**Wewnątrzszkolny system doradztwa zawodowego w Szkole Podstawowej nr 94**

**im. Józefa Piłsudskiego**

**w Warszawie**

opracowała: Barbara Biłan

Warszawa 2018

**SPIS TREŚCI**

Wstęp …………………………………………………………………………… 4 -5

Rozdział I

Podstawa prawna ………………………………………………………………. 6

Rozdział II

Założenia programu …………………………………………………………… 7

Rozdział III

Cele ogólne i szczegółowe programu

3.1 Cel główny programu………………………………………………….…….. 8

3.2 Cele szczegółowe …………………………………………………….…… 8

3.2.1 Cele szczegółowe w klasach I-III szkoły podstawowej ……………..…... 8

3.2.2 Cele szczegółowe w klasach IV– IV szkoły podstawowej …….…….…. 8 - 9

3.2.3 Cele szczegółowe w klasach VII -VIII szkoły podstawowej …………...… 9

3.2.4 Cele szczegółowe dla grupy nauczycieli ………………………………… 9

3.2.5 Cele szczegółowe dla grupy rodziców …………………………………. 10

Rozdział IV

Zadania przy realizacji programu ……………………………………………. 11

Rozdział V

Metody i formy realizacji ……………………………………………………. 12 - 13

Rozdział VI

Ocena i efekty realizacji programu……………………………………………. 14

Rozdział VII

Ewaluacja……………………………………………………………………… 15

Rozdział VIII

Podstawowe pojęcia z zakresu doradztwa zawodowego …………………… 16 – 17

Rozdział IX …………………………………………………………... 18 - 19

Bibliografia …………………………………………………………… 20

Załączniki ……………………………………………………………… 21 - 61

**Wstęp**

Wewnątrzszkolny system doradztwa zawodowego, który będzie realizowany na terenie szkoły jest systemem informacyjno – doradczym. Stwarza możliwość i pomaga rozwiązywać problemy z wyborem kierunku i drogi kształcenia oraz planowaniem kariery zawodowej. Głównymi zadaniami wewnątrzszkolnego systemu doradztwa zawodowego jest zapewnienie koordynacji działań w tym zakresie. Ma to przygotować uczniów do wyboru kierunku kształcenia, a w przyszłości zawodu. Wyżej wymienione działania będą pomocne uczniom przy rozpoznawaniu swoich zainteresowań i zdolności, nabywaniu informacji o różnych zawodach i poszerzaniu wiedzy ogólnej na temat realiów społecznych. Wszystkie działania mają na celu pomóc i uczyć młode społeczeństwo podejmować wybory edukacyjne i zawodowe, tak aby były one bardziej świadome, zgodne z predyspozycjami, zainteresowaniami i kompetencjami.Planowanie drogi edukacyjno – zawodowej jest procesem długotrwałym. Już na wczesnym etapie szkoły podstawowej należy zapoznawać uczniów z istotą pracy i jej znaczeniem w życiu człowieka, różnorodnością zawodów, wdrażać poczucie odpowiedzialności za własną przyszłość, uczyć myślenia perspektywicznego i umiejętności planowania. W klasach VII – VIII należy organizować zajęcia związane z praktycznym wyborem kształcenia i kariery zawodowej. Należy również pamiętać, że zapotrzebowanie uczniów w zakresie poradnictwa zawodowego zmieniają się w zależności od wieku w jakim znajdują się uczniowie oraz od stopnia wiedzy jaką już posiadają. Podjęcie decyzji dotyczącej wyboru przyszłej szkoły ponadpodstawowej jest trudnym zadaniem spoczywającym na młodej osobie . Szkoła, rodzice oraz inne instytucje mają za zadanie przygotować dzieci i młodzież do aktywnego i w pełni świadomego wchodzenia w życie zawodowe. Zaplanowane treści i zadania przekazywane na zajęciach doradztwa zawodowego oraz w lekcjach wychowawczo - przedmiotowych w klasach I – VI mają za zadanie rozbudzić szacunek do pracy, pokazać różnorodność zawodów, rozwijać i podnosić motywację do nauki, kształtować umiejętność wyborów edukacyjnych np. drugiego języka, rodzaju zajęć dodatkowych. W klasach VII - VIII kształtować umiejętność podejmowania odważnych, samodzielnych decyzji, uczenia się przez całe życie oraz umiejętność radzenia sobie w sytuacjach trudnych. Ponadto uczeń szkoły podstawowej musi znać system kształcenia, ofertę szkół ponadpodstawowych, świat zawodów, a także strukturę rynku pracy. Funkcjonowanie w obecnym społeczeństwie wymaga odpowiednich zachowań i umiejętności podejmowania trafnych decyzji. Wszelkiego rodzaju wybory dotyczące zdobycia wykształcenia, czy kwalifikacji zawodowych wymagają coraz większej wiedzy o rynku pracy, rynku edukacyjnym i co najważniejsze, o sobie samym. Niezwykle ważne jest, aby dokonując wyboru, uczeń kierował się własnymi zdolnościami, pasjami, możliwościami, predyspozycjami, a nie, jak często bywa niespełnionymi ambicjami lub wyobrażeniami rodziców czy wyborami rówieśników z klasy, a także „modą” na dany zawód.

