

Poradnik metodyczny

KALEJDOSKOP KARIERY

Część 2

Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Recenzja naukowa

dr hab. Alicja Czerkawska, prof. Dolnośląskiej Szkoły Wyższej

dr Anna Bilon, Dolnośląska Szkoła Wyższa

Publikację opracował zespół w składzie

dr Joanna Minta (Poradnik część 1 – Rozdział 1; Poradnik część 2 – Aneksy 1, 2, 3, 4)

mgr Monika Siurdyban (Poradnik część 1 i część 2 – Wstęp; Poradnik część 1 – Rozdziały 1, 2; Poradnik część 1 – Aneks 1)

mgr Anna Szczepińska (Poradnik część 1 – Rozdziały 2, 6; Poradnik część 2 – Rozdział 4)

dr Agnieszka Zembrzuska (Poradnik część 1 – Rozdziały 1, 3, 4, 5; Poradnik część 1 – Aneks 2)

dr Daria Zielińska-Pękał (Poradnik część 2 – Rozdziały 1, 2, 3; Poradnik część 2 – Aneks 2)

Redakcja językowa i korekta

dr Agnieszka Zembrzuska

Wydawca Fundacja „Krzyżowa” dla Porozumienia Europejskiego

ISBN 978-83-926273-3-3 (cz.2)

ISBN 978-83-926273-7-1 (całość)

Projekt oraz niniejsza publikacja zostały współfinansowane ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego. Publikacja udostępniana bezpłatnie. Cytowanie fragmentów wyłącznie z podaniem źródła oraz autorów.

Spis treści

Wstęp	4
• Rozdział 1 – Scenariusze zajęć grupowych dla uczniów gimnazjum	5
• Rozdział 2 – Scenariusze zajęć grupowych dla uczniów szkoły ponadgimnazjalnej	23
• Rozdział 3 – Scenariusze zajęć grupowych dla słuchaczy szkoły dla dorosłych	43
• Rozdział 4 – Scenariusze zajęć grupowych dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim	65
• Aneks	
1. Gra <i>Jak w kalejdoskopie</i>	84
<i>Wersja 1</i> – Technik hotelarstwa	84
<i>Wersja 2</i> – Kucharz	88
<i>Wersja 3</i> – Opiekun osoby starszej	92
<i>Wersja 4</i> – Pracownik pomocniczy obsługi hotelowej	96
2. Karty dyskusyjne <i>JobBox</i> z instrukcją	98
3. Instrukcja wykorzystania cyklu filmów o zawodach <i>Zawodowi Zawodowcy</i>	118
4. Instrukcja do gry multimedialnej <i>Klocki wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych</i>	120
Bibliografia	122

WSTĘP

Publikacja *Poradnik metodyczny Kalejdoskop Kariery* jest pozycją adresowaną do nauczycieli, doradców zawodowych, rodziców oraz uczniów, która powstała jako efekt projektu „Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym” realizowanego w ramach Poddziałania 3.4.3 Upowszechnianie uczenia się przez całe życie – projekty konkursowe, Priorytetu III Wysoka jakość systemu oświaty, Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej.

Kalejdoskop Kariery to nazwa własna opracowanego w ramach tego projektu narzędzia diagnostycznego, którego autorkami jest grupa ekspertek w składzie: mgr Monika Siurdyban (koordynatorka Grupy Ekspertek), dr Joanna Minta (ekspertka ds. informacji zawodowej), dr Daria Zielińska-Pękał (ekspertka ds. metodyki grupowej), dr Agnieszka Zembrzuska (ekspertka ds. wywiadów), mgr Anna Szczepińska (ekspertka ds. adaptacji narzędzia dla osób z niepełnosprawnością intelektualną). Narzędzie składa się z kilku elementów:

- zestawu dyspozycji do wywiadów indywidualnych,
- scenariuszy zajęć grupowych wraz z kartami autodiagnozy,
- 26 kart dyskusyjnych *JobBox*,
- gry multimedialnej *Klocki wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych*,
- cyklu 194 filmów o zawodach *Zawodowi Zawodowcy*.

Tak jak w kalejdoskopie, elementy te mogą być wykorzystane do pracy z uczniem jako całość lub, w zależności od potrzeb, każdy z nich może być zastosowany oddzielnie. Narzędzie diagnostyczne nawiązuje do założeń teoretycznych następujących badaczy: Johna Krumboltza, Ricka Jarowa, Fritza Schütze’go, Petera Alheita oraz Carla Rogersa. Teoria społecznego uczenia się dotycząca podejmowania decyzji, koncepcja uczenia się (ze) szczęśliwych zbiegów okoliczności Krumboltza, a także koncepcja antykariery Jarowa, stanowią główne założenia teoretyczne narzędzia. Ich uzupełnienie stanowi podejście biograficzne w pracy indywidualnej, a inspiracją tutaj są opracowania Schützego, Alheita, a także poradnictwo skoncentrowane na kliencie Rogersa. *Kalejdoskop Kariery* z jednej strony wskazuje na wielość możliwych rozwiązań w planowaniu przyszłości edukacyjno-zawodowej osób 13+, z drugiej zaś wskazuje na nieprzewidywalne aspekty rzeczywistości.

Poradnik opisuje zastosowanie narzędzia diagnostycznego służącego bilansowaniu kompetencji i aktywizowaniu uczniów szkół gimnazjalnych, ponadgimnazjalnych, słuchaczy szkół dla dorosłych, uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim. Stanowi źródło rozwiązań praktycznych oraz stwarza wiele możliwości zastosowań zarówno podczas zajęć szkolnych, jak i poza nimi.

Publikacja składa się z dwóch części, które z jednej strony tworzą kompleksową całość, z drugiej zaś każda z nich może być stosowana oddzielnie. Część druga *Poradnika* zawiera 4 zestawy ćwiczeń do zajęć grupowych dostosowane do odpowiedniej grupy odbiorców (gimnazjalistów, licealistów, osób dorosłych oraz uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim). Każdy zestaw, oprócz funkcji metodycznej, pełni również funkcje diagnostyczne. Służą temu „Karty autodiagnozy” (wszystkie elementy diagnostyczne i autodiagnostyczne zaznaczone są w opracowaniu kolorem szarym). Znajdziemy tu ponadto: cztery wersje gry *Jak w kalejdoskopie* (alternatywa dla gry multimedialnej); skoroszyt z kartami do dyskusji; instrukcje włączenia do zajęć grupowych materiałów multimedialnych (gry *Klocki wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych* oraz cyklu filmów o zawodach *Zawodowi Zawodowcy*).

ROZDZIAŁ 1

Scenariusze zajęć grupowych dla uczniów gimnazjum

Obszar pierwszy

Zasoby osobiste, rodzinne i środowiskowe

Ćwiczenie 1. Umiejętności rodzinne

Ćwiczenie 2. Moja reklama

Ćwiczenie 3. Moja rodzina ma głos

Ćwiczenie 4. Szkic upragnionego życia

Autodiagnoza (karta autodiagnozy 1a i 1b)

Obszar drugi

Ścieżki edukacyjne i zawodowe

Ćwiczenie 5. Rodzinna giełda zawodów

Ćwiczenie 6. Praca moich marzeń

Ćwiczenie 7. Piramida sukcesu

Ćwiczenie 8. Zawodowa sieć wsparcia

Autodiagnoza (karta autodiagnozy 2a i 2b)

Obszar trzeci

Strategie radzenia sobie ze zmianą

Ćwiczenie 9. Jabłka

Ćwiczenie 10. Jedno zdarzenie

Ćwiczenie 11. Gra *Jak w kalejdoskopie* (wersja 1)

Ćwiczenie 12. Ćwiczenia „przeciwpożarowe”

Autodiagnoza (karta autodiagnozy 3a i 3b)

Obszar pierwszy

Zasoby osobiste, rodzinne i środowiskowe

Ćwiczenie 1. Umiejętności rodzinne¹

Cel

- Refleksja nad tym, jakie umiejętności (zdolności, talenty) posiadają członkowie rodzin.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczennica/uczeń identyfikuje umiejętności członków swojej rodziny oraz określenie, na ile uczennica/uczeń identyfikuje w samej/samym sobie wybrane umiejętności.
- Określenie, w jakim stopniu uczennica/uczeń widzi możliwość wykorzystania wybranych umiejętności w swoim przyszłym zawodowym życiu.

Pomoce

- Małe karteczki (po kilka dla każdego uczestnika).

Forma pracy

- Indywidualna.

Polecenie

- Uczniowie otrzymują małe karteczki. Na jednej kartce piszą swoje imię, na pozostałych mają za zadanie wypisać wszystkie umiejętności swoich najbliższych, które są w stanie sobie przypomnieć (umiejętności rodziców, starszego rodzeństwa, dziadków, bliższych i dalszych członków rodziny).
- UWAGA – uczniowie wypisują umiejętności członków rodziny, a nie wykonywane przez nich zawody (*Umiejętność – to praktyczna znajomość czegoś; to biegłość w wykonywaniu pewnych czynności*).
- Uczniowie rozkładają karteczki na podłodze, przyglądają się im. (Pytanie pomocnicze – *Czy to wszystko, co pamiętasz? Czy jesteś w stanie przypomnieć sobie może jeszcze jakieś umiejętności?*)
- Na karteczkę ze swoim imieniem uczniowie kładą te umiejętności członków rodziny, które identyfikują w sobie.
- Prezentacja na forum grupy.
- Analiza ćwiczenia – zadawanie pytań przez osobę prowadzącą:
 - *Ile wypisałaś/eś karteczek?*
 - *Jeśli stwierdzisz, że mało, to spróbuj zastanowić się, dlaczego? Z czego to wynika?*
 - *Dlaczego akurat te umiejętności członków Twojej rodziny przypisałaś/eś sobie?*
 - *Jakie uczucia towarzyszą Ci, gdy myślisz o tej umiejętności?*
 - *Czy jest to umiejętność, którą identyfikujesz w sobie, czy może jest to umiejętność, którą chciałabyś/chciałbyś mieć?*
 - *Czy wybrałaś/eś daną umiejętność w oderwaniu od sympatyzowania z osobą, która ją posiada czy też ta umiejętność jest ściśle związana z daną osobą?*
 - *Czy widzisz możliwość wykorzystania tej umiejętności w swoim przyszłym zawodowym życiu? W jaki sposób?*

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 1 po zakończeniu całego obszaru I)

Uczennica/uczeń odpowiada na pytania zadawane przez osobę prowadzącą:

- *Czy wymienienie umiejętności Twoich najbliższych sprawiło Ci trudność? Jeśli tak, to zastanów się i spróbuj odpowiedzieć, dlaczego? Z czym miałaś/eś największą trudność? (Nie znasz umiejętności swoich najbliższych? Ten temat Cię nie interesuje? Najbliźsi nie mają, Twoim zdaniem, żadnych umiejętności?)*
- *Jeśli wymienienie umiejętności Twoich najbliższych nie sprawiło Ci większych trudności, spróbuj się zastanowić, dlaczego? (Znasz doskonale umiejętności swoich najbliższych? Ich umiejętności są Twoimi umiejętnościami, więc są Ci szczególnie znane?)*

1. Inspiracją do opracowania *Rodzinnych umiejętności* było ćwiczenie *Korzenie* zamieszczone w opracowaniu: I. Greiner, I. Kania, E. Kudanowska, A. Paszkowska-Rogacz, M. Tarkowska, *Materiały metodyczno-dydaktyczne do planowania kariery zawodowej uczniów*, KOWEŻIU, Warszawa 2006, cz. 2, s. 43.

Ćwiczenie 2. Moja reklama²

Cel

- Określenie „mocnych stron”, w oparciu o które uczennica/uczeń mogłaby/mógłby planować karierę zawodową.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczennica/uczeń identyfikuje w sobie zdolności poznawcze oraz predyspozycje emocjonalne, które ułatwią jej/jemu zdobycie upragnionego zawodu.

Pomoce

- Czysta kartka A4; wersja rozszerzona – gazety, nożyczki, klej.

Forma pracy

- Indywidualna i w parach.

Przebieg ćwiczenia

Etap 1 – praca indywidualna

- Uczennica/uczeń w centralnej części kartki wpisuje swoje imię (ewentualnie może narysować swój symbol). Dookoła imienia (swojego symbolu) ma za zadanie wypisać jak najwięcej informacji na swój temat (cechy, zalety, pasje, czynności, które lubi wykonywać, zainteresowania, sposób spędzania czasu wolnego itp.).
- Uczennica/uczeń ma za zadanie zastanowić się, w jakich obszarach zawodowych najefektywniej mogłaby/mógłby wykorzystać swoje cechy, zalety, pasje.
- Inna wersja – uczennica/uczeń wycina z gazet ilustracje, informacje, fragmenty tekstu, które najlepiej ją/jego opisują. Nakleja na kartkę.

Etap 2 – praca w parach

- Podział par na osobę A i osobę B.
- Osoba A prezentuje swoje opracowanie koledze/koleżance. Osoba B ma za zadanie zastanowić się, w jakich zawodach (grupach zawodowych) osoba A mogłaby najskuteczniej wykorzystać swoje cechy, zalety, pasje itp. Dyskusja między uczestnikami. Pytania pomocnicze:
 - *Co myślisz o zawodach zaproponowanych Ci przez kolegę/koleżankę?*
 - *Które z nich uważasz za godne uwagi? Dlaczego?*
 - *Z którymi zupełnie się nie zgadzasz? Dlaczego?*
 - *Jak myślisz – które Twoje zalety mogą Ci się przydać w przyszłości (w odniesieniu do kariery zawodowej)?*
 - *Które mogą być przeszkodą? Dlaczego tak myślisz?*
- Zamiana ról.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 1 po zakończeniu całego obszaru I)

Uczennica/uczeń odpowiada na pytania zadawane przez osobę prowadzącą; wypełnia karty autodiagnozy:

- *Jaką masz wiedzę na temat swoich cech, zalet, pasji itp.?*
- *Jakiej wiedzy o sobie jeszcze potrzebujesz?*
- *Na ile potrafisz określić przydatność Twoich cech, zalet, pasji w zawodzie, które mogłabyś/mógłbyś wykonywać w przyszłości?*
- *Co myślisz o opinii innych osób na temat ewentualnych zawodów, które mogłabyś/mógłbyś w przyszłości wykonywać?*

Ćwiczenie 3. Moja rodzina ma głos

Cel

- Uświadomienie uczestnikom, jakie profesje, opinie i sądy na temat cenionych i niedocenianych zawodów funkcjonują w ich rodzinach.
- Umożliwienie uczestnikom odkrycia istniejących sądów i opinii, które mogą być znaczące dla młodych ludzi.
- Zwiększanie świadomości uczestników na temat stereotypów zawodowych funkcjonujących w ich rodzinach.



Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczennica/uczeń jest świadoma/y, iż przychodząc na świat w określonym środowisku (rodzinie), dziedziczy pewien zestaw możliwości, który zapewnia jej/hmu warunki ograniczające lub ułatwiające działanie oraz przyczyniające się do zdobywania różnorodnych doświadczeń.

Pomoce

- Kartki A4, długopisy.

Forma pracy

- Grupowa (3-4 osoby).

Przebieg

- Osoba prowadząca prosi uczestników, aby zastanowili się, jakie opinie na temat świata pracy i zawodów funkcjonują w ich rodzinach. Uczniowie próbują odpowiedzieć na następujące pytania:
 - *Jakie w rodzinach uczniów panują przekonania na temat tego, kim warto być? Jaki przekaz na temat pracy otrzymali w dzieciństwie (m.in. praca jako przekleństwo, pomaganie, praca jako pasja, hobby, praca jako twórczość, praca jako harówka, „grunt to nie wychylać się”, „musisz zdobyć wszystko”)?*
 - *Jakie zawody, zdaniem ich rodziców, warto wykonywać? Czego nie warto robić? Gdzie oraz z kim można realizować swoje plany zawodowe? Jakie profesje są szanowane? Jakie zawody są w ich rodzinach niepopularne? Jaki rodzaj pracy cenią członkowie ich rodzin?*
- Zadaniem grup jest spisanie rodzinnych poglądów na temat pracy i zawodów, ustosunkowanie się do nich oraz zaprezentowanie na forum grupy.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 1 po zakończeniu całego obszaru I)

Uczennica/uczeń odpowiada na pytania zadawane przez osobę prowadzącą; wypełnia kartę autodiagnozy

- *Czy potrafisz zidentyfikować poglądy Twojej rodziny na temat pracy i jej roli w życiu człowieka? Jakie one są?*
- *Czy jesteś w stanie wskazać pewne stereotypy/uprzedzenia członków Twojej rodziny w odniesieniu do dokonywania wyborów zawodowych? Co Ty o tym sądzisz?*
- *W jakim stopniu utożsamiasz się z tymi poglądami? (Podzielasz je? Nie zgadzasz się z nimi? Masz inne poglądy?)*

Ćwiczenie 4. Szkic upragnionego życia³

Cel

- Pobudzenie refleksji na temat wizji własnej przyszłości.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczennica/uczeń posiada zdolność postępowania się wyobraźnią (nie skupiając się na ograniczeniach i przeciwwskazaniach) w konstruowaniu wizji swojej przyszłości.

Pomoce

- Duże arkusze papieru, flamastry (lub farby).

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Uczniowie mają za zadanie narysować (na dużym arkuszu papieru) obraz swojego upragnionego życia. Powinno się na nim znaleźć jak najwięcej szczegółów: wygląd, miejsce zamieszkania, rodzaj wykonywanej pracy, sposób spędzania wolnego czasu.
- Uwaga – zadanie polega na tym, aby na obrazie „puścić wodze fantazji”, jakby wszystko było możliwe.
- Prezentacja na forum grupy (lub zorganizowanie „wystawy” pt. *Szkic upragnionego życia*).

3. Ćwiczenie w powszechnym stosowaniu, zaadoptowane na potrzeby narzędzia *Kalejdoskop Kariery*.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia**(praca z kartą autodiagnozy 1 po zakończeniu całego obszaru I)**

Uczennica/uczeń odpowiada na pytania zadawane mu przez osobę prowadzącą, wypełnia kartę autodiagnozy:

- *Czy masz łatwość w posługiwaniu się wyobraźnią?*
- *W jakim stopniu potrafisz wyobrazić sobie swoje przyszłe życie i nie ograniczać się rzeczywistością?*
- *W jakim stopniu jesteś w stanie zobrazować swoje wyobrażenie?*
- *Jeśli identyfikujesz trudności, to zastanów się, z czego mogą one wynikać?*
- *Jakie emocje towarzyszyły Ci w trakcie wyobrażania sobie swojego przyszłego życia?*

AUTODIAGNOZACel

- Rozpoznanie własnych zasobów (swoje „mocne strony” i umiejętności), które mogą być wykorzystane w realizacji celów zawodowych.
- Rozpoznanie zasobów rodzinnych i środowiskowych (umiejętności członków rodziny).
- Zebranie dalszych informacji do wykorzystania w indywidualnej rozmowie z doradcą zawodowym.

Pomoce

- Karty autodiagnozy 1a i 1b.

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Osoba prowadząca rozdaje uczestnikom karty autodiagnozy. Wykorzystując pytania zawarte w ramkach (na końcu każdego ćwiczenia) uczniowie dokonują autodiagnozy.
- Ewentualna dyskusja.

Obszar drugi

Ścieżki edukacyjne i zawodowe

Ćwiczenie 5. Rodzinna giełda zawodów⁴

Cel

- Zachęcenie młodych ludzi do zainteresowania się światem pracy i zawodów swoich bliskich.
- Zwrócenie uwagi uczestników na pojawiające się tendencje w podejmowanych w rodzinie wyborach (uświadomienie istniejących w rodzinie tradycji zawodowych).

Funkcja diagnostyczna

- Określenie możliwości posługiwania się wzorami ról zawodowych z najbliższego otoczenia w konstruowaniu modelu własnej roli zawodowej uczennicy/ucznia.

Pomoce

- Kartki A4 (opcjonalnie duże arkusze papieru), flamastry.

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Osoba prowadząca prosi uczestników, aby wypisali zawody, które wykonywane są przez członków ich rodzin (można do tego celu użyć czystej kartki, schematu/diagramu lub ilustracji drzewa). Warto zwrócić uwagę, aby uczniowie sięgnęli pamięcią również do osób z dawnych pokoleń. Warto zachęcać, aby uczniowie spróbowali dotrzeć do jak największej ilości osób i informacji.
- Analiza ćwiczenia w oparciu o następujące pytania:
 - *Czy można w rodzinie wyróżnić zawody powtarzające się? Jakie to są zawody? Czy są takie, które można uznać za tradycję rodzinną? Czy są zainteresowani jej kontynuowaniem?*
 - *Jakie zawody są uczniom szczególnie bliskie? Dlaczego?*
 - *Który zawód najbardziej uczniów zaskoczył? O których zawodach mają najmniejszą wiedzę?*
- Prezentacja swoich opracowań na forum grupy.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 2 po zakończeniu całego obszaru II)

Uczennica/uczeń odpowiada na pytania zadawane przez osobę prowadzącą:

- *Czy wymienienie zawodów wykonywanych w Twojej rodzinie sprawiło Ci trudność? Jeśli tak, to zastanów się i spróbuj odpowiedzieć, dlaczego? Z czym miałaś/eś największą trudność? (Nie znasz zawodów swoich najbliższych? Twój najbliżsi mają zawody, których nie znasz lub niewiele o nich wiesz? Nie masz żadnych wspomnień, ani dobrych ani złych, i nie możesz o nich wspomnieć w tym ćwiczeniu? Nie potrafiłaś/eś sięgnąć pamięcią zbyt daleko? Na schemacie znajdują się osoby jedynie z Twojego najbliższego otoczenia? Twój najbliżsi nie byli aktywni zawodowo?).*
- *Jeśli wymienienie zawodów wykonywanych w Twojej rodzinie nie sprawiło Ci większych trudności, spróbuj się zastanowić, dlaczego? (Znasz doskonale zawody swoich najbliższych? Niektórzy z nich wykonują zawód, o którym Ty również marzysz? Bez problemu sięgasz pamięcią nawet w dalsze generacje – znasz to z opowiadań żyjących członków rodziny?).*

Ćwiczenie 6. Praca moich marzeń

Cel

- Pobudzenie refleksji na temat wizji własnej przyszłości.

Funkcja diagnostyczna

- Rozpoznanie, jakiego rodzaju potrzeba reguluje pojawienie się określonej wizji pracy.
- Rozpoznanie, na ile uczennica/uczeń posiada już gotowość do określenia pracy swoich marzeń.

Pomoce

- Karta pracy 1, kartki A4, długopis.

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Uczniowie mają za zadanie wypisać 3 propozycje pracy, którą chcieliby wykonywać w przyszłości. Uzupełnianie karty pracy 1 – *Co najbardziej podoba Ci się w tym zawodzie? Po co Ci ta praca...?*

4. Inspiracją do *Rodzinnej giełdy zawodów* było m.in. ćwiczenie *Przodkowie* zamieszczone w opracowaniu: I. Greiner (i in.), dz. cyt., cz. 3, s. 43.

- Dyskusja grupowa (zwłaszcza w odniesieniu do ostatniej kolumny karty pracy stanowiącej odwołanie do świata wartości ucznia).
- Następnie uczennica/uczeń jest proszona/y o podjęcie decyzji i zaznaczenie jednego wyboru (spośród 3 wcześniej wybranych), który mogłaby/mógłby określić jako „pracę swoich marzeń”.
- Dyskusja grupowa – jakie czynniki zadecydowały o wyborze tego właśnie zawodu?

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 2 po zakończeniu całego obszaru II)

Uczennica/uczeń odpowiada na pytania zadawane przez osobę prowadzącą:

- *Czy określenie kilku zawodów, które mogłabyś/mógłbyś w przyszłości wykonywać sprawiło Ci trudność? Jeśli tak, to zastanów się i spróbuj odpowiedzieć, dlaczego? Z czym miałaś/eś największą trudność? (Jeszcze nie wiesz, co chcesz robić? Nie masz wyobrażeń na ten temat? Obawiasz się swojej zawodowej przyszłości?).*
- *Jeśli określenie zawodów, które mogłabyś/mógłbyś w przyszłości wykonywać nie sprawiło Ci większych trudności, spróbuj się zastanowić, dlaczego? (Od dawna masz konkretną wizję swojej przyszłości? Nie masz żadnego wyboru – musisz realizować wizję rodziców? Itp.).*
- *Czy miałaś/eś trudność z dokonaniem ostatecznego wyboru? Jak myślisz, dlaczego?*
- *Do jakich wartości, istotnych dla Ciebie, odwołujesz się odpowiadając na pytanie: po co Ci ta praca?*

Ćwiczenie 7. Piramida sukcesu⁵



Cel

- Uświadomienie uczestnikom znaczenia umiejętności zdobywania informacji o interesujących zawodach w procesie planowania własnej kariery zawodowej.
- Stworzenie uczestnikom zainteresowanym wybranymi profesjami okazji do określania potencjalnych ścieżek zawodowych/kariery.
- Ćwiczenie umiejętności stawiania celów w zakresie planowania ścieżki kariery zawodowej.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczennica/uczeń posiada wiedzę na temat systemu szkolnego i jego powiązania ze zdobywaniem konkretnego zawodu.

Pomoce

- Karta pracy 2, długopis.

Forma pracy

- Indywidualna i grupowa.

Przebieg

Etap 1 – praca indywidualna

- Uczniowie otrzymują Kartę pracy 2. Na szczycie piramidy wpisują zawód swoich marzeń (wybór z poprzedniego ćwiczenia). Na poszczególnych piętrach piramidy wypisują wszystko to, co należy zrobić, aby dojść do upragnionego zawodu (poszczególne szkoły, praktyka zawodowa, kursy).

Etap 2 – praca grupowa

- Wystawa prac.
- Uczniowie na forum grupy dzielą się swoimi opracowaniami. Wspólna dyskusja i wspólne uzupełnianie (ewentualnie – korekta) opracowań.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 2 po zakończeniu całego obszaru II)

Uczennica/uczeń udziela odpowiedzi na pytania osoby prowadzącej:

- *Jak określasz swoją wiedzę na temat drogi edukacyjnej prowadzącej do wymarzonego zawodu?*
- *Jakiej wiedzy na temat zdobycia wymarzonego zawodu najbardziej Ci brakuje?*
- *Które z pięter piramidy uważasz za najtrudniejsze do zrealizowania?*
- *Które z pięter piramidy uważasz za najłatwiejsze do zrealizowania?*
- *Zaznacz stopień wykonania ćwiczenia na skali od 1 do 6.*

5. Ćwiczenie w powszechnym stosowaniu, zaadoptowane na potrzeby narzędzia *Kalejdoskop Kariery*.

Ćwiczenie 8. Zawodowa sieć wsparciaCel

- Próba identyfikacji osób, które mogłyby się stać dla uczennicy/ucznia źródłem informacji na temat interesującego ją/jego zawodu.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, czy uczennica/uczeń zna w swoim otoczeniu osoby, które mogłyby być dla niej/niego źródłem informacji o zawodach oraz wsparcia w dokonywaniu wyboru zawodu.

Pomoce

- Karta pracy 3, długopis.

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Uczniowie otrzymują Kartę pracy 3. Zadanie polega na narysowaniu swojej zawodowej sieci wsparcia. Mając na uwadze pracę swoich marzeń, mają wpisać do sieci wsparcia osoby (instytucje) według kryteriów zamieszczonych w Karcie pracy 3.
- Uczennica/uczeń odpowiada na następujące pytanie: *Z którą z tych osób porozmawiałabyś/porozmawiałbyś, aby uzyskać więcej informacji na temat interesującego Cię zawodu? O co byś zapytała/zapytał? Sporządź listę pytań do tej osoby.*

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia**(praca z kartą autodiagnozy 2 po zakończeniu całego obszaru II)**

Uczennica/uczeń udziela odpowiedzi na pytania osoby prowadzącej:

- *Zastanów się, na ile narysowana przez Ciebie sieć wsparcia jest „żywą siecią”, tzn. kiedy miałaś/eś ostatni kontakt z tymi osobami? Od której osoby otrzymałaś/eś już kiedyś wsparcie? Czy wszystkie te osoby darzysz sympatią? Czy osoby z Twojej sieci znają się wzajemnie?*
- *Czy jest jakiś krąg, którego nie wypełniłaś/eś? Który z nich był dla Ciebie najtrudniejszy?*

AUTODIAGNOZACel

- Rozpoznanie umiejętności obserwowania i analizowania karier zawodowych różnych osób.
- Zebranie dalszych informacji do wykorzystania w indywidualnej rozmowie z doradcą zawodowym.

Pomoce

- Karta autodiagnozy 2a i 2b.

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Osoba prowadząca rozdaje uczestnikom karty autodiagnozy. Wykorzystując pytania zawarte w ramkach (na końcu każdego ćwiczenia) uczniowie dokonują autodiagnozy.
- Ewentualna dyskusja.

Obszar trzeci

Strategie radzenia sobie ze zmianą

Ćwiczenie 9. Jabłka

Cel

- Przećwiczenie umiejętności radzenia sobie w trudnej sytuacji.

Funkcja diagnostyczna

- Identyfikacja siły walki w dążeniu do celu.
- Określenie, na ile uczennica/uczeń posiada umiejętność opracowywania strategii radzenia sobie w sytuacjach trudnych (nieprzewidywanych, niezaplanowanych).

Pomoce

- Jabłka (po 1 dla każdego uczestnika); przedmioty do obierania jabłek (kryterium – narzędzia muszą być tępe, by obieranie jabłka sprawiało trudność, np. drewniana szpatułka lekarska, plastikowa łyżeczka, plastikowe mieszadło).

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Każdy uczestnik dostaje jabłko oraz tępe narzędzie do obierania (jw.). Zadanie polega na obraniu jabłka przy użyciu tego narzędzia.
- Analiza ćwiczenia z wykorzystaniem pytań:
 - *Jaką miałeś/eś strategię na obieranie jabłka?*
 - *Co było najtrudniejsze?*
 - *Jakie uczucia Ci towarzyszyły w trakcie wykonywania zadania?*
 - *Czy miałeś/eś ochotę zrezygnować i przerwać zadanie?*
 - *Co Cię powstrzymało przed rezygnacją z wykonywania zadania? (Lub: Co ostatecznie spowodowało przerwanie zadania?)*

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 3 po zakończeniu całego obszaru III)

- *Na ile identyfikujesz w sobie siłę walki i uporę w dążeniu do celu (pomimo kolejnych niepowodzeń)? Jeśli stwierdzasz, że masz w sobie dużą siłę walki, zastanów się, z czego to może wynikać? Co ta sytuacja mówi o Tobie?*
- *Na ile identyfikujesz w sobie chęć rezygnacji w sytuacji, którą oceniasz jako niemożliwą (trudną) do wykonania? Jeśli identyfikujesz w sobie chęć rezygnacji i wycofania się z trudnego zadania, spróbuj się zastanowić, co może być tego powodem?*

Ćwiczenie 10. Jedno zdarzenie

Cel

- Identyfikacja zdolności poznawczych, zdolności działania (jako reagowania lub inicjowania) oraz predyspozycji emocjonalnych ułatwiających radzenie sobie z wielorakim wpływem środowiska.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczennica/uczeń identyfikuje w sobie zdolności poznawcze i wykonawcze oraz predyspozycje emocjonalne, które ułatwiają jej/jemu radzenie sobie z wpływem środowiska.
- Określenie, na ile uczennica/uczeń jest aktywnym podmiotem, który kształtuje własną karierę, inicjuje pewne sytuacje, stwarza sobie tym samym możliwości zdobycia doświadczeń, dokonuje generalizacji samoobserwacji oraz nieustannie rozwija swoje umiejętności zadaniowe.

Pomoce

- Karta pracy 4.

Forma pracy

- Grupowa (4 osoby).

Przebieg

- Podział grupy na mniejsze zespoły. Uczniowie mają za zadanie przypomnieć sobie jedno zdarzenie z ich życia, które nie potoczyło się tak, jak to sobie wcześniej zaplanowali. Rozmowa na ten temat w zespołach. Zespoły wybierają jedno zdarzenie, nad którym będą pracować.
- Praca z Kartą pracy 4.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 3 po zakończeniu całego obszaru III)

- Na ile potrafisz określić przyczyny, z powodu których wcześniejsze założenia musiały zostać zmienione?
- Czy uczucie i myśli, jakie się wówczas pojawiały, były motywujące czy hamowały chęć dalszego działania?
- Czy identyfikujesz w sobie łatwość w dokonywaniu zmian w zaplanowanych przedsięwzięciach? Które Twoje cechy ułatwiają Ci to zadanie?
- Czy identyfikujesz w sobie trudność w dokonywaniu zmian w zaplanowanych przedsięwzięciach? Jak myślisz, które Twoje cechy utrudniają Ci to zadanie?

Ćwiczenie 11. Gra Jak w kalejdoskopie (wersja 1)

Cel

- Uświadomienie nieprzewidywalności przyszłości i budowanie w sobie gotowości na zmiany, których źródła mogą być od nas niezależne.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie sposobu reagowania na nieprzewidziane wydarzenia, które mogą utrudnić wykonanie wcześniej zaplanowanego działania.
- Określenie, na ile uczennica/uczeń potrafi nadać szczęśliwy (pozytywny, konstruktywny) obrót nieoczekiwanym wydarzeniom w sferze zawodowej.

Pomoce

- Gra *Jak w kalejdoskopie*, wersja 1.

Forma pracy

- Grupowa.

Przebieg

- Podział grupy na 3 zespoły.
- Każdy otrzymuje kartę **Historia Igora** (gra *Jak w kalejdoskopie*, wersja 1).
- Następnie grupy otrzymują kopertę z powycinanymi kartami opisującymi zawód (technik hotelarstwa) – **Klocki kariery**. Uczniowie muszą dobrać karteczki odpowiednie do danego zawodu (zadania zawodowe, miejsce pracy, predyspozycje) i ułożyć je w jakiejś formie (wieży, muru itp.).
- W trakcie pracy osoba prowadząca informuje, że wydarzyło się coś nieprzewidzianego. Każda grupa losuje inne zdarzenie (**Zdarzenie losowe - Zmiana sytuacji zawodowej Igora**).
- Zadanie polega na ułożeniu karteczek od nowa z uwzględnieniem aktualnej sytuacji (praca z kartą – **Puste klocki kariery**). Polecenie – *Zastanówcie się, co może zrobić w tej sytuacji Igor? Jakiego rodzaju wiedza i umiejętności będą mu potrzebne, aby zmienić swoją sytuację zawodową? W otrzymanych pustych kwadratach dopiszcie minimum 5 propozycji.*

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 3 po zakończeniu całego obszaru III)

- Który etap zadania sprawił Ci większą trudność – etap konstruowania kariery (budowania, wznoszenia) czy etap jej rekonstrukcji (odbudowywania na nowo)?
- Jaka była Twoja reakcja na nieprzewidziane zdarzenia?
- Jaka postawę przyjmowałeś/eś podczas pracy w zespole – czynną (podawałeś/eś wiele rozwiązań, motywowałeś/eś grupę) czy bierną (byłeś/eś jedynie obserwatorem lub w niewielkim stopniu angażowałeś/eś się w pracę grupy)? Jak myślisz, co jest tego powodem?

Ćwiczenie 12. Ćwiczenia „przeciwpożarowe”

Cel

- Przygotowanie do racjonalnych i logicznych działań na wypadek metaforycznego „pożaru” (utrata pracy, niedostanie się do wymarzonej szkoły itd.).
- Przećwiczenie umiejętności opracowywania strategii radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych (nieprzewidzianych, niezaplanowanych).
- Uświadomienie nieprzewidywalności przyszłości i budowanie w sobie gotowości na zmiany, których źródła mogą być od nas niezależne.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie sposobu reagowania na nieprzewidziane wydarzenie, które mogą utrudnić wykonanie wcześniej zaplanowanego działania.
- Rozpoznanie, na ile uczennica/uczeń potrafi nadać szczęśliwy (pozytywny, konstruktywny) obrót nieoczekiwanym wydarzeniom w sferze zawodowej.

Pomoce

- Karta pracy 2 (Piramida sukcesu).

Forma pracy

- Indywidualna i w parach.

Przebieg

Etap 1 – praca indywidualna

- Uczniowie powracają do Karty pracy 2 (Piramida sukcesu), na której wyrysowywali drogę edukacyjną do swojego wymarzonego zawodu.
- Każda uczennica/ każdy uczeń ma za zadanie wyobrazić sobie najgorszy z możliwych scenariusz; coś nieprzewidzianego, zaskakującego i negatywnego, co może się wydarzyć w drodze do zawodu swoich marzeń.
- Wynotowanie kilku takich sytuacji, które przychodzą im do głowy.
- Próba zastanowienia się, co można zrobić w nowej (nieprzewidzianej) sytuacji. Opracowanie planu działania dostosowanego do nowych okoliczności.

