

Zajęcia z zakresu doradztwa zawodowego.

Czas trwania zajęć: 4x 45 min.

Odbiorcy: klasy pierwsze i drugie liceum.

Tematy zostały pogrupowane wg proponowanej kolejności.

Prowadzący: Anna Kozak- Ksycka, pedagog szkolny.

Temat 1: Ogłoszenie do gazety.

1. Cel główny:

Odkrywanie przez uczniów swoich mocnych stron.

2. Cele szczegółowe:

Uczeń potrafi:

- zdefiniować swoje mocne strony,
- przeddefiniować swoje słabe strony.

Uczeń wie:

- jak w pozytywny sposób zaprezentować siebie.

3. Formy zajęć:

- indywidualna,
- grupowa.

4. Metody:

- metoda podająca: pogadanka,
- metoda praktyczna: ćwiczenia praktyczne,

5. Materiały/ pomoce:

Kartka, długopis, kartonik/pojemnik.

6. Przebieg:

Powitanie. Przedstawienie uczniom celów zajęć. (5min.)

Zakładając, że jest to pierwsze spotkanie z uczniami można wprowadzić młodzież w tematykę doradztwa zawodowego, krótko zaznajomić z jego programem realizacji.

Ćw. 1: **moje super moce i akceptowane słabości. (10 min.)**

Uczniowie wraz z prowadzącym siadają w kręgu. Następnie nauczyciel prosi, aby każdy z uczniów wpisał na kartce: swoje imię, 1 wyraz (pozytywny przymiotnik), które go/ją określa, minimum 5 swoich mocnych i 5 słabych stron.

Gdy klasa upora się z zadaniem prowadzący zaczyna rundkę od siebie: przedstawia się, podaje przymiotnik, który najlepiej go określa i czyta wszystkie swoje mocne i słabe strony. Następnie wstaje i prosi każdą osobą z kręgu o informację: jakie jest jej imię, jakie słowo ją najlepiej określa i ile wypisała mocnych a ile słabych stron (uczniowie ich nie czytają).

Kluczowe tutaj będzie zrozumienie przez grupę zadania. Minimum 5 oznacza, że można podać więcej cech. Może się okazać, że ktoś znajdzie w sobie 10 mocnych stron i 5 słabych albo odwrotnie. Jest to świetna okazja do obserwacji uczniów.

Ćw. 2: **sztuka nazywania swoich słabych stron (5 min.)**

Prowadzący zadaje grupie pytania:

- czym mówią nam nasza mocne strony?
- o czym mówią nam nasze słabe strony?

Prowadzący prosi klasę o podanie 3 przykładowych słabych stron a następnie wspólnymi siłami starają się inaczej nazwać wymienione słabości. Np.:

Jestem spóźnialska- cenię swój czas wolny.

Jestem nadwrażliwa- cechuje mnie wrażliwość.

Trudno nawiązuje nowe kontakty- potrzebuję więcej czasu przy nawiązywaniu nowych relacji.

Wniosek: Każdą swoją słabą stronę możemy nazwać tak, aby miała mniej negatywny wydźwięk. Nasze słabe strony pozostaną słabymi jeśli nie będziemy nad nimi pracować.

Ćw. 3: **ogłoszenie do gazety (15- 20 min.)**

Prowadzący prosi uczniów o odwrócenie kartek.

Polecenie: Odwołując się do swoich mocnych stron zaprezentowanych w poprzednim ćwiczeniu, napisz ogłoszenie do gazety, w którym zareklamujesz siebie jako przyjaciela. Ogłoszenie powinno zawierać nie tylko Twoje mocne strony, ale i także powinno uwzględnić Twoje zainteresowania i hobby. To Ty decydujesz co napiszesz i na ile chcesz dać się poznać. Pamiętaj, że ogłoszenie ma zachęcić odbiorcę do kontaktu. Nie podpisuj swojego ogłoszenia.

Uczniowie mogą potrzebować przykładu takiego ogłoszenia, warto zatem przygotować je wcześniej. Np.

„Cześć, czołem, kluski z rosółem.

