pluski i zapiszcie obok tablicy Nr 1 (SO 1=...).

Zapiszcie rezultat Waszego rysowania «plusików», pomyślcie, ile ich narysowaliście w drugiej tabeli, pokażcie sumę (SR 2=...). Wg źródła zapiszcie rezultat (SO 2=...).

Procedura podobna w tabeli 3 i 4. Czas wypełnienia 3 ćwiczenia – 8 s (dla sztucznego stworzenia sytuacji niepowodzenia).

Stopień pretensji obliczamy ze wzoru:

$$SR = (SR\ 2 - SO\ 1) + (SR\ 3 - SO\ 2) + (SR\ 4 - SO\ 3)$$

Rezultaty:

3,1 i wyżej – bardzo wysoki stopień roszczeń (człowiek działa ponad siły);

Od 1 do 3 – wysoki stopień roszczeń (stopniowo dąży do polepszenia rezultatów);

Od -1,4 do 0,99 – umiarkowany stopień roszczeń (rozwiązuje stawiane zadania, ale nie stara się o ich polepszenie);

Od -1,5 i niżej – niski stopień roszczeń (stawia zbyt łatwe cele).

**Refleksja:** do czego może przywieść wysoki /niski stopień roszczeń w zawodowym planie?.

**Ćwiczenie** «Ważne cechy zawodowe». 10 min

Cel: aktywna analiza na temat ważnych cech przydatnych w zawodzie.

Uczniowie dzielą się na drużyny. Wybieramy przedmiot zawodowej działalności (jednakowy dla wszystkich drużyn): człowiek, informacja, technika, sztuka, zwierzęta i rośliny, produkty, wyroby, bogactwa naturalne. Zadanie – w ciągu 3 minut drużyny winny zapisać jak najwięcej cech, charakterystyk człowieka, wykonującego wybrany przedmiot pracy.

**Prezentacja pracy uczniów.** Omówienie rezultatów oraz wybieramy drużynę z najbardziej adekwatnymi charakterystykami.

**Ćwiczenie** «Ja dzisiaj /Ja za 10 lat». 10 min.

Cel: porównanie obrazu «Ja» i zawód.

Uczniowie wykonują 2 rysunki: «ja teraz» i «ja za 10 lat». W rysunku «Ja za 10 lat» niezbędnym jest ukazanie zawodu, w którym zamierzamy pracować w przyszłości.

**Prezentacja rezultatów.** Słowo nauczyciela: «Wyobraźcie siebie w przyszłości.

Osiągnęliście określone sukcesy. Jaki? Jaki jest obszar Waszych zawodowych zainteresowań? Co pozwoliło Wam osiągnąć taki wynik?»

3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 5 min.

**Źródłowa refleksja zajęć:**

- co zauważyliście w toku wypełnienia zadań?
- czego doświadczyliście w czasie wypełniania zadań?
- jak oceniacie swoją gotowość do następnych zadań



## Blok 2. « Mój wybór » (5 godzin)

### TEMAT ZAJĘĆ 1. Człowiek wolnego społeczeństwa.

#### CELE ZAJĘCIA:

- ukształtowanie pojęciowego aparatu;
- ukształtowanie obywatelskiej postawy;
- rozwój analitycznego myślenia u uczniów.

**CZAS ZAJĘĆ – 45 min.**

#### PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ

1. MOMENT ORGANIZACYJNY. – 10 min

**Wprowadzenie nauczyciela:** postawienie problemu.

Zapis na tablicy: *«Człowiek wolny to ten, któremu w tych rzeczach, jakie przy swojej sile i swoim dowcipie jest on zdolny uczynić, nic nie przeszkadza, by czynił to, co ma wolę czynić.»*. T.Hobbesa

Przedyskutujcie z uczniami cytaty filozofa Tomasa Hobbesa pod kątem pojęcia wolności człowieka „**Historia Rzeczypospolitej Szlacheckiej dla klas gimnazjalnych**”: Autor: Przemysław Muszyński:

1. Uczniowie pracują samodzielnie, zapisują na kartkach główne myśli, swoje poglądy, ważne cechy człowieka wolnego.
2. Z proponowanych w procesie dyskusji ważnych dla człowieka życiowych wartości z punktu widzenia obywatelskiej postawy, wybieramy 4-5. Wśród nich mogą się znaleźć: wolność, odpowiedzialność, wolny wybór inne. Dane pojęcia staną się w dalszej fazie następnych zajęć kluczowymi, dlatego też winny być zaakcentowane w procesie wstępnych zajęć

2. CZĘŚĆ GŁÓNA 25 min.

**Ćwiczenie 1** .Praca w grupach na określenie życiowych wartości 15 min

Uczniów dzielimy na 3 grupy. Każda grupa otrzymuje opis sytuacji, gdzie jest mowa o życiowych wartościach, postawach. Uczniowie mają za zadanie określić, o jakiej postawie jest mowa, przedstawionej sytuacji.

#### Przykłady:

*«Przyglądając się przeszłości ludzkość nie może być z siebie dumna. Miliony ludzi było uśmiercanych z przyczyn religijnych. Czasami kryły się za nimi także przyczyny społeczne, czasami nacjonalistyczne, a czasem rzeczywiście tylko powody doktrynalne. Zawsze w takich zachowaniach religia odgrywała znaczącą rolę.»*. (wolność, wolność wyznania, nietolerancja ).

*«Pokazuj dziecku konsekwencje jego czynów. Na przykład twój syn ma w pokoju straszny bałagan. Rano, kiedy wstaje, pyta cię: „Mamo, nie widziałas mojego stroju na wf.?” . Zamiast rzucać się na ratunek, ze spokojem odpowiedz: „Nie dziwię się, że w tym bałaganie niczego nie możesz znaleźć”. Synek próbuje odegrać komedię: „Ale mamo, jak nie znajdę tego stroju, dostanę jedynekę”. Ty ze spokojem: „No tak, a jak dostaniesz jedynekę, to nici z imprezy u Wojtka, pamiętasz, tak się umawialiśmy”»*. (odpowiedzialność, konsekwencje za swoje czyny).

*Taki obraz świata od dawna nie podobał mi się i po wielu eksperymentach i potknięciach doprowadziłem do sytuacji, kiedy żyję według zupełnie innego paradygmatu. Moje aktualne podejście, jak każde inne ma swoje wady i zalety, nie zamierzam też nikogo do niego namawiać. Piszę o nim tylko dlatego, że być może komuś z Was może przydać się przykład, że coś takiego w ogóle jest w praktyce możliwe.»* . (wybór, wolny wybór).

**Ćwiczenie 2.** Analiza wartości – praca w grupach. 10 min.

Uczniowie kontynuują prace w grupach tak jak w poprzednim ćwiczeniu. Przed nimi stawiamy zadanie - przeanalizować w ciągu 10 min. wybrane pojęcia ( wartości )wg poniższego schematu:

Znajdźcie określenia w słowniku;

Jakie jest znaczenie pojęcia dla jednostki ludzkiej a jakie dla ludzkości?

W jaki sposób można przedstawić dane pojęcie w formie rysunku, symbolu, itp.?

Jak może brzmieć hasło z użyciem tego pojęcia?

Pod koniec każda grupa przy pomocy lidera grupy prezentuje swoją pracę..

3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 5 min

**Źródło refleksji zajęć:**

- dlaczego właśnie te wartości ukazane są w cechach najbardziej wartościowych dla wolnego człowieka ?
- co jest wspólne a co inne w analizie tych pojęć?

## TEMAT ZAJĘĆ 2. Uczymy się budować stosunki międzyludzkie.

### CELE ZAJĘĆ:

- kształtowanie u uczniów wzajemnych stosunków do siebie, niezbędnych norm i praw oraz rozumienia konsekwencji ich naruszania ;
- formowanie umiejętności przyjmowania działań indywidualnych i grupowych, dokonywanie wyborów w konkretnych sytuacjach.

**CZAS ZAJĘĆ – 45 min.**

### PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ

1.MOMENT ORGANIZACYJNY. – 3 min

**Wprowadzenie nauczyciela:** ukierunkowanie pracy na temat.

Zapis na tablicy: «W obecności przyjaciół ludzie potrafią lepiej myśleć i działać.».

Arystoteles — Wielka księga mądrości

2. CZĘŚĆ GŁÓNA 36 min.

**Ćwiczenie- gra** «Narysuj budynek».czas 10 minut

Uczniów dzielimy na grupy. Każda z grup wybiera malarza - przewodnika grupy.

Malarz-przewodnik grupy ma za zadanie narysować budynek.