**Rozdział I**

**Podstawa prawna**

Obowiązujące akty prawne dotyczące udzielania uczniom pomocy w wyborze zawodu i kierunku kształcenia:

1.Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. - Prawo oświatowe (Dz. U. z 2017 r. poz. 59 i 94). [[1]](#footnote-0)

2. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 9 sierpnia 2017r. w sprawie zasad

organizacji i udzielania pomocy psychologiczno-pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach (Dz. U. z 2017r. poz. 1591) [[2]](#footnote-1)

3. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 21 maja 2001r. w sprawie ramowych

statutów publicznego przedszkola oraz publicznych szkół wprowadzają funkcjonowanie wewnątrzszkolnego systemu doradztwa zawodowego, realizowanego we współpracy z poradniami psychologiczno- zawodowymi [[3]](#footnote-2)

4. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 13 czerwca 2003r. w sprawie rodzajów, organizacji oraz sposobu działania publicznych placówek kształcenia ustawiczne w tym publicznych ośrodków dokształcania i doskonalenia zawodowego ) dz. U. z 2003 r. nr 132 poz. 1225) [[4]](#footnote-3)

5. Strategia Rozwoju Kształcenia Ustawicznego do roku 2010 przyjęta przez Radę Ministrów 8 lipca 2003r. Jako jeden z priorytetów uznaje tworzenie zasobów informacyjnych w zakresie kształcenia ustawicznego i rozwój usług doradczych. [[5]](#footnote-4)

**Rozdział II**

**Założenia programu**

Prezentowany program przeznaczony jest do realizacji w szkole podstawowej. Uczestnikami są uczniowie klas I - VIII.

Dodatkowo w ramach realizacji programu prowadzone będą działania informacyjne oraz działania wpierające rodziców uczniów oraz nauczycieli przedmiotów.

Zgodnie z założeniami programu prowadzone będą lekcje wychowawcze, warsztaty, spotkania z zaproszonymi gośćmi oraz wyjścia do szkół ponadpodstawowych, a także udział w konkursach o tematyce zawodowej.

Podczas realizacji programu uczniowie poznają różne zawody, swoje mocne i słabe strony, zainteresowania, zdolności, predyspozycje, czynniki, jakie należy brać pod uwagę przy wyborze przyszłego zawodu i szkoły, kwalifikację zawodów, zadania i czynności wykonywane w danym zawodzie. Wypełniać będą kwestionariusz zainteresowań zawodowych, test skłonności zawodowych, kwestionariusz preferencji zawodowych. Poznają także zasady prowadzenia rekrutacji do szkół, kierunki, terminy składania dokumentów.

Działania zawarte w programie realizowane są przez doradcę zawodowego wspieranego przez nauczycieli, wychowawców i psychologa Szkoły Podstawowej nr 94 w Warszawie w ramach: lekcji dla klas VII i VIII realizowanych w ramach 10 godzin rocznie, lekcji wychowawczych, lekcji przedmiotowych oraz spotkań z zaproszonymi gośćmi, działań zawodoznawczych realizowanych na dodatkowych spotkaniach prowadzonych przez specjalistów: doradców zawodowych pracujących w Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej.

Program obejmuje obszary działań w zakresie pracy z klasą (zajęcia grupowe i indywidualne), spotkań z rodzicami, pracę z nauczycielami przedmiotów.

**Rozdział III**

**Cele ogólne i szczegółowe programu**

**3. 1 Cel główny programu**

Głównym celem programu będzie pomoc w rozpoznawaniu indywidualnych możliwości, zainteresowań, uzdolnień i predyspozycji uczniów ważnych przy dokonywaniu w przyszłości wyborów edukacyjnych i zawodowych.

**3.2 Cele szczegółowe**

Cele szczegółowe zostały podzielone na konkretne grupy względem adresatów.

**3.2.1 Cele szczegółowe w klasach I-III szkoły podstawowej**

W edukacji wczesnoszkolnej obszar doradztwa zawodowego nazywany jest orientacją zawodową i obejmuje poznanie pracy w wybranych zawodach w ramach kształcenia. Szkoła i nauczyciele kształtują właściwe postawy dziecka wobec pracy ludzkiej, zapoznają z różnorodnymi zawodami, szczególnie tymi z najbliższego otoczenia dziecka, zawodami ich rodziców i najbliższej rodziny. Ważne jest, aby rozwijać pozytywną postawę wobec pracy i edukacji oraz stwarzać sytuacje edukacyjne sprzyjające poznawaniu i rozwijaniu zainteresowań oraz pasji.

**3.2.2 Cele szczegółowe w klasach IV– IV szkoły podstawowej**

Na tym etapie edukacyjnym również posługujemy się pojęciem oraientacja zawodowa. Polega ona nawyjaśnieniu znaczenia pracy w życiu człowieka,zapoznaniu uczniów z różnorodnością zawodów, jakie człowiek może wykonywać,uruchomieniu kreatywności uczniów na temat swojej przyszłości,zapoznaniu uczniów ze znaczeniem własnych zainteresowań i predyspozycji w wyborze właściwego zawodu,poszukiwaniu przez uczniów odpowiedzi na pytanie: jakie są moje możliwości, zdolności, umiejętności.

**3.2.3 Cele szczegółowe w klasach VII -VIII szkoły podstawowej**

W klasach VII i VIII mówimy już o doradztwie zawodowym, które ma za zadanieodkryć i rozwijać świadomość zawodową uczniów, podnosić świadomość uczniów w braniu odpowiedzialności za indywidualny rozwój osobisty. Bardzo ważnym elementem zajęć jest motywowanie uczniów do podejmowania dyskusji i refleksji nad wyborem przyszłej szkoły i zawodu, rozbudzanie aspiracji zawodowych i motywowanie do działania, wdrażanie uczniów do samopoznania wewnętrznego potencjału, kształcenie umiejętności analizy swoich mocnych i słabych stron, pogłębienie wiedzy uczniów na temat możliwości, zdolności, umiejętnościcech osobowości oraz indywidualnych ograniczeń,rozwijanie umiejętności pracy zespołowej i współdziałania w grupie oraz wyrabianie szacunku dla samego siebie. Uczniowie klas VIII poznająmożliwe formy zatrudnienia, lokalny rynek pracy, możliwości dlaszego kształcenia, strukturę i warunki przyjęć do szkół ponadpodstawowych, a także pogłębią wiedzę na temat różnorodności zawodów.