Etap 2 – praca w parach

- Uczniowie w parach omawiają ćwiczenie; próba rozszerzenia planu działania o propozycje kolegi/ koleżanki.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 3, po zakończeniu całego obszaru III)

- *Często okazuje się, że sytuacja realna, będąca przedmiotem niepokoju, zwykle nie jest nawet w części tak straszna, jak sytuacja przywołana w pamięci. Co więcej – okazuje się, że nawet w najgorszej wersji wydarzenia nasz umysł podsuwa nam konkretne rozwiązania. Zobacz jak to było w Twojej sytuacji.*
- *Jakie uczucia pojawiały się w sytuacji, gdy musiałas/ eś wyobrazić sobie najgorszą ewentualność?*

AUTODIAGNOZA

Cel

- Rozpoznanie umiejętności dokonywania zmian w zaplanowanych działaniach.
- Rozpoznanie umiejętności dążenia do celu (pomimo kolejnych niepowodzeń).
- Zebranie dalszych informacji do wykorzystania w indywidualnej rozmowie z doradcą zawodowym.

Pomoce

- Karty autodiagnozy 3a, 3b.

Forma pracy

- Indywidualna.

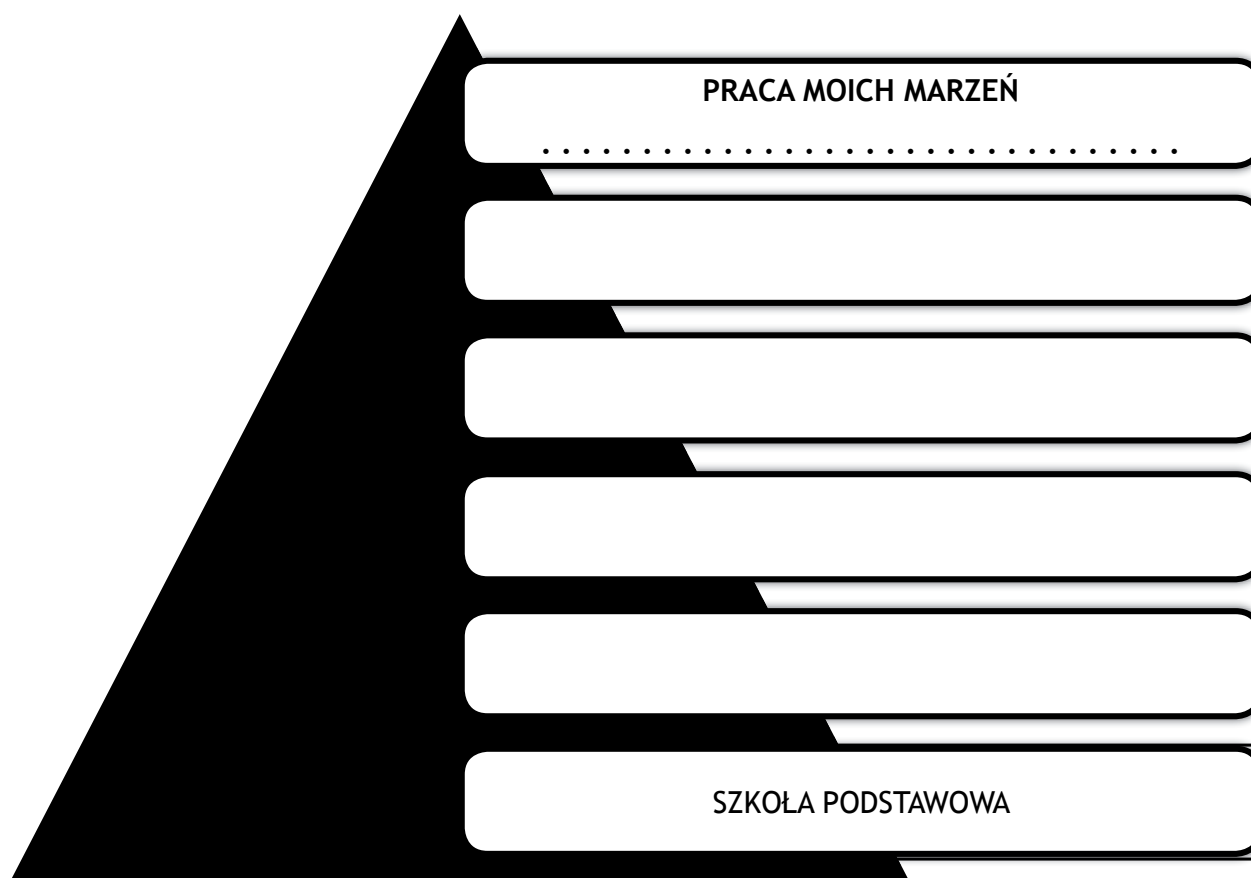
Przebieg

- Osoba prowadząca rozdaje uczestnikom karty autodiagnozy. Wykorzystując pytania zawarte w ramkach (na końcu każdego ćwiczenia) uczniowie dokonują autodiagnozy.
- Ewentualna dyskusja.

Karta pracy 1 – Praca moich marzeń

	Zawód, który mogłabym/ mógłbym w przyszłości wykonywać	Co najbardziej podoba mi się w tym zawodzie?	Po co mi ta praca...?
1
2
3

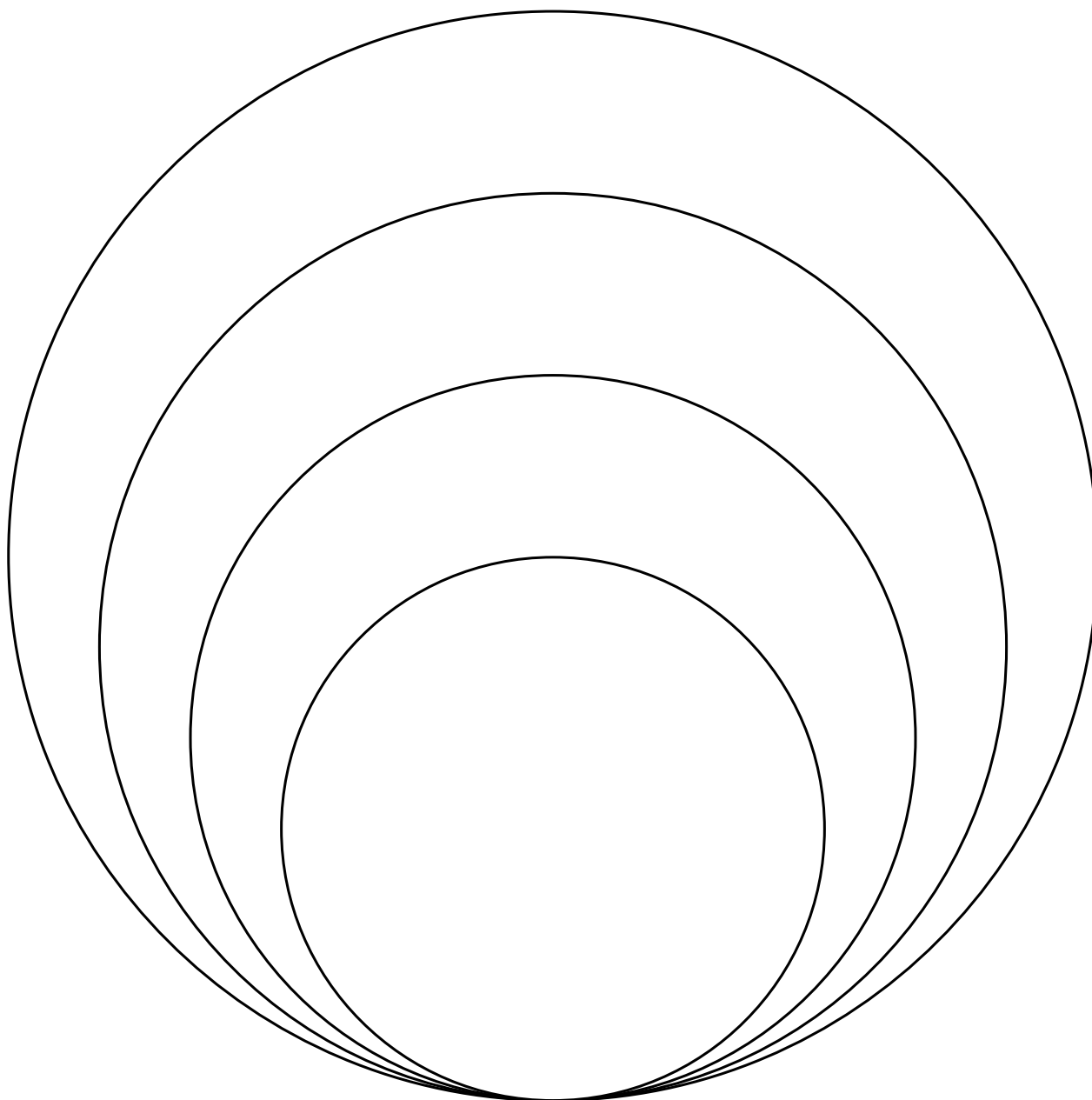
Karta pracy 2 – Piramida sukcesu



Karta pracy 3 – Zawodowa sieć wsparcia

Zawód:

.....



- **Okrąg I** – osoby, które wykonują interesujący Cię zawód i które znasz osobiście.
- **Okrąg II** – osoby, które wykonują dany zawód, ale których nie znasz osobiście.
- **Okrąg III** – osoby, które nie wykonują interesującego Cię zawodu, ale które znasz osobiście i w dodatku mogą Ci posłużyć jakąkolwiek radą/wskazówką w kwestii tego zawodu.
- **Okrąg IV** – osoby, które nie wykonują danego zawodu, których nie znasz osobiście, ale wiesz, że mogą posłużyć Ci jakąkolwiek radą/wskazówką w kwestii tego zawodu.

Karta pracy 4 – Jedno zdarzenie

Opisz wybrane przez grupę zdarzenie, które potoczyło się inaczej, niż było pierwotnie zaplanowane. Udzielcie w zespole odpowiedzi na poniższe pytania:

- Co było powodem, że Twoje plany nie mogły zostać zrealizowane zgodnie z wcześniejszym zamierzeniem? (Przyczyny zewnętrzne/wewnętrzne).

.....

.....

.....

.....

- Jakie emocje towarzyszyły Ci w momencie, gdy zorientowałeś/eś się, że Twoje zamiary (plany) nie będą mogły być zrealizowane? Co czułeś/eś?

.....

.....

.....

.....

- Co wówczas myślałeś/eś? (Na swój temat, na temat innych, na temat tego zdarzenia).

.....

.....

.....

.....

- Co miałeś/eś ochotę zrobić? Co zrobiłeś/eś?

.....

.....

.....

.....

- Co można było jeszcze w tej sytuacji zrobić?

.....

.....

.....

.....

ROZDZIAŁ 2

Scenariusze zajęć grupowych dla uczniów szkoły ponadgimnazjalnej

Obszar pierwszy

Zasoby osobiste, rodzinne i środowiskowe

Ćwiczenie 1. Szkic upragnionego życia

Ćwiczenie 2. Mandala działania

Ćwiczenie 3. Oswajanie problemów

Ćwiczenie 4. Moja rodzina ma głos

Autodiagnoza (karta autodiagnozy 1a i 1b)

Obszar drugi

Ścieżki edukacyjne i zawodowe

Ćwiczenie 5. Rodzinna giełda zawodów

Ćwiczenie 6. Drogi i bezdroża

Ćwiczenie 7. Przymiarka zawodów

Ćwiczenie 8. Czynniki kariery

Autodiagnoza (karta autodiagnozy 2)

Obszar trzeci

Strategie radzenia sobie ze zmianą

Ćwiczenie 9. Jabłka

Ćwiczenie 10. Gra Jak w kalejdoskopie (wersja 1, 2)

Ćwiczenie 11. Oswajanie lęku przed zmianą

Ćwiczenie 12. Różne wersje kariery

Autodiagnoza (karta autodiagnozy 3a i 3b)

Obszar pierwszy

Zasoby osobiste, rodzinne i środowiskowe

Ćwiczenie 1. Szkic upragnionego życia⁶

Cel

- Pobudzenie refleksji na temat wizji własnej przyszłości.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczennica/uczeń posiada zdolność postępowania się wyobraźnią (nie koncentrując się na ograniczeniach i przeciwwskazaniach) w konstruowaniu wizji swojej przyszłości.

Pomoce

- Duże arkusze papieru, flamastry (lub farby).

Forma pracy

- Indywidualna, grupowa.

Przebieg

Etap 1 – praca indywidualna

- Uczniowie mają za zadanie narysować (na dużym arkuszu papieru) obraz swojego upragnionego życia. Powinno się na nim znaleźć jak najwięcej szczegółów: wygląd, miejsce zamieszkania, rodzaj wykonywanej pracy, sposób spędzania wolnego czasu.
- Uwaga – zadanie polega na tym, aby rysując na papierze pofolgować wyobraźni, oderwać się od rzeczywistości.
- Prezentacja na forum grupy (lub zorganizowanie „wystawy” pt. *Szkic upragnionego życia*).

Etap 2 – praca grupowa

- W trakcie prezentacji (lub po obejrzeniu wystawy pt. *Szkic upragnionego życia*) grupa stara się zidentyfikować umiejętności (predyspozycje, cechy), jakie powinno się posiadać (lub nad którymi powinno się pracować), aby móc urealnić wizję swojej przyszłości.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 1a po zakończeniu całego obszaru I)

Uczennica/uczeń odpowiada na pytania zadawane jej/jemu przez osobę prowadzącą; wypełnia kartę autodiagnozy:

- *Czy masz łatwość w postępowaniu się wyobraźnią?*
- *W jakim stopniu potrafisz wyobrazić sobie swoje przyszłe życie i nie ograniczać się rzeczywistością?*
- *W jakim stopniu jesteś w stanie zobrazować swoje wyobrażenia?*
- *Jeśli identyfikujesz trudności, to zastanów się, z czego mogą one wynikać?*
- *Jakie emocje towarzyszyły Ci w trakcie wyobrażania sobie swojego przyszłego życia?*
- *Czy identyfikujesz w sobie umiejętności wskazywane przez grupę (lub czy jesteś zainteresowany rozpoczęciem pracy nad nimi)?*

Ćwiczenie 2. Mandala działania

Cel

- Określanie swoich zasobów, które mogą być przydatne w przyszłej pracy zawodowej.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczennica/uczeń rozpoznaje w sobie zasoby przydatne w przyszłej pracy zawodowej.

Pomoce

- Karta pracy 1 (Mandala działania).

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Uczniowie mają za zadanie zastanowić się tylko nad aspektem zawodowym z ćwiczenia *Szkic upragnionego życia* – nad wizją przyszłej pracy/ aktywności zawodowej.
- Praca z Kartą pracy 1 – tworzenie mandali działania; uczennica/uczeń odpowiada na pytania, a odpowiedzi wpisuje w mandalę:

6. Ćwiczenie w powszechnym stosowaniu, zaadoptowane na potrzeby narzędzia *Kalejdoskop Kariery*.

- Co chciałabyś/chciałbyś robić w przyszłości (priorytet)?
- Jakie już posiadasz cechy (umiejętności), które ułatwiłyby Ci realizację tej wizji?
- Jakich cech/zdolności jeszcze nie posiadasz?
- Jakie konkretne rzeczy musisz zrobić, aby wprowadzić swój priorytet w życie?

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 1a po zakończeniu całego obszaru I)

Uczennica/uczeń odpowiada na pytania zadawane mu przez osobę prowadzącą; wypełnia kartę autodiagnozy 2:

- Jak oceniasz swoje możliwości w realizacji priorytetu?
- W jakim stopniu sprawiło Ci trudność określenie cech, które już posiadasz (które umożliwią Ci realizację priorytetu)?
- W jakim stopniu sprawiło Ci trudność określenie cech, które powinieneś nabyć, aby zrealizować priorytet?
- Czy wiesz, co konkretnego mógłbyś zrobić, aby przybliżyć się do realizacji priorytetu? Na ile określenie tego było dla Ciebie łatwe/trudne?

Ćwiczenie 3. Oswajanie problemów

Cel

- Określenie, na ile uczennica/uczeń jest aktywnym podmiotem, który kształtuje własną karierę, inicjuje pewne sytuacje, stwarza sobie możliwości zdobywania doświadczeń, dokonuje generalizacji samoobserwacji oraz nieustannie rozwija swoje umiejętności zadaniowe.

Funkcja diagnostyczna

- Rozpoznanie zasobów, którymi dysponuje uczennica/uczeń (zasobów osobistych, rodzinnych oraz środowiskowych).

Pomoce

- Czyste kartki, Karta pracy 2 (Oswajanie problemów).

Forma pracy

- Indywidualna, grupowa.

Przebieg

1. Każdy z uczestników wypisuje na kartce najczęstsze problemy, jakich doświadcza w szkole, podczas nauki, podczas praktyk lub w wykonywanej pracy (nawiązanie do poprzedniego ćwiczenia – wypisane problemy mogą stać się bowiem przeszkodami do zrealizowania wizji swojego przyszłego życia).
2. Każdy z uczestników wypełnia Kartę pracy 2 (problemy, które może sam rozwiązać i jak to może zrobić; problemy, których nie może sam rozwiązać i dlaczego, w trzeciej części wypisuje problemy, które może rozwiązać przy wsparciu innych osób, kogo konkretnie?).
3. Na forum grupy każdy z uczestników odczytuje, co zapisał na karcie, a reszta grupy wymienia pomysły, co jeszcze pomogłoby danej osobie pokonać przeszkody w rozwiązywaniu problemów.
4. Analiza ćwiczenia z wykorzystaniem pytań:
 - Co Ci pomogło w podziale problemów na 3 rodzaje?
 - Jak myślisz teraz o swoich problemach?
 - Czego nauczyło Cię to ćwiczenie?

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 1a po zakończeniu całego obszaru I)

- Na ile identyfikujesz swoje problemy i potrafisz je poklasyfikować przydzielając do 3 grup (sam potrafisz je rozwiązać, nie potrafisz ich rozwiązać, możesz je rozwiązać przy pomocy innych)?
- Na ile potrafisz dokonywać samoobserwacji na temat swoich umiejętności radzenia sobie z problemami i zdobywania nowych doświadczeń w procesie nauki/pracy?
- Co myślisz o opiniach innych osób na temat różnych możliwości poradzenia sobie z problemami?

Ćwiczenie 4. Moja rodzina ma głos

Cel

- Uświadomienie uczestnikom, jakie profesje, opinie i sądy na temat cenionych i niedocenianych zawodów funkcjonują w ich rodzinach.



- Umożliwienie uczestnikom odkrycia istniejących sądów i opinii, które mogą być znaczące dla młodych ludzi.
- Zwiększanie świadomości uczestników na temat stereotypów zawodowych funkcjonujących w ich rodzinach.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczennica/uczeń jest świadomy, iż przychodząc na świat w określonym środowisku (rodzinie), dziedziczy pewien zestaw możliwości, który zapewnia mu warunki ograniczające lub ułatwiające działanie oraz dostarczający mu różnorodnych doświadczeń.

Pomoce

- Kartki A4, długopisy.

Forma pracy

- W grupach (3-4 osobowych).

Przebieg

- Osoba prowadząca prosi uczestników, aby zastanowili się, jakie opinie na temat świata pracy i zawodów funkcjonują w ich rodzinach. Uczniowie próbują odpowiedzieć na następujące pytania:
 - *Jakie w rodzinach uczniów panuje przekonanie na temat tego, kim warto być? Jaki przekaz na temat pracy otrzymali w dzieciństwie (m.in. praca jako przekleństwo, pomaganie, praca jako pasja, hobby, praca jako twórczość, praca jako harówka, „grunt to się nie wychylaj”, „musisz zdobyć wszystko”)?*
 - *Jakie zawody zdaniem ich rodziców warto wykonywać? Czego nie warto robić? Gdzie oraz z kim można realizować swoje plany zawodowe? Jakie profesje są szanowane? Jakie zawody są w ich rodzinach niepopularne? Jaki rodzaj pracy cenią członkowie ich rodzin?*
- Zadaniem grup jest spisanie rodzinnych poglądów na temat pracy i zawodów, ustosunkowanie się do nich oraz zaprezentowanie na forum grupy.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 1b po zakończeniu całego obszaru I)

Uczennica/uczeń odpowiada na pytania zadawane mu przez osobę prowadzącą; wypełnia kartę autodiagnozy:

- *Czy potrafisz zidentyfikować poglądy Twojej rodziny na temat pracy i jej roli w życiu człowieka? Jakie one są?*
- *Czy jesteś w stanie wskazać pewne stereotypy/uprzedzenia członków Twojej rodziny w odniesieniu do dokonywania wyborów zawodowych? Co o tym sądzisz?*
- *W jakim stopniu utożsamiasz się z tymi poglądami (podzielasz je, nie zgadzasz się z nimi, masz inne zdanie)?*

AUTODIAGNOZA

Cel

- Rozpoznanie własnych zasobów (swoje „mocne strony” i umiejętności) które mogą być wykorzystane w realizacji celów zawodowych.
- Rozpoznanie zasobów rodzinnych i środowiskowych (umiejętność identyfikowania opinii i sądów panujących w rodzinie na temat świata pracy i pożądanych oraz niepożądanych zawodów).
- Zebranie dalszych informacji do wykorzystania w indywidualnej rozmowie z doradcą zawodowym.

Pomoce

- Karta autodiagnozy 1a i 1b.

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Osoba prowadząca rozdaje uczestnikom karty autodiagnozy. Wykorzystując pytania zawarte w ramkach (na końcu każdego ćwiczenia) uczniowie dokonują autodiagnozy.
- Ewentualna dyskusja.

Obszar drugi

Ścieżki edukacyjne i zawodowe

Ćwiczenie 5. Rodzinna giełda zawodów⁷

Cel

- Zachęcenie młodych ludzi do zainteresowania się światem pracy i zawodów swoich bliskich.
- Zwrócenie uwagi uczestników na pojawiające się tendencje w wyborach podejmowanych w rodzinie (uświadomienie istniejących w rodzinie tradycji zawodowych).

Funkcja diagnostyczna

- Określenie możliwości posługiwania się wzorami ról zawodowych z najbliższego otoczenia w konstruowaniu modelu własnej roli zawodowej ucznia.

Pomoce

- Kartki A4 (opcjonalnie duże arkusze papieru), flamastry.

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Prowadzący prosi uczestników, aby napisali zawody, które wykonywane są przez członków ich rodziny (można do tego celu użyć czystej kartki, schematu/diagramu lub ilustracji drzewa). Warto zwrócić uwagę, aby uczniowie sięgnęli pamięcią również do osób z wcześniejszych pokoleń. Warto zachęcać, aby uczniowie spróbowali dotrzeć do jak największej liczby osób i informacji.
- Analiza ćwiczenia w oparciu o następujące pytania:
 - Czy można w rodzinie wyróżnić zawody powtarzające się? Jakie to są zawody? Czy są takie, które można uznać za tradycję rodzinną? Czy uczniowie są zainteresowani jej kontynuowaniem?
 - Jakie zawody są uczniom szczególnie bliskie? Dlaczego?
 - Który zawód najbardziej uczniów zaskoczył? O których zawodach mają najmniejszą wiedzę?
- Wymienione w ćwiczeniu zawody rodzinne uczniowie porządkują w trzy grupy: 1) zawód, który mogłabym/mógłbym wykonywać; 2) praca minimum; 3) zawód, którego nigdy nie chciałabym/nie chciałbym wykonywać). Uwaga – uczniowie dokonują wyboru jedynie spośród zawodów „rodziny”.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 2 po zakończeniu całego obszaru II)

Uczennica/uczeń odpowiada na pytania zadawane przez osobę prowadzącą:

- Czy wymienienie zawodów wykonywanych w Twojej rodzinie sprawiło Ci trudność? Jeśli tak, to zastanów się i spróbuj odpowiedzieć, dlaczego? Z czym miałaś/eś największą trudność? (Np. nie znasz zawodów swoich najbliższych; Twoi najbliżsi mają zawody, których nie znasz lub niewiele o nich wiesz; nie masz żadnych wspomnień [ani dobrych ani złych] i nie możesz o nich wspomnieć w tym ćwiczeniu; nie potrafiłaś/eś sięgnąć pamięcią zbyt daleko – np. na schemacie znajdują się osoby jedynie z Twojego najbliższego otoczenia; Twoi najbliżsi nie byli aktywni zawodowo).
- Jeśli wymienienie zawodów wykonywanych w Twojej rodzinie nie sprawiło Ci większych trudności, to spróbuj się zastanowić, dlaczego? (Np. znasz doskonale zawody swoich najbliższych; niektórzy z nich wykonują zawód, o którym Ty również marzysz; bez problemu sięgasz pamięcią nawet w odległe dzieje rodziny – znasz to z opowiadań żyjących członków rodziny).

Ćwiczenie 6. Drogi i bezdroża

Cel

- Rekonstrukcja wiedzy na temat etapów drogi zawodowej własnego rodzica w kontekście wcześniejszych planów rodzica, drogi edukacyjnej i dokonywanych wyborów.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, czy uczennica/uczeń uświadamia sobie drogi edukacyjne i wybory zawodowe rodziców, czy może z tych doświadczeń czerpać wzory dla własnych wyborów.

Pomoce

- Kartki (duży format), flamastry.

Forma pracy

- Indywidualna.

7. Ćwiczenie w powszechnym stosowaniu, zaadoptowane na potrzeby narzędzia *Kalejdoskop Kariery*.

Przebieg**Etap 1 – Drogi**

- Uczennica/uczeń ma za zadanie przeanalizować drogę zawodową jednego ze swoich rodziców /opiekunów (sama/sam ma zdecydować, czy będzie to mama czy tato).
- Na kartce uczennica/uczeń rysowuje etapy drogi zawodowej swojego rodzica (w dowolnej formie: drabiny, piramidy, drogi, szlaku górskiego, innej). Wykonując rysunek uwzględnia odpowiedzi na pytania:
 - *O jakiej pracy rodzic marzył jako dziecko?*
 - *Do jakiej szkoły podstawowej uczęszczał (dużej/matej, w mieście/na wsi)?*
 - *Jaką wybrał szkołę średnią?*
 - *Co się działo po ukończeniu szkoły średniej?*
 - *Jakie prace wykonywał w swoim życiu?*
 - *Czy lubił swoją pracę? Jak o niej mówił?*
 - *Jak często ją zmieniał?*

Etap 2 – Bezdroża

- Uczniowie zastanawiają się i zamieszczają na rysunku drogę, którą w swoim życiu odrzucił rodzic. Zaznaczają również niespełnione marzenia zawodowe rodziców.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 2 po zakończeniu całego obszaru II)

- *Czy narysowanie drogi zawodowej Twojego rodzica sprawiło Ci trudność? Jeśli tak, to zastanów się i spróbuj odpowiedzieć, dlaczego? Z czym miałeś największą trudność (np. nie wiesz jak taka droga wyglądała; nie wiesz, o czy marzył Twój rodzic, gdy był dzieckiem; nie potrafisz określić jego stopnia zadowolenia z wykonywanej pracy; w domu nigdy się o tym nie rozmawiało)?*
- *Jeśli narysowanie drogi zawodowej Twojego rodzica nie sprawiło Ci większych trudności, to spróbuj się zastanowić, dlaczego? (Np. wiesz jakie szkoły ukończył; wiesz o czym marzył jako dziecko; potrafisz określić jego stosunek emocjonalny do wykonywanej pracy; w domu często się o tym rozmawiało).*
- *Czy widzisz możliwość kontynuacji drogi zawodowej Twojego rodzica? Czy na drodze zawodowej Twojego rodzica był choć jeden punkt, który wyjątkowo Cię zainteresował?*
- *Jak skomentujesz drogę zawodową, którą odrzucił Twój rodzic?*

Ćwiczenie 7. Przymiarka zawodów⁸Cel

- Rozbudzenie wyobraźni dotyczącej wizji zawodu/ów, który/e uczennica/uczeń mogłaby/mógłby w przyszłości wykonywać w zgodzie z własnymi predyspozycjami i upodobaniami.

Funkcja diagnostyczna

- Zbadanie, czy uczennica/uczeń potrafi wyobrazić sobie, jaki zawód/zawody mogłaby/mógłby w przyszłości wykonywać, a jakich by się nie podjęła/nie podjął i jakimi kryteriami kieruje się w tych wyborach.

Pomoce

- Kartki (duży format), flamastry, Karta pracy 3 (Przymiarka zawodów).

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Zadaniem uczniów jest sporządzenie listy wszystkich zawodów, które kiedykolwiek w przeszłości dopasowywali do siebie. Można rozpocząć od wspomnień dotyczących zabaw z dzieciństwa.
- Analiza tej listy – uczniowie pracują z Kartą pracy 3 – *Co Ci się najbardziej podobało w tych zawodach?*
- Ciąg dalszy analizy – Wymienione zawody uczniowie grupują w trzy kolumny: 1) zawód, który mogłabym/mógłbym wykonywać; 2) praca minimum (mogłabym/mógłbym ją podjąć jako alternatywę dla bezrobocia); 3) zawód, którego nigdy nie chciałabym/ nie chciałbym wykonywać. Uwaga – dokonując tego rozróżnienia uczniowie biorą pod uwagę jedynie te zawody, które kiedykolwiek do siebie „przymierzali”.
- Prezentacja swoich opracowań na forum grupy.

8. Ćwiczenie w powszechnym stosowaniu, zaadoptowane na potrzeby narzędzia *Kalejdoskop Kariery*.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 2 po zakończeniu całego obszaru II)

- Jak dużo zawodów jesteś w stanie wymienić?
- Zwróć uwagę na to, czy są one z tej samej grupy zawodowej czy z różnych?
- Zastanów się, jakie wartości decydowały o „przymiarce” danego zawodu?
- Jakie emocje Ci towarzyszą, gdy wspominasz zabawy z dzieciństwa?
- Czy wśród grupy zawodów, które „przymierzałeś/przymierzałaś” jest taki, który zwraca teraz Twoją uwagę?

Ćwiczenie 8. Czynniki karieryCel

- Zestawienie i porównanie dwóch możliwości przebiegu kariery zawodowej.
- Ćwiczenie umiejętności wyodrębnienia czynników, które przyczyniają się do rozwoju kariery edukacyjnozawodowej.

Funkcja diagnostyczna

- Badanie umiejętności identyfikowania przez uczennicę/ucznia czynników mających wpływ na przebieg kariery edukacyjnozawodowej.

Pomoce

- Kartki (duży format), flamastry, Karty pracy 4a i 4b.

Forma pracy

- Grupowa.

Przebieg

- Osoba prowadząca dzieli klasę na 4 zespoły. Każdy z zespołów otrzymuje opis przebiegu kariery edukacyjnozawodowej Grzeska. Dwie grupy otrzymują kartę pracy 9a, dwie pozostałe kartę pracy 9b (karta 9a to opis kariery zawodowej zakończonej sukcesem, karta pracy 9b to opis kariery zawodowej zakończonej porażką).
- Grupy, które otrzymały opis kariery zakończonej sukcesem, koncentrują się na wyodrębnieniu czynników pozytywnych.
- Grupy, które otrzymały opis kariery zakończonej porażką, mają za zadanie wyróżnić czynniki negatywne, które sprawiły, że Grzesiek poniósł porażkę.
- Podpowiedź dla osoby prowadzącej – czynniki pozytywne:
 - *znajomość siebie oraz swoich zainteresowań, uzdolnień i umiejętności;*
 - *rozwijanie zainteresowań i pasji;*
 - *umiejętność wyznaczania celów oraz planowania kariery edukacyjno-zawodowej;*
 - *korzystanie z pomocy i wsparcia doradcy zawodowego oraz rodziców;*
 - *świadomy wybór ścieżki edukacyjnej (w oparciu o analizę oferty edukacyjnej szkół) oraz zawodowej;*
 - *aktywność edukacyjna;*
 - *znajomość trendów oraz sytuacji na rynku pracy;*
 - *znajomość metod szukania pracy oraz aktywne poszukiwanie zatrudnienia;*
 - *aktywność zawodowa;*
 - *aktywna postawa wobec życia;*
 - *cechy charakteru: pracowitość, zaangażowanie, optymizm, wiara we własne możliwości, otwartość na zmiany i nowe doświadczenia.*
- Podpowiedź dla osoby prowadzącej – czynniki negatywne:
 - *nieznajomość siebie oraz swoich zainteresowań, uzdolnień i umiejętności;*
 - *zaprzestanie rozwijania swoich zainteresowań i pasji;*
 - *brak umiejętności wyznaczania celów oraz planowania kariery edukacyjno-zawodowej;*
 - *niekorzystanie z pomocy i wsparcia doradcy zawodowego oraz rodziców;*
 - *nieprzemyślany wybór ścieżki edukacyjnej i zawodowej;*
 - *brak aktywności edukacyjnej;*
 - *nieznajomość trendów oraz sytuacji na rynku pracy;*
 - *nieznajomość metod szukania pracy oraz nieefektywne poszukiwanie zatrudnienia;*
 - *brak aktywności zawodowej;*
 - *bierna postawa wobec życia;*
 - *cechy charakteru: niepewność, obojętność, brak wiary w siebie i swoje możliwości, pesymizm, brak otwartości na zmiany i nowe doświadczenia.*

Obszar trzeci

Strategie radzenia sobie ze zmianą

Ćwiczenie 9. Jabłka

Cel

- Przećwiczenie umiejętności radzenia sobie w trudnej sytuacji.

Funkcja diagnostyczna

- Identyfikacja siły walki w dążeniu do celu.
- Określenie, na ile uczennica/uczeń posiada umiejętność opracowywania strategii radzenia sobie w sytuacjach trudnych (nieprzewidywanych, niezaplanowanych).

Pomoce

- Jabłka (po jednym dla każdego uczestnika); przedmioty do obierania jabłek (kryterium – muszą być tępe, by obieranie jabłka sprawiało trudność, np. drewniana szpatułka lekarska, plastikowa łyżeczka, plastikowe mieszadło).

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Każdy uczestnik dostaje jabłko oraz tępe narzędzie do obierania (jw.). Zadanie polega na obraniu jabłka przy użyciu tego narzędzia.
- Analiza ćwiczenia z wykorzystaniem pytań:
 - *Jaką miałeś strategię na obieranie jabłka?*
 - *Co było najtrudniejsze?*
 - *Jakie uczucia Ci towarzyszyły w trakcie wykonywania zadania?*
 - *Czy miałeś ochotę zrezygnować i przerwać zadanie?*
 - *Co Cię powstrzymało przed rezygnacją z wykonywania zadania? (Lub: Co ostatecznie spowodowało przerwanie zadania?)*

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 3b po zakończeniu całego obszaru III)

- *Na ile identyfikujesz w sobie siłę walki i uporę w dążeniu do celu (pomimo kolejnych niepowodzeń)? Jeśli stwierdzasz, że masz w sobie dużą siłę walki, zastanów się, z czego to może wynikać? Co ta sytuacja mówi o Tobie?*
- *Na ile identyfikujesz w sobie chęć rezygnacji w sytuacji, którą oceniasz jako niemożliwą (trudną) do wykonania? Jeśli identyfikujesz w sobie chęć rezygnacji i wycofania się z trudnego zadania, to spróbuj się zastanowić, co może być tego powodem?*

Ćwiczenie 10. Gra Jak w kalejdoskopie (wersja 1, 2)

Cel

- Uświadomienie nieprzewidywalności przyszłości i budowanie w sobie gotowości na zmiany, których źródła mogą być od nas niezależne.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie sposobu reagowania na nieprzewidywane wydarzenia, które mogą utrudnić wykonanie wcześniej zaplanowanego działania.
- Określenie, na ile uczennica/uczeń potrafi nadać szczęśliwy (pozytywny, konstruktywny) obrót nieoczekiwanym wydarzeniom w sferze zawodowej.

Pomoce

- Gra Jak w kalejdoskopie (wersja 1, 2).

Forma pracy

- Grupowa.

Przebieg

Etap 1

- Podział grupy na 4 zespoły.
- Dwa zespoły otrzymują kartę pracy – **Historia Anny** (kucharz), kolejne dwa zespoły – kartę pracy **Historia Igora** (technik hotelarstwa).