Malarz grupy przystępują do pracy . Nauczyciel po upływie 2 minut przerywa grę i prosi zacząć rysunek jeszcze raz od początku gdyż jego zdaniem artyści popełnili błędy. Tak w ciągu 6 minut przerywa grę kilka razy wyszukując coraz to nowe błędy. Błędami przykładowymi mogą być: mały wymiar budynku, źle rozmieszczone okna, nie taki dach, itp.

W końcowej fazie gry nauczyciel daje dokończyć rysunek z omówieniem, że i tak żadna z grup nie wykonała zadania prawidłowo, gdyż dom miał być parterowy ( pretensje stawiane grupom winny wynikać z rysunku ).

**Refleksja:**

- z jakim problemem zetknęliście się podczas wykonywania rysunku?
- co odczuwaliście wykonując ten rysunek? Czy odczucia były zmienne w przeciągu całej pracy?
- dlaczego gra była nieudana?
- co nie zostało zrobione na początku gry?

**Słowo nauczyciela:** podsumowanie i objaśnienie problemu: gra bez zasad nie może być udana, co świadczy to o tym, że należy ustalić reguły gry. Tak więc problem rodzi się w stosunkach międzyludzkich wówczas, gdy brak jest umowy, co doprowadza do konfliktu i łamania ogólnie przyjętych norm .

**Ćwiczenie** «Porozumieć się czy nie» 10 min

Uczniowie pracują w małych grupach wypełniając zadanie pisemnie. Algorytm pracy:

Krok 1. Przeanalizować z grupą następujące pytania:

O co ludzie mogą się umawiać?

Dlaczego ludzie życzą sobie umów ( porozumień)?

Jakie są następstwa zawarcia umowy? A jakie mogą wystąpić przy braku umowy?

Krok 2. Zestawienie rezultatów w tabeli.

O co ludzie mogą się umawiać	Następstwa	
	Jeśli mogli by się porozumieć, to...	Jeśli nie mogli by się porozumieć, to...
Jak spędzą czasu wolny	Czas wolny spędzili miło i sympatycznie	Czas wolny spędzili smutnie i w samotności
Na zakupy	Udane zakupy	Zakupów brak
.....	.....	.....

Krok3. Przeanalizujcie tablicę i i podajcie wnioski.

Prezentacja pracy grupy. Analiza rezultatów i ogólny wniosek.

**Ćwiczenie «Zasady i normy» 8 min.**

Uczniowie kontynuują prace w małych grupach. Każda z grup otrzymuje zadanie opracowanie oddzielnych zasad (3-4 regulamin -tezę) dla wybranych sytuacji:

- zasady gry;
- zasady komunikacji w grupie;
- zasady komunikacji z rodzicami;
- zasady komunikacji indywidualne;
- zasady korzystania z komunikacji (np. w pociągu itp. )

Prezentacja grup. Omówienie rezultatów zgodnie z pytaniami:

Dlaczego ludzie łamią zasady a tym samym prawo?

Czy można naruszyć prawo z ważnych przyczyn? Jakich i kiedy?

Jeśli zasada się nie podoba, podporządkować się mu lub nie?

**Ćwiczenie «My wybieramy – ja wybieram?!» 8 min.**

Nauczyciel proponuje uczniom przeanalizowanie problemu kolektywnego i indywidualnego wyboru. Wybór dotyczy uzgodnienia wyjazdu z klasą **do teatru lub na wycieczkę turystyczną**. Uczniowie pracują w małych grupach, dokonując wyboru z podaniem argumentów.

Następnie, kiedy wszystkie grupy wypowiedziały swoje poglądy, klasa powinna przyjąć jedna z wybieranych propozycji.

3.PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 6 min.

**Refleksja:**

- czy ktoś w klasie ma inne zdanie na temat uzgodnionego wyjazdu ? Podaj swoje zdanie? Co w tym momencie czujesz?
- co było istotą Twojego osobistego wyboru?
- jakiemu wyborowi człowiek powinien oddać pierwszeństwo – kolektywnemu czy osobistemu?
- o czym należy pomyśleć za każdym razem, przyjmując postanowienie, dokonując wyboru?

Zaakcentowanie: człowiek musi sam decydować co jest dla niego najważniejsze.

Powinien jednak brać pod uwagę zdanie innych, ale dokonywać wyboru musi sam, gdyż każdy wybór, pociąga za sobą odpowiedzialność.

### **TEMAT ZAJĘĆ 3. Mój wybór: psychologiczne aspekty wyboru .**

**CEL ZAJĘĆ:** kształtowanie zrozumienia pojęcia własnego zawodowego wyboru i przyjęcie osobistej odpowiedzialności w zawodowym samookreśleniu.

**CZAS ZAJĘĆ – 45 min.**

#### **PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ**

1.MOMENT ORGANIZACYJNY. – 20 min

**Wprowadzenie do tematu:** psychologiczna istota zawodowego samookreślenia (od 15-20 minut). Nauczyciel skupia uwagę uczniów na tym, że istotą danych zajęć , jest dostarczenie informacji o sobie, życiowych celach, na podstawie, których dokonujemy osobistych wyborów jako jednostka. Dyskusja tutaj winna być nakierowana na psychologiczne aspekty wyboru zawodu jako przebieg w czasie.

Zaczynamy od pojęcia «zawodowej drogi». Istnieje pogląd, że wybierając zawód człowiek wybiera sobie jeszcze i obraz życia. (Razem z uczniami przerabiamy przykłady: aktor-.....; lekarz-.....; adwokat-..... itp.). W ten sposób, dyskusja prowadzona jest nie tylko o wyborze zawodu, ale i o prognozowaniu życiowej perspektywy.

Jeśli analizujemy życie człowieka, to możemy stwierdzić, że podobne jest ono jedno do drugiego: rodzimy się, uczymy się i to od pierwszych dni aż do samej starości, przyjaźnimy się, zakładamy rodzinę, pracujemy w danym zawodzie, odchodzimy na emeryturę itp. W ten sposób, życie każdego człowieka składa się, z jednej strony ze standaryzowanych zdarzeń, a z drugiej strony- z indywidualnych, które są przypisane tylko do danej jednostki.

Do standaryzacji zdarzeń każdy człowiek odnosi się w różny sposób. Dla przykładu gdybyśmy zapytali dorosłych, dlaczego wybrali tę lub inną pracę, odpowiedzi będą różne: «Nie było w tym momencie większego wyboru», «Rodzice kazali», «Kolega poradził», «Z moim wykształceniem jest trudno» itp.

Spróbujemy przeanalizować przyczyny takiego powiedzenia , które często pojawia się przy wyborze zawodu «Bardziej nie było dokąd odsunąć się». Tak mówią zasadniczo ci, którzy nie analizują sytuacji i nie zbierają wiadomości (informacji) o możliwości wykorzystania własnych sił. Tylko człowiek, władający pełną informacją, może przyjąć realne działanie. Dlatego każdemu z Was przy wyborze zawodu potrzebna jest szeroka informacja po pierwsze, o świecie zawodów: jego sferach, prawach, rynku pracy, po drugie, specyficzna: jakie obszary działalności odpowiadają zainteresowaniom, predyspozycjom, możliwościom, i po trzecie, co należy dokonać by urealnić wybór. W ten sposób, doszliśmy do struktury zawodowego wyboru i pierwszego fundamentalnego kroku – niezbędnych informacji.

**Fraza** «Już nie było dokąd pójść » mówi o pasywności odniesień człowieka do swojego losu .

Człowiek taki nie czuje się gospodarzem swojego życia, nie ceni siebie jako osoby. Należy przyswoić sobie jedno: człowiek nie ceni siebie, jeśli nie czuje własnej autonomii.

Czym jest **autonomia, samostanowienie, niezależność?**

**Autonomia** = możliwość stanowienia norm samemu sobie, samodzielność prawna.

**Autonomia – to drugi «fundament» struktury wyboru zawodu.**

Od stopnia autonomii zależy umiejętność podejmowania działań. Wybór zawodu – to działanie, które podejmuje człowiek. Podejmując działanie, człowiek wybiera drogę dalszego rozwoju a tym samym wybiera obraz życia. Wybierając działanie, człowiek również bierze na siebie odpowiedzialność za swój wybór.

**Umiejętność podjęcia działania – to trzeci «filar» struktury.**

Życie człowieka – to nieprzerwany proces. Każdy teraźniejsza chwila – rezultat już naszego minionego ale i on obowiązkowo wpływa na przyszłość. Dlatego nie należy rozpatrywać wybór zawodu jako coś oddzielnego. Podejmując działanie, analizujemy przeszłość ale również patrzymy w przyszłość tj. wybieramy plan działania . W świecie cywilizowanym istnieje termin «planowanie życia, planowanie drogi zawodowej».