**3.2.4 Cele szczegółowe dla grupy nauczycieli**

Ważnym celem pracy nauczycieli wspomagających proces doradztwa zawodowego jest umiejętność trafnego zdiagnozowania potrzeb i zasobów uczniów. W edukacji wczesnoszkolnej należy zwrócić szczególną uwagę na odkrywanie talentów, zainteresowań, predyspozycji i zdolności, które w klasach starszych należy rozwijać i podtrzymywać. Istotnym jest, aby przekazywać te informacje o dziecku rodzicom, wspierać ich w procesie doradczym lub kierować do specjalistów. Nauczyciele w klasach VIII powinni znać oferty szkół ponadpodstawowych oraz zasady rekrutacji. W pozostałych klasach powinni włączać do procesu orientacji zawodowej i doradztwa przedstawicieli różnych instytucji i zakładów pracy.

**3.2.5 Cele szczegółowe dla grupy rodziców**

Rodzice powinni przede wszystkimznać swoje dziecko, być zaangażowani i przygotowani do pełnienia roli „domowych doradców”, znać czynniki ważne przy wyborze szkoły i zawodu oraz ofertę szkół i zasady rekrutacji. Ważne jest, aby przy tym nie realizowali swoich niespełnionych marzeń, tylko skupili się i kierowali zdolnościami, zainteresowaniami i predyspozycjami swoich dzieci. Muszą też posiadać informacje, gdzie szukać pomocy dla swoich dzieci w sytuacjach trudnych. Istotnym czynnikiem będzie ich zaangażowanie w pracę doradczą szkoły poprzez prezentację swoich zawodów czy firm, w których pracują.

**Rozdział IV**

**Zadania przy realizacji programu**

Do głównych zadań doradcy zawodowego oraz nauczycieli przedmiotów wspomagających proces edukacji i doradztwa zawodowego należeć będzie gromadzenie, aktualizacja i udostępnianie informacji edukacyjnych i zawodowych. Uczniowie, rodzice oraz inni nauczyciele będą mogli uzyskać informację na temat oferty szkół ponadpodstawowych. Doradca zawodowy ma za zadanie udzielać indywidualnych porad edukacyjnych i zawodowych uczniom i ich rodzicom. Wskazani wcześniej nauczyciele będą prowadzić zajęcia grupowe oraz warsztaty aktywizujące, które mają wspierać uczniów w świadomym planowaniu ścieżki edukacyjnej, planowaniu kariery, a w przyszłości podjęciu roli zawodowej. W przypadku uczniów przejawiających trudności edukacyjne szkolny doradca ma za zadanie pokierować ucznia i jego rodziców do konkretnych specjalistów tj. doradców zawodowych działających przy poradniach psychologiczno – pedagogicznych. Ważnym elementem pracy szkolnego doradcy zawodowego jest wspieranie rodziców i innych nauczycieli w działaniach związanych z doradztwem. Pomoc ta będzie realizowana poprzez organizowanie spotkań szkoleniowo – informacyjnych dla rodziców i nauczycieli oraz udostępnianie informacji i materiałów do pracy z uczniami dla nauczycieli wspomagających doradcę. Istotne znaczenie ma współpraca z instytucjami wspierającymi np.: poradnie psychologiczno – pedagogiczne. Kolejnym filarem w realizacji programu będzie organizowanie spotkań z pracodawcami i innymi doradcami zawodowymi, którzy podzielą się swoją wiedzą i doświadczeniem. Powyższe zadania mają na celu poszerzyć wiedzę na orientacji zawodowej oraz wspierać uczniów przy podejmowaniu decyzji dotyczącej wyboru szkoły.

**Rozdział V**

**Formy i metody realizacji programu**

**5.1 Formy i metody pracy zostały stworzone i podzielone według adresatów.**

**5.1.1 Formy pracy adresowane do uczniów.**

Na początku roku szkolnego należy przeprowadzić badanie zapotrzebowania na działania doradcze prowadzone w szkole ( kwestionariusz ankiety). Na podstawie przprowadzonej ankiety i programu nauczania należy:

- przeprowadzać zajęcia warsztatowe (grupowe) służące rozbudzeniu świadomości konieczności planowania własnego rozwoju i kariery zawodowej, umożliwiające poznanie siebie i swoich predyspozycji zawodowych,

- przeprowadzać warsztaty doskonalące umiejętności w zakresie komunikacji interpersonalnej i współdziałania w grupie, radzenie sobie ze stresem.

- udostępniać i poszerzać informacje o zawodach i szkołach,

- organizować spotkania z przedstawicielami różnych zawodów,

- tworzyć i prowadzić kółka zainteresowań dla uczniów,

- udzielać indywidualnych porad uczniom,

- organizować wycieczki tematyczne.

**5.1.2 Formy pracy adresowane do rodziców.**

Rodzice uczniów są bardzo ważnym ogniwem w pracy doradcy zawodowego dlatego należy bezwzględnie włączyć ich w proces doradctwa, wpierać, edukować w tym temacie oraz angażować do współpracy poprzez:

- udział w zajęciach i warsztatach jako przedstawiciele różnych zawodów,

- indywidualne poradnictwo w zakresie doradztwa uczniów z trudnościami edukacyjnymi,

- udostępnienie informacji na tematy edukacyjno – zawodowe,

- pomoc w organizacji wycieczek do firm i instytucji.

**5.1.3 Formy pracy adresowane do nauczycieli**

- tworzenie warunków do wymiany doświadczeń i dzielenia się wiedzą (szkoleniowe Rady Pedagogiczne)

**5.2 Metody pracy**

Wybró metod jest rzeczą ważną w każdym rodzaju zajęć, gdyż wpływa na ich atrakcyjność, a co za tym idzie na przyswajalność materiału. Do najczęściej stosowanych metod należą:

- aktywizujące problemowe - burza mózgów, dyskusja.

- metoda dramy - inscenizacje i odgrywanie ról.

- metody testowe (kwestionariusze, ankiety, testy).

- metody audiowizualne - filmy edukacyjne, zasoby Internetu i programy multimedialne, prezentacje multimedialne.

- treningi umiejętności społecznych, miniwykłady, pogadanki.