Etap 2

- Następnie grupy otrzymują kopertę z powycinanymi kartami opisującymi zawód; dwie grupy otrzymują kopertę z powycinaną kartą pracy **Klocki kariery – kucharz**; kolejne dwie otrzymuje kopertę z powycinaną kartą pracy **Klocki kariery – technik hotelarstwa**.
- Uczniowie muszą dobrać odpowiednie do zawodu karteczki (zadania zawodowe, miejsce pracy, predyspozycje) i ułożyć je w jakiejś formie (wieży, muru itp.).

Etap 3

- W trakcie pracy osoba prowadząca informuje, że wydarzyło się coś nieprzewidzianego (przedstawiciel każdej grupy losuje jedno zdarzenie): dwie grupy losują zdarzenie z koperty z wyciętą kartą pracy – **Zdarzenie losowe (zmiana sytuacji zawodowej Anny)**; kolejne dwie grupy losują zdarzenie z koperty z wyciętą kartą pracy – **Zdarzenie losowe (Zmiana sytuacji zawodowej Igora)**.
- Zadanie polega na ułożeniu karteczek od nowa z uwzględnieniem aktualnej sytuacji. Osoba prowadząca rozdaje grupom powycinaną kartę – **Puste klocki kariery** i mówi: *Zastanówcie się, co może zrobić w tej sytuacji Anna/ Igor? Jakiego rodzaju wiedza i umiejętności będą jej/ jemu potrzebne, aby zmienić swoją sytuację zawodową? W otrzymanych pustych kwadratach dopiszcie minimum 6 propozycji.*

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 3a, 3b po zakończeniu całego obszaru III)

- *Który etap zadania sprawił Ci większą trudność – etap konstruowania kariery (budowania, wznoszenia) czy etap jej rekonstrukcji (odbudowywania na nowo)?*
- *Jaka była Twoja reakcja na nieprzewidziane zdarzenia?*
- *Jaką postawę przyjmowałaś/eś podczas pracy w zespole – czynną (podawałaś/eś wiele rozwiązań, motywowałaś/eś grupę) czy bierną (byłaś/eś jedynie obserwatorem lub w niewielkim stopniu angażowałaś/eś się w pracę grupy)? Jak myślisz, co jest tego powodem?*

Ćwiczenie 11. Oswajanie lęku przed zmianąCel

- Ćwiczenie umiejętności „wybiegania wprzód” i spojrzenia na aktualny problem z perspektywy czasu.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, czy uczennica/uczeń posiada umiejętność radzenia sobie ze zmianą, w sytuacji gdy nie jesteśmy pewni rezultatów naszych działań (sukces lub porażka).

Pomoce

- Karta pracy 5 (Oswajanie lęku przed zmianą).

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Każda uczennica/każdy uczeń otrzymuje Kartę pracy 9. Pracuje nad jej wypełnieniem. Odpowiada na pytania:
 - *Jakich trzech zadań podjętybyś/podjętybyś się, gdybyś była/był absolutnie pewna/pewien, że nie istnieje ryzyko porażki?*
 - *W rzeczywistym świecie porażka – niepożądany wynik – zawsze jest możliwa. Biorąc to pod uwagę określ, czy byłabyś/byłbyś gotów wykonać te trzy zadania w prawdziwym życiu? Uzasadnij odpowiedź.*
 - *Gdyby wykonanie któregoś z tych zadań nie powiodło się, czy ponowiłabyś/ponowiłbyś próbę? Dlaczego?*
 - *Wyobraź sobie, że nie podejmujesz próby i w obawie przed ryzykiem rezygnujesz z realizacji zadania. A teraz wyobraź sobie siebie za 20 lat (ile masz lat...?). Jak się czujesz, kiedy patrzysz wstecz i przypominasz sobie, że strach przed porażką powstrzymał Cię przed wprowadzeniem tego, na czym bardzo Ci zależało?*

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia**(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 3b po zakończeniu całego obszaru III)**

- *W jakim stopniu lęk przed porażką wpływa na Twoją chęć do działania? Jak myślisz, z czego to wynika?*
- *Na ile jesteś gotowa/gotów powtarzać wykonanie zadania w sytuacji ponoszenia porażki?*
- *Ostatnie polecenie dotyczy tzw. „projekcji czasu” (tj. wybiegania „wprzód” i spojrzenia na aktualny problem z perspektywy czasu). Spróbuj odpowiedzieć na pytania: Co się zmienia w postrzeganiu sytuacji? Jak się zmienia Twoje nastawienie? Co czujesz? Co masz ochotę zrobić? itp.*

Ćwiczenie 12. Różne wersje karieryCel

- Zaplanowanie przez uczennicę/ucznia alternatywnych ścieżek edukacyjnych prowadzących do wykonywania dwóch wymarzonych zawodów (z uwzględnieniem sytuacji zmiany).

Funkcja diagnostyczna

- Badanie elastyczności uczennicy/ucznia w planowaniu drogi edukacyjnej pod kątem możliwych przyszłych zawodów.

Pomoce

- Kartki, flamastry.

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Praca przebiega w 3 etapach.
- Etap 1 – uczestnicy są proszeni o wyobrażenie sobie pracy swoich marzeń (co najbardziej chcieliby robić zawodowo) oraz o wyrysowanie ścieżki edukacyjnej prowadzącej ich do realizacji tego marzenia.
- Etap 2 – uczestnicy są poproszeni o wyobrażenie sobie, że z jakichś powodów (nieprzewidzianych, niezaplanych) nie mogą pójść tą ścieżką edukacyjną, nie będą mogli zdobyć pracy swoich marzeń. Muszą więc zdecydować się na pracę drugiego wyboru. Co by to mogło być? (Nowa praca związana jest z nową ścieżką edukacyjną. Jeśli uczniowie wiedzą, jak ona powinna przebiegać, to mogą ją narysować. Jeśli nie wiedzą, to przechodzą do etapu trzeciego).
- Etap 3 – po raz kolejny, z jakichś nieprzewidzianych powodów uczennica/uczeń nie może podążać ścieżką wcześniej wybraną (ścieżką drugiego wyboru). Na jaką kolejną ścieżkę edukacyjną mogłaby/mógłby się zdecydować? Jaką pracę mogłaby/mógłby jeszcze ewentualnie wykonywać?

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia**(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 3a po zakończeniu całego obszaru III)**

- *Czy miałaś/eś problem z ustaleniem, co miałyby być pracą Twoich marzeń? Jeśli tak, to jak myślisz, dlaczego? Jeśli nie, to również zastanów się, dlaczego?*
- *Co czułaś/eś, gdy musiałaś/eś porzucić pracę swoich marzeń na rzecz „pracy drugiego wyboru”?*
- *Co miałaś/eś ochotę zrobić w sytuacji, gdy usłyszałaś/eś, że Twoje plany nie mogą zostać zrealizowane?*
- *Sprawdź, na ile jesteś elastyczna/y w tworzeniu alternatywnych wizji kariery zawodowej? Ile jeszcze wariantów kariery zawodowej mogłabyś/mógłbyś wymyślić?*

AUTODIAGNOZACel

- Rozpoznanie umiejętności dokonywania zmian w zaplanowanych działaniach.
- Rozpoznanie umiejętności dążenia do celu (pomimo kolejnych niepowodzeń).
- Zebranie dalszych informacji do wykorzystania w indywidualnej rozmowie z doradcą zawodowym.

Pomoce

- Karty autodiagnozy 3a, 3b.

Forma pracy

- Indywidualna.

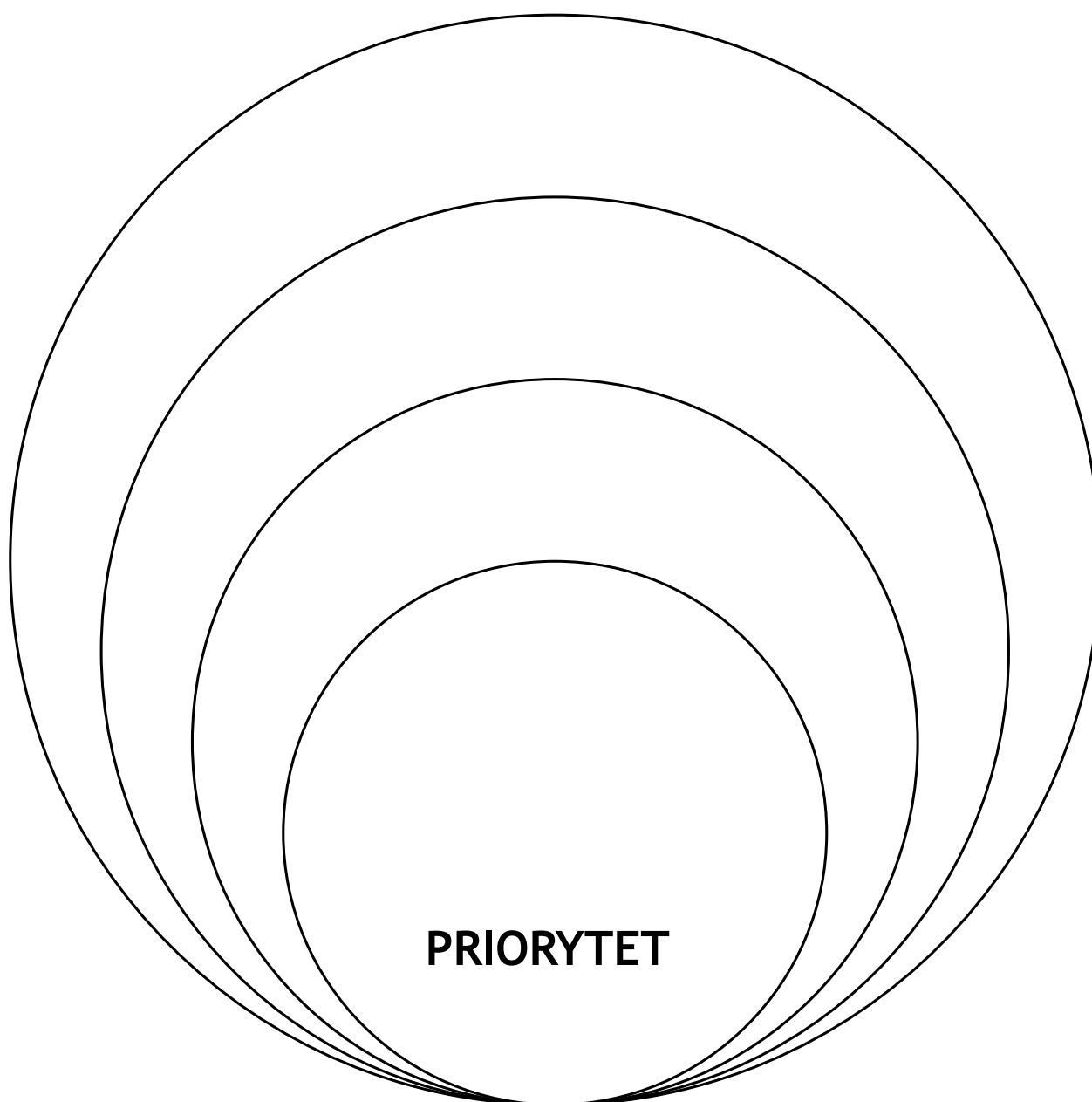
Przebieg

- Osoba prowadząca rozdaje uczestnikom karty autodiagnozy. Wykorzystując pytania zawarte w ramkach (na końcu każdego ćwiczenia). Uczniowie dokonują autodiagnozy.
- Ewentualna dyskusja.

Karta pracy 1 – Mandala działania




Zawód:

.....



- **okrag I** – Co chciałabyś/chciałbyś robić w przyszłości (priorytet)?
- **okrag II** – Jakie już posiadasz cechy (umiejętności), które ułatwiłyby Ci realizację tego priorytetu?
- **okrag III** – Jakich cech/zdolności jeszcze nie posiadasz?
- **okrag IV** – Jakie konkretne rzeczy musisz zrobić, aby wprowadzić swój priorytet w życie?

Karta pracy 2 – Oswajanie problemów

Problemy, które możesz rozwiązać sama/sam	Problemy, których nie możesz sama/sam rozwiązać	Problemy, które możesz rozwiązać przy wsparciu innych osób
 <p>JAK TO ZROBIC?</p>	 <p>DLACZEGO?</p>	 <p>JAKICH OSÓB?</p>

Karta pracy 3 – Przymiarka zawodów

Zawód, który mogłabym/mógłbym w przyszłości wykonywać	Co najbardziej podoba mi się w tym zawodzie?

Karta pracy 4a

– Czynniki kariery (kariera zakończona sukcesem)

Grzesiek od najmłodszych lat interesował się biologią. W swoim pokoju prowadził hodowlę różnych gatunków owadów i w każdej wolnej chwili oglądał programy przyrodnicze. W szkole podstawowej był prymusem w zakresie przedmiotów przyrodniczych, a w gimnazjum najlepiej ze wszystkich uczniów zdał część egzaminu gimnazjalnego dotyczącą przedmiotów ścisłych.

Wraz z upływem czasu jego pasja rozwijała się i pochłaniała go coraz bardziej. Ze względu na świadomość własnych zainteresowań, doskonale wiedział, że szkołą średnią, którą wybierze, będzie liceum ogólnokształcące z klasą o profilu biologiczno-chemicznym. Dodatkowo, trafność tego wyboru potwierdziła rozmowa z doradcą zawodowym, podczas której Grzesiek wykonał test predyspozycji zawodowych, a także dyskusja z rodzicami. Wybrał się również na Targi Edukacyjne w celu zapoznania się z ofertą różnych szkół i wybrania tej najlepszej dla siebie.

Grzesiek był w liceum bardzo aktywny i co roku uczestniczył w olimpiadach biologiczno-chemicznych, w których uzyskiwał doskonałe wyniki. Podczas nauki w liceum Grzegorz skupiał się również na planowaniu dalszej drogi edukacyjnej i zawodowej. Dzięki temu, że doskonale potrafił wyznaczać i formułować kolejne cele, decyzję o dalszej edukacji podjął bardzo szybko. Postanowił, że uda się na biotechnologię, gdzie będzie mógł wykorzystać i rozwijać swoje zdolności i pasje. Dodatkowo, dzięki śledzeniu informacji na temat zmian zachodzących na rynku pracy, wiedział, że biotechnolog jest zawodem przyszłości, w którym stosunkowo łatwo będzie można uzyskać zatrudnienie. Złożył więc papiery na wybrany kierunek i został studentem. Jego aktywność i pasja w zakresie biotechnologii, oprócz intensywnej nauki, przejawiała się także w założeniu koła naukowego studentów biotechnologii, którego stał się prezesem. Ponadto, często odbywał praktyki w różnych firmach, aby doskonalić swoje umiejętności. Bardzo lubił zmiany i był otwarty na nowe wyzwania i doświadczenia. Sesje i egzaminy były dla niego trudnym okresem, ale dzięki swojej determinacji, głębokiej motywacji i pracowitości, zawsze zdawał je z dobrymi ocenami. Jego działania zapoczątkowały. Ukończył studia z wyróżnieniem i zaczął szukać pracy.

Korzystał ze wszystkich możliwych metod szukania pracy, które poznał podczas konsultacji z doradcą zawodowym – czytał ogłoszenia w prasie i w Internecie, uruchomił sieć kontaktów, korzystał z ofert biur karier, urzędu pracy, agencji pośrednictwa pracy, a także udawał się z pytaniem o możliwość zatrudnienia bezpośrednio do pracodawców. Dzięki takiej aktywności oraz determinacji wielu pracodawców pozytywnie rozpatrzyło jego aplikację. Ostatecznie podjął zatrudnienie w Instytucie Biotechnologii, gdzie pracował nad roślinami transgenicznymi i jednocześnie robił doktorat. Nie była to łatwa praca – kosztowała go wiele nerwów oraz nieudanych eksperymentów. Jednak dzięki ogromnemu zaangażowaniu oraz wierze we własny siły osiągał coraz więcej i wspinał się na coraz wyższe szczeble kariery. W efekcie został noblistą i obecnie wygłasza wykłady na wielu uniwersytetach świata, podczas których dzieli się ze słuchaczami swoją pasją i sukcesem.

Karta pracy 4b

– Czynniki kariery (kariera zakończona porażką)

Grzegorz od najwcześniejszych lat interesował się biologią. W swoim pokoju prowadził hodowlę różnych gatunków owadów i w każdej wolnej chwili oglądał programy przyrodnicze. W szkole podstawowej był prymusem w zakresie przedmiotów przyrodniczych, a w gimnazjum najlepiej ze wszystkich uczniów zdał część egzaminu gimnazjalnego dotyczącą przedmiotów ścisłych. W momencie jednak, gdy przyszedł czas na podjęcie decyzji dotyczącej wyboru dalszej ścieżki kształcenia, czuł się bezradny i zagubiony. Pomimo tego, że szkolny doradca zawodowy zapraszał go na konsultacje, a rodzice nalegali na rozmowę, nie skorzystał z ich pomocy, przez co sam zmagał się z problemem. Poczucie niewiedzy przeplatało się z obojętnością. Grzesiek ostatecznie stwierdził, że właściwie jest mu to całkowicie obojętne, którą szkołę ponadgimnazjalną wybierze, ponieważ swoje zainteresowania może rozwijać w czasie wolnym. W efekcie wybrał więc trzy przypadkowe licea ogólnokształcące i zdecydował się na pierwsze, do którego się dostał, także ze względu na jego korzystną lokalizację w pobliżu domu.

W szkole tej został przydzielony do klasy o profilu humanistycznym, który był sprzeczny z jego zainteresowaniami. Chodził zatem do szkoły, ale bardzo męczył się podczas lekcji. Dodatkowo, ze względu na brak czasu, przestał rozwijać swoje zainteresowania. Grzesiek nie miał już motywacji do nauki i działania. Wielki krokami zbliżał się natomiast czas matury i wyboru przedmiotów maturalnych. Ze względu na brak pomysłu na siebie i wizji swojej przyszłości, wybrał wiodące przedmioty w swojej klasie – historię i WOS. Często powtarzał „jakoś to będzie”, ale nie planował i nie wyznaczał sobie konkretnych celów.

Grzegorz nie wiedział, w jakim kierunku ma się rozwijać. Nie znał swoich umiejętności i mocnych stron. Nie zastanawiał się, jakie zawody mogłyby zapewnić mu pracę w przyszłości, ponieważ nie interesował się zmianami zachodzącymi na rynku pracy. Studia wybrał więc pod kątem przedmiotów zdawanych na maturze, a więc kierunki humanistyczne. Żaden z nich go tak naprawdę nie interesował, więc przypadkowo i za namową kolegi zdecydował się na historię. Był jednak ze swojego wyboru niezadowolony. Studia nudziły go i po roku zrezygnował z nauki. Nie wiedział, co zrobić ze swoją przyszłością. Stwierdził, że wybierze inny kierunek studiów, który może okazać się ciekawszy. Kolejnym wyborem była zatem socjologia. Ukończył studia ze średnimi wynikami, nie znajdując w nich pasji. Skupił się zatem na szukaniu pracy. Nie posiadał jednak wyraźnie sprecyzowanego miejsca, w którym chciałby pracować. Oferty pracy czerpał tylko z Internetu, przez co bardzo trudno było mu znaleźć zatrudnienie. I tak mijał miesiąc za miesiącem, a Grześkowi towarzyszyło fatalne samopoczucie, spadek wiary w siebie i swoje możliwości oraz pesymizm. Pewnego wieczoru, gdy zastanawiał się nad sobą, doszedł do wniosku, że popełnił fatalny błąd i zaprzepaścił swoje prawdziwe zainteresowania i uzdolnienia. Gdyby mógł cofnąć czas, z pewnością zaplanowałby swoją przyszłość i wyglądałaby ona zupełnie inaczej. Stwierdził, że teraz jest już za późno na zmiany i podjęcie kolejnych studiów na kierunku związanym z jego prawdziwymi zainteresowaniami. Postanowił zatem, że otworzy sklep zoologiczny. Nie był to jednak szczyt jego marzeń...

Karta pracy 5 – Oswajanie lęku przed zmianą

1. Jakich trzech zadań podjęłabyś/podjąłbyś się, gdybyś była/był absolutnie pewna/pewien, że nie istnieje ryzyko porażki?

.....

.....

.....

2. W rzeczywistym świecie porażka – niepożądany wynik – zawsze jest możliwa. Biorąc to pod uwagę określ, czy byłabyś/byłbyś gotowa/gotów wykonać te trzy zadania w prawdziwym życiu? Uzasadnij odpowiedź.

.....

.....

.....

3. Gdyby wykonanie któregoś z tych zadań nie powiodło się, czy ponowiłabyś/ponowiłbyś próbę? Dlaczego?

.....

.....

.....

4. Wyobraź sobie, że nie podejmujesz próby i w obawie przed ryzykiem rezygnujesz z realizacji zadania. A teraz wyobraź sobie siebie za 20 lat (ile masz lat teraz...?). Jak się czujesz, kiedy patrzysz wstecz i przypominasz sobie, że strach przed porażką powstrzymał Cię przed wprowadzeniem tego, na czym bardzo Ci zależało?

.....

.....

.....

ROZDZIAŁ 3

Scenariusze zajęć grupowych dla słuchaczy szkoły dla dorosłych

Obszar pierwszy

Zasoby osobiste, rodzinne i środowiskowe

Ćwiczenie 1. Umiejętności rodzinne (wersja rozszerzona)

Ćwiczenie 2. Moje umiejętności

Ćwiczenie 3. Dzień u rodzica w pracy

Ćwiczenie 4. Mapa przyszłości

Autodiagnoza (karta autodiagnozy 1 a i 1b)

Obszar drugi

Ścieżki edukacyjne i zawodowe

Ćwiczenie 5. Rodzinna giełda zawodów (wersja rozszerzona)

Ćwiczenie 6. Drogi i bezdroża

Ćwiczenie 7. Analiza zawodowych biografii

Ćwiczenie 8. Praca moich marzeń (wersja rozszerzona)

Autodiagnoza (karta autodiagnozy 2)

Obszar trzeci

Strategie radzenia sobie ze zmianą

Ćwiczenie 9. Domek z kart

Ćwiczenie 10. Gra Jak w kalejdoskopie (wersja 1,2,3)

Ćwiczenie 11. Ćwiczenia „przeciwpożarowe”

Autodiagnoza (karta autodiagnozy 3a i 3b)

Obszar pierwszy

Zasoby osobiste, rodzinne i środowiskowe

Ćwiczenie 1. Umiejętności rodzinne (wersja rozszerzona)⁹

Cel

- Refleksja nad tym, jakie umiejętności (zdolności, talenty) posiadają członkowie rodzin uczestników zajęć.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczestniczka/uczestnik identyfikuje umiejętności członków swojej rodziny oraz na ile identyfikuje w samej/samym sobie wybrane umiejętności.
- Określenie, w jakim stopniu uczestniczka/uczestnik widzi możliwość wykorzystania wybranych umiejętności w swoim przyszłym zawodowym życiu.

Pomoce

- Małe karteczki (po kilka dla każdej osoby).

Forma pracy

- Indywidualna.

Polecenie

- Uczestnicy otrzymują małe karteczki. Na jednej kartce piszą swoje imię, na pozostałych mają za zadanie napisać wszystkie umiejętności swoich najbliższych, które są w stanie sobie przypomnieć (*umiejętności rodziców, starszego rodzeństwa, dziadków, bliższych i dalszych członków rodziny*).
- UWAGA – uczestnicy piszą umiejętności członków rodziny, a nie wykonywane przez nich zawody (umiejętność – to praktyczna znajomość czegoś; to biegłość w wykonywaniu pewnych czynności).
- Uczniowie rozkładają karteczki na podłodze, przyglądają się im. Osoba prowadząca zadaje pytania:
 - *Czy to wszystko, co pamiętasz? Czy jesteś w stanie przypomnieć sobie może jeszcze jakieś umiejętności?*
 - *Spróbuj się zastanowić, które z tych umiejętności zostało wyuczonych w drodze edukacji, a które członkowie Twojej rodziny nabyli sami (w toku doświadczeń życiowych, z pasji itp.). Nawiązanie do edukacji nieformalnej (edukacja nieformalna to trwający przez całe życie proces kształtowania się postaw, wartości, umiejętności i wiedzy na podstawie różnych doświadczeń oraz edukacyjnego wpływu otoczenia: rodziny, znajomych, środowiska pracy, zabaw, rynku, mediów).*
- Na karteczkę ze swoim imieniem uczniowie kładą te umiejętności członków rodziny, które identyfikują w sobie.
- Prezentacja na forum grupy.
- Analiza ćwiczenia – zadawanie pytań przez osobę prowadzącą:
 - *Ile wypisałaś/eś karteczek?*
 - *Jeśli stwierdzisz, że mało, to spróbuj zastanowić się, dlaczego? Z czego to wynika?*
 - *Dlaczego akurat te umiejętności członków Twojej rodziny przypisałaś/eś sobie?*
 - *Jakie uczucia towarzyszą Ci, gdy myślisz o tej umiejętności?*
 - *Czy jest to umiejętność, którą identyfikujesz w sobie, czy może jest to umiejętność, którą chciałabyś/chciałbyś mieć?*
 - *Czy wybrałaś/eś daną umiejętność w oderwaniu od sympatyzowania z osobą, która ją posiada czy też ta umiejętność jest ściśle związana z daną osobą?*
 - *Czy widzisz możliwość wykorzystania tej umiejętności w swoim przyszłym zawodowym życiu? W jaki sposób?*

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 1 po zakończeniu całego obszaru I)

Uczestnik odpowiada na pytania zadawane przez osobę prowadzącą:

- *Czy napisanie umiejętności Twoich najbliższych sprawiło Ci trudność? Jeśli tak, to zastanów się i spróbuj odpowiedzieć, dlaczego? Z czym miałaś/eś największą trudność? (Nie znasz umiejętności swoich najbliższych? Ten temat Cię nie interesuje? Najbliżsi nie mają, Twoim zdaniem, żadnych umiejętności?).*
- *Jeśli napisanie umiejętności Twoich najbliższych nie sprawiło Ci większych trudności, spróbuj się zastanowić, dlaczego? (Znasz doskonale umiejętności swoich najbliższych? Ich umiejętności są Twoimi umiejętnościami, więc są Ci szczególnie znane?)*

9. Ćwiczenie w powszechnym stosowaniu, zaadoptowane na potrzeby narzędzia *Kalejdoskop Kariery*.

Ćwiczenie 2. Moje umiejętności



Cel

- Określenie „mocnych stron”, w oparciu o które uczestniczka/uczestnik mogłaby/mógłby planować karierę zawodową.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczestniczka/uczestnik identyfikuje w sobie zdolności poznawcze oraz predyspozycje emocjonalne, które ułatwią zdobycie upragnionego zawodu.

Pomoce

- Czysta kartka A4, gazety, nożyczki, klej, Karta pracy 1 (Moje umiejętności).

Forma pracy

- Indywidualna i w parach.

Przebieg ćwiczenia

Etap 1 – praca indywidualna

- Rozdanie Kart pracy 1.
- Osoba prowadząca prosi, aby uczestniczka/uczestnik przypomniała/przypomniał sobie konkretną sytuację, w której czuła/czuł się tak bardzo pochłonięta/y zadaniem, że czas mijał niepostrzeżenie, a ona/on nie czuła/nie czuł głodu, ani zmęczenia, tylko tzw. *flow* (ang. przepływ pozytywnej energii).
- Pytania kierowane do uczestników:
 - *Co dokładnie wówczas robiłaś/eś?*
 - *Jak opisałabyś/opisałbyś to uczucie, z czym Ci się ono kojarzy?*
- Następnie osoba prowadząca formułuje kolejne polecenie:
 - *Wyobraź sobie, że w zadaniu, które wówczas robiłaś/eś, ukryty jest Twój ogromny potencjał, wszystkie Twoje najmocniejsze strony. Wymień je.*
 - *Zidentyfikuj i wypisz te swoje umiejętności, które przynoszą Ci najwięcej radości. Nie musisz być w nich najlepsza/najlepszy, ale się cieszysz, kiedy je wykonujesz (są to tzw. umiejętności uniwersalne, potrafisz je stosować w każdej dziedzinie i w każdej pracy).*

Etap 2 – praca w parach

- Podział na osobę A i osobę B.
- Osoba A prezentuje swoje opracowanie koledze/koleżance. Osoba B ma za zadanie zastanowić się, w jakich zawodach (grupach zawodowych) osoba A mogłaby najskuteczniej wykorzystać swoje umiejętności, pasje itp. Dyskusja między uczestnikami. Pytania pomocnicze:
 - *Co myślisz o zawodach zaproponowanych Ci przez kolegę/koleżankę?*
 - *Które z nich uważasz za godne uwagi? Dlaczego?*
 - *Z którymi zupełnie się nie zgadzasz? Dlaczego?*
 - *Jak myślisz – które Twoje umiejętności mogą Ci się przydać w przyszłości (w odniesieniu do kariery zawodowej)?*
 - *Które mogą być przeszkodą? Dlaczego tak myślisz?*
- Zamiana ról.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 1 po zakończeniu całego obszaru I)

Uczestniczka/uczestnik odpowiada na pytania zadawane przez osobę prowadzącą; wypełnia kartę autodiagnozy:

- *Jaką masz wiedzę na temat swoich umiejętności, pasji itp.?*
- *Jakiej wiedzy o sobie jeszcze potrzebujesz?*
- *Na ile potrafisz określić przydatność Twoich cech, zalet, pasji w zawodzie, który mogłabyś/mógłbyś wykonywać w przyszłości?*
- *Co myślisz o opinii innych osób na temat ewentualnych zawodów, które mogłabyś/mógłbyś w przyszłości wykonywać?*

Ćwiczenie 3. Dzień u rodzica w pracy

Cel

- Refleksja nad tym, czy uczestnicy mieli okazję przyglądania się rodzicom podczas wykonywania zajęć zawodowych.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczestniczka/uczestnik rozpoznaje i identyfikuje zasoby swojej rodziny.

- Określenie, na ile uczestniczka/uczestnik jest świadoma/y tego, że przychodząc na świat w określonym środowisku (rodzinie), dziedziczy pewien zestaw możliwości, który zapewnia warunki ograniczające lub ułatwiające działanie oraz przyczynia się do różnorodnych doświadczeń.

Pomoce

- Kartka, długopis, Karta pracy 2 (Historia Oli).

Forma pracy

- Indywidualna i w zespołach 3-4-osobowych.

Przebieg

Etap 1

- Osoba prowadząca prosi uczestników, aby cofnęli się w czasie kilkanaście lat i przypomnieli sobie miejsce pracy swoich rodziców (lub jednego z nich). Uwaga – ważne, aby uczestniczka/uczestnik przypomnieli/przypomniał sobie, czy miała/miał możliwość odwiedzania rodzica podczas wykonywania przez niego czynności zawodowych, czy rodzice zabierali ją/jego czasami do swojej pracy.
- Dwie wersje ćwiczenia:
 - *Jeśli TAK, to zastanów się nad następującymi pytaniami: Jak wyglądał dzień ich pracy? Co robili? Jakie emocje im towarzyszyły? Jak Ty to wspominasz? Co Ci się w tym podobało, a co nie? Czy wyjscia do pracy rodziców były dla Ciebie ważnymi wydarzeniami, czy nie przywiązywałaś/eś do tego większej wagi?*
 - *Jeśli NIE, to: przypomnij sobie, kogo lubiłaś/eś obserwować przy pracy? (Może to być ktoś z rodziny albo zupełnie obca osoba – pani w sklepie, ogrodnik koszący trawę przed domem, nauczyciel itd.). Co Ci się najbardziej podobało? Jakie emocje Ci wówczas towarzyszyły?*

Etap 2

- Podział grupy na 3-4-osobowe zespoły.
- Każdy zespół otrzymuje Kartę pracy 2 (Historia Oli); wspólne czytanie.
- Dyskusja w zespołach. Próba odpowiedzi na następujące pytania:
 - *Jak opisałabyś/opisałbyś doświadczenia Oli w odniesieniu do poznawania środowiska pracy, któremu miała możliwość się przyglądać?*
 - *Co czuła Ola, gdy spędzała dzień w pracy swojej mamy?*
 - *Jakie czynności zawodowe osób wymienionych w tej historii zwróciły szczególną uwagę Oli? Jak myślisz, o czym to może świadczyć? Co dla Oli wydaje się być ważne w życiu?*
 - *Czy zawód, który Ola aktualnie wykonuje, jest tożsamy z tym, który mogła obserwować w pracy swojej mamy?*
 - *Zastanów się, jakie elementy z jej dzieciennych wspomnień są możliwe do zaobserwowania w jej obecnym zawodowym życiu?*

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 1 po zakończeniu całego obszaru I)

- *Czy znalezienie związku doświadczenia Oli z dzieciństwa z jej obecnym zawodem sprawiło Ci trudność? Jeśli tak, to zastanów się i spróbuj odpowiedzieć, dlaczego? Z czym miałaś/eś największą trudność?*
- *Jak myślisz, czy obserwowanie osoby dorosłej przy pracy może mieć jakikolwiek wpływ na dziecko? Jeśli tak, to o jakiego rodzaju wpływie można mówić? Jeśli nie, to uargumentuj swoją odpowiedź.*

Ćwiczenie 4. Mapa przyszłości¹⁰

Cel

- Ćwiczenie umiejętności projektowania przyszłości.
- Refleksja nad zasobami osobistymi, rodzinnymi oraz środowiskowymi.

Funkcja diagnostyczna

- Rozpoznanie, jakie wizje przyszłości roztaczają przed sobą uczestnicy.
- Określanie dominującej sfery życia każdego uczestnika.

Pomoce

- Karta pracy 3 (Mapa przyszłości), duże arkusze papieru.

¹⁰ J. Minta, *Od aktora do autora, Wspieranie młodzieży w konstruowaniu własnej kariery*, KOWEŻiU, Warszawa 2012, s. 94, cyt. za: R. V. Peavy, *Life Space Map. Sociodynamic visualisation and mapping*, 2000, protokół dostępu: http://www.sociodynamic-constructivist-counselling.com/maps_visualizations1.html (z dnia 25.10.2014).

Forma pracy

- Indywidualna i grupowa.

Przebieg**Etap 1** – praca indywidualna

- Każdy uczestnik otrzymuje czystą kartkę (duży arkusz papieru).
- Osoba prowadząca prosi uczestników, aby na całej kartce narysowali duży okrąg. Ten okrąg będzie symbolizował przestrzeń dla ich przyszłości. Zadanie polega na umieszczeniu najważniejszych dla uczestników elementów w tej utworzonej przestrzeni (w kręgu).
- Uczestnicy otrzymują Kartę pracy 3.
- Proponowane elementy: wizja przyszłości, poszczególne kroki (etapy) realizacji tej wizji, osoby znaczące, przeszkody stojące na drodze do realizacji wizji przyszłości.

Etap 2 – praca grupowa

- Wywieszenie prac w jednym miejscu; wystawa pt. „Nasze mapy przyszłości”.
- Uczestnicy przedstawiają i omawiają przygotowane przez siebie mapy.
- Ewentualna dyskusja uwzględniająca diagnostyczny aspekt ćwiczenia.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia**(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 1 po zakończeniu całego obszaru I)**

- *Jakie refleksje pojawiły się u Ciebie w trakcie ćwiczenia?*
- *Co sądzisz na temat własnej mapy przyszłości? Co sądzisz na temat własnej mapy przyszłości na tle map kolegów/ koleżanek?*
- *Jaka sfera życia zdominowała Twoją mapę przyszłości?*
- *Co czujesz patrząc na wyznaczone kroki ku przyszłości?*
- *Jakie znaczenie mają dla Ciebie doświadczenia zdobyte w trakcie tego ćwiczenia?*

AUTODIAGNOZACel

- Rozpoznanie własnych zasobów (swoich „mocnych stron” i umiejętności) które mogą być wykorzystane w realizacji celów zawodowych.
- Rozpoznanie umiejętności określania zasobów tkwiących w środowisku uczestnika (rodzina, znajomi).
- Zebranie dalszych informacji do wykorzystania w wywiadach indywidualnych z doradcą zawodowym.

Pomoce

- Karty autodiagnozy 1a i 1b.

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Osoba prowadząca rozdaje uczestnikom karty autodiagnozy. Wykorzystując pytania zawarte w ramkach (na końcu każdego ćwiczenia) uczestnicy dokonują autodiagnozy.
- Ewentualna dyskusja.

Obszar drugi

Ścieżki edukacyjne i zawodowe

Ćwiczenie 5. Rodzinna giełda zawodów (wersja rozszerzona)¹¹

Cel

- Zachęcenie młodych ludzi do zainteresowania się światem pracy i zawodów swoich bliskich.
- Zwrócenie uwagi uczestników na tendencje w wyborach podejmowanych w rodzinie (uświadomienie istniejących w rodzinie tradycji zawodowych).