W ten sposób, dochodzimy do **czwartego «filara» umiejętności planowania.**

**Ostatni, piąty «filar» , to emocjonalne nastawienie do wyboru.** Jaką barwę wypowiedzi niesie nasza fraza « Już nie było dokąd pójść »? Przygnębienia czy obojętności. Strachu przed wyborem czy obojętności przeszkadzające w adekwatnym wyborze.

## 2. CZĘŚĆ GŁÓNA 15 min.

**Ćwiczenie** «Plusy, minusy, ciekawie»

Uczniowie wypełniają ćwiczenie indywidualnie w formie pisemnej, wypełniając tablicę «Ocena zawodu». Proponujemy aby każdy uczeń wybrał dla siebie najbardziej ciekawy zawód. Jeśli nie może wybrać zawodu, to może wybrać zainteresowanie, pasję.

Nr	Plusy	Minusy	Ciekawie
1			
2			
3			
.....			

**Instrukcja.** Zapiszcie w pierwszej kolumnie jak najwięcej plusów, które u Was się pojawiają, jeśli otrzymacie ten zawód. W drugiej kolumnie postawcie jak najwięcej minusów występujących w tym zawodzie. W trzeciej kolumnie zapiszcie jak można najwięcej ciekawego ( interesującego ) (np, jak będę żył kiedy otrzymam ten zawód, kim będą moi koledzy w pracy, jak będę się ubierał, czy będę zamożny, itp.). Postarajcie się aby w każdej kolumnie było co najmniej 5 informacji  
Po zakończeniu pracy, każdy z uczestników odczytuje swoje rezultaty.

## 3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 10 min.

**Źródłowa refleksja zajęć:**

- czy łatwo było wykonać to zadanie? Co przy tym odczuwaliście?
- jakie «filary» struktury wyboru zawodu utkwily w Waszej wyobraźni? Nad którymi musicie jeszcze popracować?
- co nowego dowiedzieliście się o wyborze zawodu, analizując „ja” z pozycji plusów i minusów w swoim życiu ?
- do czego mogą posłużyć zdobyte wiadomości w przyszłości?

## TEMAT ZAJĘĆ 4. Wpływ innych na mój wybór: błędy wyboru.

**CEL ZAJĘĆ:** analiza typowych błędów popełnianych przy wyborze zawodu.

**CZAS ZAJĘĆ – 45 min.**

### PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ

#### 1. MOMENT ORGANIZACYJNY. – 15 min

**Słowo nauczyciela:** aktualizacja poznanych wiadomości z poprzednich zajęć (akcent na znaczenie urzeczywistnień własnego wyboru, w tym na wybór zawodu, i osobistą odpowiedzialność za dokonany wybór).

**Zapis na tablicy:** «Każdy sam wybiera zawód i sam powinien się pomylić, żeby zrozumieć swoje błędy. Nikt nie jest w stanie rozwiązać za nas problem, ani psycholog, ani rodzice ....»

W sformułowaniu tematu założone są dwie kluczowe pozycje wyboru: wpływ innych i błędy wyboru. Przeanalizujemy ich razem.

Uściślenie słowa «błąd» w zawodowym planie i jego cena. Błąd w pracy: piekarz – problemy z klientami; sprzedawca – problemy z klientami + problemy z właścicielem, wady towaru; chirurg - ..... itp.

Jaka jest przyczyna takich błędów? Błędy przy wyborze zawodu mogą pojawić się, jeśli człowiek nie oparł swój zawód o filary „wyboru przedstawionych w przerobionym materiale, i dokonuje wyboru bez przemyślenia.

Błędy przy wyborze zawodu mogą wystąpić, jeśli człowiek pozwoli komuś innemu dokonać wyboru za niego, czym powinien się zajmować i jak żyć. Dużą rolę odgrywa tutaj otoczenie człowieka – rodzice, przyjaciele, którzy albo formułują przestrogi przeciw niektórym zawodom, idealizując inne, albo dławią wolny wybór u dziecka i narzucają własną wolę. Błędy w wyborze zawodu mogą również nasilić się i to znacząco przez ideologiczne przekazy przez środki masowej informacji.

#### 2. CZĘŚĆ GŁÓWNA 20 min.

**Ćwiczenie** «Hierarchia błędów w warunkach polskiej gospodarki » 10 min.

Uczniom proponujemy dobór w małe grupki i wypełnienie pierwszej kolumny tablicy, rozstawiając znane im błędy przy wyborze zawodu w porządku ogólnym, gdzie na pierwszym miejscu będzie najbardziej znany błąd, na drugim mniej itd.

Następnie, po wypełnieniu kolumny grupy przedstawiają swoją pracę podając argumenty wraz z przykładami.

Po tym podajemy dla porównania statystyczne podejście.

Moje zdanie	Dane statystyczne
.....	Wybór dokonany z powodu poglądów na prestiż pracy ( poważanie, wysokie zarobki itp.)
.....	Wybór dokonany pod wpływem członków rodziny( matki, ojca, rodzeństwa, krewnych )
.....	Wybór «za kompaniom» z przyjaciółmi
.....	Wybór dokonany pod wpływem zauroczenia osobą wykonującą dany zawód

	Wybór dokonany pod wpływem książek, filmów
	Wybór dokonany z powodu dogodnej lokalizacji szkoły względem miejsca zamieszkania
	Dokonanie wyboru w wyniku wewnętrznego protestu na poniżenie zawodu przez osoby postronne
	Rady osób nie związanych z otoczeniem człowieka
	Rola przypadku w wyborze zawodu

**Ćwiczenie – gra «Optymiści i sceptycy».** 10 minut.

Uczniów dzielimy na dwie grupy: pierwsza – optymiści, druga – sceptycy. Instrukcja. Przypomnienie, że każdy zawód ma plusy i minusy. Analizujemy zawody (np., ochroniarz, pediatra, adwokat), określamy w całości ich pozytywy i negatywy. Niezbędnym jest zahaczenie o takie pytania: jakie znaczenie ma ten zawód dla społeczeństwa? Czy zawód ten posiada przeciwwskazania medyczne? Jakie cechy powinien posiadać człowiek wykonujący ten zawód? Jaka pracę w niej wykorzystuje?, itp. Za każdy istotny szczegół charakterystyki tego zawodu drużyna otrzymuje jeden punkt. Wygrywa drużyna, która uzbiera największą ilość punktów.

Po wykonaniu zadania grupy prezentują własne rezultaty z podaną argumentacją.

**3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 10 min.**

**Źródłowa refleksja zajęć:**

- jakie uczucia u Was występują kiedy podejmujecie decyzję? Z kim to omawiacie?
- czy wpływa na Was zdanie innych przy podejmowaniu decyzji? Jeśli tak, to pod wpływem czego zmieniacie własną decyzję?
- jakie uczucia rodzą się u Was myśląc o wyborze przyszłego zawodu i konieczności dokonania wyboru ? Z kim omawiacie ten problem?
- jak reaguje Wasze otoczenie na twój wybór?



## TEMAT ZAJĘĆ 5. Ja wybieram zawód, zawód wybiera mnie.

### CELE ZAJĘĆ:

- kształtowanie teoretycznych wyobrażeń, związanych ze światem zawodów;
- rozwój nawyków refleksyjnej analizy;
- aktywizacja motywacji do zawodowego samookreślenia.

**CZAS ZAJĘĆ – 45 min.**

### PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ

1.MOMENT ORGANIZACYJNY. – 8 min

**Moment organizacyjny.** Wprowadzenie nauczyciela: ukierunkowanie na cele.

Zapis na tablicy: "**Przyjemność może opierać się na złudzeniu,  
szczęście opiera się na rzeczywistości.**"

Nicolas-Sébastien Roch (Chamfort)

2. CZĘŚĆ GŁÓNA - 30 min.

**Zadanie 1:** Z przedstawionych niżej w spisie zawodów zaznaczcie te, które:

- całkiem lub prawie całkiem wyszły z użycia,
- pojawiły się w XX wieku,
- pojawiły się w ostatnim czasie.

*artysta, dyspozytor, powroźnik, fermer, kominiarz, redaktor, stolarz, wozak, malarz, lekarz, lotnik, księgowy, operator maszyn sterujących, przewodnik, rzeźbiarz, sadownik, kucharz, guwernant, klaun, pedagog, stylist.*

**Blok teoretyczny.** Zaznajomienie z klasyfikacją zawodów.

Uczniowie słuchają teoretycznych wiadomości i prowadzą notatki w zeszytach.