- techniki plastyczne, wzmacniające myślenie krytyczne oraz strategiczne (np. analizę SWOT), kwestionariusze, wywiady, gry i zabawy.

**Rozdział VI**

**Ocena i efekty realizacji programu**

Wewnątrzszkolny system doradztwa zawodowego ma na celu uzyskanie zamierzonych efektów, którymi są:

- poznanie siebie, swoich mocnych i słabych stron,

- umiejętność rozpoznawania własnych predyspozycji,

- zdobycie wiedzy na temat efektywnego komunikowania się z innymi ludźmi, ścieżek kształcenia oraz informacji o różnych zawodach,

- poznanie rynku pracy w ogólnym zarysie,

- zdobycie wiedzy na temat kształcenia w szkołach ponadpodstawowych i rekrutacji do nich,

- umiejętność rozwiązywania problemów edukacyjno – zawodowych,

- pomoc i wsparcie z zakresie doradztwa zawodowego.

- kształtowanie aktywności zawodowej uczniów.

- dostęp do informacji zawodowej dla uczniów, nauczycieli oraz rodziców.

- świadome decyzje edukacyjne i zawodowe.

**Rozdział VII**

**Ewaluacja**

Ewaluacja Wewnątrzszkolnego Systemu Doradztwa Zawodowego jest niezbędna, aby działania doradcze na były zgodne z oczekiwaniami i potrzebami uczniów i rodziców. W tym celu prowadzona będzie obserwacja zajęć indywidualnych i grupowych, a następnie przeprowadzona będzie ankieta wśród uczniów klas VII – VIII i ich rodziców oraz sporządzone zostanie końcoworoczne sprawozdanie z realizacji WSDZ.

**VIII. Podstawowe pojęcia z zakresu doradztwa zawodowego**

**Poradnictwo zawodowe:**

Długofalowe i wieloetapowe działania wychowawcze, towarzyszące jednostce w trakcie jej rozwoju zawodowego. Obejmuje ono udzielanie pomocy uczniom i dorosłym w planowaniu, tworzeniu i rozwoju kariery zawodowej, przynoszącej jednostce satysfakcję i zawodowy sukces (*Ogólne zasady funkcjonowania poradnictwa zawodowego w systemie urzędów pracy*, *1996, Wyd. KUP s.4, maszynopis*).

**Informacja zawodowa:**

Zbiory danych potrzebnych jednostce do podejmowania kolejnych decyzji zawodowych oraz związanych z zatrudnieniem. Zakres treści, metod i kanały przekazywanych informacji są dostosowane do etapu rozwoju zawodowego jednostki oraz rodzajów podejmowanych decyzji (K. Lelińska, *Przygotowanie uczniów do wyboru zawodu metodą zajęć praktycznych, 1985, WSiP s. 35).*

**Orientacja zawodowa:**

Działania wychowawcze szkoły, rodziców i innych osób, grup i instytucji mające na celu przygotowanie młodzieży do planowania kariery zawodowej, których ważnym elementem jest podejmowanie kolejnych decyzji wyboru zawodu i szkoły (K. Lelińska, *Założenia i kierunki rozwoju poradnictwa zawodowego w warunkach reformy edukacji, 1999, s. 29).*

**Doradztwo zawodowe:**

Świadczenie pomocy w dokonywaniu kolejnych decyzji wyboru zawodu lub pracy w formie indywidualnej porady zawodowej, poprzez analizę pola problemowego jednostki i udzielanie jej informacji zawodowych, podawanie wskazówek, sugestii oraz instrukcji (K. Lelińska, *Założenia i kierunki rozwoju poradnictwa zawodowego w warunkach reformy edukacji, 1999, Problemy poradnictwa psychologiczno-pedagogicznego Nr 2/11, s. 29).*

**Doradca zawodowy:**

Osoba udzielająca pomocy, w formie grupowych i indywidualnych porad zawodowych, młodzieży i osobom dorosłym w wyborze zawodu, kierunku kształcenia i szkolenia, uwzględniając ich możliwości psychofizyczne i sytuację życiową a także potrzeby rynku pracy oraz możliwości systemu edukacyjnego, współpracując z rodzicami i nauczycielami w procesie orientacji zawodowej uczniów oraz wykorzystując w tym celu wiedzę o zawodach, znajomość psychologicznych i pedagogicznych technik, diagnozę rynku pracy oraz techniczne środki przekazywania informacji zawodowej (*Klasyfikacja zawodów i Specjalności, 1995, Wyd. MPiPS, Tom V, Zeszyt 2 cz. II, s. 497).*

**Zawód:**

Wewnętrznie spójny system czynności wymagający określonych kwalifikacji, wykonywanych w uregulowany sposób i systematycznie, stanowiący podstawę utrzymania i zapewniający pozycję w społeczeństwie (J. Szczepański, *Czynniki kształtujące zawód i strukturę zawodową. Socjologia zawodów, 1965, KiW).[[6]](#footnote-5)*