Funkcja diagnostyczna

- Określenie możliwości posługiwania się wzorami ról zawodowych z najbliższego otoczenia w konstruowaniu modelu własnej roli zawodowej uczestnika.

Pomoce

- Kartki A4 (opcjonalnie duże arkusze papieru), flamastry.

Forma pracy

- Indywidualna i grupowa.

Przebieg

Etap 1

- Osoba prowadząca prosi uczestników, aby napisali (narysowali na kartce) zawody, które wykonywane są przez członków ich rodziny (można do tego celu użyć czystej kartki, schematu/diagramu lub ilustracji drzewa). Warto zwrócić uwagę, aby sięgnęli pamięcią również do osób z wcześniejszych pokoleń. Warto zachęcać, aby spróbowali dotrzeć do jak największej ilości osób oraz informacji.
- Analiza ćwiczenia w oparciu o następujące pytania:
 - *Czy można w rodzinie wyróżnić zawody powtarzające się? Jakie to są zawody? Czy są takie, które można uznać za tradycję rodzinną? Czy jesteś zainteresowany jej kontynuowaniem?*
 - *Czy wiesz, który z zawodów wykonywanych przez członków Twojej rodziny jest tzw. zawodem wyuczonym, a który faktycznie wykonywanym?*
 - *Jakie zawody są Ci szczególnie bliskie? Dlaczego?*
 - *Który zawód najbardziej Cię zaskoczył?*
 - *O których zawodach niewiele wiesz?*
 - *Z którym z tych zawodów masz specyficzne wspomnienia? Czy są one miłe czy niemiłe?*

Etap 2

- Uczestnicy grupują wymienione zawody rodzinne w trzy kolumny: 1) zawód, który mogłabym/mógłbym wykonywać; 2) praca minimum; 3) zawód, którego nigdy nie chciałabym/ nie chciałbym wykonywać). Uwaga – dokonują wyboru jedynie spośród zawodów „rodziny”.

Etap 3

- Uczestnicy mają za zadanie wyobrazić sobie, że przygotowują się do przeprowadzenia wywiadu z tą osobą z rodziny, której zawód najbardziej im odpowiada. Polecenie:
 - *O co zapytałabyś/zapytałbyś osobę, której zawód jest Ci najbardziej bliski?*
 - *Zapisz te pytania.*
- Prezentacja swoich opracowań na forum grupy.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 2 po zakończeniu całego obszaru II)

Uczestniczka/uczestnik odpowiada na pytania zadawane przez osobę prowadzącą:

- *Czy wymienienie zawodów wykonywanych w Twojej rodzinie sprawiło Ci trudność? Jeśli tak, to zastanów się i spróbuj odpowiedzieć, dlaczego? Z czym miałaś/eś największą trudność? (Nie znasz zawodów swoich najbliższych? Twoi najbliżsi mają zawody, których nie znasz lub niewiele o nich wiesz? Nie masz żadnych wspomnień (ani dobrych ani złych) lub nie możesz o nich wspomnieć w tym ćwiczeniu? Nie potrafiłaś/eś sięgnąć pamięcią zbyt daleko (na schemacie znajdują się osoby jedynie z Twojego najbliższego otoczenia? Twoi najbliżsi nie byli aktywni zawodowo?)*
- *Jeśli wymienienie zawodów wykonywanych w Twojej rodzinie nie sprawiło Ci większych trudności, spróbuj się zastanowić, dlaczego? (Znasz doskonale zawody swoich najbliższych? Niektórzy z nich wykonują zawód, o którym Ty również marzysz? Bez problemu sięgasz pamięcią nawet w odległe dzieje rodziny – znasz to z opowiadań żyjących członków rodziny?)*

11. Inspiracją do Rodzinnej giełdy zawodów było m.in. ćwiczenie Przodkowie zamieszczone w opracowaniu: I. Greiner (i in.), dz. cyt., cz. 3, s. 43.

Ćwiczenie 6. Drogi i bezdroża

Cel

- Rekonstrukcja wiedzy na temat etapów drogi zawodowej własnego rodzica w kontekście wcześniejszych planów rodzica, drogi edukacyjnej i dokonywanych wyborów.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, czy uczestniczka/uczestnik uświadamia sobie drogi edukacyjne i wybory zawodowe rodziców, czy może z tych doświadczeń czerpać wzory dla własnych wyborów.

Pomoce

- Kartki (duży format), flamastry.

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

Etap 1 – Drogi

- Uczestniczka/uczestnik ma za zadanie przeanalizować drogę zawodową jednego ze swoich rodziców/opiekunów (sama/sam ma zdecydować, czy będzie to mama czy tato).
- Na kartce uczestniczka/uczestnik rysuje etapy drogi zawodowej swojego rodzica (w dowolnej formie: drabiny, piramidy, drogi, szlaku górskiego, innej). Wykonując rysunek uwzględnia odpowiedzi na pytania:
 - O jakiej pracy rodzic marzył jako dziecko?
 - Do jakiej szkoły podstawowej uczęszczał (dużej, małej, w mieście, na wsi)?
 - Jaką wybrał szkołę średnią?
 - Co się działo po ukończeniu szkoły średniej?
 - Jakie prace wykonywał w swoim życiu?
 - Czy lubił swoją pracę? Jak o niej mówił?
 - Jak często ją zmieniał?

Etap 2 – Bezdroża

- Uczestniczka/uczestnik zastanawia się i zamieszcza na rysunku drogę, którą w swoim życiu odrzucił rodzic. Zaznacza również niespełnione marzenia zawodowe rodziców.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 2 po zakończeniu całego obszaru II)

- Czy narysowanie drogi zawodowej Twojego rodzica sprawiło Ci trudność? Jeśli tak, to zastanów się i spróbuj odpowiedzieć, dlaczego? Z czym miałaś/eś największą trudność? (Nie wiesz, jak taka droga wyglądała? Nie wiesz, o czym marzył Twój rodzic, gdy był dzieckiem? Nie potrafisz określić stopnia zadowolenia rodzica z wykonywanej pracy? W domu nigdy się o tym nie rozmawiało?)
- Jeśli narysowanie drogi zawodowej Twojego rodzica nie sprawiło Ci większych trudności, spróbuj się zastanowić, dlaczego? (Wiesz, jakie szkoły ukończył? Wiesz, o czym marzył jako dziecko? Potrafisz określić stosunek emocjonalny rodzica do wykonywanej pracy? W domu często się o tym rozmawiało?)
- Czy widzisz możliwość kontynuacji drogi zawodowej swojego rodzica? Czy na drodze zawodowej Twojego rodzica był choć jeden punkt, który wyjątkowo Cię zainteresował?
- Jak skomentujesz drogę zawodową, którą odrzucił Twój rodzic?

Ćwiczenie 7. Analiza zawodowych biografii

Cel

- Zapoznanie z nielinearnymi karierami zawodowymi.
- Ćwiczenie umiejętności analizowania karier zawodowych innych osób (i swoich własnych).

Funkcja diagnostyczna

- Rozpoznanie, na ile uczestniczka/uczestnik dostrzega tzw. znaczące punkty (zdarzenia) na drodze kariery zawodowej, na ile potrafi je zidentyfikować i nadać im sens.

Pomoce

- Kartki (duży format), flamastry, Karty pracy 4, 5, 6, 7.

Forma pracy

- Grupy 3-4-osobowe.



Przebieg

- Podział zespołu na 3-4 osobowe grupy.
- Każda grupa otrzymuje inną kartę pracy:
 - jedna grupa ma Kartę pracy 4 – kariera zawodowa twórcy KFC (Harland Sanders),
 - druga grupa ma Kartę pracy 5 – kariera zawodowa twórcy IKEA (Ingvar Kamprad),
 - trzecia grupa ma Kartę pracy 6 – kariera zawodowa Coco Chanel,
 - czwarta grupa ma Kartę pracy 7 – kariera zawodowa Heleny Rubinstein.
- Uczestnicy mają za zadanie przeczytać przebieg kariery zawodowej danej osoby oraz narysować tzw. mapę drogi zawodowej (muszą zastanowić się, w jakiej graficznej formie będą mogli zaprezentować karierę danej osoby).
- W zależności od typu kariery uczniowie mogą narysować ją jako drabinę, piramidę (wspinanie się po szczeblach kariery), jako drogę, szlak górski, spiralę, serpentynę (kariera „z zakrętami”), drzewo, dłoń (kariera jako niepowiązane ze sobą zdarzenia/czynności) i wiele innych.
- Uwaga – mapa drogi zawodowej powinna zawierać wszystkie etapy dojścia do sukcesu oraz tzw. momenty przełomowe (sytuacje kryzysowe, przypadkowe zdarzenia) itp.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia**(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 2 po zakończeniu całego obszaru II)**

- Czy zadanie narysowania drogi zawodowej znanej osoby i zidentyfikowania znaczących zdarzeń w jej karierze sprawiło Ci trudność? Jeśli tak, to zastanów się i spróbuj odpowiedzieć, dlaczego? Z czym miałaś/eś największą trudność?
- Czy potrafisz określić, jaką rolę pełniły w życiu znanych osób znaczące zdarzenia (z dzieciństwa i wieku młodzieńczego)?
- Czy potrafisz odnaleźć powiązanie owych zdarzeń z późniejszymi wyborami w karierze zawodowej tych osób?
- Czego nauczyło Cię to ćwiczenie?

Ćwiczenie 8. Praca moich marzeń (wersja rozszerzona)Cel

- Refleksja uczestniczki/uczestnika nad wizjami przyszłej pracy zawodowej.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, czy uczestniczka/uczestnik posiada wyobrażenia siebie w rolach zawodowych.

Pomoce

- Kartki A4, długopis, Karta pracy 8 (Praca moich marzeń).

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg**Etap 1**

- Uczestnicy otrzymują Karty pracy 8. Mają za zadanie napisać 3 propozycje pracy, którą chcieliby wykonywać w przyszłości. Uzupełniają kartę pracy 1 – *Co najbardziej podoba Ci się w tym zawodzie? Po co Ci ta praca?...*
- Dyskusja grupowa (zwłaszcza w odniesieniu do ostatniej kolumny Karty pracy, stanowiącej odwołanie do świata wartości uczestniczki/uczestnika).

Etap 2

- Następnie uczestniczka/uczestnik jest proszona/y o wyobrazenie sobie, że ma możliwość spędzenia całego dnia w jednym z ww. miejsc pracy. Ma możliwość przyglądania się osobom podczas wykonywania ich czynności zawodowych, ma również możliwość samodzielnego wykonywania pewnych zadań. Pytania:
 - Która to byłaby praca?
 - W jaki sposób chciałabyś/chciałbyś, aby wyglądał Twój dzień w tej pracy. Co chciałabyś/chciałbyś zrobić?
 - Które czynności (zadania) w tej pracy są dla Ciebie szczególnie interesujące?
- Dyskusja grupowa – jakie czynniki zadecydowały o wyborze tego właśnie zawodu?

Obszar trzeci

Strategie radzenia sobie ze zmianą

Ćwiczenie 9. Domek z kart¹²

Cel

- Określenie, na ile uczestniczka/uczestnik posiada umiejętność opracowywania strategii/metody radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych (niemiłych, nieplanowanych).

Funkcja diagnostyczna

- Rozpoznanie sposobów reagowania uczestniczki/uczestnika na sytuacje kryzysowe (niemiłe, nieplanowane).

Pomoce

- Kilka talii kart (po jedną na parę).

Forma pracy

- W parach.

Przebieg

- Podział grupy na pary.
- Każda osoba w parze ma 5 minut na ułożenie domku z kart według klasycznego wzoru (dwu lub trzypiętrowy domek). Uwaga – zadanie polega na tym, że gdy domek z kart się przewróci, to należy podejmować kolejne próby ponownego ułożenia, aż do momentu upływu czasu przewidzianego na zadanie.
- Analiza ćwiczenia uwzględniająca pytania prowadzącego:
 - *Ile razy udało Ci się postawić domek?*
 - *Co czułaś/eś w sytuacji, gdy udało Ci się ułożyć domek ściśle według wzoru?*
 - *Ile razy domek się przewrócił?*
 - *Co czułaś/eś za każdym razem, gdy próby kończyły się niepowodzeniem?*
 - *Jak reagowałaś/eś na to, co się działo u innych uczestników?*

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 3 po zakończeniu całego obszaru III)

- *Co czujesz, gdy ponosisz porażkę? Co to dla Ciebie znaczy?*
- *Co czujesz, gdy odnosisz sukces? Co to dla Ciebie znaczy?*
- *Co myślisz, gdy ponosisz porażkę? Co to dla Ciebie znaczy?*
- *Co myślisz, gdy ponosisz porażkę? Co to dla Ciebie znaczy?*
- *Jaką masz strategię/metodę radzenia sobie z niepowodzeniem/porażką?*

Ćwiczenie 10. Gra *Jak w kalejdoskopie* (wersja 1, 2, 3)

Cel

- Uświadomienie nieprzewidywalności przyszłości i budowanie w sobie gotowości na zmiany, których źródła mogą być od nas niezależne.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie sposobu reagowania na nieprzewidziane wydarzenia, które mogą utrudnić wykonanie wcześniej zaplanowanego działania.
- Określenie, na ile uczestniczka/uczestnik potrafi nadać szczęśliwy (pozytywny, konstruktywny) obrót nieoczekiwanym wydarzeniom w sferze zawodowej.

Pomoce

- Gra *Jak w kalejdoskopie*: wersja 1, 2, 3.

Forma pracy

- Grupowa.

Przebieg

Etap 1

- Podział grupy na 3 zespoły; każdy zespół ma za zadanie przeczytać historię innej osoby:
 1. jedna grupa otrzymuje kartę pracy – **Historia Anny (kucharz)**,
 2. druga grupa otrzymuje kartę pracy – **Historia Igora (technik hotelarstwa)**,
 3. trzecia grupa otrzymuje kartę pracy – **Historia Marka (opiekun osoby starszej)**.

12. Ćwiczenie w powszechnym stosowaniu, zaadoptowane na potrzeby narzędzia *Kalejdoskop Kariery*.

Etap 2

- Następnie grupy otrzymują kopertę z powycinanymi kartami opisującymi zawód:
 1. jedna grupa otrzymuje kopertę z powycinanymi kartami – **Klocki kariery (kucharz)**,
 2. druga grupa otrzymuje kopertę z powycinanymi kartami – **Klocki kariery (technik hotelarstwa)**,
 3. trzecia grupa otrzymuje kopertę z powycinanymi kartami – **Klocki kariery (opiekun osoby starszej)**.
- Uczestnicy muszą dobrać karteczki odpowiednie do danego zawodu (zadania zawodowe, miejsce pracy, predyspozycje) i ułożyć je w jakiejś formie (np. wieży, muru).

Etap 3

- W trakcie pracy osoba prowadząca informuje, że wydarzyło się coś nieprzewidzianego (każda grupa losuje jedno zdarzenie):
 1. jedna grupa losuje zdarzenie z koperty z powycinanymi kartami – **Zdarzenie losowe (zmiana sytuacji zawodowej Anny)**,
 2. druga grupa losuje zdarzenie z koperty z powycinanymi kartami – **Zdarzenie losowe (Zmiana sytuacji zawodowej Igora)**,
 3. trzecia grupa losuje zdarzenie z koperty z powycinanymi kartami – **Zdarzenie losowe (Zmiana sytuacji zawodowej Marka)**.
- Zadanie polega na ułożeniu karteczek od nowa z uwzględnieniem aktualnej sytuacji. Rozdanie grupom powycinanych kart – **Puste klocki kariery. Zastanówcie się, co może zrobić w tej sytuacji Anna/Igor/Marek? Jakiego rodzaju wiedza i umiejętności będą jej/jemu potrzebne, aby zmienić swoją sytuację zawodową? W otrzymanych pustych kwadratach dopiszcie minimum 6 propozycji.**

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 3 po zakończeniu całego obszaru III)

- *Który etap zadania sprawił Ci większą trudność – etap konstruowania kariery (budowania, wznoszenia) czy etap jej rekonstrukcji (odbudowywania na nowo)?*
- *Jaka była Twoja reakcja na nieprzewidziane zdarzenia?*
- *Jaką postawę przyjmowałaś/eś podczas pracy w zespole – czynną (podawałaś/eś wiele rozwiązań, motywowałaś/eś grupę) czy bierną (byłaś/eś jedynie obserwatorem lub w niewielkim stopniu angażowałaś/eś się w pracę grupy)? Jak myślisz, co jest tego powodem?*

Ćwiczenie 11. Ćwiczenia „przeciwpożarowe”Cel

- Przygotowanie do racjonalnych i logicznych działań na wypadek metaforycznego „pożaru” (utrata pracy, niedostanie się do wymarzonej szkoły itd.).
- Przećwiczenie umiejętności opracowywania strategii radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych (nieprzewidzianych, niezaplanowanych).
- Uświadomienie nieprzewidywalności przyszłości i budowanie w sobie gotowości na zmiany, których źródła mogą być od nas niezależne.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie sposobu reagowania na nieprzewidziane wydarzenie, które mogą utrudnić wykonanie wcześniej zaplanowanego działania.
- Rozpoznanie, na ile uczestniczka/uczestnik potrafi nadać szczęśliwy (pozytywny, konstruktywny) obrót nieoczekiwanym wydarzeniom w sferze zawodowej.

Pomoce

- Rysunek wykonany w ramach ćwiczenia *Mapa przyszłości* (Karta pracy 3).

Forma pracy

- Indywidualna i w zespołach 3-4-osobowych.

Przebieg**Etap 1** – praca indywidualna

- Uczestnicy powracają do swoich map przyszłości (Karta pracy 3).
- Burza mózgów na temat:
 - *Co nieprzewidzianego, zaskakującego i negatywnego może się wydarzyć w drodze do realizacji Waszych wizji przyszłości?*
- Prowadzący zapisuje pomysły na tablicy.

Etap 2 – praca w zespołach 3-4-osobowych

- Każdy zespół otrzymuje jedną nieprzewidzianą sytuację.
- Próba zastanowienia się, co można zrobić w nowej (nieprzewidzianej) sytuacji.
- Zadaniem zespołów jest opracowanie planu działania w nowych okolicznościach.
- Każda uczestniczka/ każdy uczestnik zastanawia się, na ile dana sytuacja pokrzyżowałaby jej/jego osobiste plany i wizję przyszłości; podawanie jak największej liczby pomysłów.
- Prezentacja pomysłów na forum grupy.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(pytania pomocnicze do wypełnienia Karty autodiagnozy 3 po zakończeniu całego obszaru III)

- *Często okazuje się, że sytuacja realna będąca przedmiotem niepokoju, zwykle nie jest nawet w części tak straszna, jak sugeruje nam wyobraźnia. Co więcej – okazuje się, że nawet w najgorszej wersji wydarzenia nasz umysł podsuwa nam konkretne rozwiązania. Zobacz, jak to było w Twojej sytuacji.*
- *Jakie uczucia pojawiały się w sytuacji, gdy musiałaś/ eś wyobrazić sobie najgorszą ewentualność?*

AUTODIAGNOZACel

- Rozpoznanie umiejętności dokonywania zmian w zaplanowanych działaniach.
- Rozpoznanie umiejętności dążenia do celu (pomimo kolejnych niepowodzeń).
- Zebranie dalszych informacji do wykorzystania w wywiadach indywidualnych z doradcą zawodowym.

Pomoce

- Karty autodiagnozy 3a, 3b.

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Prowadzący rozdaje uczestnikom karty autodiagnozy. Wykorzystując pytania zawarte w ramach (na końcu każdego ćwiczenia) dokonują oni autodiagnozy.
- Ewentualna dyskusja.

Karta pracy 2 – Historia Oli

Ola jako mała dziewczynka często odwiedzała mamę w pracy. Jej mama pracowała w hotelu. Sprawowała kontrolę nad pracą recepcji, podlegały jej również pokojówki (osoby sprzątające pokoje hotelowe) oraz praczki. To właśnie z nimi Ola najczęściej przebywała. Zawsze z ogromnym zaciekawieniem obserwowała je przy pracy. Ola uwielbiała uczestniczyć w przebieraniu pościeli. Pokojówki miały swój system – na podłogę kładły prześcieradło, a na nie rzucaly poszewki od poduszek, jaśków, kołder. Gdy zrobił się duży tobołek brudnej bielizny, zawiązywały to w jedną całość i ... wrzucały do zsypu. W ten sposób brudne poszewki trafiały do pralni, która mieściła się w piwnicy.

Pralnia była dla Oli innym światem. Tam zawsze było ciepło i pachniało maglowaną pościelą. Dziewczynka była zafascynowana porządkiem i systemem pracy. Jedna osoba segregowała brudne pranie. Rozwiązywała wielkie toboły i rozdzielala osobno poszewki z poduszek, kołder, jaśków. Powstawały z tego osobne górkki brudnej bielizny. Inna pani ładowała to do wielkich pralek, nastawiała program i uruchamiała maszynę. Inna układała wyprane już poszewki na gorącym wałku od magła i delikatnie, powoli maglowała je. Wszystko tam miało swoje miejsce. Każdy wiedział, co do niego należy. Dla Oli to było magiczne i tajemnicze miejsce. Czula się wyjątkowa wiedząc, że nie każda mała dziewczynka ma taką okazję, aby obserwować pokojówki i praczki przy pracy. Zawsze powtarzała, że jak będzie dorosła, to zostanie pokojówką. Albo praczką.

Po kilkunastu latach.

Ola jest nauczycielem akademickim i pracuje na uczelni. Dużo czasu poświęca przygotowaniu zajęć dla studentów. Czyta, opracowuje zagadnienia, robi notatki, planuje strukturę każdego wykładu. Przykłada szczególną wagę do tego, aby być bardzo dobrze przygotowaną. Wszystkie zagadnienia segreguje w teczki, tworząc tym samym swój autorski zestaw materiałów. Lubi swoją pracę. Nikt w jej rodzinie nie ukończył studiów wyższych. I w głębi serca czuje się przez to wyjątkową osobą. Lubi to uczucie.

Karta pracy 3 – Mapa przyszłości

1. WIZJA PRZYSZŁOŚCI

- *Jeśli wyobrażasz sobie przyszłość lub marzysz o niej, jaka ona jest?*
- *Kim jesteś w tej wizji lub w swoich marzeniach?*
- *Co masz?*
- *Czego Ci brakuje?*
- *Jeżeli masz więcej niż jedną wizję, to opisz tę, która najbardziej do Ciebie przemawia?*
- *Narysuj lub napisz trochę o Twojej przyszłości.*

2. OSOBY ZNACZĄCE

- *Kim są ważne osoby w Twoim życiu, które mogłyby Ci pomóc w realizacji takiej przyszłości, jaką sobie wyobrażasz?*
- *Umieść je gdzieś w kole (na obwodzie lub wewnątrz).*

3. KROKI

- *Jakie kroki, Twoim zdaniem, musisz podjąć (co zrobić, czego się nauczyć), żeby osiągnąć wymarzoną przyszłość; żeby zbliżyć się do swojej wizji?*
- *Co Ci może pomóc w realizacji wizji Twojej przyszłości?*

4. PRZESZKODY

- *Jak myślisz, co może Ci przeszkodzić w realizacji Twojego pomysłu na przyszłość?*
- *Wskaż to w Twoim osobistym świecie.*

*Jakie będzie Twoje życie, jeżeli Twoja przyszłość będzie taka, jaką chcesz?
Czy możesz to zaznaczyć w Twojej przestrzeni życia?*

Karta pracy 4

– Kariera zawodowa twórcy KFC (Harland Sanders)¹³

Harland Sanders miał mnóstwo wizji. Jedną z tych wizji zaowocowały restauracjami szybkiej obsługi – KFC (Kentucky Fried Chicken). Początki nie były łatwe, ale upór Harlanda był jednak silniejszy. Jego historia sięga 1896 roku. Małemu Harlandowi zmarł ojciec, a matka podjęła pracę zarobkową, by móc utrzymać rodzinę. Sześcioletni wówczas Harland musiał codziennie młodszemu rodzeństwu gotować obiad. Tak się wyszkolił, że po roku był niemal mistrzem w kucharskim fachu. To spowodowało, że w wieku 10 lat zatrudniono go za 2 dolary miesięcznie w kuchni na pobliskiej farmie.

Kiedy w 1902 roku matka wyszła ponownie za mąż, niezadowolony z jej ożenku Harland opuścił rodzinny dom. Jako 12-latek podjął się pracy robotnika na farmie w Greenwood. Praca ta nie dawała mu jednak żadnego zadowolenia, zwolnił się i jako 15-latek obsługiwał odtąd linię tramwajową w mieście New Albany. Następnie na pół roku zaciągnął się do wojska na Kubie, potem przez pewien czas był strażakiem. Wszechstronna edukacja umożliwiła mu ukończenie studiów prawniczych, po których został mianowany sędzią pokoju. Człowiek ten podjął się jeszcze innych dodatkowych zajęć – akwizytora ubezpieczeniowego, sternika na rzeczonym statku parowym i sprzedawcy opon samochodowych.

W wieku 40 lat stał się właścicielem małej stacji benzynowej w Kentucky, nie zdając sobie absolutnie sprawy, iż wkrótce jego miejscowość stanie się znakiem rozpoznawczym jego nowej firmy. Kierowcy, którym w czasie jazdy dokuczał głód, zatrzymywali się na jego stacji benzynowej w nadziei, że spożyją jakikolwiek posiłek. Tak zrodził się u Harlanda pomysł małej jadłodajni, która w krótkim czasie znana była w całej okolicy. Przedsiębiorczy Harland uruchomił wkrótce po przeciwnej stronie ulicy motel z restauracją. Dla nadania restauracji większego rozgłosu, wymyślił potrawę z kurczaka o charakterystycznym, dotąd niespotykanym smaku. W tym celu opracował specjalną panierkę, składającą się z jedenaście różnych ziół i przypraw korzennych. Chrupki kurczak zdobył wkrótce ogromne uznanie w całym stanie. W 1935 roku gubernator Ruby Laffoon wyróżnił go zaszczytnym tytułem „Kentucky Colonel”.

Jednak, jak mówi znane przysłowie, fortuna kołem się toczy. Przykry los nie ominął Harlanda. W latach 50. ubiegłego stulecia popadł on w poważne tarapaty finansowe i zbankrutował. Odtąd utrzymywał się z comiesięcznej zapomogi socjalnej w wysokości 105 dolarów. W 1952 roku 62-letni wówczas Harland Sanders, niegdyś szczyjący się mianem „Kentucky Colonel”, był bankrutem. Sytuacja ta nie złamała go jednak, spakował swój dobytek i wyruszył samochodem na podbój całego stanu. Po drodze zatrzymywał się w napotkanych restauracjach, proponując właścicielom serwowanie legendarnego kurczaka w tajemniczej panierce w zamian za ćwierć dolarową prowizję od każdej skonsumowanej porcji. Restauratorzy przystali na jego propozycję. Odtąd chrupkie kurczaki w tajemniczej panierce przynosiły restauratorom ogromne zyski, zasilając tym samym kieszeń Harlanda. Pod koniec 1964 roku w ponad 600 amerykańskich i kanadyjskich restauracjach delectowano się już tylko chrupkami kurczakami. W wieku 74 lat Harland Sanders odsprzedał swój udział za dwa miliony dolarów przedsiębiorstwu gastronomicznemu KFC, które dla zachowania szacunku wobec sędziwego Harlanda Sandersa, zachowało po dzień dzisiejszy jego logo – twarz mile uśmiechniętego pana w okularach i z charakterystyczną szpicbródką.

13. Inspiracją do napisania historii Harlanda Sandersa były informacje zaczerpnięte z Internetu: R. Czok, *KFC. Niezwykła historia pana z charakterystyczną szpicbródką*, protokół dostępu: http://www.wiadomosci24.pl/artukul/kfc_niezwykla_historia_pana_z_charakterystyczna_szpicbrodka_180631-1--1-d.html (z dnia 30.10.2014).

Karta pracy 5

– Kariera zawodowa twórcy IKEA (Ingvar Kamprad)¹⁴

Ingvar Kamprad drobnym handlem zajmował się już jako 5-latek. Zaczął od sprzedaży zapatek z dostawą do domu. Kupione po atrakcyjnej cenie na rynku w Sztokholmie pudelka, odsprzedawał nieco drożej sąsiadom poza farmą Elmtaryd. Z czasem rozwoził rowerem także inne produkty: ozdoby choinkowe, ołówki i nasiona. Dzięki zarobionym pieniądząom było go stać nawet na kupno używanego samochodu. To właśnie te zajęcia w młodzieńczych latach uświadomiły mu, że biznes jest tym, czemu pragnie się poświęcić.

By wejść w świat biznesu, niepełnoletni Ingvar Kamprad (17 lat) potrzebował pisemnej zgody opiekuna. Wuj Ernst długo zastanawiał się, po co jego młody siostrzeniec miałby zakładać własne przedsiębiorstwo, nie mając żadnej gwarancji powodzenia. Ale po szczerzej rozmowie, rozgorączkowany Ingvar uzyskał aprobatę wuja i zarejestrował firmę w urzędzie. Nie tracąc zbyt wiele czasu na wymyślanie skomplikowanej nazwy dla przedsięwzięcia, młody Kamprad skorzystał z najprostszego rozwiązania – połączył własne inicjały z nazwą miejscowości i parafii, w której mieszkał. Tak, bez większych fajerwerków, powstała IKEA.

Początkowo IKEA nie miała wiele wspólnego ze sprzedażą mebli. Firma uczącego się w Szkole Handlowej w Göteborgu, ciągle niepełnoletniego Ingvara Kamprada, sprzedawała portfele, biżuterię i pończochy. W 1947 roku, cztery lata po założeniu IKEA, Szwed zobaczył w prasie ogłoszenie o wyprzedaży mebli zamieszczone przez inną firmę. Wtedy intuicyjnie poczuł, że powinien zająć się właśnie sprzedażą wyposażenia mieszkań. W branży funkcjonowało już kilka przedsiębiorstw oferujących meble, dlatego Kamprad próbował wpaść na rozwiązanie, które mogłoby sprawić, że to jego marka stanie się najchętniej wybieraną przez klientów. I udało mu się zaoferować coś, czego do tej pory inne firmy nie proponowały – salon ze stałą ekspozycją na wyciągnięcie ręki klienta.

Jednak po otwarciu pierwszego sklepu w 1953 roku konkurencyjne firmy szybko zorientowały się, że IKEA zabiera im klientów. Dlatego Szwedzki Związek Sprzedawców Mebli wezwał pozostałe przedsiębiorstwa do bojkotu firmy Kamprada. Wysłały one do producentów i dostawców listy grożące wycofaniem zamówień, jeśli będą one dostarczać czy transportować meble IKEA. Wystraszone fabryki wycofały więc swoje kontrakty z IKEA, zostawiając Szweda w niezwykle trudnej sytuacji. Bojkot ten omal nie zniszczył mu kariery. Szwed zdecydował się wyprowadzić część produkcji za granicę. To było zwycięskie posunięcie w walce z rywalami.

Pierwszy sklep poza Skandynawią Ingvar Kamprad otworzył w Szwajcarii nieopodal Zurychu. Taka właśnie była polityka firmy – budować sklepy na obrzeżach miast. Dzięki takiemu rozwiązaniu, chętni na zakupy byli na wyłączność IKEA. Nie mieli możliwości wyjścia do miasta, przejścia do innych salonów, czy zastanowienia się nad kupnem. W ten sposób IKEA generowała sobie zyski.

Kamprad pragnął dać ludziom rozwiązania, które byłyby praktyczne oraz meble nieprawdopodobnie funkcjonalne. I właśnie to jest największą tajemnicą sukcesu IKEA. Odkręcane nogi od stołów ułatwiały transport, obniżając przy tym koszty przewozu. IKEA to także pierwsze meble, które można było samemu zmontować w domu. Ingvar Kamprad dał więc ludziom wiele więcej niż wyposażenie domów. Podsuwał praktyczne rozwiązania, kształtował gusty, dawał poczucie komfortu i spełniał marzenia. Jego dewizą było łączenie prostoty i wygody z oszczędnością.

Obecnie IKEA obsługuje 500 mln klientów rocznie. Posiada ponad 300 sklepów w 44 krajach świata, zatrudniając przeszło 75 tys. osób. Zasady te wydają się tym prawdziwsze, jeśli pomyśleć, że Ingvar Kamprad, poza fotelem odziedziczonym po matce, w całości urządził dom meblami IKEA.

14. Inspiracją do napisania historii Ingvara Kamprada były informacje dostępne w Internecie: P. Szewczyk, *Kto nas tak urządził, czyli jak Ingvar Kamprad założył IKEĘ*, protokół dostępu: <http://biznesflow.pl/ingvar-kamprad-ikea/> (z dnia 30.10.2014).

Karta pracy 6 – Kariera zawodowa Coco Chanel¹⁵

Jako 11-latka Gabrielle Bonheur Chanel trafiła wraz z siostrami do sierocińca prowadzonego przez zakonnice. Ciemny, masywny zakon od początku nie był przyjazny dla Coco. Spędziła w dyscyplinie i szorstkiej atmosferze siedem lat. W sierocińcu nie było luster, Gabrielle nigdy nie oglądała się w rzeczach, jakie przynosiły jej siostry zakonne. Raz do roku dostawała szyty na miarę czarny strój, a marzyła się jej kolorowa sukienka. Już wtedy postanowiła, że gdy opuści zakon, jej życie będzie wolne od jakichkolwiek ograniczeń. Miała 18 lat, kiedy wreszcie mogła o sobie zdecydować. Jako że sama musiała zarobić na swoje utrzymanie, zajęła się tym, czego nauczyły ją siostry – szyciem. Udała się do Vichy, gdzie poza pracą w zakładzie śpiewała w żołnierskich koszarach. Tam właśnie zaśpiewała piosenkę o dziewczynie, która zgubiła swojego pieska Coco. Od tamtej pory wszyscy w lokalu zaczęli ją tak nazywać i pod tym pseudonimem, początkowo dla Gabrielle nieco obraźliwym, poznał ją świat.

Na początku swojej drogi nie miała pieniędzy i musiała poprosić o pożyczkę na otwarcie salonu z nakryciami głowy. Przyjaciele nie sądzili, by z pieniędzy tych mogła zrobić większy użytek. Nie liczyli nawet, że kiedykolwiek zwróci dług. Ale mimo braku wsparcia, nie dała się odwieść od pomysłu i szyła kapelusze. Pierwsze projekty powstały dzięki inspiracjom ascetycznego stylu obowiązującego w sierocińcu. Jej nakrycia głowy były proste, bez ciężaru ozdób i falban. Sukces, jaki odniósł salon, przerósł najśmielsze oczekiwania nie tylko postronnych, ale samej Chanel. Wkrótce oddała pożyczone pieniądze, a resztę sumy przeznaczyła na otwarcie domu mody, który przy Rue Cambon w Paryżu stoi do dziś.

Popularyzowany przez nią styl proponował prosty krój, ozdabiany dużą ilością biżuterii. Łączenie elementów sportowych z perłami nie od razu przypadło kobietom do gustu. Z czasem odważyła się także uśmiercić kolory, narzucając czerń i biel. Jeszcze niedawno kobiety wbijały ciała w krępujące gorsety, gdy niemal z dnia na dzień włożyły na nogi spodnie. Jak pokazał czas, intuicja Chanel jej nie zawiodła. Stroje zyskiwały coraz większą popularność, dzięki czemu zarobiła wystarczająco dużo, by nigdy już nie prosić o pieniądze. Słynną „małą czarną” w 1926 roku okrzyknięto „Fordem marki Chanel” – szczytem elegancji i prostoty. Nigdy wcześniej nie doszło do takiej rewolucji w modzie, jak w latach, gdy Coco narzuciła kobietom „sukienkę z przyszłości” z logiem podwójnego C. Jednak światową sławę zyskała dopiero, gdy rynek opanowały perfumy Chanel No. 5. Zapach ten jest najbardziej rozpoznawalnym na świecie i sprzedaje się średnio co pół minuty.

Mimo coraz większej sławy i majątku, życie jej nie rozpieszczało. Największym ciosem była dla niej śmierć mężczyzny, w którym była szaleńczo zakochana. Zginął w wypadku wracając od innej kobiety. Przez moment wydawało się jej, że straciła wszystko. Zarządziła, by całą jej sypialnię przerobić na czarno. Po jednym dniu zmieniła jednak zdanie, przemaalowała pokój na biało i wzięła się do pracy.