**Uwaga.** Do pracy z danego zakresu należy przygotować foliogramy lub prezentacje multimedialną. Proponowany materiał można przedstawić w formie informacyjnych tablic

### Klasyfikacja zawodów:

Oznaki klasyfikacyjne	Rodzaj i charakter pracy				
Przedmiot pracy(typy zawodów)	<b>T</b> człowiek-technika	<b>P</b> człowiek- przyroda	<b>C</b> człowiek- człowiek	<b>Z</b> człowiek- system znaków	<b>A</b> człowiek- wizerunek artystyczny
Cel pracy (klasy zawodów)	<b>G</b> <b>gnostyczne</b> (rozpoznać, oddzielić, ocenić, sprawdzić)	<b>P</b> <b>przekształcające</b> (przekształcić, obrobić, uporządkować, organizować, okazać wpływ, obsłużyć)			<b>PO</b> <b>poszukiwawcze</b> (wymyślić, obmyślić, znaleźć nowy sposób rozwiązania)
Narzędzia pracy(grupa zawodów )	<b>R</b> <b>ręczne</b> (bezpośrednie wypełnienie	<b>M</b> <b>mechaniczne</b> (kierowanie maszynami,	<b>Z</b> <b>zautomatyzowane</b> (kierowanie obrabiarkami,	<b>F</b> <b>funkcjonalne</b>	

	funkcji)	pojazdami)	przyrządami)	
Warunki pracy (grupa zawodów)	<b>M moralne</b> (w warunkach odpowiedzialności moralnej)	<b>N niezwykle</b> (ekstremalne warunki pracy)	<b>B bytowe</b> (warunki bytowej pracy)	<b>NO na odkrytej przestrzeni</b> (pod gołym niebem)

Przykład możliwości wykorzystania powyższej tabeli:

Formuła zawodu tokarza - **TPMB** (przedmiot pracy «człowiek technika», cel klasy - zawód przeobrażający, środek pracy - wykorzystanie maszyn, warunki pracy - warunki bytowe).

### Psychologiczna praktyka.

**Ćwiczenia praktyczne:** Wszystkie zadania prowadzimy w małych 5 osobowych grupach

#### Zadanie 1.

1. Ułóżcie spis specjalistów, którzy uczestniczą przy wyrobie:

- filmu fabularnego,
- bochenka chleba,
- gazety,
- zeszytu uczniowskiego,
- ubrania ,
- magnetofonu,

2. zabezpieczają:

- możliwość wyjazdu w dowolny punkt globu,
- możliwość telefonicznej rozmowy,
- bezpieczeństwo ochrony granic ,
- możliwość otrzymania średniego wykształcenia.

#### Zadanie 2

.Korzystając z tablicy klasyfikacyjnych oznak określcie do jakiej klasy zawodów odnosi się każda z wymienionych niżej specjalności:

*szef kuchni, ślusarz narzędziowy, modelarz, kierowca taksówki, kontroler jakości, operator do przygotowania danych do IBM, operator maszyn górniczych, ślusarz , sędzia, agronom, pisarz, korektor, fryzjer.*

#### Zadanie 3.

Kierując się tabelą klasyfikacyjnych oznak podzielcie wyliczone niżej narzędzia pracy na przedziały:

*traktor, łopata, telefon, lupa, waga, linijka logarytmiczna, pralka, aparat, ruletka, kalkulator, laska marszałkowska, samochód, lustro, strzykawka, IBM.*

#### Zadanie 4

Przedstawcie przykłady zawodów, specjalności odpowiadające formułom:

- P Pr F o
- T Pr R b
- ZG Ab
- CZ G F m
- T I F b
- CH I R M n

3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 7 min.

#### Źródłowa refleksja zajęć:

- w czym zawiera się , według Was korzyść wynikająca ze studiowania znajomości klasyfikacji zawodów ?;
- jaki jest teraz Twój własny obraz odniesień do świata zawodów ?

## Blok III. « Moje życiowe plany » (5 godzin)

### TEMAT ZAJĘĆ 1. Osobisty zawodowy plan (OZP).

#### CELE ZAJĘĆ:

- ukształtowanie u uczniów zrozumienia osobistego zawodowego planu a (OZP) jako obrazu, myślowego wyobrażenia o przyszłości;
- rozwój umiejętności budowy osobistego zawodowego planu;
- doprowadzenie do zrozumienia, że OZP – stanowi podstawę realizacji zawodowych i życiowych celów .

**CZAS ZAJĘĆ – 45 min.**

#### PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ

1.MOMENT ORGANIZACYJNY. – 10 min

**Wprowadzenie nauczyciela:** aktualizacja celów i realizacja tematyki bloku..

Postawienie problemów i zadań do ćwiczeń. Motywacja do pracy.

Zapis na tablicy: „*Myśl o przyszłości tylko wtedy, kiedy może ci ona sprawić przyjemność*”

Jane Austen

Pracujemy nad zmysłem każdego słowa i związku wyrazowego „osobisty zawodowy plan”, przy czym akcent stawiamy na wieloznaczność terminu „plan”. W danym kontekście mówimy o planie jako o obrazie , myślowym wyobrażeniu przyszłości lub celów .

Na danym «motywacyjnym» etapie pracy zaznajamiamy uczniów z koncepcją ojca «psychocybernetyki» Maltzem Maxwellem, przedstawionych w formie następujących tez:

- «Mózg człowieka i cały system nerwowy działa ukierunkowanie, w zgodności z zasadą urzeczywistnienia osobistych celów. Funkcjonują one jako wspianały, «ukierunkowany na zadany cel mechanizm», jako swojego rodzaju wewnętrzny automatyczny system naprowadzania, który pracuje na nasz sukces «mechanizm sukcesu» lub «mechanizm porażki», w zależności od tego jak my, jako operator, kierujemy nim i jakie przy tym stawiamy cele» (akcent: człowiek zawsze dąży do jakiegoś celu i żyje normalnie i naturalnie tylko w tym przypadku, kiedy nakierowany jest na określony cel);
- «Kiedy człowiek ma ukierunkowanie, on zazwyczaj czuje się stosunkowo szczęśliwy (akcent: stan szczęścia jest oznaką, normalnego działania życiowego ).

**Uwaga:** W/w tezy przedstawiamy na foliogramach..

2. CZĘŚĆ GŁÓNA 30 min.

**Ćwiczenie 1.** Praca z fizyczną metaforą A. Robinsona.

Prosimy o podejście dwóch osób do tablicy. Proponujemy im wyprostować się, ustawić nogi na szerokości ramion, ręce wyciągnąć do przodu równoległe do podłogi. Następnie obrócić się całym korpusem do tyłu i zaznaczyć wzrokiem to miejsce na ścianie, do którego udało się wykonać skręt.Po wykonaniu pracy powracamy do pozycji wyjściowej. Zamykamy oczy. Przedstawiamy sobie, że za drugim razem wzrok nasz padnie wyżej. Otwieramy oczy i wykonujemy skręt ponowni. Porównujemy teraz to

miejsce w przestrzeni, o którym myśleliśmy przy zamkniętych oczach. Znaczymy wynik na ścianie

**Wniosek:** urealnienie siły oddziaływania postawionego przed sobą celu.

**Blok teoretyczny:** «Schemat budowy zawodowego obrazu przyszłości»; dyskusja z uczniami pod różnymi katami.

**Uwaga:** dla efektywności pracy ze schematem należy przygotować prezentację z osobną gradacją punktów planu - tez.

Schemat budowy zawodowego obrazu przyszłości

1. Dany zawodowy cel (marzenie).

Można podyskutować o zawodowych marzeniach i wzrostowych etapach człowieka.

2. Bliższe zawodowe cele (jako etapy, drogi do osiągnięcia dalszych celów).

3. Poznanie siebie (swoich możliwości do osiągnięcia dalszych, osobistych, bliskich celów).

4. Poznanie dróg przygotowujących do osiągnięcia celów (zwłaszcza bliskich) i sposobów pracy nad sobą.

5. Realne przygotowanie do zawodu (praktyczna realizacja planów).

6. Zapasowe warianty kariery i ich hierarchia jako sposób działania na drodze osiągnięcia celu. Możliwe przypadki, kiedy rezerwowy wariant nie odpowiada celom dalszym i rozpatrujemy go jako samodzielny wariant.

7. W przypadku jasno określonych różnic w niemożliwości wyboru celów – dokonanie innego wyboru zawodu.

Przedyskutowanie każdego z czynników. Uczniowie wskazują na ten etap, na który obecnie się znajdują

**Psychologiczna ćwiczenie.** «Skojarzenie zawodu».

Jeden uczeń (ochotnik) wychodzi za drzwi. Pozostali uczniowie uzgadniają wybór jakiegoś zawodu. Ochotnik po przyjściu ma za zadanie odgadnąć zawód zadając pytania naprowadzające. Przed rozpoczęciem gry nauczyciel wyjaśnia, że wszystkie pytania ochotnika winny być jednego typu.:

- jakiego koloru jest ten zawód?