**Rozdział IX**

**Roczny harmonogram pracy doradcy zawodowego**

|  |  |
| --- | --- |
| Działania | Termin realizacji |
| Działalność informacyjna szkolnego doradcy zawodowego. Spotkanie z dyrekcją, radą pedagogiczną, uczniami i rodzicami.  Stworzenie gazetki ściennej, na której pojawią się wiadomości na temat działalności doradcy szkolnego. | Cały rok  wrzesień |
| Opracowanie kwestionariusza ankiety dla rodziców i uczniów, która ma zdiagnozować poziom wiedzy i zapotrzebowania na doradztwo zawodowe. | wrzesień |
| Analiza i diagnoza kwestionariuszy ankiet, opracowanie wniosków. | wrzesień - październik |
| Przygotowanie tematów zajęć wychowawczych i warsztatowych dla poszczególnych grup- poziomów klas wg wcześniej ustalonych modułów: klasy I-III, IV-VI, VII-VIII | wrzesień - październik |
| Przeprowadzenie i wspomaganie zajęć wychowawczych warsztatowych w klasach I-III, IV-VI, VII-VIII, które będą miały na celu wyposażenie w wiedzę na temat różnorodności zawodowej, przybliżenie uczniom znaczenia pracy w życiu człowieka,  mających na celu rozpoznanie uzdolnień, temperamentu, zdolności i cech osobowych ucznia. Określenie preferencji zawodowych uczniów. | Cały rok |
| Udzielanie indywidualnych porad uczniom, rodzicom i wspieranie wychowawców w pracy nad w orientacją zawodową uczniów. | Cały rok |
| Przygotowanie zajęć warsztatowych dla uczniów klas VII-VIII z osobami, które osiągnęły sukces w życiu zawodowym. | listopad - maj |
| Organizacja wyjść uczniów klas VII i VIII do szkół ponadpodstawowych, firm, uczelni wyższych. | marzec - maj |
| Organizacja spotkań z absolwentami szkół podstawowych, licealistami, studentami. | listopad - maj |
| Stworzenie i prowadzenie zakładki na stronie internetowej szkoły, gdzie będę zamieszczane wszelkie informacje na temat działań. | wrzesień; cały rok |

Plan może być zmieniany, weryfikowany i aktualizowany w trakcie jego realizacji w porozumieniu z dyrektorem szkoły.

**Bibliografia:**

<https://indywidualni.pl/edustrefa/wewnatrzszkolny-system-doradztwa-zawodowego-krok-po-kroku>

<http://www.sp118.waw.pl/doradztwo_zawodowe.pdf>

<http://sp225.edu.pl/files/Wewnatrzszkolny-System-Doradztwa-Zawodowego.pdf>

<https://sp66warszawa.edupage.org/text56/>?

<https://www.google.pl/search?ei=l00eW6H3E8G0gAbJ3rWIAQ&q=wewn%C4%85trzszkolny+system+doradztwa+zawodowego+w+szkole+podstawowej&oq=wewn%C4%85trzszkolny+system+doradztwa+edukacyjno-zawodowego&gs_l=psy-ab.1.1.0i71k1l8.0.0.0.6400.0.0.0.0.0.0.0.0..0.0....0...1c..64.psy-ab..0.0.0....0.7cIeJ30I3Bk>

<http://sp-siercza.pl/wp-content/uploads/2015/03/WSDZ-Siercza.pdf>

<http://poradniapp.lebork.pl/files/WSDZ_od_1_wrzesnia_2017_nowy.pdf>

<http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/download.xsp/WDU20170000059/U/D20170059Lj.pdf> http://dziennikustaw.gov.pl/du/2017/1591/1 <http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/download.xsp/WDU20010610624/O/D20010624.pdf> http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/download.xsp/WDU20031321226/O/D20031226.pdf <https://men.gov.pl/wp-content/uploads/2014/01/plll_2013_09_10zal_do_uchwaly_rm.pdf> http://edukacja.warszawa.pl/sites/edukacja/files/doradztwo-zawodowe aktualnosci/8937attachments// prezentacja\_malgosia\_tryb\_zgodnosci.pdf (02.06.2018)

[www.gimmaniowy.czorsztyn.iap.pl/doradztwo/testy/11.pdf](http://www.gimmaniowy.czorsztyn.iap.pl/doradztwo/testy/11.pdf)

**Załączniki:**

**Załącznik nr 1**

**Ankieta skłonności zawodowych**

**(autor: J. Woroniecka, G.Sołtysińska)**

**Instrukcja**

Przypuszczalnie potrafisz wykonać wiele czynności. Jeśli jednak mógłbyś (mogłabyś) wybierać, to który rodzaj działalności bardziej Ci odpowiada?

W każdym numerze zadania wybierz jedną z dwóch możliwości („a” lub „b”) i zaznacz odpowiedź otaczając kółkiem właściwą literę na arkuszu odpowiedzi. W wyjątkowych przypadkach możesz nic nie wybrać lub wybrać obydwa rodzaje czynności.

**Co wolisz?**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **numer pytania** | **odpowiedź „a”** | **odpowiedź „b”** |
|  | Hodować zwierzęta lub uprawiać rośliny. | Obsługiwać maszyny (np. wiertarkę, robot kuchenny, maszynę do szycia) |
|  | Opiekować się osobą chorą, dbać o przyjmowanie przez nią leków | Wykonywać wykresy, zestawienia, schematy lub proste programy komputerowe |
|  | Wyrażać na piśmie swoje myśli (pisać wiersze, opowiadania, pamiętniki) | Obserwować rozwój roślin i zwierząt |
|  | Wykonywać różne przedmioty, wyroby (np. z drewna, tkaniny, metalu, składników spożywczych) | Sprzedawać lub reklamować towary |
|  | Uczyć się języka obcego, tłumaczyć teksty | Mieć do czynienia z wydawnictwami artystycznymi o muzyce, plastyce, teatrze |
|  | Zajmować się zwierzętami | Tłumaczyć innym, jak mają coś zrobić |
|  | Organizować wystawę prac, konkurs recytatorski, dyskotekę, pokaz mody, wycieczkę | Obsługiwać sprzęt gospodarstwa domowego, pojazdy, maszyny |
|  | Udzielać rad i informacji | Bywać w teatrze, muzeum, na wystawie sztuki |
|  | Naprawiać różnorodne rzeczy (ubrania, sprzęt mechaniczno – elektryczny) | Wyszukiwać i poprawiać błędy w tekstach, tablicach, rysunkach |
|  | Prowadzić prace doświadczalne z biologii | Robić obliczenia, rachunki |
|  | Pracować w sadzie, ogrodzie, na działce | Analizować schematy budowy odbiorników radiowych i telewizyjnych, wykroje odzieży, przepisy kulinarne |
|  | Rozwiązywać zaistniałe między ludźmi konflikty | Wykonywać rysunki techniczne (sprawdzać je, korygować) |
|  | Robić zdjęcia artystyczne, malować, tańczyć | Przeprowadzać doświadczenia z roślinami |
|  | Naprawiać urządzenia i aparaturę medyczną | Nieść pomoc poszkodowanym w wypadku |
|  | Skrupulatnie wykonywać powierzoną pracę (opisy, pomiary, sprawozdania) | Wyrażać własne przeżycia przez rysunek, muzykę, wiersz |
|  | Wykonywać analizy laboratoryjne | Przyjmować i leczyć chorych, rozmawiać z nimi |
|  | Zmieniać wystrój, ozdabiać swoje otoczenie | Montować i naprawiać różne mechanizmy, przyrządy, maszyny (np. samochody, rowery) |
|  | Prowadzić wycieczki do teatru, muzeum, rajdy turystyczne, itp. | Dyskutować na tematy związane z architekturą i sztuką |
|  | Reperować uszkodzoną zabawkę, żelazko lub inny drobny sprzęt | Przerysowywać rysunki, napisy, mapy |
|  | Walczyć ze szkodnikami i chorobami roślin | Obsługiwać komputery, pisać na maszynie |
|  | Przebywać wśród ludzi, udzielać im pomocy i świadczyć drobne usługi | Składać rożne urządzenia, majsterkować |
|  | Planować wydatki, sporządzać bilans kosztów | Być na wsi i brać udział w zajęciach gospodarskich |
|  | Lepić z gliny lub modeliny | Wędrować i obserwować naturę |
|  | Porządkować notatki, dokumenty, rachunki | Czytać czasopisma i książki o tematyce technicznej |
|  | Zawierać nowe znajomości | Rysować, grać na instrumencie, deklamować |