Jestem XYZ. Szukam przyjaciela, z którym będę mogła chodzić na długie spacery i porozmawiać o książkach. Jest kilka rzeczy, które musisz o mnie wiedzieć. Jestem prawdziwym mołem książkowym, najbardziej lubię czytać kryminały, ale lubię także oglądać filmy i seriale. Jestem wrażliwa i lubię pomagać innym, potrafię słuchać, uważam to za swoją mocną stronę. W wolnym czasie tworzę kartki metodą quillingu i sprzedaję je na cele charytatywne. Jeśli zdecydujesz się na kontakt ze mną gwarantuję, że zawsze Cię wysłucham, nie ocenię i pocieszę jeśli będziesz „w dołku”. Może obejrzymy coś razem? Mam do zaoferowania dobre kakao i mnóstwo czekoladowych pralinek. Czekam na kontakt ☺”

Gdy uczniowie wykonają zadanie, wrzucają swoje ogłoszenia do kartonika. Warto postawić go na środku sali. Prowadzący wrzuca także swoje ogłoszenie. Następnie nauczyciel losuje 3-4 ogłoszenia (w zależności na ile czas pozwoli), czyta je na głos a klasa zastanawia się do kogo ono może należeć (dobrze, aby na początku nauczyciel zaczął od odczytania swojego ogłoszenia i dał się poznać klasie).

Warto wprowadzić zasadę odkrywania twórców ogłoszeń: zgadujemy 3 razy, jeśli nie odgadniemy a autor ogłoszenia nie będzie chciał się ujawnić i przyznać do swojego ogłoszenia to losujemy kolejne, nie czekamy i nie zgadujemy dalej. Nie każdy uczeń może czuć się w tym ćwiczeniu komfortowo.

Przy prezentowaniu każdego z ogłoszeń staramy się zauważyć mocne strony ogłoszenia, to co je wyróżnia i sprawia, że jest unikalne.

Podsumowanie (3 min.):

Nauczyciel zadaje pytania:

- Czy dzisiejsze ćwiczenia były dla Was trudne? Jeśli tak to co konkretnie.
- Co było dla Was łatwiejsze: podanie swoich mocnych czy słabych stron?
(prawdopodobnie słabych, pytamy zatem dalej: jak myślicie dlaczego? Tutaj należy odwołać się do samokrytyki, oceniania siebie, samooceny).

Każdy z nas ma mocne i słabe strony. To zupełnie normalne. Dobrze jest je zauważać by móc rozwijać to w czym jesteśmy dobrzy i pracować nad tym co chcielibyśmy w sobie udoskonalić. Tym właśnie są nasze słabe strony- obszarami do doskonalenia. To akceptowane słabości bardzo często wynikające z naszych mocnych stron. Dzisiaj zmierzyliście się z bardzo wymagającym zadaniem autoprezentacji. To ważna umiejętność podczas egzaminów i rozmów kwalifikacyjnych na każdym etapie naszego życia.

Ewaluacja: ocena zajęć przez uczniów (2 min.)

Krótką anonimową ankietą: „Czy dzisiejsze zajęcia podobały Ci się. Tak/ nie. Proszę uzasadnij”.

Temat 2: Moje super moce.

1. Cel główny:

Odkrywanie przez uczniów swoich mocnych stron.

2. Cele szczegółowe:

Uczeń potrafi:

- zdefiniować swoje mocne strony,
- rozpoznać pełnione przez siebie role zespołowe,
- zarządzać czasem,
- zorganizować pracę własną.

Uczeń wie:

- że każdy z członków zespołu pełni inną rolę zespołową,
- jakie korzyści płyną z pełnienia różnych ról zespołowych.

3. Formy zajęć:

- praca w grupach,
- praca z całą klasą.

4. Metody:

- metoda podająca: mini wykład,
- metoda praktyczna: ćwiczenia praktyczne,

5. Materiały/ pomoce:

kartki z zadaniami, chustki, klocki, przybory szkolne: linijki, ekierki, taśma klejąca, ołówki, lusterko, spinacze, klamry itp.

6. Przebieg:

Powitanie. Przedstawienie uczniom celów zajęć (3 min.)

Ćw. 1: moje super moce. Powtórka z poprzedniej lekcji.

Prowadzący prosi uczniów o odpowiedź na pytanie: czym są mocne strony, co się na nie składa (zainteresowania, umiejętności, wiedza, cechy charakteru). Odpowiedzi zapisuje na tablicy.