- jaki smak ma ten zawód?

- jaki zapach ma ten zawód?

- do jakiej pogody jest podobny ten zawód itp.

Pytań zadawanych uczniom winno być od 5 – 8 co należy uzgodnić na początku gry.

3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 5 min.

**Sedno zajęć.** Podsumowanie zajęć z wysunięciem wniosków:

- do czego służy plan w życiu człowieka ?

- czy plan pomaga w realizacji życiowych i zawodowych działań ?

## **TEMAT ZAJĘĆ 2. Modelowanie życiowej i zawodowej perspektywy.**

### **CELE ZAJĘĆ:**

- ukierunkowanie uczniów na potrzebę wyboru zawodu oraz potrzebę uczenia się;
- rozwój nawyków refleksji.

**CZASA ZAJĘĆ- 45 min.**

### **PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ**

#### **1.MOMENT ORGANIZACYJNY. – 15 min**

Wprowadzenie nauczyciela: motywacja nakierowana na samookreślenie w wyborze zawodowej drogi działania.

Wyjaśnienie pojęcia praca.

Praca – to nie tylko sposób samorealizacji , ale i możliwość otrzymania materialnego wynagrodzenia, co staje się niezbędnym czynnikiem zabezpieczenia własnej egzystencji jak własnej rodziny. Obecnie o materialne zabezpieczenie rodziny dbają Wasi rodzice. Czy chodź raz zadaliście sobie pytanie, czy możecie zabezpieczyć siebie finansowo?

Krótką dyskusja i nawiązanie do twórczego wprowadzenia do ćwiczenia

#### **2. CZĘŚĆ GŁÓNA 25 min.**

**Ćwiczenie** «Jestem gospodarzem swojego losu ».

Warunki: Wyobraźcie sobie, że znajdujecie się w nieznanym mieście, bez przyjaciół, rodziców, krewnych. Nie macie mieszkania, pracy, ale macie trochę pieniędzy , wystarczająco na początek... Waszym zadaniem jest opracowanie algorytmu działań do tego aby przeżyć i dalej żyć. Do tego potrzebne są Wam pieniądze, które możecie otrzymać za pracę, ale zaistniał jeszcze problem w tym, że nie macie jeszcze wykształcenia.

Niezbędne pisemne odpowiedzi przy założonym algorytmie:

W jakim mieście i kraju się znajdujecie?

Jaka jest pora roku?

Co będziecie robić? Jakie są Wasze działania?

Co zamierzacie zrobić? ( Ułóżcie spis rodzajów prac)

Co będzie w następnej kolejności?

Waszym zadaniem jest zbudowanie obrazu życia.

Po wypracowaniu algorytmu prezentujemy swoje prace na forum grupy.

#### **3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 10 min.**

**Wyciągnięcie wniosków:** akcent stawiamy na to, co pomocne, jednorazowe, przypadkowe dla pracy , w tym i chwilowa praca. Dlatego niezbędnym jest, uczenie się przez cały okres życia, aby osiągnąć stabilną pracę i stały dochód. By to urzeczywistnić niezbędnym jest już na samym początku, określenie wyboru zawodu i zbudowanie swojego osobistego zawodowego planu.

Sedno refleksji zajęć.

### TEMAT ZAJĘĆ 3. Zawodowy typ osobowości.

#### CELE ZAJĘĆ:

- uformowanie u uczniów nawyków planowania ;
- określenie u uczniów swojego typu osobowości.

**CZAS ZAJĘĆ – 45 min.**

#### PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ

1.MOMENT ORGANIZACYJNY. – 10 min

Wprowadzenie nauczyciela: ukierunkowanie do pracy.

**"By dokonać wielkich dzieł, konieczne są dwie rzeczy: plan i nie dość dużo czasu."**

Leonard Bernstein

2. CZĘŚĆ GŁÓNA 30 min.

Do tematyki zajęć proponujemy wykorzystanie testu J. Hollanda ( wersja zmodyfikowana) «Zawodowy typ osobowości». Praca z tekstem jako wariant działalności samouczenia się, niezbędny przy nauce określenia drogi naszego zawodowego samookreślenia.

Test «Zawodowy typ osobowości».

Każdy człowiek pod względem osobowych cech należy do określonego typu zawodowego. Dana modyfikacja testu J. Hollanda, zbudowana została w odniesieniu do odpowiednich typów zawodów pod względem indywidualnych cech człowieka, jako pomocne narzędzie przy wyborze zawodu z uwzględnieniem w pierwszej kolejności **osobowych cech osoby badanej**

#### Etap 1

Instrukcja: *Należy do siebie "dobrać" sześć stwierdzeń, dotyczących różnych typów zawodów, znajdujących się ich w tablicy, które należy zaznaczyć.*

Lp.	Absolutnie tak	Raczej tak	Absolutnie nie	Nie wiem
1				
2				
3				
4				
5				
6				

**Utwierdzenie 1** . Jesteś praktyczny – skłonny do zajęcia się konkretną pracą. Preferujesz pracę, przynosząca konkretne, odczuwalne rezultaty dla siebie i innych. Nie przeszkadza ci praca fizyczna. Interesuje cię praca z techniką, wymagająca praktycznego wysiłku umysłowego, dobrze rozwiniętych ruchowych zdolności.

**Utwierdzenie 2.** Ty jesteś bardziej teoretykiem niż praktykiem. Podoba ci się nauka i studiowanie, badanie jakiejś dziedziny, dostarczenie nowej wiedzy. Preferujesz pracę, przynosząca radość z poznania, a czasami radość odkrycia, pracę wymagającą

bezwzględnie wysiłku umysłowego, zdolności do i usystematyzowanej informacji, szerokiego horyzontu.

**Utwierdzenie 3.** Jesteś komunikatywny, lubisz pracować z ludźmi i dla ludzi, dlatego naprawdę interesuje cię nauka, wychowanie, obsługa klienta, okazywanie pomocy potrzebującym itp. masz zainteresowania do spraw wypełnionych emocjami, praca żywą, wymagająca kontaktu z ludźmi oraz pełnej komunikacji.

**Utwierdzenie 4.** Lubisz pracować z dokumentami, tekstami, cyframi, jak również wykorzystywać narzędzia i przyrządy komputerowe. Praca spokojna, bez ryzyka, z wąskim kręgiem obowiązków. Może być związana z obróbką informacji, z obliczeniami, wyliczeniami, wymagająca dokładności, staranności, wytrwałości. Chciałbyś uciec od kontaktów i rozmów, odpowiedzialności zarządzania innymi oraz odpowiedzialności za ich rezultaty pracy.

**Utwierdzenie 5.** Jesteś ,organizatorem, zorientowanym na pracy nie wymagającej wiedzy twórczej. Preferujesz pracę dającą pełną swobodę, samodzielność, bezpieczną w uwarunkowaniach społecznych, wyżej stojącą w hierarchii od innych, materialne zabezpieczenie; pracę pełną pomysłów z ryzykiem, wymagającej inicjatywy, przedsiębiorczości, woli, brania odpowiedzialności na siebie.

**Utwierdzenie 6.** Ty naprawdę jesteś, "wolnym artystą". Lubisz rodzaje działań, dające możliwość swobodnego wyrażania własnego wnętrza, gdzie brak przymusu i ram czasowych , formalności; pracę, dającą upływ fantazji, wyobrażenie, wymagającej estetycznego smaku, specjalnych zdolności (artystycznych, literackich, muzycznych )

## **Etap 2.**

**Instrukcja:** Przypuszczamy, że po odpowiedniej nauce już możesz wypełnić dowolną pracę. Z przedstawionych niżej par zawodów należy wybrać jedną, która bardziej odpowiada Tobie (jest bardziej zbliżona z twoimi zainteresowaniami i możliwościami). Obok nazwy zawodu w nawiasie znajduje się kod. Na karcie odpowiedzi, naprzeciw kodu wybranego zawodu , postaw znak "+". Podlicz ilość plusów w każdym wierszu . Np. z pary "inżynier" - "socjolog" ty wybrałeś zawód socjologa. Kod tego zawodu to liczba 2. Na karcie odpowiedzi "kodu zawodu" należy postawić "+" obok cyfry 2. Jeśli treść zawodu ( zadania zawodowe) nie całkiem jest dla was zrozumiała, proponuję skorzystać ze słownika zawodu bądź strony internetowej na której na temat tego lub innego zawodu dowiedziecie się o wiele więcej.

Życzę udanej pracy.