**Arkusz odpowiedzi do Ankiety skłonności zawodowych**

Imię i nazwisko ………………………………………………………………………..

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **I** | **II** | **III** | **IV** | **V** |
| 1a  3b  6a  -  -  10a  11a  13b  16a  -  -  20a  -  -  22b  23b  - | 1b  4a  -  7b  9a  -  11b  14a  -  17b  19a  -  -  21a  -  -  24b | 2a  4b  6b  8a  -  -  12a  14b  16b  18a  -  -  21a  -  -  -  25a | 2b  5a  -  -  9b  10b  12b  15a  -  -  19b  20b  -  22a  -  24a  - | 3a  5b  7a  8b  -  -  13a  15b  17a  18b  -  -  -  -  23a  -  25b |
| **P ………..** | **T………………** | **C…………..** | **D…………..** | **A………….** |

**Załącznik nr 2**

**Karta zainteresowań.**

**Instrukcja**

Masz przed sobą bardzo proste i łatwe pytania. Dotyczą one czynności, jakie lubisz i jakich nie lubisz wykonywać. Na każde pytanie należy odpowiedzieć znakami, które wpiszesz w odpowiednie kratki arkusza odpowiedzi. Pytania są ponumerowane – każdemu pytaniu odpowiada na arkuszu kratka oznaczona tym samym numerem.

Jeżeli daną czynność bardzo lubisz, wpisz w odpowiednią kratkę dwa plusy. Jeśli tylko lubisz, wpisz jeden plus. Gdy danej czynności nie lubisz wykonywać, wpisz w kratkę jeden minus. Gdy danej czynności bardzo nie lubisz wykonywać, wpisz dwa minusy. Jeżeli zaś danej czynności nie znasz lub nie wykonywałeś nigdy i trudno Ci na pytanie odpowiedzieć, wpisz w kratkę znak zapytania.

Staraj się odpowiedzieć na pytanie szczerze, nie namyślając się długo.

Objaśnienia znaków, za pomocą których możesz odpowiadać, są podane u dołu arkusza odpowiedzi. Przeczytaj je.