Następnie prowadzący pyta uczniów o słabe strony: czym są, czy to nasze wady, o czym mówią nam słabe strony?

- Mini wykład: style kierowania zespołem (5 min.)

To jacy jesteśmy, jakie mamy mocne strony, składa się na to jaki wkład wnosimy w pracę grupową i jaki prezentujemy styl zarządzania zespołem.

– Autokratyczny styl kierowania

Opiera się na sprawowaniu przywództwa oraz ścisłej kontroli nad swoimi podwładnymi. Przywódca autokratyczny wydaje konkretne polecenia i wymaga ich realizacji zgodnie z przekazanymi instrukcjami, wyznacza cele oraz zadania „rozliczając” swoich pracowników z ich wykonania.

Pracownik nie ma możliwości wykazywania własnej inicjatywy, przedstawiania pomysłów czy krytycznych uwag.

Styl autokratyczny w krótkiej perspektywie czasowej pozwala osiągnąć spory poziom dyscypliny oraz wysoką efektywność pracy.

– Liberalny styl kierowania

Inaczej styl integrujący. Przywódca liberalny upewnia się czy jego drużyna ma wszystkie materiały do działania, pozostawia pracownikom niemal całkowitą swobodę odnośnie stylu pracy czy podziału obowiązków w zespole. Nie ingeruje w wykonywane zadania, nie kontroluje pracy. Udziela podwładnym wskazówek jedynie w przypadku, kiedy zostanie o to przez nich poproszony.

Liberalny styl zarządzania może skutkować niższą efektywnością pracy i prowadzić do organizacyjnego chaosu.

– Demokratyczny styl kierowania

Przywódca demokratyczny dba o to, aby wszyscy pracownicy byli równo traktowani.

Pracownicy mają spory wpływ na podejmowane działania i sposób wykonywania pracy.

Lider/ szef bierze pod uwagę opinie wszystkich członków zespołu. Traktuje swoich podwładnych w sposób partnerski, życzliwy i podmiotowy.

W dłuższej perspektywie styl demokratyczny skutkuje największą efektywnością i jakością pracy.¹

Ćw. 2: praca zespołowa (10-15min.)

Uczniowie dzielą się na grupy, każda z nich ma inne zadanie do wykonania. Opcjonalnie prowadzący wybiera spośród uczniów 1 osobę, która będzie pełnić rolę obserwatora. To może być osoba, która ma gorszy dzień i nie czuje się na siłach by wziąć udział w pracach zespołowych.

Grupa 1 i 2: port morski.

Wybierzcie spośród siebie 1 lidera. Wszystkie osoby w grupie oprócz lidera zasłaniają oczy apaszkami. Zadaniem lidera jest takie pokierowanie pracami zespołu, aby wspólnymi siłami zbudować z dostępnych przed sobą elementów port morski (poza klockami są to: linijka,

¹ Style kierowania wg Lewina, Lippitta i White'a

ekierka, lusterko, taśma klejąca, spinacze, klamry). Zwycięża ta grupa, która wykona zadanie szybciej.

Grupa 3 i 4: **lista zadań**.

Macie do wykonania 8 zadań z przedstawionej listy. Zwycięża ta grupa, która wykona zadanie szybciej. Podczas realizacji przedsięwzięcia nie możecie ze sobą rozmawiać.

Lista zadań:

1. Niech każda osoba z grupy zrobi 10 przysiadów.
2. Narysujcie czytelną instrukcję robienia tostów.
3. Podajcie 6 zastosowań cegły.
4. Podajcie 6 zastosowań kartki papieru.
5. Podajcie 3 mądre cytaty.
6. Podajcie 3 cechy, które łączą wszystkich członków grupy.
7. Narysujcie rower.
8. Policzcie, ile dni zostało do wakacji.

To ćwiczenie pozwoli nie tylko wyłonić „urodzonych przywódców”, ale i także da okazję do ćwiczenia zarządzania czasem.

- Dyskusja: wspólne wyciąganie wniosków (10- 15min.)

Prowadzący zadaje pytania o to jak uczniom pracowało się w grupach, omawia prace każdej z grup osobo, pomaga w tym wybrany „obserwator”.