<b>Kod zawodu</b>	<b>Wybór (postaw plusy)</b>	<b>Suma plusów</b>
<b>1.</b>		
<b>2.</b>		
<b>3.</b>		
<b>4.</b>		
<b>5.</b>		
<b>6.</b>		

**Inżynier (1) - Socjolog (2)**

**Cukiernik (1) – Ksiądz (3)**

**Kucharz (1) - Statystyk(4)**

**Fotograf (1) – Przedstawiciel handlowy (5)**

**Mechanik(1) - Dekorator (6)**

**Filozof(2) - Lekarz(3)**

**Ekolog (2) - Księgowy (4)**

**Programista (2) -Adwokat(5)**

**Krytyk filmowy (2) – Tłumacz literacki(6)**

**Agent ubezpieczeniowy (3) - Archiwista(4)**  
**Trener(3) - Telereporter (5)**  
**Wywiadowca (3) – Znamca sztuki(6)**  
**Notariusz(4) - Broker (5)**  
**Operator(4) - Stylistka(6)**  
**Fotokorespondent (5) – Restaurator (6)**  
**Zieleniarz(1) - Biolog-badacz (2)**  
**Kierowca (1) - Okrętowy (3)**  
**Metrolog (1) - Kartograf (4)**  
**Radiomechanik(1) - Rzeźbiarz(6)**  
**Geolog(2) – Tłumacz - przewodnik(3)**  
**Dziennikarz(5) - Reżyser(6)**  
**Bibliograf (2) - Audytor (4)**  
**Farmaceuta (2) – Radca prawny (3)**  
**Genetyk (2) - Architekt (6)**  
**Sprzedawca (3) – Operator łączności (4)**  
**Pracownik socjalny (3) - Przedsiębiorca (5)**  
**Wykładowca uczelni wyższej(3) - Muzyk-wykonawca (6)**  
**Ekonomista (4) - Menedżer (5)**  
**Korektor(4) - Dyrygent (6)**  
**Inspektor celny (5) – Artysta-modelarz(6)**  
**Telefonista(1) - Ornitolog(2)**  
**Agronom (1) - Topograf (4)**  
**Leśnik (1) - Dyrektor (5)**  
**Mistrz krawiecki (1) - Choreograf (6)**  
**Historyk(2) – Inspektor policji (4)**  
**Antropolog (2) – przewodnik wycieczek (3)**  
**Bakteriolog (2) – Aktor (6)**  
**Kelner (3) - Towaroznawca(5)**  
**Główny księgowy (4) – Agent wywiadu (5)**  
**Wizażysta (6) - Psycholog (3)**  
**Pszczelarz(1) - Handlowiec(5)**  
**Sędzia(3) - Scenograf(4)**

Podsumowanie rezultatów.

Twój typ osobowy to ten, w którym uzyskałeś najwięcej „plusów”.

Uwaga. Może się zdarzyć tak, że twój typ będzie bardziej zbliżony z drugim typem ( ta sama liczba punktów) co świadczy o złożoności

**Tabela typów osobowości**

<b>1.Realistyczny</b>
<b>2. Badawczy</b>
<b>3. Socjalny</b>
<b>4. Konwencjonalny</b>
<b>5.Przedsiębiorczy</b>
<b>6. Artystyczny</b>

3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 5 min.

**Sedno pracy.** Analiza otrzymanych rezultatów.



## TEMAT ZAJĘĆ 4. Strategia wyboru zawodu: chęć , mogą , potrzeba.

### CELE ZAJĘĆ:

- ukształtowanie u uczniów pojęcia niezbędności własnych odniesień o możliwościach i pragnieniach do wymogów stawianych na rynku pracy;
- rozwój nawyków refleksji i samoanalizy;
- uświadomienie zmysłu własnej zawodowej działalności.

**CZAS ZAJĘĆ – 45 min**

### PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ

1.MOMENT ORGANIZACYJNY. – 15 min

**Wprowadzenie nauczyciela:** nakierowanie na pracę.

Zapis na tablicy: „ Nie przepracowałem ani jednego dnia w swoim życiu. Wszystko co robiłem, to była przyjemność”

Thomas Alve Edison

Prawidłowy wybór zawodu pozwala człowiekowi realizować swój twórczy potencjał, uciec od rozczarowań, uchronić siebie i swoją rodzinę od ubóstwa i niepewności jutra. Na dzisiejszych zajęciach zapoznamy się ze strategią wyboru zawodu w oparciu o trzy słowa: **CHCĘ, MOGĘ, POTRZEBA.**

Proponuję przedstawienie trzech składowych prawidłowego wyboru zawodu w formie trzech okręgów.( Można tutaj wykonać foliogram lub pokaz multimedialny do objaśnienia materiału uczniom)



Chcę	pragnienia, zainteresowania, dążenia
Mogę	umiejętności, talent, stan zdrowia
Potrzeba	stan rynku pracy i problemy socjalno-ekonomiczne w regionie



**-strefa optymalnego wyboru zawodu**

**Źródło:** poznanie siebie, świat zawodów i rynek pracy pomoże postawić przed sobą realny cel i wskaże drogi do jego osiągnięcia.

Postawienie celów (ukierunkowanie na cele) daje naszemu kapryśnemu i rozmytemu «chcę» («chcę żyć dobrze(?)», «chce mieć(?) od życia wszystko(?)»...) dostać wyraźne «rzeźbione» formy.

Dlatego cele winny być:

Konkretnymi (chce kupić mieszkanie w centrum miasta, chce zajmować się leczeniem ludzi );

Realistyczne, tj. mające odzwierciedlenie w naszych realnych możliwościach:

fizycznych, wiekowych, intelektualnych...;

Pozytywne (uciekać od czegoś – «nie chcę wegetować w biedzie», a do czegoś – «chcę zarabiać godziwie aby żyć dostatnio»);

Przeszkody czasowe (cel – to marzenie, które powinno urzeczywistnić się konkretnie w wyznaczonym czasie).

Powrócimy do frazy «czerp z życia wszystko». Każdy z nas chciałby wziąć z życia wszystko co jest mu potrzebne. Pytanie w tym, co od życia w pierwszej kolejności chcemy? Odpowiadając na to pytanie, zahaczmy o życiowe wartości, orientacje wartości człowieka..

## 2. CZĘŚĆ GŁÓNA 20 min.

### **Ćwiczenie «Wartości orientacyjne».**

Cele:

- poznanie życiowych wartości;
- zbieżność życiowych wartości z zawodowymi i życiowymi stereotypami.

Uczniowie pracują w małych grupach. Każda grupa otrzymuje kartki ze spisem następujących wartości:

- zdrowie
- interesująca praca
- ilość dobrych i prawdziwych przyjaciół
- sława, uznanie towarzystwa
- poznanie, intelektualny rozwój
- społeczna i polityczna aktywność
- rozrywka, przyjemności
- wolność, samostanowienie
- szczęśliwe życie rodzinne
- tworzenie, własne hobby
- moda i gustowne ubiory
- troska o innych
- poczucie humoru, radość życia
- kreatywność, rozwiązywanie problemów
- silna wola, podejmowanie wyzwań
- odporność na poglądy i opinie innych
- uczciwość
- pracowitość

Wartości w/w należy przeanalizować pod kątem występowania u przedstawicieli wymienionych zawodów w zawodowych/ socjalnych stereotypach:

1 grupa – gospodyni domowa; człowiek wierzący

2 grupa – menedżer; pracownik

3 grupa – prezenter telewizyjny ; bezrobotny

4 grupa – student, emeryt ;

5 grupa – pedagog, więzień

Po wykonaniu ćwiczenia, każda z grup prezentuje własną pracę wraz z argumentacją.

### 3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 15 min.

Źródłowa refleksja zajęć.

**Uwaga dla nauczyciela.** Na tym etapie pracy można uczniom dać do wykonania w domu zadanie «Arkusze zawodowego startu» w celu analizy podsumowania wiadomości i umiejętności uzyskanych w toku zajęć. Na tej podstawie można wyłonić ocenę znajomości ucznia dokonującego pierwszego wyboru zawodowego oraz zaplanować indywidualne podejście lub konsultacje, zestawić rekomendacje.

#### **Załącznik**

#### **ARKUSZ ZAWODOWEGO STARTU**

**Instrukcja:** Proponujemy wypełnienie „Arkusza zawodowego startu” w formie wypracowania z podaniem uogólnień, analizując wszystkie uzyskane wiadomości i umiejętności przekazane w toku zajęć.

Opracujcie każdy punkt dotyczący Was samych:

Zainteresowania (selektywne ukierunkowanie osobowości na określony obszar poznania). Ważnym jest aby ocenić, czym jest po prostu zainteresowanie lub zawodowe zainteresowanie.