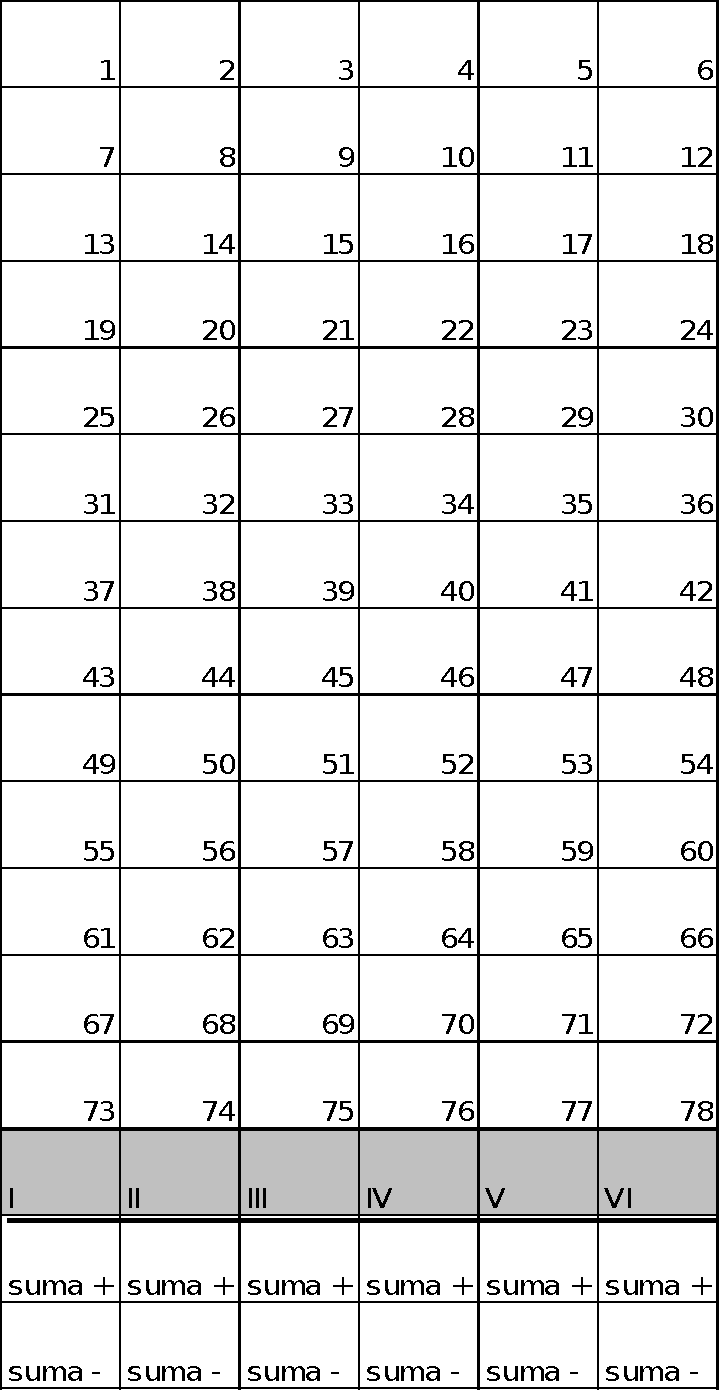
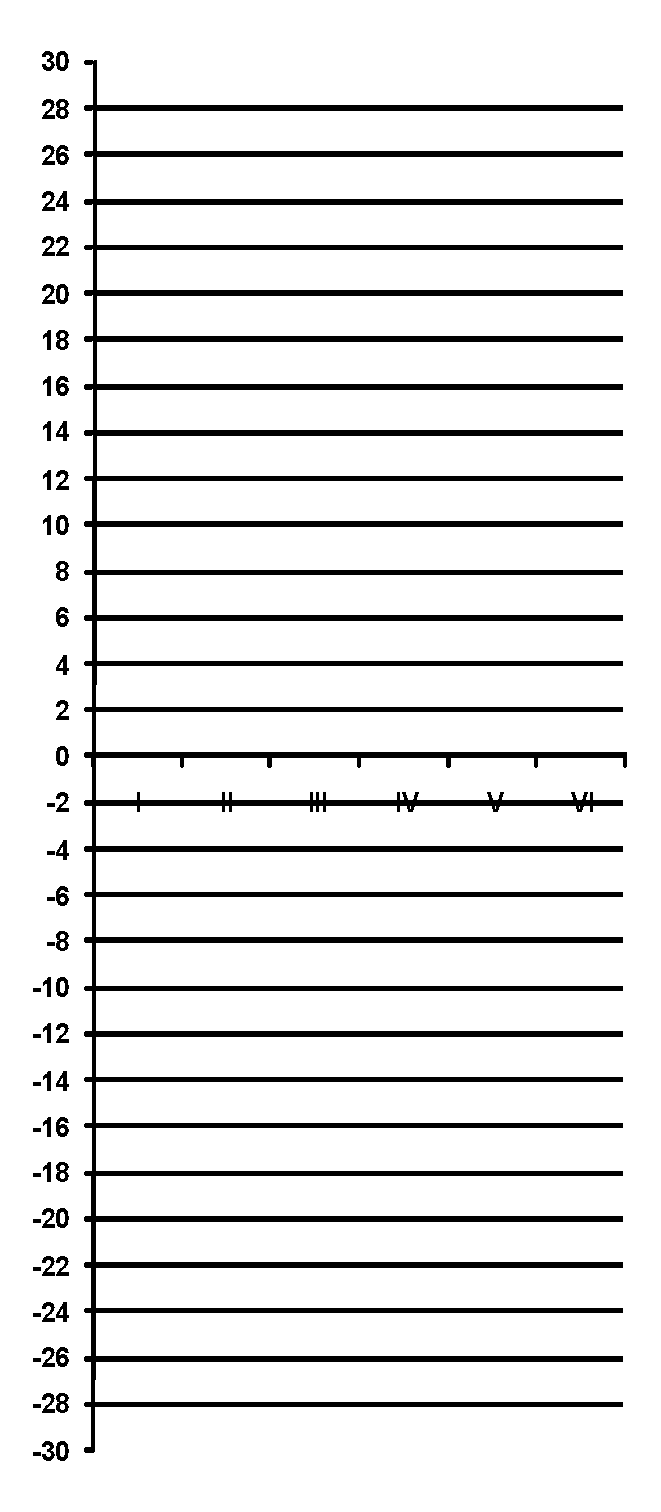
**Czy lubisz?**