Ważne, aby dostrzec mocne strony poszczególnych członków grupy (staramy się pamiętać o każdym uczniu), umiejętności leaderskie, zauważyć kto pełnił funkcję lidera demokratycznego (zwłaszcza w grupach, w których na początku nie wybrano lidera), co się udało a co nie, dlaczego pewne rzeczy nie powiodły się, czy grupa słuchała siebie nawzajem, czy grupy przestrzegały zasad (grupa 3 i 4 nie mogły ze sobą rozmawiać, ale mogły np. rysować, albo pisać), czy w grupie pojawiły się trudności, jeśli tak to jakie, czy członkowie grupy mieli możliwość swobody działania? Ważne, żeby w trakcie dyskusji nie pozwolić na przerzucanie odpowiedzialności za ewentualne niepowodzenia na lidera, ale dostrzec w każdym członku grupy coś pozytywnego.

Podsumowanie: nawiązanie do kompetencji miękkich oraz wymagań rynku pracy (5min.)

- Prowadzący prosi uczniów aby nazwali kompetencje, zdolności, którymi musieli wykazać się w poprzednim ćwiczeniu: umiejętność pracy w grupie, kierowania zespołem, słuchania, podziału pracy, krytycznego myślenia, zarządzania czasem, kreatywność, asertywność itd.
- Które z wymienionych kompetencji będą Wam przydatne na rynku pracy?/ Na jakie kompetencje waszym zdaniem będą zwracać uwagę Wasi przyszli pracodawcy?

Każdy z nas ma mocne oraz słabe strony. One czynią nas ludźmi unikalnymi. Przekładają się na nasze kompetencje miękkie, czyli umiejętności. Nabywamy je w trakcie naszego życia, możemy się ich wyuczyć. Są bardzo cenione na rynku pracy i mówią wiele o nas jako o przyszłych pracownikach.

Ewaluacja: ocena zajęć przez uczniów (2 min.)

Krótką anonimową ankietą: „Czy dzisiejsze zajęcia podobały Ci się. Tak/ nie. Proszę uzasadnij”.

Temat 3: Budowanie mostów.

1. Cel główny:

Odkrywanie przez uczniów swoich mocnych stron.

2. Cele szczegółowe:

Uczeń potrafi:

- zdefiniować swoje mocne strony,

Uczeń wie:

- w jakich rolach skutecznie działa w grupie.

3. Formy zajęć:

Praca z całą klasą.

4. Metody:

- metoda praktyczna: ćwiczenia praktyczne,

5. Materiały/ pomoce:

Gazety, taśmy klejące, nożyczki, białe kartki formatu A4, pisaki, kolorowe długopisy, kredki, pieczątki, naklejki, kleje, kolorowe kartki.

6. Przebieg:

Powitanie. Przedstawienie uczniom celów zajęć (3 min.)

Ćw. 1: zasady efektywnej współpracy (5 min.)

Prowadzący dzieli klasę na grupy (zachęcam do tego, aby uczniowie policzyli np. do 5, wymieszanie osób z grupie daje możliwość obserwacji pracy uczniów w grupach, do których sami by nie przystąpili). Każda z grup podaje 1- 2 zasady, które według nich poprawiają efektywność pracy w grupie. Doradca zawodowy zapisuje je na tablicy.

Ćw. 2: budujemy mosty (10- 15 min.)

Uczniowie nadal pracują w grupach. Każda z grup otrzymuje 2 gazety, taśmę klejącą i nożyczki. Ich zadaniem jest zbudować most pomiędzy 2 krzesłami rozstawionymi na szerokość ławki. Zwycięża grupa, która zrobi to najszybciej.

Krzesła mogą stać na podłodze, można je ustawić na stole, grupa decyduje sama o tym w jaki sposób chce pracować. Ważne, aby dopilnować odpowiedniej odległości.

Podsumowanie ćwiczenia:

- Nauczyciel pyta każdą z grup jak przebiegała współpraca?
- Prowadzący zwraca uwagę na mocne strony każdej z osób pracujących w grupie i nazywa je, np.: dobra organizacja pracy, skuteczne zarządzanie czasem, efektywny podział obowiązków, zdolności przywódcze. Należy tutaj zwrócić także uwagę na niewysłuchane pomysły, które mogły przyczynić się do wygranej.