Nigdy nie zaniebdywała obowiązków. Dbała o karierę i dalszy rozwój firmy. Dała pracę tysiącom kobiet, od których jednak wiele wymagała. Sama pracowała tak długo, aż wszyscy dookoła padali ze zmęczenia. Poprawiali kostium dotąd, aż Chanel uznała, że jest idealny. Była perfekcjonistką. Pracowała nawet w soboty, chciała przychodzić do zakładu także w niedziele, ale jej pracownicy się na to nie zgodzili.

Z czasem zaczęło zabiegać o nią także Hollywood. Marilyn Monroe zapytana, w co ubiera się do snu spontanicznie powiedziała, że tylko w Chanel No. 5. Ameryka lat 50. pokochała jej ubrania i perfumy. Nawet żona prezydenta Kennedy’ego, Jacqueline, wybierała stroje z kolekcji prezentowanych przez Chanel. Kochano ją nie tyle za tworzenie mody, co za tworzenie rewolucji.

Jednak II wojna światowa nie uchroniła jej przed zamknięciem salonu. W pierwszych latach po zakończeniu wojennych działań nie wróciła do biznesu. Wielu myślało, że już nigdy się jej to nie uda. Ale Mademoiselle, mimo że miała już 70 lat, w 1954 roku zaprezentowała Paryżowi swoją nową kolekcję. Francja krytycznie odniosła się do powrotu Coco, jednak ta nie zaprzestała szycia. Zmarła w trakcie przygotowywania kolejnego pokazu.

15. Inspiracją do napisania historii Coco Chanel były informacje zaczerpnięte z Internetu: P. Szewczyk, *Kobieca rewolucja – historia sukcesu Coco Chanel*, protokół dostępu: <http://biznesflow.pl/historia-coco-chanel/> (z dnia 30.10.2014).

Karta pracy 7 – Kariera zawodowa Heleny Rubinstein¹⁶

Urodziła się 25 grudnia 1872 roku w Krakowie. Miała siedem siostr i jednego brata. Od najmłodszych lat matka pielęgnowała córki tajemniczym specyfikiem przygotowanym przez węgierskiego doktora Lykusky'ego wpajając przy tym swoim córkom jedną zasadę: Uroda pomoże wam znaleźć męża i utrzymać jego miłość.

Nastoletnia Chaja (potem Helena) pomaga ojcu w prowadzeniu ksiąg rachunkowych. To tu uczy się podstaw biznesu. Wieczorami pracuje z matką w kuchni i opiekuje się młodszym rodzeństwem. Po raz pierwszy w życiu zakochuje się w wzajemnością w biednym studencie medycyny. Ojciec sprzeciwia się kategorycznie ich związkowi przedstawiając siedemnastoletniej Helenie własnego kandydata na męża – majątnego i dwukrotnie starszego wdowca. Nie chcąc podporządkować się woli ojca, dziewczyna opuszcza rodzinny dom.

Najpierw przebywa w Wiedniu u ciotki. Po roku jednak decyduje się na długą wyprawę do Australii. W podróż życia wyrusza mając zaledwie 18 lat. Tam znajduje bezpieczną przystań w domu swego wuja. Helena Rubinstein usamodzielnia się rozpoczynając pracę w aptece w Melbourne. „Egzotyczna aptekarka” o pięknej brzoskwińowej cerze wzbudza zazdrość i podziw u tamtejszych kobiet, posiadaczek brzydkiej, zniszczonej i spalonej słońcem skóry. Helena prezentuje klientkom apteki krem doktora Lykusky'ego. I tak rodzi się pomysł na pierwszy biznes. Krem otrzymuje nazwę Valaze. Ponieważ dostawy kremu z zagranicy trwają długo i nie są w stanie sprostać potrzebom rynku, Helena prosi doktora o przestanie receptury i rozpoczyna mieszać go na miejscu. W 1902 roku w centrum Melbourne pojawia się salon piękności „Valaze”, którego sztandarowym produktem jest magiczny krem. Niewielki stoiczek Valaze kosztuje majątek, a i tak sprzedaje się jak świeże bułeczki. Zdaniem Rubinstein: Kobiety nie kupią niczego, co będzie za tanie.

Mimo ogromnych chęci, nie nadaża z produkcją. Postanawia sprowadzić posiłki z Polski. Na australijskim kontynencie pojawia się legendarny doktor Lykuski oraz siostra Heleny, Ceśka. Helena powierza jej zarządzanie przedsiębiorstwem, a sama z zarobionymi 100 tysiącami dolarów wyrusza na spotkanie z największymi dermatologami, dietetykami i biologami ówczesnej Europy. W 1907 roku wykształcona, bogata i pełna planów na przyszłość wychodzi za mąż za Edwarda Titusa – dziennikarza i podróżnika. Wyjeżdża na podbój Londynu. Rok później na świat przychodzi syn Heleny i Edwarda, Roy. Cztery lata później, Horacy.

Początkowo kobiety angielskie niechętnie chcą się przyznać do korzystania z zabiegów upiększających. Dbanie o urodę to temat tabu. Z czasem jednak Helena podbija londyński rynek i w rok po otwarciu salonu ma 1000 stałych klientek. Usatysfakcjonowana wyrusza do Paryża. Tam walcząc z konkurencją, Rubinstein musi zaproponować kobietom coś specjalnego. Oprócz kremu Helena zaczyna produkcję pomadki do ust w tubach i kolorowe pudry do twarzy. Rodzi się pomysł na pierwsze w historii spa.

Pracuje ciężko. Całe dni spędza w laboratorium. Jako jedna z pierwszych dokonuje klasyfikacji cery na cztery rodzaje: suchą, tłustą, mieszaną i normalną. Tworzy linię kosmetyków Valaze, w skład której wchodzi: krem na dzień, krem na noc, pierwsza maseczka przeciwtrądzikowa oraz toniki ściągające i pobudzające.

Jednak zadowolenie europejskiej klienteli nie wystarcza. Wraz z wybuchem I wojny światowej wyjeżdża do Ameryki. Nie przejmując się konkurencją, otwiera nowojorski salon „Valaze”, a następnie opanowuje kolejne miasta: Chicago, Boston i San Francisco. W 1923 roku jej katalog zawiera 80 produktów do pielęgnacji, 160 produktów do makijażu oraz kremy wyszczuplające. To ona jako pierwsza wytoczyła wojnę zmarszczkom. Tworzy kremy z filtrem słonecznym, wynajduje wodoodporny tusz do rzęs. Jako pierwsza otwiera też salon odnowy dla panów. Najmniejsze pudełko pudru Heleny Rubinstein kosztuje majątek.

Zbliża się wielki kryzys ekonomiczny. W 1928 roku Helena Rubinstein nieoczekiwanie odsprzedaje znaczną część udziałów spółce Lehman Brothers. Bez firmy wytrzymuje rok. Po krachu na nowojorskiej giełdzie, odkupuje swoje przedsiębiorstwo. I dużo na tym zarabia. Żle się jednak wiedzie w jej życiu osobistym. Helena rozwodzi się.

Dwa lata po rozwodzie, w 1938 roku wychodzi za mąż za młodszego od niej o 15 lat gruzińskiego księcia Achilę Gourielli. Przychodzi rok 1939. W czasie II wojny światowej Helena próbuje pomóc swojej rodzinie nadal mieszkającej w Polsce. Niestety, jedna z siostr odmawia opuszczenia Krakowa i ginie w obozie koncentracyjnym. Wojna odbiera Helenie najbliższych, ale również niszczy to, co w Europie budowała przez dziesięciolecia.

W powojennym Paryżu jako 70-letnia kobieta jest gotowa odbudować imperium. Ponownie, tak jak przed laty, opracowuje kremy, umieszcza w stoiczkach i sprzedaje spragnionym urody paryżankom. Europejska „Helena Rubinstein” powstaje jak z feniks z popiołów.

Gdy ma 80 lat zostaje wdową. Szybko jednak znajduje pocieszenie w ramionach kochanka, młodszego od niej o 50 lat! Powoli zbliża się do dziewięćdziesiątki.

Sędziwa Helena Rubinstein wydaje majątek na sztukę, ubrania i biżuterię, a jednocześnie jest znana ze swego skąpstwa. Pracownikom salonów piękności robi szkolenie z oszczędzania na energii. Swoje pracownice wysyła po najtańsze pończochy w Paryżu do pobliskich butików. Wciąż uczestniczy w spotkaniach zarządu, czasami przysypiając. Wystarczy jednak, że ktoś wspomni o pieniądzach, „cesarzowa” od razu budzi się do życia. Umiera z powodu wylewu 1 kwietnia 1965 roku w wieku 95 lat, dzień przed śmiercią była jeszcze w pracy.

16. Inspiracją do napisania historii Heleny Rubinstein były informacje zawarte w Internecie: K. Modzelewska, *Rubinstein – „ładna historia”*, protokół dostępu: <http://vumag.pl/oni-rzadza-pieknem/rubinstein-ladna-historia,50696,strona,3.html> (z dnia 10.01.2015).

Karta pracy 8 – Praca moich marzeń

	Zawód, który mogłabym/ mógłbym w przyszłości wykonywać	Co najbardziej podoba mi się w tym zawodzie?	Po co mi ta praca...?
1
2
3

ROZDZIAŁ 4.

Scenariusze zajęć grupowych dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim¹⁷

Obszar pierwszy

Zasoby osobiste, rodzinne i środowiskowe

Ćwiczenie 1. Moja reklama

Ćwiczenie 2. Moja rodzina ma głos

Ćwiczenie 3. Szkic upragnionego życia

Ćwiczenie 4. Kartka z życzeniami

Autodiagnoza (karta autodiagnozy 1a i 1b)

Obszar drugi

Ścieżki edukacyjne i zawodowe

Ćwiczenie 5. Rodzinna giełda zawodów

Ćwiczenie 6. Praca moich marzeń

Ćwiczenie 7. Piramida sukcesu

Ćwiczenie 8. Zawodowa sieć wsparcia

Autodiagnoza (karta autodiagnozy 2a i 2b)

Obszar trzeci

Strategie radzenia sobie ze zmianą

Ćwiczenie 9. Puzzle

Ćwiczenie 10. Jedno zdarzenie

Ćwiczenie 11. Gra Jak w kalejdoskopie (wersja 4)

Ćwiczenie 12. Ćwiczenia „przeciwpożarowe”

Autodiagnoza (karta autodiagnozy 3a i 3b)

17. Ćwiczenia zawarte w tym rozdziale są w większości adaptacją ćwiczeń zamieszczonych w rozdziałach wcześniejszych (1, 2, 3).

Pytania uzupełniające do ćwiczeń zamieszczone w dalszej części rozdziału 4 są tylko przykładowymi. Zajęcia grupowe z uczniami powinny mieć możliwie nieformalny, swobodny charakter. Dlatego pytania uzupełniające należy traktować jako pewne propozycje, które można dobierać zależnie od przebiegu zajęć grupowych oraz dostosować do potrzeb i możliwości uczniów.

Celem zajęć nie jest bowiem zdobycie odpowiedzi na wszystkie pytania, lecz pomoc w autorefleksji i autodiagnozie uczniów na temat swoich zasobów (wiedzy, umiejętności, sieci wsparcia społecznego) oraz planów na przyszłość. Doradca pełni rolę zarówno wspierającą, jak i edukacyjną. Powinien zatem zadbać przede wszystkim o zrozumienie treści ćwiczeń oraz zachęcać uczniów do zadawania pytań w razie niejasności. Ćwiczenia w każdym module są do wyboru przez osobę prowadzącą – należy je dostosować do możliwości i potrzeb danej grupy uczniów.

W przypadku zastosowania filmów lub gry multimedialnej doradca powinien towarzyszyć uczniom w oglądaniu lub w graniu i na bieżąco wyjaśniać ich wątpliwości i zadawane pytania.

Obszar pierwszy

Zasoby osobiste, rodzinne i środowiskowe

Ćwiczenie 1. Moja reklama

Cel

- Określenie mocnych stron, w oparciu o które uczeń mógłby planować karierę zawodową.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczeń identyfikuje w sobie zdolności poznawcze oraz predyspozycje emocjonalne, które ułatwią mu zdobycie upragnionego zawodu.

Pomoce

- Czysta kartka A4.
- Wersja rozszerzona – kolorowe gazety, nożyczki, kredki, klej.

Forma pracy

- Indywidualna i w parach.

Przebieg ćwiczenia

Etap 1 – praca indywidualna

- Uczennica/uczeń w centralnej części kartki wpisuje swoje imię (ewentualnie może narysować swój symbol). Dookoła imienia (swojego symbolu) ma za zadanie wypisać jak najwięcej informacji na swój temat (cechy, zalety, pasje, umiejętności, czynności, które lubi wykonywać, zainteresowania, sposób spędzania czasu wolnego itp.).
- Uczennica/uczeń ma za zadanie zastanowić się, w jakich obszarach zawodowych najlepiej mogłaby/mógłby wykorzystać swoje cechy, zalety, pasje, umiejętności.
- Inna wersja – uczennica/uczeń wycina z kolorowych gazet ilustracje, informacje, fragmenty tekstu, które najlepiej ją/jego opisują i następnie nakleja na kartkę; może też coś dorysować kredkami.

Etap 2 – praca w parach

- Podział pary na osobę A i osobę B.
- Osoba A prezentuje swoje opracowanie koleżance/koleździe. Osoba B ma za zadanie zastanowić się, w jakich zawodach osoba A mogłaby najskuteczniej wykorzystać swoje cechy, zalety, pasje itp. Dyskusja między uczestnikami. Zamiana ról.
- W celu ułatwienia pracy uczniom doradca może wypisać na tablicy zawody jakie najczęściej są w ofercie szkół specjalnych (patrz *Poradnik* cz. 1).
- Pytania pomocnicze do dyskusji z grupą lub w parach:
 - Co myślisz o zawodach zaproponowanych Ci przez koleżankę/ kolegę?
 - Które z nich uważasz za ciekawe dla Ciebie? Dlaczego?
 - Z którymi zupełnie się nie zgadzasz? Dlaczego?
 - Jak myślisz – które Twoje zalety, pasje, umiejętności mogą Ci się przydać w przyszłości?
 - Które mogą być niepotrzebne? Dlaczego tak myślisz?

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia**(praca z kartą autodiagnozy 1 po zakończeniu całego obszaru I)**

Uczennica/uczeń odpowiada na zadawane mu przez osobę prowadzącą pytania; na koniec wypełnia kartę autodiagnozy:

- *Czy wiesz, jakie masz zalety, pasje, umiejętności, talenty itp.?*
- *Czego chciałbyś się jeszcze o sobie dowiedzieć?*
- *Czy potrafisz określić przydatność Twoich zalet, pasji, talentów w zawodzie, który mogłabyś/mógłbyś wykonywać w przyszłości?*
- *Czy zgadzasz się z opinią koleżanki/kolegi na temat ewentualnych zawodów, które mogłabyś/mógłbyś w przyszłości wykonywać?*

Ćwiczenie 2. Moja rodzina ma głosCel

- Uświadomienie uczestnikom, jakie są opinie i sądy na temat cenionych i niedocenianych zawodów w ich rodzinach/ u ich opiekunów/ w ich środowisku.
- Umożliwienie uczestnikom odkrycia tych sądów i opinii, które mogą być ważne dla młodych ludzi.
- Zwiększanie świadomości uczestników na temat stereotypów zawodowych funkcjonujących w ich rodzinach/ u ich opiekunów/ w ich środowisku.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczennica/uczeń jest świadoma/y, iż przychodząc na świat w określonym środowisku (rodzinnie), dziedziczy pewien zestaw możliwości, który zapewnia jej/jemu warunki ograniczające lub ułatwiające działanie oraz przyczyniające się do zdobywania różnorodnych doświadczeń.

Pomoce

- Kartki A4, długopisy.

Forma pracy

- Grupowa (2-3 osoby).

Przebieg

- Osoba prowadząca prosi uczestników, aby zastanowili się, jakie opinie na temat świata pracy i zawodów funkcjonują w ich rodzinach/ u ich opiekunów/ w ich środowisku. Uczniowie próbują odpowiedzieć na następujące pytania (osoba prowadząca zapisuje pytania na tablicy):
 - *Czy Twoi rodzice/opiekunowie/sąsiedzi rozmawiali z Tobą na temat tego, kim warto być w przyszłości?*
 - *Czy gdy byłeś/byłaś dzieckiem, to dorośli mówili coś na temat pracy (m.in. praca jako przekleństwo, pomaganie, praca jako pasja, hobby, praca jako twórczość, praca jako harówka, „grunt to nie wychylaj się”, „musisz zdobyć wszystko”, „bez pracy nie ma kołaczy”, „żadna praca nie hańbi”, „praca to nie dla mnie”)?*
 - *Jakie zawody, zdaniem Twoich rodziców/opiekunów/sąsiadów, warto wykonywać? Czego nie warto robić? Jakie zawody są w ich Twojej rodzinie/wśród opiekunów popularne, a jakie nie?*
- Zadaniem grup jest spisanie rodzinnych/środowiskowych poglądów na temat pracy i zawodów oraz opowiedzenie o tym na forum grupy.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia**(praca z kartą autodiagnozy 1 po zakończeniu całego obszaru I)**

Uczennica/uczeń odpowiada na pytania zadawane przez osobę prowadzącą:

- *Co mówiono w Twojej rodzinie/środowisku na temat pracy i jej roli w życiu człowieka?*
- *Czy jesteś w stanie wskazać pewne opinie członków Twojej rodziny/ w Twoim środowisku na temat pracy? Co Ty o tym sądzisz?*

Ćwiczenie 3. Szkic upragnionego życia¹⁸Cel

- Pobudzenie wyobrażeń i marzeń związanych z własną przyszłością.

18. Inspiracja ćwiczeniem z opracowania: M. Brodowska, M. Kostecka-Rogowska, B. Kozak, *Scenariusze zajęć warsztatowych*, Wyższa Szkoła Zawodowa Kadry dla Europy w Poznaniu, Łódź 2013, s. 15.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczennica/uczeń posiada zdolność postępowania się wyobraźnią (nie skupiając się na ograniczeniach) w konstruowaniu wizji swojej przyszłości.

Pomoce

- Duże arkusze papieru, flamastry (lub farby).

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Uczniowie mają za zadanie narysować (na dużym arkuszu papieru) obraz swojego upragnionego życia. Powinno się na nim znaleźć jak najwięcej szczegółów: wygląd, inne osoby, miejsce zamieszkania, rodzaj wykonywanej pracy, sposób spędzania wolnego czasu.
- Uwaga – zadanie polega na tym, aby na obrazie „puścić wodze fantazji”, jakby wszystko było możliwe.
- Prezentacja na forum grupy (lub zorganizowanie wystawy pt. *Szkic upragnionego życia*).

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 1 po zakończeniu całego obszaru I)

Uczennica/uczeń odpowiada na pytania zadawane mu przez osobę prowadzącą, wypełnia kartę autodiagnozy:

- *Czy łatwo Ci było sobie wyobrazić swoją przyszłość?*
- *Czy potrafisz wyobrazić sobie swoje przyszłe życie i nie ograniczać się rzeczywistością?*
- *Czy jesteś w stanie narysować swoje marzenia?*
- *Czy miałeś trudności w rysowaniu? Jakie to były trudności? Zastanów się, z czego mogą one wynikać?*
- *Co czułaś/eś jak wyobrażałaś/eś sobie swoje przyszłe życie?*

Ćwiczenie 4. Kartka z życzeniami

Cel

- Pobudzenie wyobrażeń i marzeń związanych z własną przyszłością.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczennica/uczeń posiada zdolność postępowania się wyobraźnią (nie skupiając się na ograniczeniach) w konstruowaniu wizji swojej przyszłości.

Pomoce

- Flamastry i kredki, Karta pracy 1.

Forma pracy

- Indywidualna i w parach.

Przebieg ćwiczenia

Etap 1 – praca indywidualna

- Uczennica/uczeń tworzy kartkę, na której pisze życzenia oraz mocne strony swojej koleżanki /swojego kolegi (uczestnicy dobierają się w pary). Uczestnicy mają za zadanie napisać jak najwięcej życzeń i informacji na temat koleżanki/kolegi (cechy, zalety, pasje, umiejętności).

Etap 2 – praca w parach

- Uczestnicy prezentują w parach wyniki swojej pracy.
- Pytania pomocnicze do dyskusji w parach:
 - *Co myślisz o życzeniach i mocnych stronach przedstawionych na Karcie pracy 1 przez koleżankę/kolegę?*
 - *Które z nich uważasz za ciekawe dla Ciebie? Dlaczego?*
 - *Z którymi zupełnie się nie zgadzasz? Dlaczego?*
 - *Jak myślisz, które Twoje zalety, umiejętności mogą Ci się przydać w przyszłości?*
 - *Które mogą być przeszkodą? Dlaczego tak sądzisz?*

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia**(praca z kartą autodiagnozy 1 po zakończeniu całego obszaru I)**

Uczennica/uczeń odpowiada na pytania zadawane mu przez osobę prowadzącą, wypełnia kartę autodiagnozy:

- *Czy zgadzasz się ze zdaniem koleżanki/kolegi na temat Twoich mocnych stron?*
- *Z którymi elementami „kartki z życzeniami” się nie zgadzasz?*
- *Czy uważasz, że inni potrafią dobrze określić Twoje życzenia i mocne strony?*

AUTODIAGNOZACel

- Rozpoznanie własnych zasobów (mocne strony, talenty, pasje i umiejętności), które mogą być wykorzystane w przyszłej pracy.
- Rozpoznanie zasobów rodzinnych i środowiskowych (umiejętności członków rodziny i/lub opiekunów)
- Zebranie dalszych informacji do wykorzystania w indywidualnej rozmowie z doradcą zawodowym.

Pomoce

- Karty autodiagnozy 1a i 1b.

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Osoba prowadząca rozdaje uczestnikom karty autodiagnozy. Wykorzystując pytania zawarte w ramach (na końcu każdego ćwiczenia) uczniowie dokonują autodiagnozy przy wsparciu osoby prowadzącej.
- Ewentualna dyskusja.

Obszar drugi

Ścieżki edukacyjne i zawodowe

Ćwiczenie 5. Rodzinna giełda zawodów

Cel

- Zachęcenie młodych ludzi do zainteresowania się światem pracy i zawodów swoich bliskich/opiekunów.
- Zwrócenie uwagi uczestników na pojawiające się tendencje w wyborach podejmowanych w rodzinie/ w środowisku (uświadomienie istniejących w rodzinie/środowisku tradycji zawodowych).

Funkcja diagnostyczna

- Określenie możliwości posługiwania się wzorami ról zawodowych z najbliższego otoczenia w konstruowaniu własnego wyobrażenia na temat przyszłej roli zawodowej uczennicy/ucznia.

Pomoce

- Flamastry, Karta pracy 2 (Drzewo rodzinne).

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Osoba prowadząca prosi uczestników, aby napisali zawody, które wykonywane są przez członków ich rodzin/opiekunów (można do tego celu użyć czystej kartki, schematu/diagramu narysowanego przez uczennicę/ucznia lub ilustracji drzewa – Karta pracy 2). Warto zwrócić uwagę, aby uczniowie sięgnęli pamięcią również do osób z wcześniejszych pokoleń (babcia, dziadek itp.). Warto zachęcać, aby uczniowie spróbowali dotrzeć do jak największej ilości osób i informacji.
- Analiza ćwiczenia w oparciu o następujące pytania:
 - *Czy w Twojej rodzinie/ u opiekunów powtarzają się jakieś zawody? Jakie to są zawody? Czy są takie, które można uznać za tradycję rodzinną?*
 - *Czy podoba Ci się któryś z tych zawodów? Dlaczego tak? Dlaczego nie?*
- Prezentacja swoich opracowań na forum grupy.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 2 po zakończeniu całego obszaru II)

Uczennica/uczeń odpowiada na zadawane przez osobę prowadzącą:

- *Czy wymienienie zawodów wykonywanych w Twojej rodzinie/środowisku było dla Ciebie trudne? Jeśli tak, to zastanów się dlaczego? Co było najtrudniejsze? (Nie znasz zawodów Twoich najbliższych/opiekunów? Twoi najbliżsi/opiekunowie mają zawody, których nie znasz lub niewiele o nich wiesz? Na schemacie znajdują się osoby jedynie z Twojego najbliższego otoczenia? Twoi najbliżsi/opiekunowie nie byli aktywni zawodowo?)*
- *Czy wymienienie zawodów wykonywanych w Twojej rodzinie/środowisku było dla Ciebie łatwe? Jeśli tak, to zastanów się dlaczego? (Znasz doskonale zawody swoich najbliższych/opiekunów? Niektórzy z nich wykonują zawód, o którym Ty również marzysz?)*

Ćwiczenie 6. Praca moich marzeń

Cel

- Pobudzenie wyobraźni i marzeń związanych z własną przyszłością.

Funkcja diagnostyczna

- Rozpoznanie, na ile uczennica/uczeń posiada już gotowość do określenia pracy swoich marzeń.

Pomoce

- Kartki A4, długopis, Karta pracy 3 (Praca moich marzeń).

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Uczniowie mają za zadanie napisać 3 propozycje pracy, którą chcieliby wykonywać w przyszłości. Uzupelnianie Karty pracy 3.
- Dyskusja na forum grupy moderowana przez osobę prowadzącą.
- Następnie uczennica/uczeń jest proszona/y o podjęcie decyzji i zaznaczenie jednego wyboru (spośród 3 wcześniej wybranych), który mogłaby/mógłby określić jako „pracę swoich marzeń”.
- Dyskusja grupowa – dlaczego taki wybór?



Funkcja diagnostyczna ćwiczenia**(praca z kartą autodiagnozy 2 po zakończeniu całego obszaru II)**

Uczennica/uczeń odpowiada na pytania zadawane przez osobę prowadzącą:

- *Czy określenie kilku zawodów, które mogłabyś/mógłbyś w przyszłości wykonywać było dla Ciebie trudne? Dlaczego? Co było najtrudniejsze? (Jeszcze nie wiesz, co chcesz robić? Nie myślałaś/ś o tym?).*
- *Czy określenie kilku zawodów, które mogłabyś/mógłbyś w przyszłości wykonywać było dla Ciebie łatwe? Dlaczego? (Od dawna wiesz, co chcesz robić w przyszłości?)*
- *Czy było Ci trudno wybrać tylko jeden zawód marzeń? Jak myślisz, dlaczego?*

Ćwiczenie 7. Piramida sukcesuCel

- Uświadomienie uczestnikom znaczenia umiejętności zdobywania informacji o interesujących zawodach w procesie planowania własnej kariery zawodowej.
- Stworzenie uczestnikom zainteresowanym wybranymi profesjami okazji do określania potencjalnych ścieżek zawodowych/kariery.
- Ćwiczenie umiejętności stawiania celów w zakresie planowania ścieżki kariery zawodowej.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczennica/uczeń posiada wiedzę na temat systemu szkolnego i jego powiązania ze zdobywaniem konkretnego zawodu.

Pomoce

- Karta pracy 4 (Piramida sukcesu), długopis.

Forma pracy

- Indywidualna i grupowa.

Przebieg**Etap 1** – praca indywidualna

- Uczniowie otrzymują Kartę pracy 4 – na szczycie piramidy wpisują zawód swoich marzeń (wybór z poprzedniego ćwiczenia); na poszczególnych piętrach piramidy muszą napisać wszystko to, co należy zrobić, aby dojść do upragnionego zawodu (poszczególne szkoły, praktyka zawodowa, kursy).

Etap 2 – praca grupowa

- Wystawa prac.
- Uczniowie na forum grupy dzielą się swoimi opracowaniami. Wspólna dyskusja i wspólne uzupełnianie (ewentualnie – korekta) opracowań.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia**(praca z kartą autodiagnozy 2 po zakończeniu całego obszaru II)**

Uczennica/uczeń udziela odpowiedzi na pytania osoby prowadzącej:

- *Czy wiesz, co trzeba zrobić, żeby zdobyć Twój wymarzony zawód?*
- *Które z pięter piramidy uważasz za najtrudniejsze do zrealizowania?*
- *Które z pięter piramidy uważasz za najłatwiejsze do zrealizowania?*

Ćwiczenie 8. Zawodowa sieć wsparciaCel

- Próba identyfikacji osób, które mogłyby się stać dla uczennicy/ucznia źródłem informacji na temat interesującego ją/jego zawodu.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, czy uczennica/uczeń zna w swoim otoczeniu osoby, które mogłyby być dla niej/niego źródłem informacji o zawodach oraz wsparcia w dokonywaniu wyboru zawodu.

Pomocy

- Karta pracy 5 (Zawodowa sieć wsparcia), długopis.

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Uczniowie otrzymują Kartę pracy 5. Zadanie polega na narysowaniu swojej zawodowej sieci wsparcia. Mając na uwadze pracę swoich marzeń, wpisują do sieci wsparcia osoby według kryteriów zamieszczonych w Karcie pracy 5.
- Uczennica/uczeń odpowiada na następujące pytanie: *Z którą z tych osób porozmawiałabyś/porozmawiałbyś, aby uzyskać więcej informacji na temat interesującego Cię zawodu? O co byś zapytała/zapytał?*

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 2 po zakończeniu całego obszaru II)

Uczennica/uczeń udziela odpowiedzi na pytania osoby prowadzącej:

- *Od której osoby otrzymałaś/eś już kiedyś wsparcie?*
- *Czy wszystkie te osoby lubisz?*
- *Czy osoby te znają się wzajemnie?*
- *Czy jest jakiś krąg, którego nie wypełniłaś/eś? Który z nich był dla Ciebie najtrudniejszy? Dlaczego?*

AUTODIAGNOZA

Cel

- Rozpoznanie umiejętności obserwowania i analizowania karier zawodowych różnych osób.
- Zebranie dalszych informacji do wykorzystania w indywidualnej rozmowie z doradcą zawodowym.

Pomoce

- Karta autodiagnozy 2a i 2b.

Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

- Osoba prowadząca rozdaje uczestnikom karty autodiagnozy. Wykorzystując pytania zawarte w ramkach (na końcu każdego ćwiczenia) uczniowie dokonują autodiagnozy.
- Ewentualna dyskusja.

Obszar trzeci

Strategie radzenia sobie ze zmianą

Ćwiczenie 9. Puzzle¹⁹

Cel

- Przećwiczenie umiejętności radzenia sobie w trudnej sytuacji.

Funkcja diagnostyczna

- Identyfikacja siły walki w dążeniu do celu.
- Określenie, na ile uczennica/uczeń posiada umiejętność opracowywania strategii radzenia sobie w sytuacjach trudnych (nieprzewidywanych, niezaplanowanych).

Forma pracy

- Grupowa (3-4 osoby).

Pomoce

- Puzzle (po 1 dla 3-4 uczestników).

Przebieg

- Każdy uczestnik pracuje w małych grupach układając puzzle.
- Po kilku minutach (do ustalenia przez prowadzącego w zależności od rodzaju puzzli) – zanim grupy zdążą dokończyć układanie – osoba prowadząca zatrzymuje proces układania i miesza elementy puzzli.
- Następnie grupy zaczynają układać puzzle od nowa.
- Wersja zaawansowana: wymiana zestawu puzzli między grupami.
- Analiza ćwiczenia z wykorzystaniem pytań:
 - *Co było najtrudniejsze?*
 - *Co było najłatwiejsze?*
 - *Jaką miałas/ęś strategię na układanie puzzli?*
 - *Jakie uczucia towarzyszyły Ci w trakcie wykonywania zadania?*
 - *Czy miałas/ęś ochotę zrezygnować i przerwać zadanie?*
 - *Co Cię powstrzymywało przed rezygnacją z wykonywania zadania (lub: Co ostatecznie spowodowało przerwanie zadania?)*

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 3 po zakończeniu całego obszaru III)

- *Czy uważasz, że masz w sobie siłę walki i uporę w dążeniu do celu (pomimo kolejnych niepowodzeń)? Jeśli stwierdzasz, że masz w sobie dużą siłę walki, zastanów się, z czego to może wynikać? Co ta sytuacja mówi o Tobie?*
- *Czy uważasz, że masz w sobie chęć rezygnacji w sytuacji, którą oceniasz jako niemożliwą (trudną) do wykonania? Jeśli stwierdzasz w sobie chęć rezygnacji i wycofania się z trudnego zadania, spróbuj się zastanowić, co może być tego powodem?*

Ćwiczenie 10. Jedno zdarzenie

Cel

- Identyfikacja zdolności poznawczych, zdolności działania (jako reagowania lub inicjowania) oraz predyspozycji emocjonalnych ułatwiających radzenie sobie z wielorakim wpływem środowiska.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie, na ile uczennica/uczeń identyfikuje w sobie zdolności poznawcze i wykonawcze oraz predyspozycje emocjonalne, które ułatwiają jej/jemu radzenie sobie z wpływem środowiska.
- Określenie, na ile uczennica/uczeń jest aktywnym podmiotem, który kształtuje własną karierę, inicjuje pewne sytuacje, stwarza sobie możliwości zdobywania doświadczeń, dokonuje generalizacji samoobserwacji oraz nieustannie rozwija swoje umiejętności zadaniowe.

Pomoce

- Karta pracy 6 (Jedno zdarzenie), długopis.

Forma pracy

- Grupowa (2-3 osoby).

19. Ćwiczenie w powszechnym stosowaniu zaadoptowane na potrzeby narzędzia *Kalejdoskop Karierę*.

Przebieg

- Podział grupy na mniejsze zespoły. Uczniowie mają za zadanie przypomnieć sobie jedno zdarzenie z ich życia, które nie potoczyło się tak, jak to sobie wcześniej zaplanowali. Rozmowa na ten temat w zespołach. Zespoły wybierają jedno zdarzenie, nad którym będą pracować.
- Praca z kartą pracy 6.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 3 po zakończeniu całego obszaru III)

- *Czy potrafisz określić przyczyny zmiany sytuacji?*
- *Czy uczucia i myśli, jakie się wówczas pojawiały, zachęcały czy raczej zniechęcały do działania?*
- *Czy uważasz, że łatwo Ci jest dokonywać zmian w zaplanowanych sytuacjach?*
- *Jakie Twoje cechy ułatwiają Ci to zadanie?*
- *Czy uważasz, że trudno Ci jest dokonywać zmian w zaplanowanych sytuacjach?*
- *Jakie Twoje cechy utrudniają Ci to zadanie?*

Ćwiczenie 11. Gra Jak w kalejdoskopie (wersja 4)

Cel

- Uświadomienie nieprzewidywalności przyszłości i budowanie w sobie gotowości na zmiany, których źródła mogą być od nas niezależne.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie sposobu reagowania na nieprzewidziane wydarzenia, które mogą utrudnić wykonanie wcześniej zaplanowanego działania.
- Określenie, na ile uczennica/uczeń potrafi nadać szczęśliwy (pozytywny, konstruktywny) obrót nieoczekiwanym wydarzeniom w sferze zawodowej.

Pomoce

- Gra *Jak w kalejdoskopie* (wersja 4).

Forma pracy

- Grupowa.

Przebieg

Etap 1

- Podział grupy na 2 zespoły; każdy zespół otrzymuje **Historię Leszka** (pracownika pomocniczego obsługi hotelowej).

Etap 2

- Następnie grupy otrzymują kopertę z powycinanymi kartami opisującymi zawód – **Klocki kariery – pracownik pomocniczy obsługi hotelowej**.
- Uczniowie muszą dobrać karteczki odpowiednio do danego zawodu (zadania zawodowe, miejsce pracy, predyspozycje) i ułożyć je w jakiejś formie (np. wieży, muru).

Etap 3

- W trakcie pracy osoba prowadząca informuje, że wydarzyło się coś nieprzewidzianego (każda grupa losuje jedno zdarzenie) z koperty z wyciętą kartą **Zdarzenie losowe (zmiana sytuacji zawodowej Leszka)**.
- Zadanie polega na ułożeniu karteczek od nowa z uwzględnieniem aktualnej sytuacji. Rozdanie grupom powycinanej karty **Puste klocki kariery. Zastanówcie się, co może zrobić w tej sytuacji Leszek? Jakiego rodzaju wiedza i umiejętności będą mu potrzebne, aby zmienić swoją sytuację zawodową? W otrzymanych pustych kwadratach dopiszcie minimum 4 propozycji.**

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 3 po zakończeniu całego obszaru III)

- *Który etap zadania sprawił Ci największą trudność?*
- *Jaka była Twoja reakcja na nieprzewidziane zdarzenia?*
- *Jaką miałas/ eś rolę w zespole – czynną (podawałas/ eś wiele rozwiązań, motywowalas/ eś grupę) czy bierną (byłas/ eś jedynie obserwatorem lub w niewielkim stopniu angażowalas/ eś się w pracę grupy)?*
- *Jak myślisz, dlaczego?*

Ćwiczenie 12. Ćwiczenia „przeciwpożarowe”

Cel

- Przygotowanie do racjonalnych i logicznych działań na wypadek metaforycznego „pożaru” (utrata pracy, niedostanie się do wymarzonej szkoły itd.).
- Przećwiczenie umiejętności opracowywania strategii radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych (nieprzewidywanych, niezaplanowanych).
- Uświadomienie nieprzewidywalności przyszłości i budowanie w sobie gotowości na zmiany, których źródła mogą być od nas niezależne.