Za zawodowe zainteresowania uważamy te, które związane są z życiowymi i zawodowymi planami;

Predyspozycje (uzdolnienia, potrzeba zajęcia się tą a nie inną pracą);

Predyspozycje (indywidualne - psychologiczne: cechy człowieka, warunkujące wykonanie pracy szybko i dobrze);

Gotowość, chęci (przydatność do czegoś)

Możliwości (środki, warunki, okoliczności, niezbędności do czegoś)

Cechy naturalne (temperament)

Charakter i nawyki

Silne strony osobowości

Zdrowie

Społeczna przydatność wybieranego zawodu

**Uwaga:** W zadaniu możemy zmieniać kolejność odpowiedzi ale odpowiedzi powinny być na wszystkie pytania.

Pamiętajcie, że świadomy wybór zawodu uważamy ten, który został dokonany z udzieleniem odpowiedzi na wszystkie zadane pytania!

## **TEMAT ZAJĘĆ 5. Rola życiowych wartości w wyborze zawodu.**

### **CELE ZAJĘĆ:**

- zapoznanie uczniów ze zmysłem zawodowej działalności;
- zbudowanie idealnego obrazu życia w zgodności z życiowymi wartościami;
- sprawdzenie teoretycznych wiadomości uczniów.

**CZAS ZAJĘĆ – 45 min**

### **PRZEBIEG I ETAPY ZAJĘĆ**

1. MOMENT ORGANIZACYJNY. – 15 min

**Wprowadzenie nauczyciela:** pytania aktywizujące nawiązujące do poprzednich zajęć, motywacja do działania nakierowana na samopoznanie i samorozwój.

Zapis na tablicy: „*Wartości człowieka nie w tym, co ma, tylko w tym, czy potrafi doznać radości czyniąc, tworząc*”.

*Maria Dąbrowska- Wielka księga mądrości( człowiek i świat)*

2. CZĘŚĆ GŁÓNA 20 min.

#### **Ćwiczenie «Dlaczego muszę pracować?»**

**Cel:** poznanie zmysłu zawodowej działalności.

Nauczyciel podaje uczniom wynik sondażowego badania przeprowadzony wśród przedstawicieli różnych zawodów. na pytanie: «Gdyby byli materialnie zabezpieczeni, czy mogli by nie pracować, czym by się wtedy zajęli?», większość odpowiedziała, że dalej by pracowała. Jak myślicie, dlaczego?

**Organizujemy dyskusję.**

**Refleksja - źródło:**

- co daje człowiekowi praca prócz zabezpieczenia materialnego?
- czym i jaki powinien być zawód dla człowieka, żeby doświadczał on potrzebę pracy, konkretnie w wybranym zawodzie?

#### **Ćwiczenie «Szukam pracy»**

**Cel:** formowanie u uczniów konieczności odniesień własnych życiowych wartości i warunków pracy do wymogów stawianych w przyszłej pracy.

Odgrywanie ról przy przyjęciu do pracy. Trzech uczniów (z własnego wyboru lub z wyboru przez nauczyciela) przyjmuje na siebie rolę poszukujących pracę i umawia się, który z nich będzie wyrazicielem życiowych wartości «rodzina», «interesująca praca», «pieniądze».

Uczeń – prowadzący występuje w roli pracodawcy, prowadząc nabór pracowników.

Podczas rozmowy w roli pracodawcy zadaje pytania informując o warunkach pracy np. możliwość nadgodzin, znaczna odległość od miejsca zamieszkania, potrącenia za chorobowe w dodatku motywacyjnym, częste delegacje, brak urlopu wypoczynkowego, twórcza praca, dobry klimat współpracowników, wysokie premie i dodatki, wysokie ryzyko, organizacja rodzinnego wypoczynku, brak stabilizacji itp.). Poszukujący pracy odpowiadają czy dana praca im odpowiada czy też nie, zgodnie z ich wartościami, które prezentują w tej grze.

Podsumowanie ćwiczenia : wyciągnięcie wniosków przez grupę

Czas pracy 15 minut.

**Uwaga.** Nauczyciel przed rozmowa ukierunkowuje prowadzącego - pracodawcę do rozmowy z poszukującymi.

3. PODSUMOWANIE ZAJĘĆ 10 min.

**Źródłowa refleksja:** wpływ wartości człowieka na postawy wobec wyboru zawodu.

## « Zajęcia podsumowujące » - diagnostyka (1godz )

### TEMAT ZAJĘĆ. Ocena życiowej dojrzałości

Przeprowadzenie ewaluacji w formie zadań testowych

#### CELE ZAJĘĆ :

- sprawdzenie stopnia przyswojenia teoretycznych informacji przez ucznia;
- diagnostyka i informacja zwrotna dla nauczyciela po kursie.

#### CZAS ZAJĘĆ – 45 min.

W 20 zadaniach wybierz po jednej poprawnej odpowiedzi.

Otrzymane rezultaty porównaj z kluczem odpowiedzi.

**KLUCZ : 1b, 2d, 3b, 4d, 5b, 6a, 7d, 8c, 9a, 10d, 11a, 12d, 13b, 14b, 15c, 16d, 17d, 18b, 19c, 20d.**

Ocena rezultatów testu:

50% prawidłowo wypełnionych zadań – «zadawalająco»

80% - «dobrze»

90-100% - «bardzo dobrze».

#### Test

Wybierz prawidłowa odpowiedź

1. Cel zawodowej orientacji – to:

- a) poznanie uczniów z wyższymi uczelniami przygotowującymi do pracy zawodowej;
- b) poznanie indywidualnych- psychologicznych osobliwości przez uczniów pomocnych w wyborze zawodu;
- b) nauczanie uczniów budowania samodzielnie życiowego i zawodowego planu niezbędnego w wyborze zawodu;
- r) formowanie u uczniów ogólnej informacji o świecie zawodów .

2. Stanowisko – to:

- a) zawód b) specjalność c) powołanie d) obowiązek służbowy

3. Lekarz pediatra – to:

- a) zawód b) specjalność c) stanowisko d) powołanie

4. Bezrobotni - to:

- a) osoby do lat 16;
- b) emeryci i renciści;
- c) uczniowie i studenci;
- d) osoby poszukujące pracy i zarejestrowane w Powiatowym urzędzie Pracy.

5. Uczący się, który lubi zajmować się konkretnymi rzeczami, wymagających pracy ręcznej, dokładności, zręczności, wytrwałości należy do:

- a) typu badawczego b) typu realistycznego c) typu socjalnego
- d) typu przedsiębiorczego

6. Który z zawodów bardziej odpowiada uczniowi typu badawczego:

- a) archeolog; b) księgowy; c) pisarz; d) broker

7. Dla wytrwałego, sumiennego, zdyscyplinowanego człowieka, mającego dokładnie sprecyzowane działania, najbardziej odpowiednim zawodem będzie:

- a) artysta; b) dziennikarz; c) piekarz; d) korektor (specjalista, dokonujący korekty w tekście)

8. Człowiek odnoszący się do socjalnego typu powinien zajmować się:

- a) praca naukowa;
  - b) konkretna praca praktyczną;
  - c) praca wychowawczą;
  - d) pracą z obróbką danych
9. zawód dziennikarz wymaga w swojej pracy szybkości działania, jakie cechy o tym decydują:
- a) łatwość wymowy;
  - b) cechy organizatorskie;
  - c) szybkie wyliczenia;
  - d) cechy przestrzennego myślenia
10. Przestrzenne myślenie najbardziej wymagane jest w zawodzie:
- a) przewodnika; b) muzyka; c) lekarza; d) konstruktora
11. Kierować ludźmi łatwiej człowiekowi, posiadającemu temperament:
- a) sangwinika; b) choleryka;
  - c) flegmatyka; d) melancholika
12. Pracę wymagającą większego wczucia się, łatwiej spełnia:
- a) choleryk; b) flegmatyk;
  - c) sangwinik; d) melancholik
13. Praca wymagająca ruchu, częstej zmiany otoczenia, najmniej wskazana jest dla:
- a) choleryka; b) flegmatyka;
  - c) sangwinika; d) melancholika
14. Dla melancholika w zawodzie lekarza będzie niewskazana specjalizacja:
- a) terapeutę; b) okulisty c) chirurga; d) onkologa
15. Dla ucznia wybierającego zawód «człowiek - technika», najbardziej odpowiednia będzie praca:
- a) kelnera; c) mechanika; b) informatyka d) nauczyciela
16. Zawód «księgowego» należy do typu:
- a) «człowiek-człowiek»;
  - c) «człowiek-technika»;
  - b) «człowiek-wizerunek artystyczny»;
  - d) «człowiek-system znaków»
17. Do typu «człowiek-wizerunek artystyczny» odnosi się zawód:
- a) przewodnik; b) dziennikarz; c) pielęgniarka; d) projektant wnętrz
18. Specjalne zawodowe wymagania stawiane są przy wyborze zawodu:
- a) geologa; b) lotnika; c) nauczyciela; d) adwokata
19. Dla sukcesu w wyborze zawodu niezbędne są:
- a) przyjęcie rad rodziców, koleżanek, kolegów;
  - b) otrzymanie zawodu takiego jak przyjaciel, przyjaciółka;
  - c) podjęcie działań przy znaniu swoich zainteresowań, wiedzy i niezbędnych predyspozycji zawodowych;
  - d) ukierunkowanie na dobrze opłacaną pracę
20. Do osiągnięcia sukcesu w działalności pracowniczej najbardziej realnym motywem wyboru zawodu jest:
- a) romantyczność;
  - c) dobre warunki pracy;
  - b) wysokie zarobki;
  - d) zainteresowania pracą