Ćw. 3: **tworzymy własne państwo (15- 20min.)**

Uczniowie pracują w tych samych grupach. Każdej z grup doradca zawodowy przydziela inne „zasoby”. Pierwsza grupa otrzymuje białe kartki papieru, druga grupa kolorowe arkusze papieru, trzecia grupa otrzymuje kleje, czwarta pieczętkę/ naklejki, czwarta grupa kolorowe pisaki/ długopisy, piąta kolorowe kredki.

Zadaniem każdej grupy jest stworzenie (na papierze) własnego państwa z uwzględnieniem:

- nazwy państwa,
- obowiązków osób, które to państwo tworzą,
- stworzeniem jego hymnu- do znanej melodii, np. „kaczuszki”, czy piosenki disco polo (liczy się kreatywność),
- kolorowej flagi,
- zasad handlowych (te zasady ułatwią im wymianę dóbr),

Każda z grup musi użyć wszystkich dóbr rozdanych pomiędzy poszczególne zespoły: każda z grup musi wykorzystać kartki do stworzenia pracy, kolorowych pisaków, kleju, nożyczek, pieczętki itd. Po upływie przeznaczonego na wykonanie zadanie czasu grupy prezentują krótko swoje prace.

Jeśli grup będzie dużo- ok. 6 prowadzący musi pilnować czasu na wykonanie poszczególnych zadań, tak aby zdążyć do dzwonka.

Wnioski:

- Prowadzący pyta, które z wprowadzonych zasad pomogły grupie w efektywnej pracy?
 - Czy były nieporozumienia/ trudności?
 - Prowadzący ponownie zauważa mocne strony poszczególnych członków grupy.
- Każdy z nas jest inny i każdy z nas ma inne pomysły. Warto się nad nimi pochylić, zauważyć, docenić i wyciągnąć wnioski.

Ewaluacja: ocena zajęć przez uczniów (2 min.)

Krótką anonimową ankietą: „Czy dzisiejsze zajęcia podobały Ci się. Tak/ nie. Proszę uzasadnij”.

Temat 4: Super moce, które wykorzystam na rynku pracy.

1. Cel główny:

Nazywanie przez uczniów swoich mocnych stron.

2. Cele szczegółowe:

Uczeń potrafi:

- nazwać swoje mocne strony,

Uczeń wie:

- jak przeddefiniować swoje słabe strony,
- jakie kompetencje miękkie są cenione na rynku pracy.

3. Formy zajęć:

- praca z całą klasą,
- praca indywidualna.

4. Metody:

- metoda praktyczna: ćwiczenia praktyczne,
- metoda podająca: mini wykład.

5. Materiały/ pomoce:

Karty „dixit”.

6. Przebieg:

Powitanie. Przedstawienie uczniom celów zajęć (3 min.)

Ćw. 1 Moje super moce (40min.)

Prowadzący rozkłada na stole karty do gry „dixit”.

Zadanie: odwołując się do naszych poprzednich lekcji, wybierz spośród rozłożonych kart 2 lub 3, które najlepiej opisują Ciebie i Twoje mocne strony. W swojej decyzji uwzględnij:

- cechy, które udało Ci się odkryć podczas naszych zajęć,
- mocne strony, które będziesz mógł wykorzystać w przyszłej pracy zawodowej,
- obszary nad którymi chciałbyś popracować.

Pamiętaj, że mocne strony to nasze cechy charakteru, zdolności oraz wiedza.

Uczniowie prezentują odpowiedzi na forum klasy. Rundkę rozpoczyna prowadzący.

Jeśli 2 osoby chcą wybrać tą samą kartkę, mogą je sobie pożyczyć na czas prezentacji.
Zadaniem nauczyciela jest pomoc uczniom w nazwaniu mocnych stron. Uczniowie zapisują je na tablicy.

Podsumowanie:

Nasze mocne strony przekładają się na nasze kompetencje miękkie- czyli umiejętności, które bardzo sobie cenią pracodawcy. Dzisiaj liczą się nie tylko dyplomy i certyfikaty, liczy się to co sobą prezentujemy i co mamy do zaoferowania działając w zespole.

Prowadzący odwołuje się do kompetencji miękkich zapisanych na tablicy.

Ewaluacja: ocena zajęć przez uczniów (2 min.)

Krótką anonimową ankietą: „Czy dzisiejsze zajęcia podobały Ci się. Tak/ nie. Proszę uzasadnij”.