Funkcja diagnostyczna

- Określenie sposobu reagowania na nieprzewidziane wydarzenie, które mogą utrudnić wykonanie wcześniej zaplanowanego działania.
- Rozpoznanie, na ile uczennica/uczeń potrafi nadać szczęśliwy (pozytywny, konstruktywny) obrót nieoczekiwanym wydarzeniom w sferze zawodowej.

Pomoce

- Karta pracy 4 (Piramida sukcesu).

Forma pracy

- Indywidualna i w parach.

Przebieg

Etap 1 – praca indywidualna

- Uczniowie powracają do Karty pracy 4 (Piramida sukcesu), na której narysowali drogę edukacyjną do swojego wymarzonego zawodu.
- Każda uczennica/ każdy uczeń ma za zadanie wyobrazić sobie najgorszy z możliwych scenariusz; coś nieprzewidzianego, zaskakującego i negatywnego, co może się wydarzyć w drodze do zawodu swoich marzeń.
- Wynotowanie kilku takich sytuacji, które przychodzą im do głowy.
- Próba zastanowienia się, co można zrobić w nowej (nieprzewidzianej) sytuacji.

Etap 2 – praca w parach

- Uczniowie w parach omawiają ćwiczenie; próba zwiększenia ilości pomysłów o propozycje koleżanki/kolegi na temat tego, co można zrobić w nowej sytuacji.

Funkcja diagnostyczna ćwiczenia

(praca z kartą autodiagnozy 3, po zakończeniu całego obszaru III)

- *Często okazuje się, że sytuacja zmiany, której bardzo się boimy, zwykle nie jest nawet w części tak straszna, jak się początkowo wydawało. Okazuje się, że nawet w najgorszej wersji wydarzenia przychodzą nam do głowy różne ciekawe rozwiązania. Jak to było w Twojej sytuacji?*
- *Jakie uczucia pojawiały się w sytuacji, gdy musiałeś/eś wyobrazić sobie najgorszą wersję zdarzenia?*

AUTODIAGNOZA

Cel

- Rozpoznanie umiejętności dokonywania zmian w zaplanowanych działaniach.
- Rozpoznanie umiejętności dążenia do celu (pomimo kolejnych niepowodzeń).
- Zebranie dalszych informacji do wykorzystania w indywidualnej rozmowie z doradcą zawodowym.

Pomoce

- Karty autodiagnozy 3a, 3b.

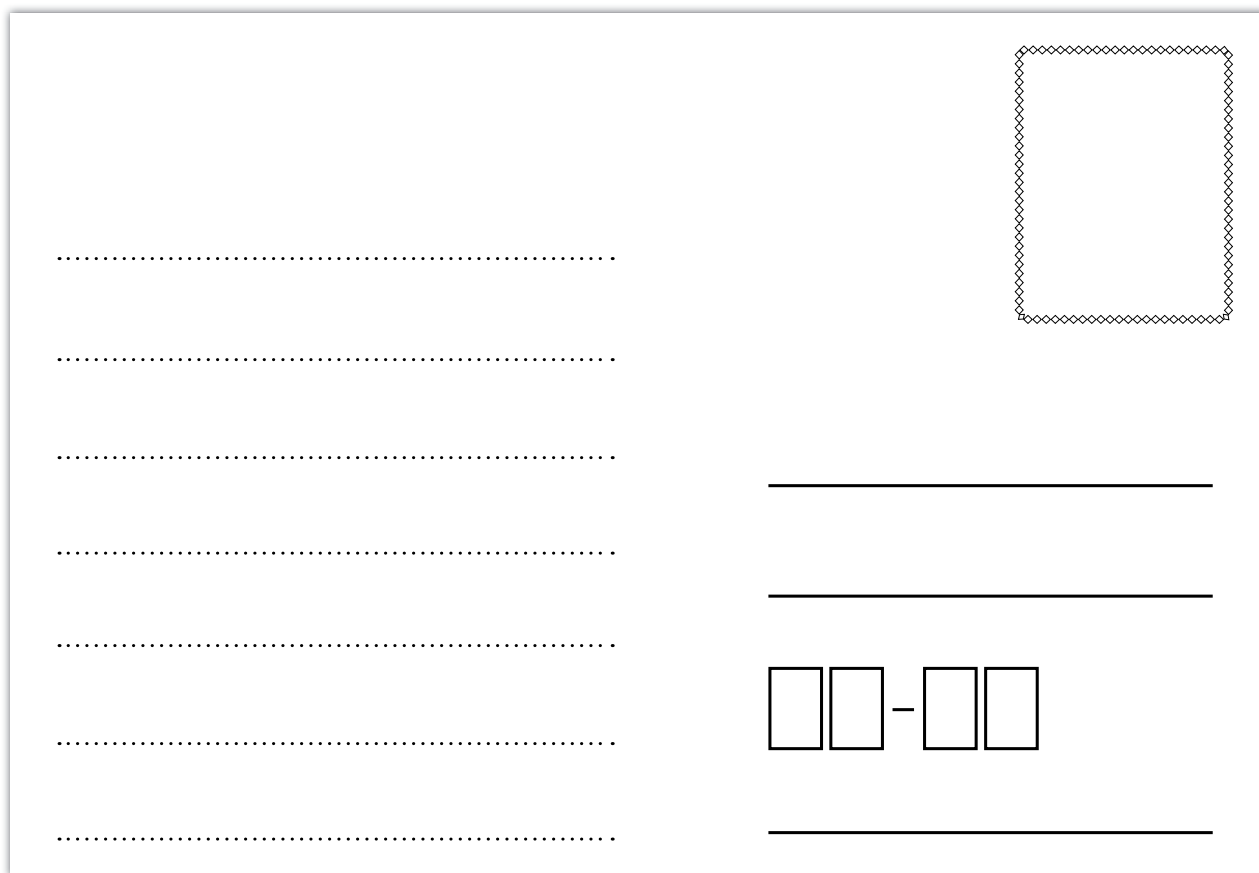
Forma pracy

- Indywidualna.

Przebieg

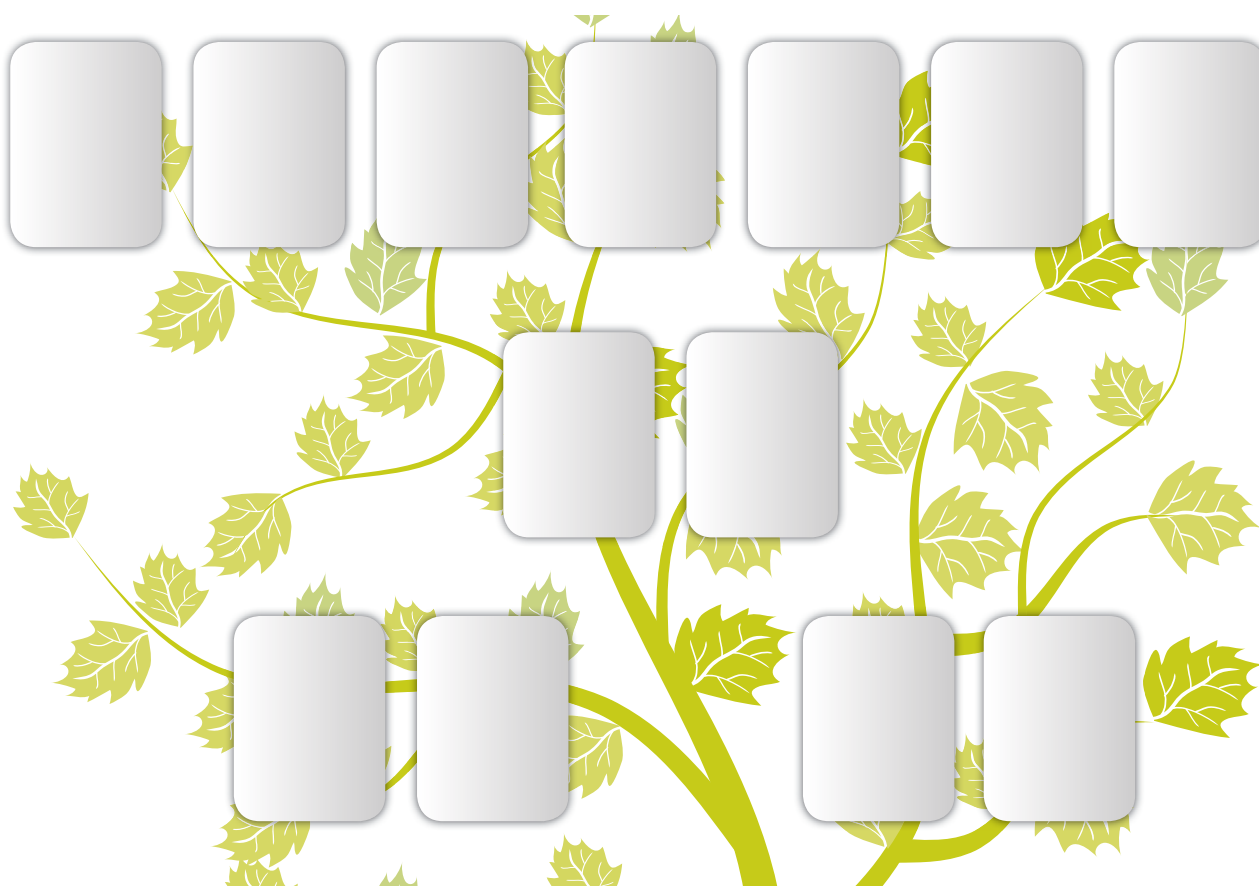
- Osoba prowadząca rozdaje uczestnikom karty autodiagnozy. Wykorzystując pytania zawarte w ramkach (na końcu każdego ćwiczenia) uczniowie dokonują autodiagnozy.
- Ewentualna dyskusja.

Karta pracy 1 – Kartka z życzeniami



Worksheet for writing wishes. It features seven horizontal dotted lines for writing. On the right side, there is a decorative rectangular box with a dotted border. Below the dotted lines, there are two solid horizontal lines and a date field consisting of two boxes for the day and month, separated by a hyphen: -

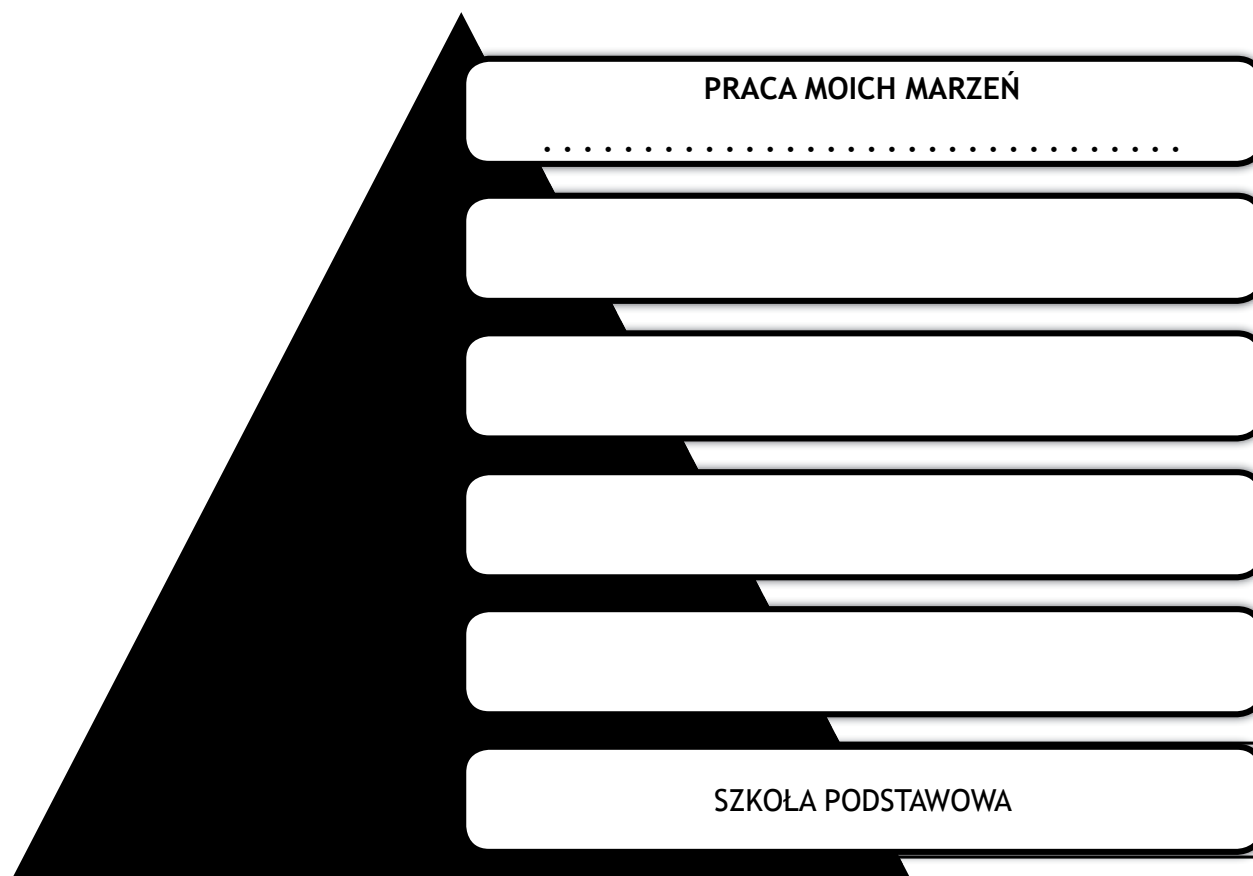
Karta pracy 2 – Drzewo rodzinne



Karta pracy 3 – Praca moich marzeń

	Zawód, który mogłabym/mógłbym w przyszłości wykonywać	Co najbardziej podoba mi się w tym zawodzie?
1	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
2	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
3	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>

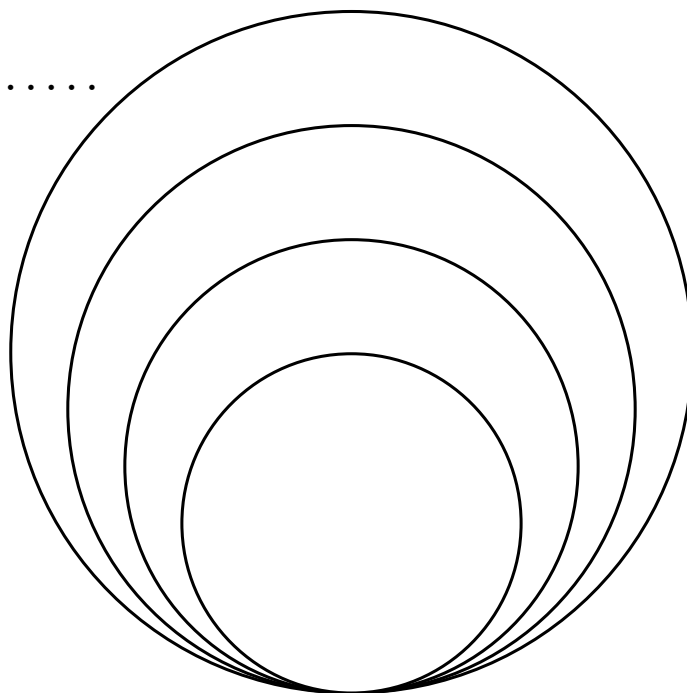
Karta pracy 4 – Piramida sukcesu



Karta pracy 5 – Zawodowa sieć wsparcia

Zawód:

.....



- **Okrag I** – osoby, które wykonują interesujący Cię zawód i które znasz osobiście.
- **Okrag II** – osoby, które wykonują dany zawód, ale nie znasz ich osobiście.
- **Okrag III** – osoby, które nie wykonują interesującego Cię zawodu, ale znasz je i możesz zapytać o poradę/wskazówkę na temat tego zawodu.
- **Okrag IV** – osoby, które wykonują dany zawód i opowiadały Ci o tym zawodzie.

Karta pracy 6 – Jedno zdarzenie

Opiszcie wybraną przez grupę sytuację, która potoczyła się inaczej, niż była zaplanowana (np. zła ocena ze sprawdzianu, odwołanie zabawy szkolnej itp.). Udzielcie w zespole odpowiedzi na poniższe pytania:

- Czego dotyczyła ta sytuacja?

.....

- Co się stało, że sytuacja się zmieniła?

.....

- Co czuły osoby, które brały udział w tym zdarzeniu?

.....

- Co myślały osoby, które brały w tym udział? (Na swój temat, na temat innych, na temat tego zdarzenia).

.....

- Co można było jeszcze w tej sytuacji zrobić?

.....

.....

ANEKS

1. Gra *Jak w kalejdoskopie*
2. Karty dyskusyjne *JobBox* z instrukcją
3. Instrukcja wykorzystania cyklu filmów o zawodach *Zawodowi Zawodowcy*
4. Instrukcja do gry multimedialnej *Klocki wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych*

Gra *Jak w kalejdoskopie*

Wersja 1. Technik hotelarstwa

Historia Igora (lat 22)

Igor długo nie wiedział, kim chciałby być w przyszłości. Od zawsze był bardzo towarzyskim i otwartym na innych człowiekiem. Chętnie pomagał innym i zawsze angażował się w to, co robił. Prawie do końca gimnazjum nie wiedział jednak, co dalej pewien robić. Bardzo chciał pracować z ludźmi, ale nie interesował go żaden konkretny zawód. W przeciwieństwie do swojego przyjaciela, który od zawsze marzył o pracy kucharza. Przyjaciel ten namawiał go, aby razem poszli do szkoły gastronomicznej, ale Igorowi zawody związane z gotowaniem, choć może i ciekawe, lecz kojarzyły się z ciężką pracą, a przede wszystkim z nauką w zasadniczej szkole zawodowej. Igor uczył się dobrze i myślał raczej o szkole z maturą, choć niekoniecznie o liceum.

Pod koniec szkoły gimnazjalnej Igor wraz klasą wybrali się na Targi Edukacyjne. Przyjaciel w pierwszej kolejności zaciągnął Igora do stoiska szkoły oferującej kształcenie w zawodzie kucharza. Okazało się, że w szkole, którą był zainteresowany przyjaciel, można uczyć się także w innych zawodach. Igora najbardziej zaciekała oferta związana z hotelarstwem. Szczególnie zawód technika hotelarza. Po powrocie z targów zainteresował się tą branżą i postanowił razem z przyjacielem od września rozpocząć naukę w tej samej szkole, choć w różnych klasach: Igor w klasie przygotowującej do zawodu technika hotelarza, przyjaciel w klasie kucharzy. I tak rozpoczęła się droga edukacyjno-zawodowa Igora w branży hotelarskiej. Po 4 latach Igor ukończył technikum, zdał bardzo dobrze egzamin dyplomowy uzyskując kwalifikacje w zawodzie technika hotelarstwa. Jednak ze względu na zbyt swobodne podejście do matury (jak sam dziś Igor przyznaje), nie udało mu się zdać egzaminu dojrzałości. Zaraz po szkole otrzymał ciekawą propozycję pracy, co prawda nie w jego rodzinnej Legnicy, ale w pięknej Szklarskiej Porębie.

Klocki kariery (technik hotelarstwa)

Z otrzymanych opisów wybierzcie te, które Waszym zdaniem są kluczowe w karierze Igora.
Utwórzcie z wybranych kwadratów dowolny kształt kariery Igora.

Oferowanie i sprzedaż usług hotelarskich	Obsługiwanie klientów w obiektach hotelarskich	Organizowanie usług gastronomicznych w obiekcie hotelarskim	Preferowanie powtarzających się, rutynowych czynności
Umiejętności organizacyjne	Umiejętności negocjacyjne	Uzdolnienia językowe	Drobiazgowość
Umiejętność podejmowania inicjatywy	Umiejętność podejmowania decyzji	Obsługiwanie gościa hotelowego na różnych stanowiskach pracy	Umiejętność koncentracji na długotrwałych czynnościach
Obsługiwanie kongresów, konferencji, zjazdów oraz imprez okolicznościowych	Znajomość języka angielskiego w stopniu komunikatywnym	Planowanie wyposażenia wnętrza obiektów hotelarskich	Precyzyjność
Wykonywanie czynności opiekuńczo-wspierających u osób potrzebujących pomocy	Komunikatywność	Ukończone technikum: dyplom w zawodzie technik hotelarstwa (bez matury)	Umiejętności czytania planów
Umiejętność opanowywania emocji	Praktyki zawodowe w recepcji hotelu jednogwiazdkowego	Praca na stanowisku recepcjonisty w górskim pensjonacie (pierwsza praca, 3 lata)	Umiejętności rachunkowe
Odporność na stres	Wysoka kultura osobista	Projektowanie i opisywanie trasy podróży na podstawie map	Odporność na warunki pogodowe
Cierpliwość i zrównoważenie	Praca w hotelu jednogwiazdkowym na stanowisku recepcjonisty (dawne miejsce praktyk, 2 lata)	Praca w hotelu dwugwiazdkowym na stanowisku recepcjonisty (od 2 lat do dziś)	Określanie wpływu rozwoju turystyki na środowisko przyrodnicze

Materiały dla osoby prowadzącej (technik hotelarstwa)

TECHNIK HOTELARSTWA	
KARTY PRAWIDŁOWE	KARTY BŁĘDNE
<ul style="list-style-type: none"> • Oferowanie i sprzedaż usług hotelarskich. • Obsługiwanie klientów w obiektach hotelarskich i innych obiektach, w których świadczone są usługi hotelarskie. • Organizowanie usług gastronomicznych w obiekcie hotelarskim i innych obiektach, w których świadczone są usługi hotelarskie. • Umiejętności organizacyjne. • Umiejętności negocjacyjne. • Uzdolnienia językowe. • Umiejętność podejmowania inicjatyw. • Umiejętność podejmowania decyzji. • Obsługiwanie gościa hotelowego. • Obsługiwanie kongresów, konferencji, zjazdów oraz imprez okolicznościowych. • Planowanie wyposażenia wnętrz obiektów hotelarskich. • Znajomość języka angielskiego w stopniu komunikatywnym. • Komunikatywność. • Wysoka kultura osobista. • Odporność na stres. • Cierpliwość i zrównoważenie. • Umiejętność opanowywania emocji. • Ukończone technikum: dyplom w zawodzie technik hotelarstwa (bez matury). • Praktyki zawodowe w recepcji hotelu jednogwiazdkowego. • Praca na stanowisku recepcjonisty w górskim pensjonacie (pierwsza praca), 3 lata. • Praca hotelu jednogwiazdkowym na stanowisku recepcjonisty (dawne miejsce praktyk), 2 lata. • Praca w hotelu dwugwiazdkowym na stanowisku recepcjonisty (obecnie). 	<ul style="list-style-type: none"> • Określanie wpływu rozwoju turystyki na środowisko przyrodnicze. • Projektowanie i opisywanie trasy podróży na podstawie map. • Wykonywanie czynności opiekuńczo-wspierających u osób potrzebujących pomocy. • Odporność na warunki pogodowe. • Umiejętności rachunkowe. • Preferowanie powtarzających się, rutynowych czynności. • Umiejętności czytania planów. • Umiejętność koncentracji na długotrwałych czynnościach. • Precyzyjność. • Drobiazgowość.

Zdarzenie losowe (Zmiana sytuacji zawodowej Igora)

Niestety okazało się, że Igor musi zmienić pracę, ponieważ:

a) Został zwolniony ze względu na złą kondycję finansową hotelu (redukcja etatu – Igor ma najkrótszy staż pracy).
b) Zmienił się właściciel hotelu, który wymaga od pracowników recepcji ukończenia studiów wyższych. Wszyscy, którzy nie spełniają tego kryterium, dostali wypowiedzenie, w tym Igor.
c) Obecny właściciel hotelu stara się o uzyskanie kolejnej gwiazdki, wymaga od pracowników wyższych studiów oraz znajomości co najmniej dwóch języków obcych. Proponuje Igorowi stanowisko intendenta (dopóki nie uzupełni kwalifikacji) lub odejście z pracy.

Puste klocki kariery

Zastanówcie się, co może w tej sytuacji zrobić Igor? Jakiego rodzaju wiedza i umiejętności będą mu potrzebne, aby zmienić swoją sytuację zawodową? W otrzymanych pustych kwadratach dopiszcie minimum 6 swoich propozycji.

Gra *Jak w kalejdoskopie*

Wersja 2. Kucharz

Historia Anny (lat 27)

Anna od dziecka nie miała wątpliwości, kim będzie jak dorośnie. Odkąd pamięta, kuchnia była jej ukochanym miejscem. Większość swojego dzieciństwa spędziła w tym miejscu. Przez długie lata przyglądała się pracy niekwestionowanej (zdaniem Anny) królowej kuchni, czyli swojej babci, która potrafiła z niczego przygotowywać wykwintne potrawy. To babcia była jej pierwszym mistrzem. Wprowadzała Annę w tajniki tradycyjnej kuchni polskiej, ale razem próbowaty także specjałów, jakie znajdowały w przepisach kuchni świata. Babcia Anny była wszechstronna. Świetnie gotowała, ale także przyrządzała cudowne ciasta. Anna marzyła, aby odziedziczyć po niej te talenty.

Długo wahała się, co lubi bardziej: gotowanie czy pieczenie. Kiedy jednak w wieku 7 lat przygotowała pierwszy w swoim życiu tort i nie był on tak pyszny, jak wypieki babci, podjęła decyzję, że jednak zajmie się gotowaniem, a pieczenie pozostawi innym. Była przekonana, że w gotowaniu będzie mistrzem. Anna od najmłodszych lat stawiała sobie wysokie wymagania. Zawsze dobrze się uczyła i starta się wykonywać wszystko najlepiej, jak potrafi. Miała jednak jedną słabość. Nie radziła sobie z nauką języków obcych. Bardzo się przykładała do lekcji angielskiego, ale nie przynosiło to oczekiwanych rezultatów. Uspakajała samą siebie, że przecież będzie mistrzem polskiej kuchni i języki nie będą jej potrzebne, czuła jednak, że taka umiejętność może jej się kiedyś przydać.

Po ukończeniu gimnazjum, tak jak zaplanowała, podjęła naukę w zasadniczej szkole gastronomicznej. Uczyniła to nieco wbrew oczekiwaniom rodziców, którzy bardzo dobrą uczennicę Annę widzieli raczej w liceum ogólnokształcącym lub w technikum. Jednak Anna świadomie podjęła taką decyzję, ponieważ chciała jak najlepiej przygotować się do zawodu kucharza, a takie przygotowanie, jej zdaniem, dawała właśnie szkoła zawodowa. Była najlepszą uczennicą w szkole. Stratowała z powodzeniem w wielu konkursach gastronomicznych, a w trakcie praktyk otrzymała nagrodę w konkursie na najlepszą zupę regionalną.

Po ukończeniu, z wyróżnieniem, szkoły zawodowej Anna od razu postanowiła zdobyć średnie wykształcenie podejmując naukę w technikum, w klasie żywienia i usług gastronomicznych, które także ukończyła z wyróżnieniem. Pod koniec technikum podjęła pracę w kuchni pensjonatu górskiego. A dziś pracuje w restauracji cenionego hotelu w tej samej miejscowości. W odległej przyszłości chciałaby stworzyć własną restaurację z kuchnią polską, na razie stawia na uczenie się i zdobywanie doświadczeń. Od dwóch lat jest mężatką, ale na razie nie planuje dzieci.

Klocki kariery (kucharz)

Z otrzymanych opisów wybierzcie te, które Waszym zdaniem są kluczowe w karierze Anny.
Utwórzcie z wybranych kwadratów dowolny kształt kariery Anny.

Dbanie o jakość i estetyczne wykończenie przyrządzanych dań	Wykonywanie kilku czynności jednocześnie	Posługiwanie się sprzętem kuchennym i urządzeniami dostępnymi w różnorodnych kuchniach	Wygrana w konkursie kulinarnym na najlepszą zupę regionalną
Przygotowywanie dań z przepisów pochodzących z różnych stron świata	Ocena i dobór surowców oraz półproduktów spożywczych	Wytrzymałość na długotrwały wysiłek	Dokonywanie pomiarów ilości i jakości wód
Refleks i szybkie tempo pracy	Wyostrojony zmysł smaku i węchu	Pomysłowość i gotowość do tworzenia nowych smaków	Określanie wpływu rozwoju turystyki na środowisko przyrodnicze
Doskonałe wyczucie czasu	Otwartość na nowości i ciągłe doskonalenie się	Sporządzanie potraw i napojów w sposób bezpieczny dla zdrowia, higieniczny i estetyczny	Uzdolnienia techniczne
Umiejętność pracy w zespole	Umiejętność czytania ze zrozumieniem wszelkich instrukcji i przepisów	Dbłość o właściwe przechowywanie produktów składowych	Umiejętność udzielania pierwszej pomocy
Umiejętność tworzenia nowych potraw w oparciu o znane przepisy	Umiejętność przygotowania posiłków z uwzględnieniem ilości osób i czasu	Empatyczność	Organizacja i nadzór pozyskiwania drewna
Praca w kuchni pensjonatu górskiego (2 lata)	Ukończona szkoła zawodowa w zawodzie kucharz	Praktyki zawodowe w restauracji z kuchnią regionalną	Odporność na warunki pogodowe
Ukończone technikum w zawodzie technik żywienia i usług gastronomicznych	Praca w charakterze kucharza w restauracji hotelu górskiego (od 4 lat do dziś)	Zainteresowania medyczne i pielęgnacyjne	Opracowanie strategii działania firm i instytucji

Materiały dla osoby prowadzącej (kucharz)

KUCHARZ	
KARTY PRAWIDŁOWE	KARTY BŁĘDNE
<ul style="list-style-type: none"> • Dbanie o jakość i estetyczne wykończenie przyrządzanych dań. • Wykonywanie kilku czynności jednocześnie. • Posługiwanie się sprzętem kuchennym i urządzeniami dostępnymi w różnorodnych kuchniach. • Przygotowywanie dań z przepisów pochodzących z różnych stron świata. • Ocena i dobór surowców oraz półproduktów spożywczych. • Wytrzymałość na długotrwały wysiłek. • Refleks i szybkie tempo pracy. • Wyostrzony zmysł smaku i węchu. • Pomysłowość i gotowość do tworzenia nowych smaków. • Doskonałe wyczucie czasu. • Sporządzanie potraw i napojów w sposób bezpieczny dla zdrowia, higieniczny i estetyczny. • Umiejętność pracy w zespole. • Dbałość o właściwe przechowywanie produktów składowych. • Umiejętność tworzenia nowych potraw w oparciu o znane przepisy. • Umiejętność przygotowania posiłków z uwzględnieniem ilości osób i czasu. • Praca w kuchni pensjonatu górskiego (2 lata). • Ukończona szkoła zawodowa w zawodzie kucharz. • Ukończone technikum w zawodzie technik żywienia i usług gastronomicznych. • Praca w charakterze kucharza w restauracji hotelu górskiego (od 4 lat do dziś). • Wygrana w konkursie kulinarnym na najlepszą zupę regionalną. • Otwartość na nowości i ciągłe doskonalenie się. • Umiejętność czytania ze zrozumieniem wszelkich instrukcji i przepisów. • Praktyki zawodowe w restauracji z kuchnią regionalną. 	<ul style="list-style-type: none"> • Empatyczność. • Zainteresowania medyczne i pielęgnacyjne. • Odporność na warunki pogodowe. • Organizacja i nadzór pozyskiwania drewna. • Dokonywanie pomiarów ilości i jakości wód. • Uzdolnienia techniczne. • Umiejętność udzielania pierwszej pomocy. • Określanie wpływu rozwoju turystyki na środowisko przyrodnicze. • Opracowanie strategii działania firm i instytucji

Zdarzenie losowe (Zmiana sytuacji zawodowej Anny)

Niestety okazało się, że Anna musi zmienić pracę, ponieważ:

- | |
|--|
| a) Właściciel hotelu nagle zaproponował Annie awans na głównego kucharza w nowym ośrodku, 40 km od obecnego miejsca zamieszkania. Na jej miejsce postanowił zatrudnić nową osobę. Ta propozycja wymagałaby od Anny podniesienia kwalifikacji i zdobycia nowych umiejętności, nie tylko zawodowych. |
| b) Mąż Anny otrzymał propozycję pracy w Niemczech (2-letni kontrakt). Zaproponował Annie, aby wyjechali razem. Anna nie jest gotowa na wyjazd, bardzo chciałaby pracować, ale nie zna dobrze języka, nie wie, czy jej uprawnienia zawodowe będą ważne także w innym kraju. |
| c) Anna traci pracę, ponieważ właściciel hotelu zbankrutował. Nowy nabywca nie jest zainteresowany zatrudnieniem dotychczasowej załogi. W najbliższych restauracjach, pubach i punktach gastronomicznych chwilowo nikt nie poszukuje pracowników. |

Puste klocki kariery

Zastanówcie się, co może w tej sytuacji zrobić Anna? Jakiego rodzaju wiedza i umiejętności będą jej potrzebne, aby zmienić swoją sytuację zawodową? W otrzymanych pustych kwadratach dopiszcie minimum 6 swoich propozycji.

Gra *Jak w kalejdoskopie*

Wersja 3. Opiekun osoby starszej

Historia Marka (lat 30)

Marek to człowiek, który od zawsze miał łatkę niepoprawnego społecznika. Od najmłodszych lat pomagał wszystkim i wszędzie. Lubił ludzi i miał wielu przyjaciół. Jeszcze w szkole podstawowej zaangażował się w harcerstwo. Najbardziej podobały mu się wszelkie działania, które w jakiś sposób pomagały innym. Udzielał się w przygotowywaniu paczek dla najmłodszych mieszkańców domów dziecka. Na swoim osiedlu zorganizował akcję „Zrób zakupy sąsiadce”, pomagając w ten sposób kilku starszym i schorowanym osobom w codziennych zakupach. Miał głowę pełną pomysłów, jak i komu należy pomagać. Uważał jednak, że to normalne. Na co dzień obserwował takie działania u swoich najbliższych. Mama pielęgniarka, pracująca w hospicjum dziecięcym, udzielała się w fundacji na rzecz dzieci z chorobą nowotworową, a tata był strażakiem i ratownikiem górskim. Siostra prawniczka, udzielała się w stowarzyszeniu na rzecz ofiar przemocy. Zatem pomaganie innym w domu Marka było oczywistością.

Decyzję o wyborze szkoły ponadgimnazjalnej Marek podjął bez wahania. Wybrał liceum o profilu społecznym. Wydawało mu się, że to będzie dobra szkoła do rozwijania jego pomysłów i działań. Nie mylił się. Trafił na zaangażowanych nauczycieli, wraz z którymi co roku realizowali udane akcje społeczne. Marka szczególnie cieszyły wszelkie działania na rzecz osób starszych. Od zawsze ubolewał, że nie miał okazji poznać swoich dziadków, którzy bardzo szybko odeszli. A osoby starsze niezwykle go fascynowały. Dlatego zaangażował się w pracę w stowarzyszeniu na rzecz osób starszych w swojej miejscowości. Organizowali dla seniorów wycieczki, odwiedzali osoby starsze w ich domach (aby dotrzymać im towarzystwa, pomóc w codziennych obowiązkach). Markowi bardzo odpowiadała taka aktywność.

Po ukończeniu liceum tak bardzo zaangażował się w pracę stowarzyszenia, że postanowił nie podejmować dalszej nauki. Aby jednak mieć jakieś dochody zatrudnił się w najbliższym urzędzie pocztowym jako listonosz. Przepracował na tym stanowisku aż 5 lat. W tej pracy jeszcze bardziej dostrzegł, jak wiele potrzeb mają ludzie starsi. Wzrastała w nim decyzja związaniu swej zawodowej drogi z ludźmi starszymi.

Najpierw, za namową przyjaciół ze stowarzyszenia, ukończył studium policealne przygotowujące do pracy w charakterze opiekuna osoby starszej. Później zmienił pracę i zatrudnił się w domu pomocy społecznej jako opiekun. To był strzał w dziesiątkę. Choć to niełatwa praca, to jednak tu Marek realizuje swoje marzenia. Pomaga osobom potrzebującym ciepła i uwagi oraz często tak bardzo samotnym mieszkańcom domu pomocy społecznej. Z jednej strony jako pracownik, z drugiej jako członek stowarzyszenia, które często organizuje akcje na rzecz mieszkańców tego domu. Przełożeni Marka bardzo cenią jego pracę, namawiają na dalsze studia, na rozwijanie się w tym obszarze, ale na tę chwilę Marek po prostu chce pomagać.