## Zakończenie

Poradnictwo zawodowe w Polsce opiera się na teoretycznej perspektywie, że proces planowania kariery człowieka zaczyna się we wczesnym dzieciństwie i trwa przez całe życie. Życie zawodowe składa się z szeregu osobistych decyzji, które powinny uwzględniać pewne czynniki. Niektóre z tych czynników są natury wewnętrznej i dotyczą indywidualnych cech danej osoby; inne czynniki odnoszą się do niezależnych, obiektywnych warunków zewnętrznych – społecznych, kulturowych i ekonomicznych. Historia służb poradnictwa zawodowego w Polsce ma już 100 letnią tradycję. Należy podkreślić, że Polacy zwykli używać terminu poradnictwo zawodowe<sup>1</sup> w odniesieniu do całego obszaru informacji zawodowej, poradnictwa i doradztwa. Usługi w zakresie informacji i poradnictwa zawodowego są głównie świadczone przez dwa ministerstwa, przez Ministerstwo Edukacji Narodowej i Sportu oraz Ministerstwo Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej. Każde z tych ministerstw niezależnie zarządza swoimi służbami doradczymi i niezależnie je finansuje. W ramach Ministerstwa Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej istnieje specjalny Departament Poradnictwa Zawodowego, który pełni funkcję koordynacyjną i monitorującą; w ramach Ministerstwa Edukacji Narodowej i Sportu nie ma żadnej oddzielnej komórki tego typu. Kluczowe cele polityki krajowej w zakresie informacji i poradnictwa zawodowego zostały określone w Narodowej Strategii Zatrudnienia i Rozwoju Zasobów Ludzkich. Podstawowym celem określonym w strategii jest osiągnięcie wyższego zaangażowania ludności w procesie pracy. Przyjęto, że cel ten zostanie osiągnięty poprzez:

- poprawę zatrudnialności poprzez rozwój jakości zasobów ludzkich;
- rozwój przedsiębiorczości;
- poprawę zdolności adaptacji przedsiębiorstw i ich pracowników do warunków zmieniającego się rynku;
- wzmocnienie polityki równości szans na rynku pracy.

Poprawa zatrudnialności będzie miała decydujące znaczenie z punktu widzenia poradnictwa zawodowego, ponieważ w większości przypadków jest ona bezpośrednio związana z indywidualnym planowaniem kariery i zarządzaniem nią; potrzebą zdobywania odpowiednich umiejętności zawodowych; ciągłym szkoleniem zawodowym; oraz wyposażeniem jednostki w umiejętność działania na rynku pracy. Dlatego decydujące jest stworzenie systemu zapewniającego szerszy dostęp do informacji zawodowej i poprawę jakości i dostępności służb doradczych. Potrzebna jest również większa integracja wszystkich właściwych instytucji i zainteresowanych stron. Zwiększy to efektywność i komplementarność takich służb.

Zrealizowane w trakcie tzw. procesu lizbońskiego intensywne badania, działania, strategie i plany pokazują dziś bardzo wyraźnie i jednoznacznie: kształcenie ustawiczne - kształcenie przez całe życie jest niezwykle ważnym elementem rozwoju kapitału ludzkiego krajów i społeczeństw, zaś odpowiednio istotną rolę musi w nim pełnić *całozyciowe doradztwo kariery*<sup>1</sup>.

### Poradnictwo w sektorze edukacji

W ramach Ministerstwa Edukacji Narodowej i Sportu usługi informacji i poradnictwa zawodowego są głównie świadczone przez sieć 587 Centrów Psychologicznych i

<sup>1</sup> [www.trainingvillage.gr/etv/Projects\\_Networks/Guidance/expertgroup/thematic\\_projects.asp](http://www.trainingvillage.gr/etv/Projects_Networks/Guidance/expertgroup/thematic_projects.asp)

Pedagogicznych. Wszystkie centra są zarządzane przez samorzady terytorialne (na szczeblu powiatowym, tj. średnim poziomie struktury samorządowej, z grubsza odpowiadającym okręgowi). Zgodnie ze swoimi zadaniami ustawowymi centra oferują pomoc dla dzieci i młodzieży w wieku 0-19 lat. Mniej więcej jedna na osiem osób z tej grupy wiekowej otrzymuje bezpośrednią pomoc specjalistyczną od tych instytucji, m. in. w następującym zakresie:

- wczesna diagnoza i rehabilitacja;
- poradnictwo dla nastolatków (w tym zapobieganie uzależnieniom);
- poradnictwo rodzinne;
- pomoc dla niepełnosprawnych dzieci i nastolatków;

**Słabe strony:**

- Brak edukacji zawodowej i ekspertyzy doradczej w szkołach;
- Słabe kontakty między szkołami a światem pracy;
- Tradycyjne podejście, że informacje o karierze powinny raczej być przekazywane za pośrednictwem profesjonalnego personelu, niż bezpośrednio udostępniane na zasadzie wolnego dostępu;
- Brak usług dla zatrudnionych osób dorosłych, zachęcających ich do stałego rozwoju swojej kariery zawodowej;
- Ograniczony udział pracodawców i związków zawodowych w rozwijaniu usług poradnictwa zawodowego.

**Zalecenia na przyszłość: ( słabe strony )**

- Określenie przez Narodową Strategię Zatrudnienia i Rozwoju Zasobów Ludzkich ogólnej strategii, w ramach której można zaplanować rozwój silniejszego i bardziej skoordynowanego poradnictwa zawodowego;
- Krajowe Forum Poradnictwa Zawodowego powinno służyć jako katalizator dla skoordynowanego rozwoju strategicznego w całym obszarze poradnictwa zawodowego na zasadzie świadczenia usług przez całe życie;
- Nowe inicjatywy w zakresie świadczenia usług poradnictwa zawodowego w ramach programów szkół;
- Nowa inicjatywa w sprawie powołania szkolnych doradców zawodowych we wszystkich gimnazjach i szkołach ponadgimnazjalnych;
- Utworzenie biur karier w wielu szkołach wyższych.



## Bibliografia

1. Czarnecki K.; Rozwój zawodowy człowieka, Warszawa, 1985.
2. Jawłowska A.; Wybór zawodu, Społeczne czynniki wyboru zawodu, Warszawa, 1982.
3. Климов Е.А. Как выбирать профессию. - М.: 1991.
4. Kwiatkowski S..M.; Kształcenie zawodowe. Rynek pracy. Pracodawcy, Warszawa 2000.
5. Malanowski J.; Stosunek młodych robotników do zawodu i nauki, Warszawa 1965.
6. Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение.- М.: Изд-во "Институт практической психологии", Воронеж: НПО "МОДЭК", 1996 - 256с.
7. Rachalska w., Lelińska K., Wołęjszko J.: „Przygotowanie uczniów do wyboru zawodu na lekcjach pracy – techniki.” Warszawa: CDN, 1990.
8. Robinson D.: „Kim chciałbyś zostać”. Kraków: Amerykański Korpus Pokoju, 1994.
9. Reszke J.; Społeczne uwarunkowania wyboru szkoły zawodowej i odpływu uczniów ze szkół, Wrocław, 1972.
10. Ruciński St.; Wybór zawodu. Wrocław 1982.
11. Sarapata A.; Zawód jako wyznacznik miejsca w społeczeństwie, Socjologia zawodów, Warszawa, 1965, t. IX, 1961.
12. Sołtysińska G., Trzeciak W.: „Jak wybierać zawód? Zeszyt ćwiczeń dla uczniów klas 13. Warszawa” WSiP, 1996.
14. Szajek A.; Szkoła i wybór zawodu, Warszawa, 1972
15. Trzeciak W.: Przygotowujemy do wyboru zawodu. Warszawa: NK, 1988