Klocki kariery (opiekun osoby starszej)

Z otrzymanych opisów wybierzcie te, które Waszym zdaniem są kluczowe w karierze Marka.
Utwórzcie z wybranych kwadratów dowolny kształt kariery Marka.

Pobudzanie aktywności oraz sprawności fizycznej i psychicznej osoby starszej	Zapewnianie troskliwej i profesjonalnej opieki oraz bezpieczeństwa osobom starszym	Pomaganie osobie starszej w utrzymaniu i prowadzeniu gospodarstwa domowego	Dokonywanie pomiarów ilości i jakości wód
Współpracowanie z rodziną osoby starszej	Pomaganie podopiecznemu w zakresie utrzymania higieny osobistej	Udzielanie pomocy w rozwiązywaniu społecznych i osobistych problemów osoby starszej	Określanie wpływu rozwoju turystyki na środowisko przyrodnicze
Współpracowanie ze specjalistami w procesie opieki nad osobą starszą	Umiejętność rozwiązywania sytuacji trudnych i konfliktowych występujących w pracy z osobą starszą	Umiejętność udzielania pierwszej pomocy	Zarządzanie zapasami magazynowymi
Umiejętność wykonywania przy osobie starszej zabiegów higienicznych oraz czynności opiekuńczych	Umiejętność nawiązywania kontaktu z osobami w różnym wieku	Umiejętność rozpoznawania zaburzeń zdrowotnych i psychicznych osób starszych	Prowadzenie racjonalnej gospodarki odpadami
Umiejętność rozpoznawania możliwości oraz ograniczeń w funkcjonowaniu osoby starszej codziennym życiu	Odporność na trudne sytuacje w relacjach z ludźmi	Zainteresowania medyczne i pielęgnacyjne	Umiejętności rachunkowe
Sprawność i wytrzymałość fizyczna	Odporność psychiczna, szczególnie emocjonalna	Otwartość na problemy innych ludzi	Odporność na warunki pogodowe
Empatyczność	Ukończone liceum o profilu socjalnym (z maturą)	Ukończenie szkoły policealnej i zdobycie uprawnień opiekuna osoby starszej	Umiejętność czytania planów
Praca listonosza (5 lat)	Praca w domu pomocy społecznej na stanowisku opiekuna (od 6 lat do dziś)	Praca w stowarzyszeniu (8 lat)	Wyostrozony zmysł smaku i węchu

Materiały dla osoby prowadzącej (opiekun osoby starszej)

OPIEKUN OSOBY STARSZEJ	
KARTY PRAWIDŁOWE	KARTY BŁĘDNE
<ul style="list-style-type: none"> • Sprawność i wytrzymałość fizyczna. • Odporność na sytuacje trudne w relacjach z ludźmi. • Zainteresowania medyczne i pielęgnacyjne. • Odporność psychiczna, szczególnie emocjonalna. • Otwartość na problemy innych ludzi. • Umiejętność rozwiązywania sytuacji trudnych i konfliktowych występujących w pracy z osobą starszą. • Umiejętność rozpoznawania zaburzeń zdrowotnych i psychicznych osób starszych. • Umiejętność udzielania pierwszej pomocy. • Umiejętność wykonywania przy osobie starszej zabiegów higienicznych oraz czynności opiekuńczych. • Umiejętność nawiązywania kontaktu z osobami w różnym wieku. • Pobudzanie aktywności oraz sprawności fizycznej i psychicznej osoby starszej. • Zapewnianie troskliwej i profesjonalnej opieki oraz bezpieczeństwa osobom starszym. • Pomaganie osobie starszej w utrzymaniu i prowadzeniu gospodarstwa domowego. • Pomaganie podopiecznemu w zakresie utrzymania higieny osobistej. • Współpracowanie z rodziną osoby starszej. • Ukończone liceum o profilu socjalnym (z maturą). • Ukończenie szkoły policealnej i zdobycie uprawnień opiekuna osoby starszej. • Praca w domu pomocy społecznej na stanowisku opiekuna (od 6 lat do dziś). • Praca w stowarzyszeniu (8 lat). • Praca listonosza (5 lat). • Udzielanie pomocy w rozwiązywaniu społecznych i osobistych problemów osoby starszej. • Współpracowanie ze specjalistami w procesie opieki nad osobą starszą. • Umiejętność rozpoznawania możliwości oraz ograniczeń w funkcjonowaniu osoby starszej codziennym życiu. • Empatyczność. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dokonywanie pomiarów ilości i jakości wód. • Określanie wpływu turystyki na środowisko przyrodnicze. • Zarządzanie zapasami magazynowymi. • Prowadzenie racjonalnej gospodarki odpadami. • Umiejętności rachunkowe. • Odporność na warunki pogodowe. • Umiejętność czytania planów. • Wyostrzony zmysł smaku i węchu.

Zdarzenie losowe (zmiana sytuacji zawodowej Marka)

Okazało się, że w życiu zawodowym Marka zaszły zmiany:

a) Marek został zwolniony z pracy ze względu na redukcję etatów w domu pomocy społecznej.
b) Pracodawca zaproponował Markowi awans na stanowisko pracownika socjalnego, ale wymaga to od niego dalszego kształcenia i podniesienia kwalifikacji zawodowych.
c) Poważny wypadek rowerowy przyczynia się do problemów z kręgosłupem, które uniemożliwiają Markowi wykonywanie jego dotychczasowej pracy. Musi albo szybko się przekwalifikować, albo zmienić miejsce pracy.

Puste klocki kariery

Zastanówcie się, co może w tej sytuacji zrobić Marek? Jakiego rodzaju wiedza i umiejętności będą mu potrzebne, aby zmienić swoją sytuację zawodową? W otrzymanych pustych kwadratach dopiszcie minimum 6 swoich propozycji.

Gra Jak w kalejdoskopie

Wersja 4. Pracownik pomocniczy obsługi hotelowej

Historia Leszka (lat 25)

Leszek był bardzo wesołym, towarzyskim dzieckiem, jednak rozwijał się inaczej niż jego rówieśnicy. W piątym roku życia u Leszka zdiagnozowano niepełnosprawność intelektualną w stopniu lekkim, rodzice postanowili jednak, że zrobią wszystko, by ich syn stał się na tyle samodzielny, na ile to możliwe oraz by mógł sam się utrzymywać, gdy ich zabraknie. Po ukończeniu gimnazjum w szkole specjalnej, Leszek poszedł do zasadniczej szkoły zawodowej przygotowującej do zawodu pracownika pomocniczego obsługi hotelowej. Zawsze był bardzo uporządkowaną osobą i chętnie pomagał rodzicom w pracach domowych, takich jak sprzątanie mieszkania, porządkowanie przedmiotów w szafach, zmiana pościeli, segregowanie prania, czy prace w kuchni. Po ukończeniu szkoły znalazł zatrudnienie w nowo powstałym niewielkim hotelu, gdzie właśnie kompletowano załogę. By mógł sobie lepiej poradzić, przez pierwsze cztery miesiące pracował w różnych częściach hotelu, w każdej po miesiącu i pod opieką bardziej doświadczonego pracownika: porządkował pokoje, pracował w kuchni, w pralni oraz porządkując zieleń wokół hotelu. Te doświadczenia sprawiły, że obecnie, po kilku latach pracy, biegle radzi sobie z różnymi zadaniami, a praca jest dla niego dużą przyjemnością. Leszek jest bardzo lubianym pracownikiem i jego rodzice są z niego dumni.

Klocki kariery (pracownik pomocniczy obsługi hotelowej)

Z otrzymanych opisów wybierzcie te, które Waszym zdaniem są kluczowe w karierze Leszka.

Utwórzcie z wybranych kwadratów dowolny kształt kariery Leszka.

Wstępne przygotowanie owoców, warzyw, mięsa, ryb i grzybów	Posługiwanie się sprzętem porządkowym	Obsługa ekspresów, podgrzewaczy lub termosów	Wykonywanie poleceń przełożonego	Dokładność
Uzdolnienia językowe	Wytrzymałość fizyczna	Umiejętność podejmowania decyzji	Sprawność manualna	Doświadczenie w pracach kuchennych
Planowanie wyposażenia wnętrz obiektów mieszkalnych	Określanie wpływu rozwoju turystyki na środowisko przyrodnicze	Kontakt z innymi osobami	Opisywanie trasy podróży na podstawie map	Ukończenie szkoły zawodowej: pracownik pomocniczy obsługi hotelowej
Odporność na warunki pogodowe	Porządkowanie pokoi hotelowych	Praca na stanowisku pracownika pomocniczego obsługi hotelowej w nowopowstałym hotelu	Preferowanie powtarzających się czynności	Kultura osobista
Pielęgnacja trawników, kwietników i kwiatów doniczkowych	Dbanie o bieliznę pościelową, stołową i odzież ochronną	Porządkowanie zieleni wokół hotelu	Umiejętności negocjacyjne	Umiejętności czytania planów
Organizowanie prac związanych z gospodarką magazynową	Umiejętność koncentracji na czynnościach, które zajmują dużo czasu	Umiejętność obsługi różnych urzędzeń	Obsługiwanie klientów hotelu	Umiejętności rachunkowe

Materiały dla osoby prowadzącej (pracownik pomocniczy obsługi hotelowej)

PRACOWNIK POMOCNICZY OBSŁUGI HOTELOWEJ	
KARTY PRAWIDŁOWE	KARTY BŁĘDNE
<ul style="list-style-type: none"> • Wstępne przygotowanie owoców, warzyw, mięsa, ryb i grzybów. • Posługiwanie się sprzętem porządkowym. • Obsługa ekspresów, podgrzewaczy lub termosów. • Obsługiwanie klientów hotelu. • Pielęgnacja trawników, kwietników i kwiatów doniczkowych. • Dbanie o bieliznę pościelową, stołową i odzież ochronną. • Ukończenie szkoły zawodowej: pracownik pomocniczy obsługi hotelowej. • Porządkowanie zieleni wokół hotelu. • Porządkowanie pokoi hotelowych. • Doświadczenie w pracach kuchennych. • Praca na stanowisku pracownika pomocniczego obsługi hotelowej w nowopowstałym hotelu. • Umiejętność koncentracji na czynnościach, które zajmują dużo czasu. • Umiejętność obsługi różnych urządzeń. • Wykonywanie poleceń przełożonego. • Preferowanie powtarzających się czynności. • Odporność na warunki pogodowe. • Dokładność. • Wytrzymałość fizyczna. • Sprawność manualna. • Kontakt z innymi osobami. • Kultura osobista. 	<ul style="list-style-type: none"> • Uzdolnienia językowe. • Umiejętność podejmowania decyzji. • Planowanie wyposażenia wnętrz obiektów mieszkalnych. • Określanie wpływu rozwoju turystyki na środowisko przyrodnicze. • Umiejętności rachunkowe. • Umiejętności czytania planów. • Projektowanie i opisywanie trasy podróży na podstawie map. • Organizowanie prac związanych z gospodarką magazynową. • Umiejętności negocjacyjne.

Zdarzenie losowe (zmiana sytuacji zawodowej Leszka)

Do wylosowania jedna z trzech sytuacji:

a) Leszek został zwolniony ze względu na złą sytuację finansową hotelu (redukcja etatu – Leszek ma najkrótszy staż pracy).
b) Zmienił się właściciel hotelu, który wymaga od pracowników pomocniczych obsługi hotelowej ukończenia technikum. Wszyscy, którzy nie spełniają tego kryterium, stracili pracę, w tym Leszek.
c) Obecny właściciel hotelu stara się o lepszą jakość usług w hotelu i wymaga od pracowników większych umiejętności oraz znajomości co najmniej jednego języka obcego. Proponuje Leszkowi stanowisko stróża (dopóki ten nie uzupełni kwalifikacji) lub odejście z pracy.

Puste klocki kariery

Zastanówcie się, co może w tej sytuacji zrobić Leszek? Jakiego rodzaju wiedza i umiejętności będą mu potrzebne, aby zmienić swoją sytuację zawodową? W otrzymanych pustych kwadratach dopiszcie minimum 4 swoje propozycje.

Karty dyskusyjne *JobBox*

ZAWARTOŚĆ

25 kart z zawodami.

1 karta JOKER.

Instrukcja wykorzystania kart w trakcie zajęć warsztatowych oraz podczas wywiadów indywidualnych. Lista zawodów i grup zawodowych.

ZASTOSOWANIE

Karty *JobBox* są elementem uzupełniającym pracę doradcy zawodowego/nauczyciela podczas prowadzenia wywiadów indywidualnych i zajęć grupowych z **uczniami szkoły gimnazjalnej, ponadgimnazjalnej oraz ze słuchaczami szkół dla osób dorosłych, a także pracy z uczniami z niepełnosprawnością**. Karty mogą być także wykorzystane jako wprowadzenie do filmów o zawodach.

W szkołach specjalnych doradca zawodowy/nauczyciel powinien objaśnić uczniom, że części zawodów przedstawionych na kartach dany uczeń nie będzie mógł wykonywać ze względu na swoje ograniczenia, ale może wybrać podobny zawód (z danej grupy zawodów) i/lub pracować jako pracownik pomocniczy w tym zawodzie (praca pod nadzorem lub w Zakładach Aktywizacji Zawodowej i/lub w Zakładach Pracy Chronionej).

INSTRUKCJA WYKORZYSTANIA KART DYSKUSYJNYCH *JobBox*

w szkole gimnazjalnej i ponadgimnazjalnej, szkole dla osób dorosłych oraz w szkole specjalnej

A. ZAJĘCIA GRUPOWE

Wariant 1 – Integracja

Karty *JobBox* można wykorzystać do zabaw integracyjnych lub ćwiczeń służących rozwijaniu umiejętności pracy zespołowej.

Wersja 1. Poznajmy się

Karty *JobBox* można zastosować w pierwszej części warsztatów jako ćwiczenie na „przetłamanie pierwszych lodów” i zapoznanie się uczestników, wprowadzając jednocześnie tematykę zawodoznawczą. Osoba prowadząca rozkłada wszystkie karty awersami do góry, tak aby wszyscy uczestnicy widzieli zamieszczone na kartach rysunki. Prosi, aby każda osoba podeszła i wybrała kartę, która z jakiegoś powodu jej się spodobała. Następnie osoba prowadząca prosi uczestników po kolei, aby się przedstawili i opowiedzieli, co sprawiło, że wybrali właśnie tę kartę.

Wersja 2. Zabawa integracyjna *Układanka*

Celem tego ćwiczenia jest ułożenie przez uczestniczki i uczestników układanki z ułożonych rewersami 26 kart. Karty tworzą spójny rysunek znaku zapytania.

Osoba prowadząca dzieli klasę lub grupę uczestników na 2-3-osobowe zespoły tak, aby powstało ich 13

(w zależności od ilości uczestników, sama decyduje o ilości zespołów, uwzględniając liczbę kart). Każdy zespół losuje po dwie karty. Następnie zadaniem wszystkich zespołów jest wspólne ułożenie z wszystkich otrzymanych kart układanki. Zadanie można urozmaicić wprowadzając zakaz używania komunikacji werbalnej.



Wariant 2 – Ścieżki kariery

Podział grupy na 3-osobowe zespoły. Każdy zespół losuje jedną kartę *JobBox*.

1. Zadanie dla każdego zespołu:

Określcie i narysujcie ścieżkę kariery dla danego zawodu.

2. Pytania pomocnicze:

- *Jakie szkoły należy ukończyć, aby móc wykonywać ten zawód?*
- *Jakie kursy (szkolenia) mogą dać uprawnienia do wykonywania danego zawodu?*
- *Jakie cechy i umiejętności są przydatne do wykonywania tego zawodu?*

3. Prezentacja opracowań poszczególnych zespołów na forum grupy.

Wariant 3 – Zgadnij, co to za zawód?

Każdy z uczestników losuje jedną kartę. Zadaniem grupy jest odgadnięcie, jaki zawód wylosowała każda z osób.

Etap 1 – Uczestnicy odgadują wylosowane zawody. W pierwszej rundzie osobie, której zawód jest odgadywany, zadawane są pytania zamknięte (zaczynające się od słowa „Czy...”) po to, by dowiedzieć się, co wylosował kolejny kolega lub kolejna koleżanka. Odpowiedzi na te pytania mogą brzmieć „Tak” lub „Nie”.

Przykładowe pytania: *Czy wykonywanie tego zawodu wymaga wyjątkowych umiejętności? Czy wykonuje się go na dworze czy w pomieszczeniu? Czy wykonywanie tego zawodu wiąże się z ryzykiem?*

Czy ten zawód wykonują mężczyźni/kobiety? Itd.

Jeśli grupa ma trudności z odgadnięciem, jaki to zawód, przechodzimy wówczas do Etapu 2.

Etap 2 – Członkowie grupy zadają pytania otwarte po to, aby dowiedzieć się, co wylosował kolejny kolega lub kolejna koleżanka. Odpowiedzi mają w tym przypadku formę opisową, mogą być dłuższe.

Przykładowe pytania: *Jaką szkołę należy ukończyć, aby wykonywać ten zawód?*

W jakim miejscu najczęściej można spotkać tę osobę? Jakie cechy musi posiadać ta osoba, aby dobrze wykonywać swoją pracę? Itd.

Zadanie jest kontynuowane tak długo, aż dana osoba odgadnie wszystkie wylosowane karty z zawodami.

Wariant 4 – Zróbmy coś razem

Podział grupy na 3-4-osobowe zespoły. Każdy zespół losuje 3 lub odpowiednio 4 karty *JobBox*.

Zadanie dla każdego zespołu:

Wyobraźcie sobie, że przedstawiciele tych zawodów mieliby wspólnie pracować w jednej firmie/instytucji? Napiszcie jak najwięcej propozycji tego, czym mogliby się wspólnie zajmować, nad czym wspólnie pracować.

Pytania (zadania) pomocnicze:

- *Jaką mogliby założyć wspólną firmę? Zastanówcie się nad jej profilem. Jak mogłaby się nazywać taka firma? Do kogo zaadresowana byłaby jej oferta? Co oferowałby taka firma? Kogo jeszcze można byłoby zatrudnić, aby jej oferta była pełniejsza?*
- *Napiszcie jak najwięcej instytucji (miejsc pracy), w których przedstawiciele wylosowanych zawodów mogliby wspólnie pracować.*
- *Napiszcie jak najwięcej propozycji tego, co mogliby wspólnie wykonywać/produkować?*

Prezentacja opracowań poszczególnych zespołów na forum grupy.

Wariant 5 – Wprowadzenie do filmów

Przedstawicielka/przedstawiciel grupy losuje jedną kartę *JobBox*. Cała grupa, zadając pytania otwarte, stara się odgadnąć, jaki zawód został wylosowany. Po odgadnięciu wylosowanego zawodu, osoba prowadząca informuje, jaką grupę profesji (zgodnie z Klasyfikacją zawodów szkolnictwa zawodowego) reprezentuje wylosowany zawód. Następnie, wykorzystując metodę burzy mózgów, prosi członków grupy, aby wymienili wszystkie zawody, jakie kojarzą im się z omawianą grupą zawodów.

Podsumowując burzę mózgów, osoba prowadząca koryguje listę zawodów, wskazując tylko te, które należą do omawianej grupy. Na podsumowanie wszyscy oglądają film prezentujący wylosowany zawód lub inny wybrany z omawianej grupy zawodów.

**Wykorzystanie kart dyskusyjnych *JobBox* podczas zajęć grupowych
jako uzupełnienie wybranych ćwiczeń**

1. Ćwiczenie *Moja rodzina ma głos* (dla uczniów gimnazjum, szkół ponadgimnazjalnych oraz dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim)

Osoba prowadząca rozkłada karty *JobBox* tak, aby były widoczne dla wszystkich uczestników zajęć. Każdy z uczestników bierze do ręki kartę z tym zawodem, na temat którego wypowiedziano w jej/jego rodzinie jakiegokolwiek opinie czy komentarze. Następnie dzieli karty z zawodami na takie, o których komentarze były pozytywne i takie, na których temat komentarze były negatywne. Osoba prowadząca zaprasza uczestników do dyskusji na temat dokonanej podziału.

2. Ćwiczenie *Piramida sukcesu* (dla uczniów gimnazjum oraz dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim)

Podział grupy na 3-4-osobowe zespoły. Każdy zespół losuje jedną kartę *JobBox*. Wszyscy otrzymują od osoby prowadzącej karty pracy do ćwiczenia *Piramida sukcesu*. W pierwszej części każdy uczestnik pracuje samodzielnie. W swojej karcie pracy, na górze piramidy wpisuje nazwę wylosowanego przez zespół zawodu, a jej/jego zadaniem jest napisanie poszczególnych ścieżek edukacyjnych, którymi może pójść uczennica/uczeń, aby zdobyć dany zawód (można napisać więcej niż jedną drogę). Następnie członkowie zespołów porównują swoje opracowania i ustalają wspólną wersję ścieżki edukacyjnej, jaką powinna przejść osoba wykonująca wylosowany zawód. Na zakończenie każdy zespół prezentuje efekty swojej pracy, a także dzieli się informacjami o różnicach między indywidualnymi i zespołowymi opracowaniami ścieżek edukacyjnych.

3. Ćwiczenie *Moje umiejętności* (dla osób dorosłych)

Każda uczestniczka/każdy uczestnik losuje jedną kartę z zawodem. Zadaniem jest napisanie jak największej ilości umiejętności, jakie musi posiadać człowiek wykonujący dany zawód. Osoba prowadząca prosi uczestników, aby przedstawili swoje opracowania pozostałym, zachęcając jednocześnie do uzupełniania poszczególnych opracowań.

4. Ćwiczenie *Analiza zawodowych biografii* (dla osób dorosłych)

Osoba prowadząca dzieli uczestników na 3-4-osobowe zespoły. Każdy zespół losuje jedną kartę *JobBox*. Zadaniem każdego zespołu jest napisanie (narysowanie) jak największej ilości ścieżek życiowych, które ostatecznie mogą doprowadzić człowieka do wykonywania wylosowanego przez zespół zawodu. Osoba prowadząca zachęca, aby zespoły uwzględniły znaczenie doświadczenia, umiejętności, czynników rodzinnych (lub innych społecznych) oraz planowanych i nieplanowanych zdarzeń życiowych.

B. WYWIADY INDYWIDUALNE

Wykorzystanie kart dyskusyjnych *JobBox* podczas wywiadów indywidualnych z uczniami szkoły gimnazjalnej, ponadgimnazjalnej oraz słuchaczami szkoły dla dorosłych, a także z uczniami z niepełnosprawnością intelektualną.

Wariant 1 – Najlepszy zawód

Rozkładamy wszystkie karty tak, aby ilustracje zawodów (awersy) były widoczne.

Wybór karty:

Polecenie dla uczennicy/ucznia (słuchaczki/słuchacza): **Wybierz kartę** (maks. 2 karty) **z zawodem, który najbardziej chciałabyś/chciałbyś wykonywać.**

Uwaga – w talii jest JOKER. Jeśli wśród wyłożonych kart żadna nie przedstawia zawodu, jaki uczennica/uczeń (słuchaczka/słuchacz) chciałaby/chciałby wykonywać, może wówczas wybrać kartę z JOKE-REM, informując, jaki mógłby być na niej zawód.

W rozmowie z uczennicą/ucznem (słuchaczką/słuchaczem) można wykorzystać poniższe pytania:

- *Dlaczego wybrałaś/eś tę kartę?*
- *Co Twoim zdaniem jest najlepszego w wybranym przez Ciebie zawodzie (wymień jego pozytywne cechy)?*
- *Które z Twoich umiejętności oraz cech możesz wykorzystać pracując w tym zawodzie?*
- *Czy dostrzegasz jakieś negatywne strony wykonywania wybranego zawodu? Jakież? Które z nich byłyby dla Ciebie najtrudniejsze?*
- *Czy znasz kogoś (z rodziny, przyjaciół rodziny, znajomych), kto wykonuje ten zawód? Co o nim mówi? Czy go lubi?*
- *Zastanów się, jak należałoby zaplanować drogę edukacyjną i zawodową, aby móc wykonywać ten zawód?*
- *Wyobraź sobie, że jesteś starsza/starszy o 10 lat i że pracujesz w tym zawodzie. Jak wygląda Twoje życie? Spróbuj je opisać.*

Uczennica/uczeń (słuchaczka/słuchacz) otrzymuje Kartę pracy 3. Na szczycie piramidy wpisuje zawód swoich marzeń. Na poszczególnych piętrach piramidy opisuje wszystko to, co należy zrobić, aby dojść do upragnionego zawodu (poszczególne szkoły, praktyka zawodowa, kursy).

Wariant 2 – Najgorszy zawód

Rozkładamy wszystkie karty tak, aby ilustracje zawodów (awersy) były widoczne.

Wybór karty:

Polecenie dla uczennicy/ucznia (słuchaczki/słuchacza): **Wybierz kartę z zawodem, którego nigdy nie chciałabyś/nie chciałbyś wykonywać.**

Uwaga – w talii jest JOKER. Jeśli wśród wyłożonych kart nie ma takiego zawodu, którego dana osoba nie chciałaby wykonywać, może wówczas wybrać kartę z JOKEREM, informując, jaki mógłby być na niej zawód.

W rozmowie z uczennicą/uczniem (słuchaczką/słuchaczem) można wykorzystać poniższe pytania:

- *Dlaczego wybrałaś/eś tę kartę?*
- *Co powoduje, że wyeliminowałaś/eś ten zawód?*
- *Co byłoby dla Ciebie najtrudniejsze, gdybyś musiała/musił jednak wykonywać ten zawód? Gdy o tym myślisz – co czujesz?*
- *Zastanów się, czy wykonywanie wybranego zawodu może mieć jednak jakieś dobre strony? Jeśli tak, to jakie?*
- *Czy znasz kogoś (z rodziny, przyjaciół rodziny, znajomych), kto wykonuje ten zawód? Co o nim mówi? Czy go lubi?*

Wariant 3 – Zawód „minimum”

Rozkładamy wszystkie karty tak, aby ilustracje zawodów (awersy) były widoczne.

Wybór karty:

Polecenie dla uczennicy/ucznia (słuchaczki/słuchacza): **Wybierz kartę (maks. 2 karty) z tzw. zawodem „minimum”** (zawód „minimum” to taki, który mogłabyś/mógłbyś wykonywać, ale mniej chętnie, tylko przez jakiś czas, ze świadomością, że nie jest to Twój ostateczny wybór i że nie jest to praca Twoich marzeń).

Uwaga – w tej wersji ćwiczenia nie używamy JOKERA.

W rozmowie z uczennicą/uczniem (słuchaczką/słuchaczem) można wykorzystać poniższe pytania:

- *Dlaczego wybrałaś/eś tę kartę?*
- *Co Twoim zdaniem jest najlepszego w wybranym przez Ciebie zawodzie (wymień jego pozytywne cechy)? Które z Twoich umiejętności oraz cech możesz wykorzystać pracując w tym zawodzie?*
- *Czy są jakieś negatywne strony wykonywania tego zawodu? Jakież? Które z nich są dla Ciebie najtrudniejsze?*
- *Czy znasz kogoś (z rodziny, przyjaciół rodziny, znajomych), kto wykonuje ten zawód? Co o nim mówi? Czy go lubi?*
- *Wyobraź sobie, że jesteś starsza/starszy o 10 lat i że pracujesz w tym zawodzie. Jak wygląda Twoje życie? Spróbuj je opisać.*

Wariant 4 – Zawodowy „miesz-masz” – wariant stanowiący połączenie trzech poprzednich

Rozkładamy wszystkie karty tak, aby ilustracje zawodów (awersy) były widoczne.

Wybór kart:

Polecenie dla uczennicy/ucznia (słuchaczki/słuchacza): **Posegreguj wszystkie karty na 3 grupy.**

- 1) zawody, które mogłabyś/mógłbyś wykonywać,
- 2) zawody, których nigdy nie mogłabyś/nie mógłbyś wykonywać,
- 3) zawody „minimum”.

Uwaga – w tej wersji gry nie używamy Jokera.

Rozmowa z uczennicą/uczniem (słuchaczką/słuchaczem) w oparciu o pytania z poprzednich wersji.

Wariant 5 – Wprowadzenie do filmów

Kontynuacja Wariantu 4 – Zawodowy „miesz-masz”.

Spośród zawodów wybranych w 1 i 3 grupie (patrz: Wariant 4, polecenie), uczennica/uczeń (słuchaczka/słuchacz) wybiera po jednym, który chciałaby/chciałby bliżej poznać. Osoba prowadząca prosi o uzasadnienie swojego wyboru. Następnie można obejrzeć film prezentujący jeden (lub oba) z wybranych zawodów.

Po obejrzeniu filmu osoba prowadząca prosi o refleksje, jakie nasunęły się w związku z danym zawodem.

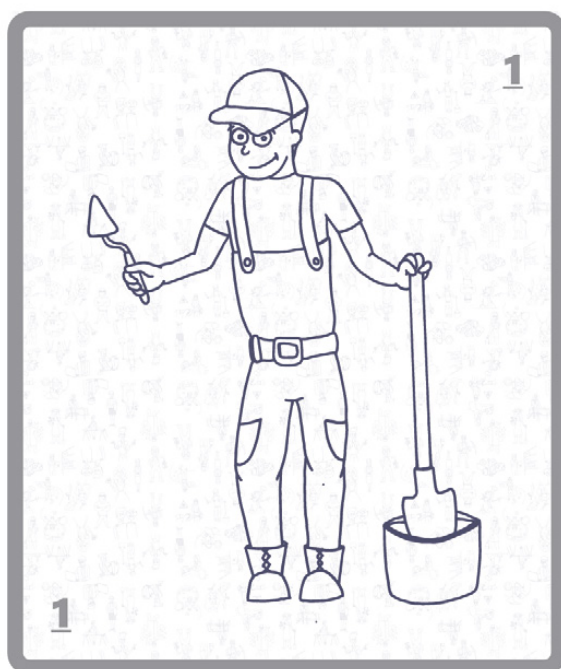
Można wykorzystać poniższe pytania:

- *Co sądzisz o wybranym zawodzie po obejrzeniu filmu?*
- *Co Ci się w nim podoba?*
- *Co Cię zaskoczyło?*
- *Czy nadal jest to zawód, który byś wybrała/wybrał? Dlaczego tak lub nie?*
- *Czego jeszcze chciałabyś/ chciałbyś się dowiedzieć o tym zawodzie?*

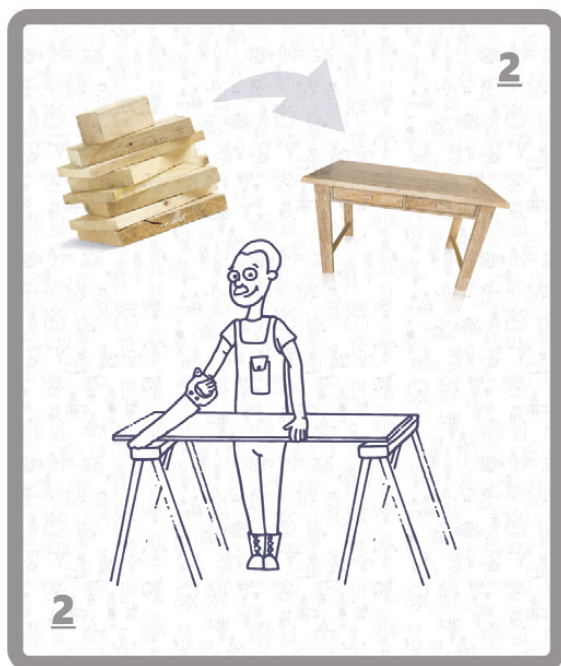
Lista zawodów oraz grup zawodowych zilustrowanych na kartach *JobBox*

ZAWÓD	GRUPA ZAWODOWA
1. Murarz-tylnkarz	Grupa zawodów budowlanych
2. Stolarz	Grupa zawodów techniczno-ceramiczno-szkłarsko-drzewnych
3. Technik gazownictwa	Grupa zawodów dotyczących instalacji sanitarnych, sieci zewnętrznych oraz instalacji przemysłowych
4. Technik realizacji dźwięku	Grupa zawodów dźwiękowych
5. Technik handlowiec	Grupa zawodów ekonomiczno-finansowo-biurowych
6. Technik prac biurowych	
7. Elektryk	Grupa zawodów elektryczno-elektroniczno-teleinformatycznych
8. Fryzjer	Grupa zawodów fryzjersko-kosmetycznych
9. Kucharz	Grupa zawodów gastronomicznych
10. Technik górnik (Technik górnictwa podziemnego)	Grupa zawodów górniczych
11. Technik hutnik	Grupa zawodów hutniczo-odlewniczych
12. Lakiernik	Grupa zawodów mechanicznych
13. Mechanik samochodowy (Mechanik pojazdów samochodowych)	
14. Grafik komputerowy (Technik cyfrowych procesów graficznych)	Grupa zawodów poligraficznych i fotograficznych
15. Krawiec	Grupa zawodów skórzano-włókienniczo-odzieżowych
16. Cukiernik	Grupa zawodów spożywczych
17. Technik hotelarstwa	Grupa zawodów turystyczno-hotelarskich
18. Pracownik pomocniczy obsługi hotelowej	
19. Technik dróg i mostów kolejowych	Grupa zawodów związanych z budową dróg kołowych i szynowych
20. Technik architektury krajobrazu	Grupa zawodów związanych z kształtowaniem środowiska
21. Ochroniarz (Technik ochrony fizycznej osób i mienia)	Grupa zawodów związanych z ochroną i bezpieczeństwem osób i mienia
22. Technik masażysta	Grupa zawodów związanych z ochroną zdrowia
23. Opiekun osoby starszej	Grupa zawodów związanych z pomocą społeczną
24. Logistyk (Technik logistyki)	Grupa zawodów związanych z transportem kolejowym, drogowym i wodnym
25. Ogrodnik	Grupa zawodów związanych z uprawą roślin, chowem i hodowlą zwierząt

karty JobBox



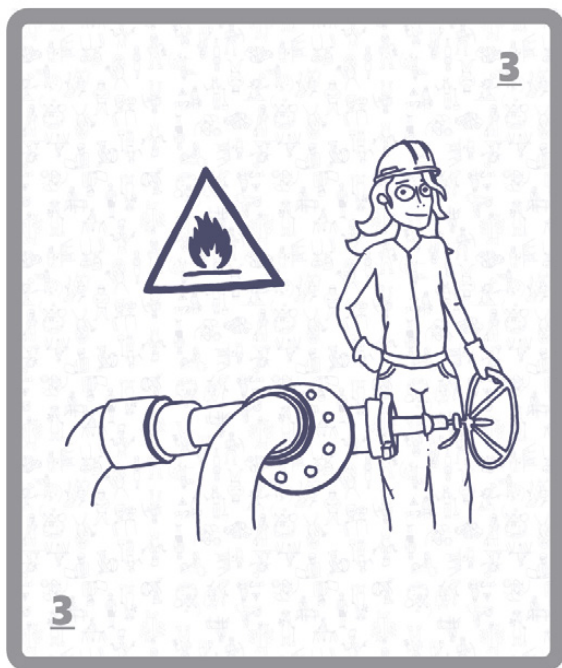
Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



karty JobBox

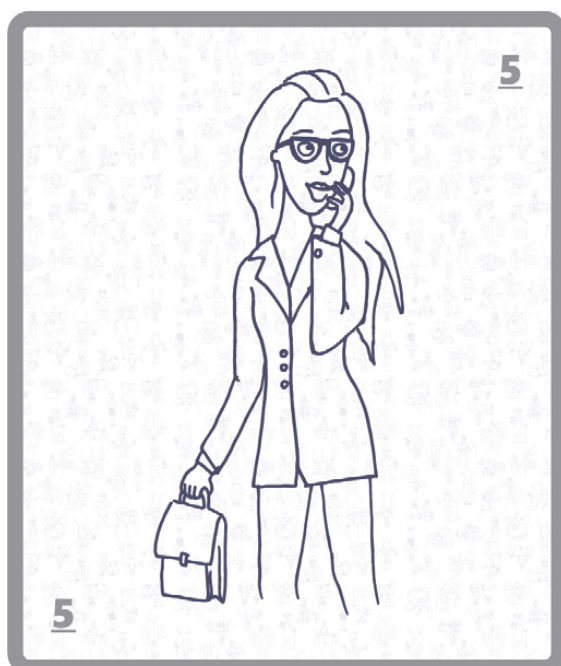


Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
 Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

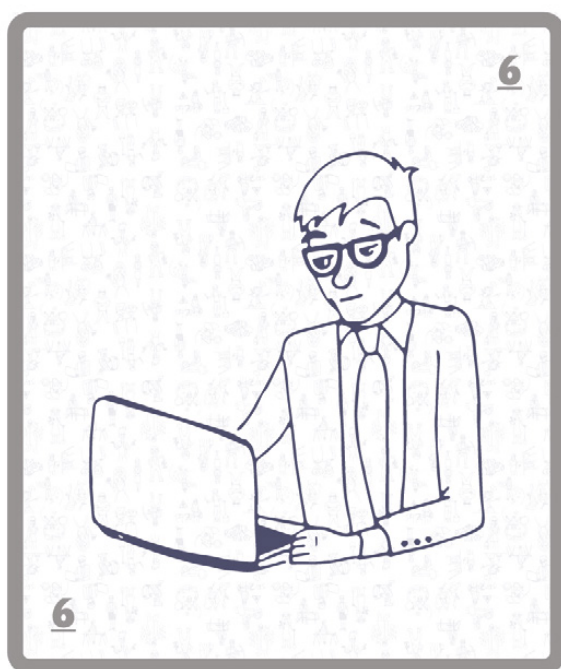


Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
 Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

karty JobBox



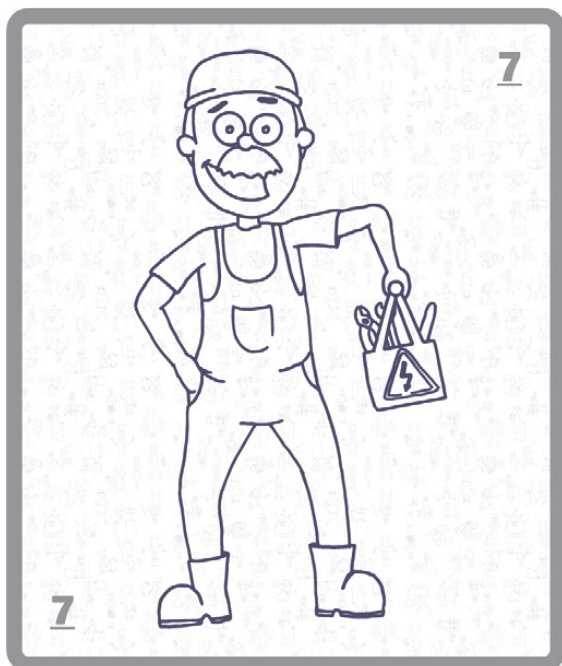
Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
 Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



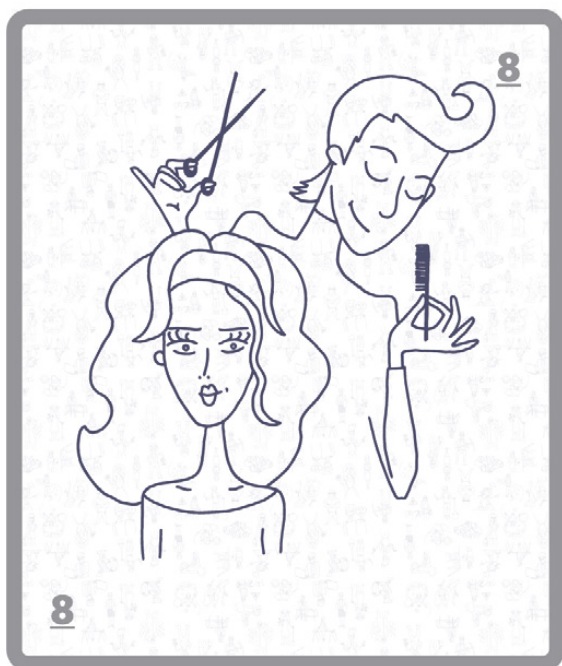
Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
 Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



karty JobBox



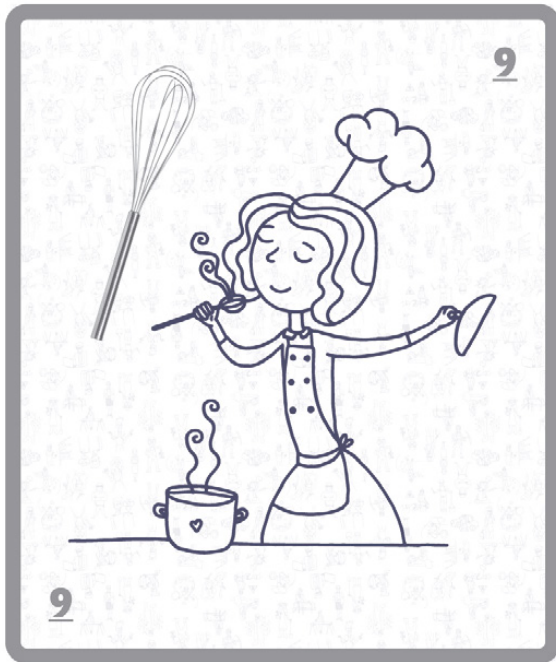
Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



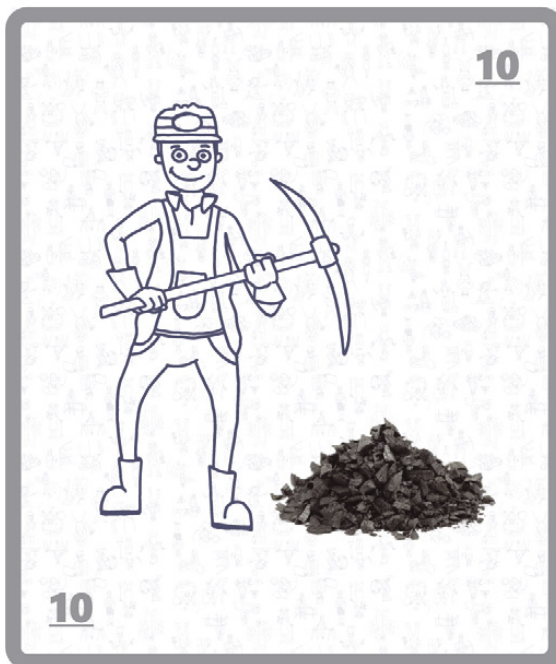
Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



karty JobBox



Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
 Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



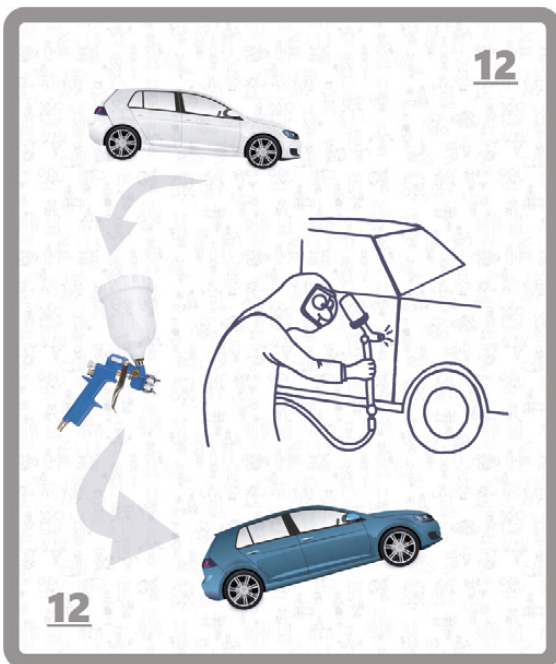
Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
 Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



karty JobBox



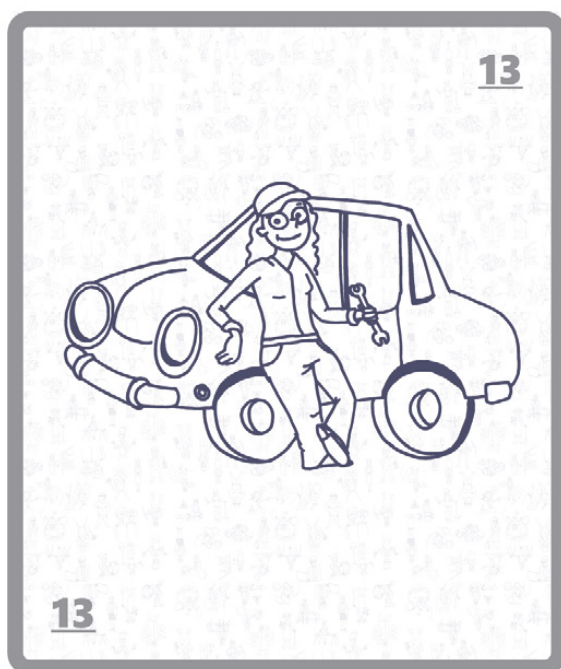
Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



karty JobBox



Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



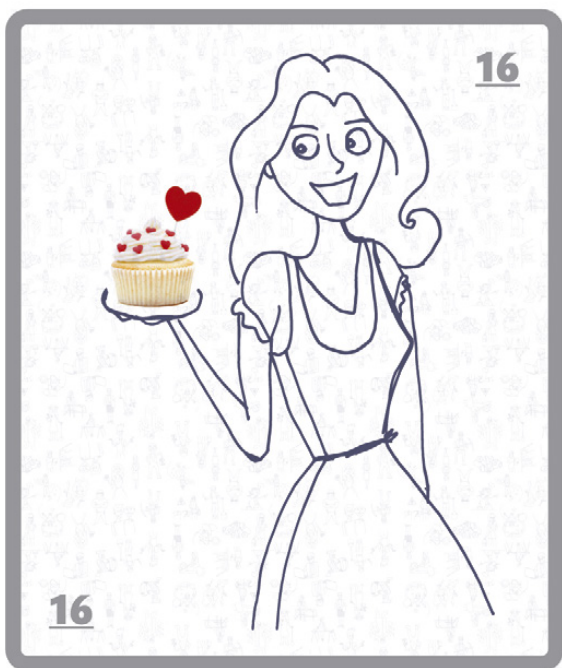
Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



karty JobBox



Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
 Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



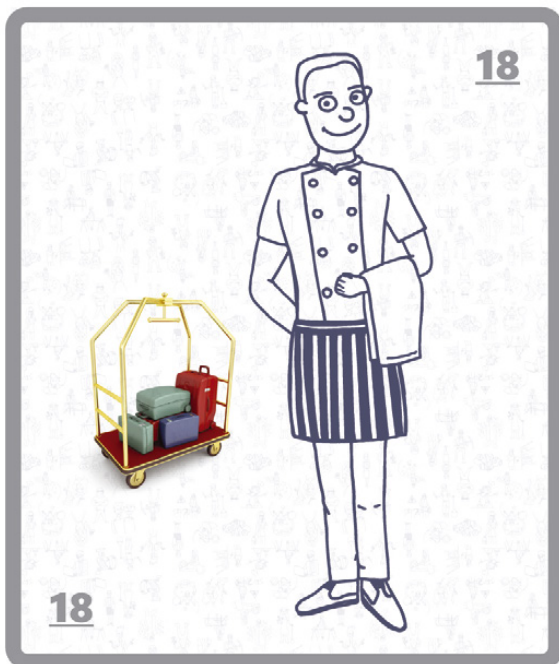
Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
 Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



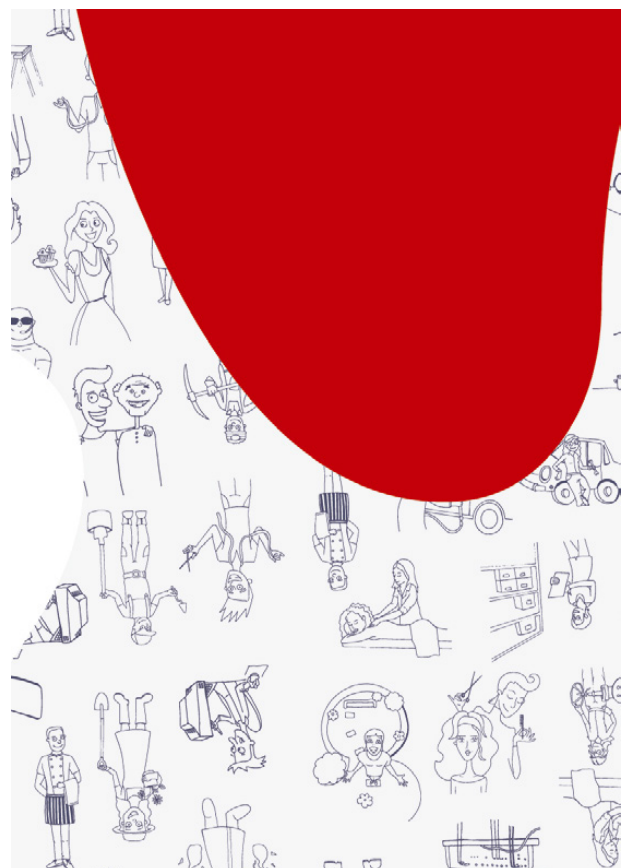
karty JobBox



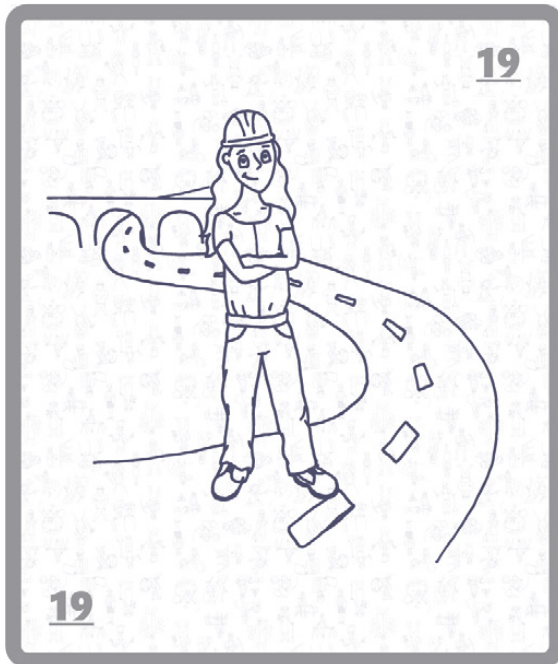
Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
 Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
 Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



karty JobBox



Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

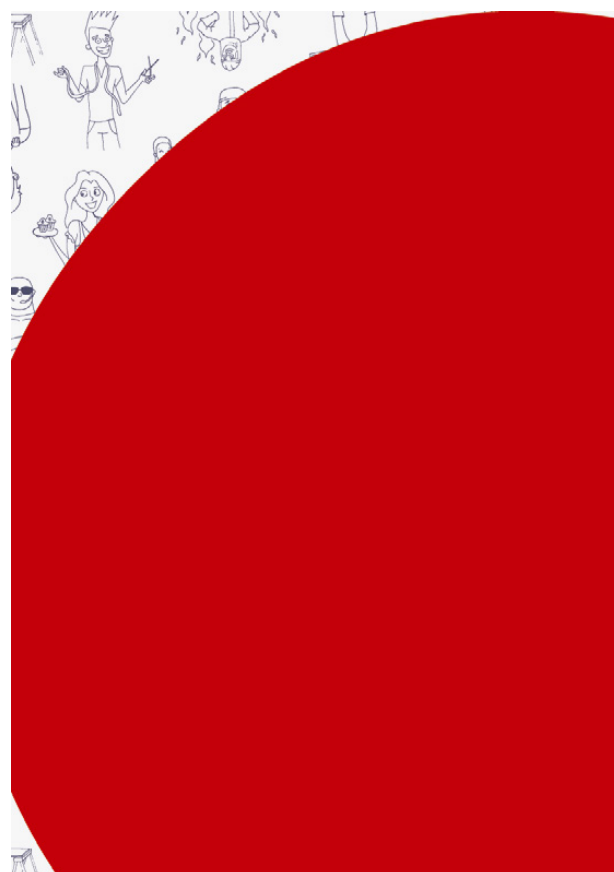
karty JobBox



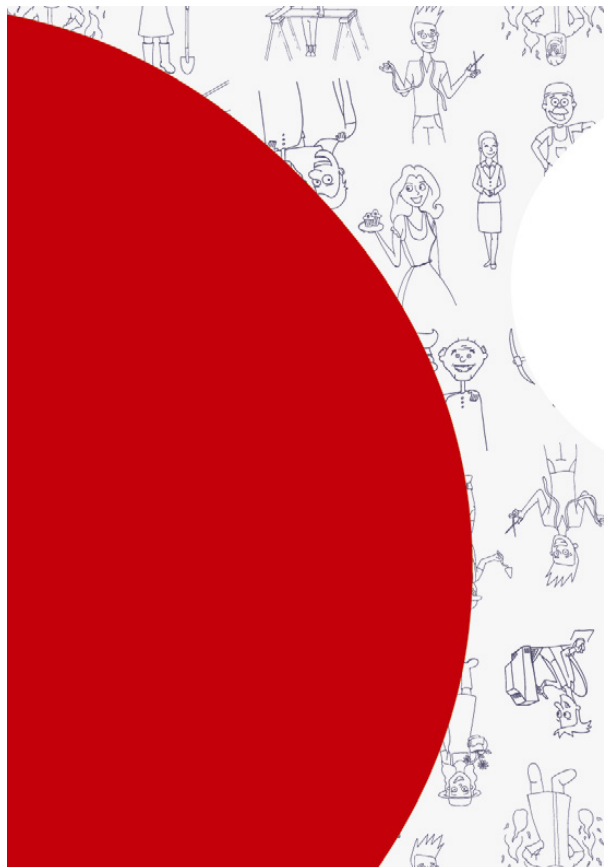
Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



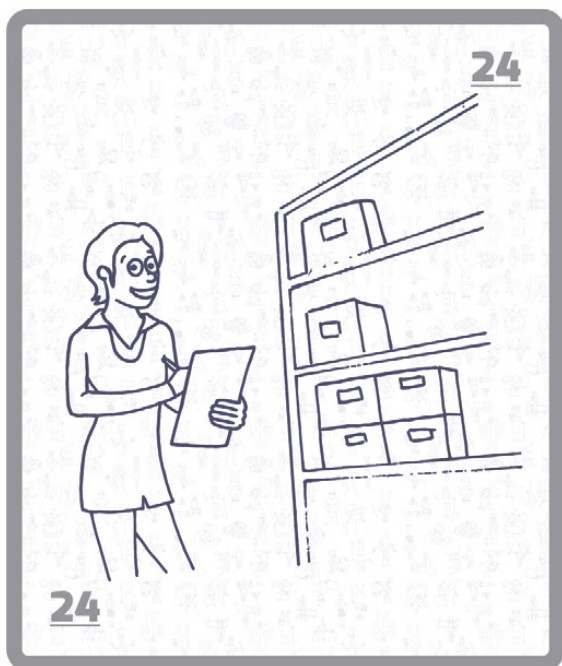
Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



karty JobBox



Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

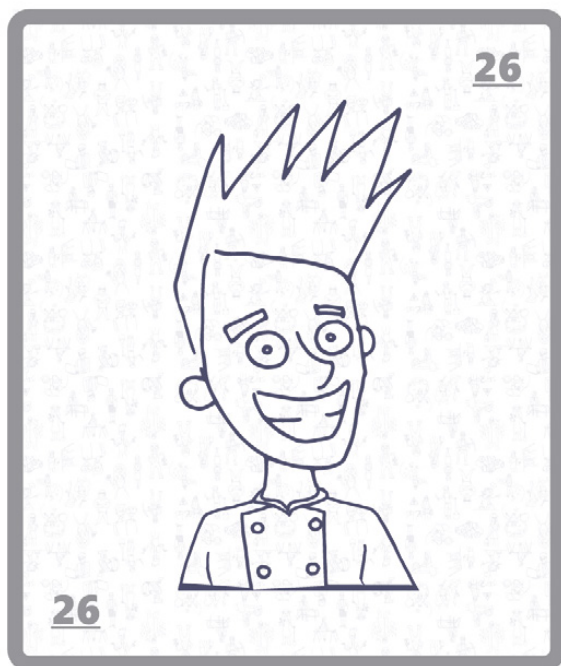


Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

karty JobBox



Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



Nowoczesne rozwiązania w doradztwie zawodowym
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego



Instrukcja wykorzystania cyklu filmów o zawodach *Zawodowi Zawodowcy*

w szkole gimnazjalnej i ponadgimnazjalnej, szkole dla osób dorosłych oraz w szkole specjalnej

Cykl 194 filmów o zawodach wymienionych w Klasyfikacji zawodów szkolnictwa zawodowego pt. *Zawodowi Zawodowcy* to jeden z elementów narzędzia diagnostycznego Kalejdoskop Kariery. Oferowane filmy stanowią uzupełnienie pracy doradcy zawodowego/nauczyciela podczas indywidualnych spotkań i zajęć grupowych z uczniami szkoły gimnazjalnej, ponadgimnazjalnej oraz szkół dla osób dorosłych, a także z uczniami z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim.

Każdy z filmów prezentuje jeden zawód, koncentrując się na jego specyfice, niezbędnych zasobach oraz wiedzy, umiejętnościach i kompetencjach społecznych osób go wykonujących – kluczowych w danej profesji. Cykl filmów *Zawodowi Zawodowcy* uwzględnia kluczowe dla narzędzia Kalejdoskop Kariery koncepcje: społecznego uczenia się w kontekście podejmowania decyzji, a także uczenia się (ze) szczęśliwych zbiegów okoliczności Johna Krumboltza oraz koncepcję antykariery Ricka Jarowa. W filmach szczególnie podkreślona została rola zasobów osobistych i społecznych, a także różne możliwości przebiegu współczesnych karier: od klasycznych, linearnych po niestandardowe drogi dojścia do określonych profesji (z uwzględnieniem roli przypadkowych i nieplanowanych zdarzeń).

Obok charakterystyk poszczególnych zawodów oraz ich sytuacji na rynku pracy, widzowie otrzymują także informacje na temat dostępnych możliwości zdobycia kwalifikacji w danym zawodzie, z uwzględnieniem oferty kształcenia skierowanej do młodzieży, osób dorosłych, w tym do osób z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim.

Filmy *Zawodowi Zawodowcy*, przedstawiające zawody ujęte w Klasyfikacji zawodów szkolnictwa zawodowego, można wykorzystać zarówno w trakcie spotkań grupowych, prezentując jeden lub kilka zawodów z danej grupy zawodowej, jak i podczas wywiadów indywidualnych z młodzieżą gimnazjalną, ponadgimnazjalną lub osobami dorosłymi, poświęconych analizie profesji wybranych przez osobę radzącą się.

Warto, aby nauczyciele i doradcy korzystający z filmów w pracy z uczniami z niepełnosprawnością z jednej strony wskazali te filmy, które prezentują zawody dedykowane osobom z różnymi typami niepełnosprawności, ale jednocześnie zachęcili uczniów do poznania również innych zawodów, w których będą oni mogli pracować jako pracownicy pomocniczy (np. w ramach pracy pod nadzorem lub w Zakładach Aktywizacji Zawodowej i/lub Zakładach Pracy Chronionej).

A. ZAJĘCIA GRUPOWE

Filmy z cyklu *Zawodowi Zawodowcy* mogą urozmaicić i/lub uzupełnić takie ćwiczenia, jak:

1. Ćwiczenie *Piramida sukcesu* (dla uczniów gimnazjum oraz dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim)

Każda uczennica/każdy uczeń otrzymuje od osoby prowadzącej karty pracy do ćwiczenia *Piramida sukcesu*. Wszyscy uczestnicy oglądają losowo lub celowo wybrany film. Na szczycie piramidy każda uczennica/każdy uczeń wpisuje w swojej karcie nazwę zawodu, który będzie prezentowany w filmie. Zadaniem każdej uczennicy/każdego ucznia jest zanotowanie (w trakcie oglądania filmu) ścieżki edukacyjnej, jaką należy przejść, aby uzyskać kwalifikacje do wykonywania zawodu, jaki zaprezentowano w filmie. Po obejrzeniu filmu, osoba prowadząca prosi osoby chętne o przedstawienie swoich opracowań, a następnie zaprasza do dyskusji na temat różnych dróg uzyskiwania w polskim systemie kształcenia zawodowego kwalifikacji w wybranych zawodach.

2. Ćwiczenie *Moje umiejętności* (dla osób dorosłych)

Uczestniczki/uczestnicy warsztatów oglądają dwa losowo lub celowo wybrane filmy. Po ich projekcji osoba prowadząca dzieli grupę na 2 zespoły. Ich zadaniem jest napisanie, na podstawie obejrzanych filmów, jak największej liczby umiejętności, które muszą mieć osoby wykonujące prezentowane w filmach zawody. Na zakończenie osoba prowadząca prosi przedstawicieli obu zespołów o zaprezentowanie ich pracy. Po prezentacji zaprasza uczestniczki/uczestników do dyskusji na temat umiejętności, ze szczególnym uwzględnieniem umiejętności społecznych oraz sposobów ich zdobywania, rozwijania i pogłębiania.

3. Ćwiczenie *Różne wersje kariery (dla uczniów szkoły ponadgimnazjalnej)*

Uczennice/uczniowie oglądają losowo lub celowo wybrany film. Po jego obejrzeniu osoba prowadząca dzieli grupę na małe zespoły. Zadaniem każdego zespołu jest napisanie jak największej liczby innych zawodów i zajęć, które mógłby wykonywać prezentowany w filmie przedstawiciel danej profesji. Osoba prowadząca prosi, aby zespoły przygotowały uzasadnienie dla swoich propozycji oraz wskazały ewentualne kroki, które musiałby poczynić zaprezentowany w filmie bohater, jeśli chciałby zmienić profesję. Na zakończenie każdy zespół przedstawia swoje opracowanie.

4. Ćwiczenie *Analiza zawodowych biografii (dla osób dorosłych)*

Osoba prowadząca prezentuje uczestniczkom/uczestnikom losowo wybrany film. Ich zadaniem w czasie oglądania filmu, jest zwrócenie szczególnej uwagi na historię życia bohatera. Po zakończeniu filmu osoba prowadząca dzieli grupę na małe zespoły i prosi, aby w zespołach uczestniczki/uczestnicy przygotowali opracowanie na temat tego, co sprawiło, że bohater filmu wykonuje dziś dany zawód. Osoba prowadząca prosi, aby uczestniczki/uczestnicy narysowali ścieżkę życiową bohatera i zaznaczyli na niej ważne i mniej ważne sytuacje sprzyjające rozwojowi kariery. Prosi również, aby zespoły przygotowały odpowiedź na następujące pytanie: *Jakie jeszcze sytuacje życiowe/doświadczenie/zbiegi okoliczności/wybory edukacyjne mogły doprowadzić bohatera do tego miejsca, w którym teraz się znajduje?* Członkowie zespołów mogą odwoływać się do tego, co dostrzegli w filmie, ale także sięgać do własnych doświadczeń. Pod koniec ćwiczenia zespoły prezentują swoje prace.

5. Ćwiczenie *Praca moich marzeń (dla uczniów gimnazjum oraz dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim)*

Wybrane filmy z cyklu *Zawodowi Zawodowcy* mogą być uzupełnieniem ćwiczenia, stanowiąc wprowadzenie do niego. Osoba prowadząca rozpoczynając to ćwiczenie wybranym filmem, może zachęcić uczennice/uczniów do tego, aby w trakcie oglądania zwrócili/zwróciły uwagę na kluczowe dla danego zawodu elementy, m.in. umiejętności, doświadczenie, predyspozycje itp. Takie wprowadzenie może pomóc uczennicom/uczniom w wykonaniu zadania przypisanego do tego ćwiczenia, czyli w opisaniu 3 propozycji prac, które uważają za najbardziej dla siebie interesujące.

B. ROZMOWA INDYWIDUALNA

W trakcie wywiadów indywidualnych filmy można wykorzystać przede wszystkim podczas spotkań skoncentrowanych na obszarze drugim, czyli edukacyjno-zawodowym jako materiał wspomagający pogłębienie wiedzy o wybranych zawodach oraz różnorodnych ścieżkach edukacyjnych i zawodowych prowadzących do wykonywania określonych zawodów. Jednocześnie prezentowane w filmach historie osób wykonujących poszczególne zawody mogą być ciekawym uzupełnieniem rozmów w trzecim obszarze, poświęconym zmianie, podejmowaniu decyzji zawodowych i strategiom radzenia sobie ze zmianą.

C. Karty *JobBox* i gra multimedialna *Klocki wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych*

Filmy z cyklu *Zawodowi Zawodowcy* stanowią doskonałe uzupełnienie zarówno ćwiczeń z wykorzystaniem kart *JobBox*, jak i pracy z grą multimedialną *Klocki Wiedzy, Umiejętności i Kompetencji Społecznych*. Jeśli jakiegoś uczestnika w czasie pracy z kartami *JobBox* lub podczas gry, zaciekał, zafascynował któryś z zawodów, może pogłębić wiedzę o nim oglądając film prezentujący wybrany zawód, a następnie porozmawiać z nauczycielem lub doradcą o swoich uwagach i przemyśleniach w trakcie wywiadów indywidualnych.

Instrukcja do gry multimedialnej *Klocki wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych*

w szkole gimnazjalnej i ponadgimnazjalnej, w szkole dla osób dorosłych oraz w szkole specjalnej

Komputerowa gra multimedialna *Klocki wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych* to jeden z elementów narzędzia diagnostycznego Kalejdoskop Kariery. Gra uzupełnia i wzbogaca pracę doradcy zawodowego/nauczyciela podczas zajęć grupowych oraz wywiadów indywidualnych z uczniami szkoły gimnazjalnej, ponadgimnazjalnej oraz ze słuchaczami szkoły dla osób dorosłych, a także z uczniami szkoły specjalnej.

Celem gry multimedialnej *Klocki wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych* jest wspomaganie procesu samopoznawania i określania predyspozycji, zainteresowań zawodowych i uzdolnień przedsięwzięciowych, syntezy informacji o sobie oraz umożliwienie wirtualnego doświadczenia siebie w rolach zawodowych przez gracza – ucznia lub osobę dorosłą. Reguły gry wymagają wykorzystania kompetencji nabywanych nie tylko w toku edukacji formalnej i pozaformalnej, ale również nieformalnej, szczególnie zaś umiejętności radzenia sobie ze zmianą i niespodziewanymi zdarzeniami życiowymi.

Podstawą gry jest baza wybranych 25 zawodów (z nowej Klasyfikacji Zawodów Szkolnictwa Zawodowego)²⁰ wraz z zestawami klocków zawierającymi opisy wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych niezbędnych do wykonywania poszczególnych zawodów. Zadaniem gracza jest ułożenie z klocków kariery osoby reprezentującej wylosowany zawód. Klocki zawierają informacje o kluczowych w danym zawodzie umiejętnościach, czynnościach, doświadczeniu, ścieżce edukacyjnej oraz predyspozycjach zawodowych osoby go wykonującej. Kulminacyjnym momentem gry, nawiązującym do koncepcji uczenia się z nieplanowanych zdarzeń J. Krumboltza, jest pojawienie się nieprzewidzianego zdarzenia w życiu zawodowym osoby, której karierę układa gracz. W tym momencie zbudowana dotychczas figura – wyobrażająca jej karierę – rozpada się, a gracz z pozostałych klocków musi skonstruować nowy układ. To wydarzenie jest pewną symulacją doświadczania przeszkód, jakie napotykamy w rzeczywistym życiu zawodowym oraz poszukiwania sposobów radzenia sobie z nimi.

W celu zwiększenia dostępności do narzędzia Kalejdoskop Kariery, gra multimedialna *Klocki wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych* została również przygotowana w wariantcie papierowym jako gra Jak w kalejdoskopie (patrz: Aneks 1). W wariantcie gry zaproponowanym w scenariuszach zajęć grupowych, skierowanych do uczniów wszystkich czterech typów szkół, zostały wykorzystane 4 wybrane zawody spośród 25, które zawiera wersja multimedialna. Wśród tych zawodów znalazły się: *kucharz, opiekun osoby starszej, technik hotelarz oraz pracownik pomocniczy obsługi hotelowej*.

Autorki narzędzia proponują, aby nauczyciele i doradcy wykorzystujący grę multimedialną w pracy z uczniami z niepełnosprawnością, towarzyszyli im podczas jej wykonywania. Z jednej strony warto, aby wskazali młodzieży grupy zawodowe i zawody, które są dedykowane osobom z różnymi typami niepełnosprawności (w przypadku gry to: technik prac biurowych, technik masażysta i pracownik pomocniczy obsługi hotelowej), zachęcając jednocześnie do poznania innych zawodów. Z drugiej strony warto dobrze byłoby na bieżąco, w trakcie gry, analizować razem z młodzieżą podejmowane przez graczy kroki oraz ich konsekwencje. Jest to szczególnie ważne w momencie, gdy w grze pojawia się niespodziewane zdarzenie i dotychczasowa układanka się rozpada. To dobry moment do rozmowy z uczennicą/uczniem o radzeniu sobie ze zmianą i emocjach, jakie temu towarzyszą.

A. ZAJĘCIA GRUPOWE

Jeżeli nauczyciel lub doradca dysponuje dostępem do sali komputerowej, wówczas warto, aby w miejsce gry Jak w kalejdoskopie, wprowadził w czasie swoich zajęć grę multimedialną *Klocki wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych*. Uczestniczki/uczestnicy warsztatów mogą grać w nią zarówno samodzielnie, jak i w parach. Po zakończeniu gry, osoba prowadząca może zainicjować dyskusję dotyczącą m.in. układanych karier, odczuć związanych z niespodziewaną sytuacją wprowadzającą zmianę, reakcji uczestników na konieczność ponownego układania budowli, a przede wszystkim radzenia sobie ze zmianą.

B. ZAJĘCIA INDYWIDUALNE

Gra multimedialna *Klocki wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych* stanowi uzupełnienie wywiadów indywidualnych z uczennicami/uczniemi, (słuchaczkami/słuchaczami), szczególnie w trakcie spotkań dotyczących podejmowania decyzji edukacyjno-zawodowych, planowania i zmiany oraz ra-

20. Wyboru filmów dokonała Rada Konsultacyjno – Programowa projektu, pełniąc tym samym rolę sędziów kompetentnych.

dzenia sobie z niespodziewanymi zdarzeniami. Gra jest także ciekawym źródłem wiedzy o zawodach i karierach, jakie mogą realizować osoby reprezentujące dany zawód.

C. Cykl filmów *Zawodowi Zawodowcy*

Pracę z grą multimedialną *Klocki wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych* mogą uzupełnić filmy z cyklu *Zawodowi Zawodowcy*. Jeżeli podczas gry uczennicę/ucznia (słuchaczkę/słuchacza) zaciekawi któryś z zawodów, wówczas może pogłębić wiedzę o tym lub innym zawodzie z określonej grupy zawodowej, oglądając film prezentujący wybrany zawód. Następnie, w trakcie wywiadu indywidualnego, może porozmawiać z nauczycielem lub doradcą o swoich uwagach i przemyśleniach.

Bibliografia

- Brodowska M., M. Kostecka-Rogowska, B. Kozak, *Scenariusze zajęć warsztatowych*, Wyższa Szkoła Zawodowa Kadry dla Europy w Poznaniu, Łódź 2013.
- Czok R., *KFC. Niezwykła historia pana z charakterystyczną szpicbródką*, protokół dostępu: http://www.wiadomosci24.pl/arttykul/kfc_niezwykla_historia_pana_z_charakterystyczna_szcpicbrodka_180631-1--1-d.html (z dnia 30.10.2014).
- Greiner I., I. Kania, E. Kudanowska, A. Paszkowska-Rogacz, M. Tarkowska, *Materiały metodyczno-dydaktyczne do planowania kariery zawodowej uczniów*, Warszawa 2006, KOWEŻiU.
- Minta J., *Od aktora do autora. Wspieranie młodzieży w konstruowaniu własnej kariery*, KOWEŻiU, Warszawa 2012.
- Modzelewska K., *Rubinstein – „ładna historia”*, protokół dostępu: <http://vumag.pl/oni-rzadza-pieknem/rubinstein-ladna-historia,50696,strona,3.html> (z dnia 10.01.2015).
- Peavy R. V., *Life Space Map. Sociodynamic visualisation and mapping*, 2000, protokół dostępu: http://www.sociodynamic-constructivist-counselling.com/maps_visualizations1.html (z dnia 25.10.2014).
- Szewczyk P., *Kobięca rewolucja – historia sukcesu Coco Chanel*, protokół dostępu: <http://biznesflow.pl/historia-coco-chanel/> (z dnia 30.10.2014).
- Szewczyk P., *Kto nas tak urządził, czyli jak Ingvar Kamprad założył IKEĘ*, protokół dostępu: <http://biznesflow.pl/ingvar-kamprad-ikea/> (z dnia 30.10.2014).

ISBN 978-83-926273-3-3 (cz.2)
ISBN 978-83-926273-7-1 (całość)