1. Uczyć się jeżyka polskiego.
2. Wykonywać działania matematyczne
3. Poznawać życie roślin i zwierząt
4. Czytać czasopisma i książki o tematyce technicznej
5. Poznawać pracę pielęgniarki, higienistki, itp.
6. Dbać o porządek w domu, klasie, szkole.
7. Wyrażać na piśmie swoje spostrzeżenia i myśli (pisanie wierszy, opowiadań, pamiętnika)
8. Uczyć się matematyki
9. Uczyć się biologii, botaniki i zoologii
10. Zwiedzać wystawy techniczne albo słuchać audycji o nowościach technicznych
11. Czytać o tym, jak ludzi nauczyli się walczyć z chorobami
12. Pomagać w gospodarstwie domowym
13. Uczyć się języka obcego, próbować posługiwać się nim w rozmowie
14. Czytać książki, czasopisma zawierające łamigłówki matematyczne
15. Wykonywać doświadczenia z biologii
16. Wykonywać prace na zajęciach techniki
17. Opiekować się chorymi, doglądać prawidłowego przyjmowania przez nich leków
18. Szyć i wyszywać
19. Bywać w teatrze, muzeum, na wystawie sztuki
20. Uczestniczyć w zajęciach kółka matematycznego
21. Pracować w sadzie, ogrodzie
22. Wykonywać remontowe prace budowlane, zwiedzać place budów
23. Opiekować się dziećmi
24. Dokonywać zakupów
25. Uczestniczyć w zajęciach kółka polonistycznego
26. Samodzielnie rozwiązywać w domu dodatkowe zadania i przykłady z matematyki
27. Przeprowadzać doświadczenia z roślinami
28. Montować i naprawiać różne maszyny, przyrządy i mechanizmy
29. Poznawać budowę organizmu człowieka
30. Przekonywać o czymś innych ludzi
31. Omawiać z kolegami, koleżankami, rodziną przeczytane książki, obejrzane filmy
32. Brać udział w olimpiadach matematycznych
33. Uczestniczyć w zajęciach kółka biologicznego
34. Sporządzać modele samolotów, szybowców, okrętów, itp.
35. Poznawać przyczyny powstawania różnych chorób
36. Poznawać ludzi i obcować z nimi
37. Czytać literaturę piękną
38. Odkrywać, gdzie w otaczającym nas świecie matematyka ma praktyczne zastosowanie
39. Obserwować naturę
40. Wykonywać prace związane z mechaniką
41. Czytać i opowiadać dzieciom bajki, bawić się z nimi
42. Przygotowywać posiłki
43. Czytać artykuły z dziedziny krytyki literackiej
44. Uczyć się fizyki
45. Czytać o odkryciach z dziedziny chemii
46. Wykonywać rysunki techniczne
47. Uczestniczyć w lekcjach biologii
48. Być odpowiedzialnym za wyżywienie kolegów na obozach wędrownych i wycieczkach
49. Uczyć się historii
50. Przeprowadzać doświadczenia z fizyki
51. Rozwiązywać zadania z chemii
52. Obserwować pracę różnych maszyn, zwiedzać zakłady pracy, warsztaty
53. Poznawać pracę lekarza
54. Prać, prasować odzież
55. Omawiać bieżące wydarzenia polityczne w kraju i zagranicą
56. Czytać literaturę popularnonaukową z zakresu odkryć fizycznych
57. Przeprowadzać doświadczenia z chemii
58. Poznawać budowę urządzeń radiotechnicznych
59. Wyjaśniać kolegom, jak wykonywać zadania szkolne
60. Świadczyć różne usługi potrzebującym ludziom
61. Czytać o tematyce historycznej
62. Uczestniczyć w zajęciach kółka fizycznego
63. Wykrywać zjawiska chemiczne w przyrodzie
64. Naprawiać domowe urządzenia elektryczne
65. Odpowiadać przy tablicy, występować przed klasą, szkołą
66. Naprawiać sprzęt gospodarstwa domowego
67. Zwiedzać muzea historyczne, poznawać zabytki
68. Czytać książki, czasopisma dotyczące fizyki
69. Uczyć się chemii
70. Orientować się w schematach radiowych, telewizyjnych, magnetofonowych, itp.
71. Pełnić funkcję zastępowego, drużynowego w harcerstwie
72. Być dyżurnym na przerwach lekcyjnych w szkole
73. Brać udział w pracy społecznej
74. Odkrywać, gdzie w otaczającym nas świecie fizyka ma praktyczne zastosowanie
75. Uczestniczyć w zajęciach kółka chemicznego
76. Gromadzić ciekawsze artykuły z różnych czasopism o tematyce technicznej
77. Pomagać ludziom chorym lub starym przy wykonywaniu różnych prac domowych
78. Nakrywać do stołu i podawać potrawy rodzinie lub znajomym

**Arkusz odpowiedzi do Karty zainteresowań**

Imię i nazwisko ............................................................................ data ..............................

Klasa: ....................

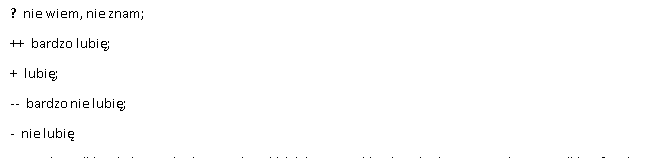


**Załącznik nr 3**

**Szeregowanie przedmiotów szkolnych**

**Instrukcja**

Niżej przedstawiony jest zestaw przedmiotów, których uczysz się w szkole. Uszereguj je w kolejności od najbardziej przez Ciebie lubianych (ciekawych) do najmniej lubianych i nudnych:



* język polski,
* historia,
* język obcy,
* matematyka,
* fizyka z astronomią,
* chemia,
* biologia,
* geografia,
* informatyka,
* sztuka,
* wychowanie fizyczne,
* wiedza o społeczeństwie.

**Załącznik nr 4**

**Pomocniczy kwestionariusz do oceny przez ucznia poziomu własnych uzdolnień, szybkości przyswajania i utrwalania wiedzy**

**Instrukcja**

Prześledź osiągane przez siebie wyniki w nauce, poczynając od klasy piątej. Na arkuszu odpowiedzi zaznacz krzyżykiem przedmioty, z których:

1. Na koniec roku uzyskiwałeś zawsze oceny celujące, bardzo dobre i dobre.

A teraz zastanów się chwilę i daj odpowiedź na następujące pytania:

1. Których przedmiotów uczysz się szybciej?
2. Na których lekcjach chętnie pełnisz lub pełniłbyś rolę asystenta?
3. Z których przedmiotów przeważnie wystarcza Ci wiedza zdobyta na lekcji?
4. Jeśli masz niezapowiedziany sprawdzian, to z których przedmiotów wypadniesz lepiej?
5. Z których przedmiotów, dodatkowo z własnej woli, pogłębiasz swoją wiedzę, np. czytasz artykuły, książki, itp.?
6. Z których przedmiotów długo pamiętasz wiadomości?
7. W nauce których przedmiotów najczęściej pomagasz kolegom?
8. Z których przedmiotów masz braki w wiadomościach?
9. Z których przedmiotów potrzebujesz pomocy rodziców, rodzeństwa, kolegów i innych osób w odrabianiu zadań domowych?
10. Których przedmiotów uczysz się wolniej (długo)?
11. Których przedmiotów możesz się uczyć, mimo że przeszkadza Ci hałas, gwar, itp.?

Z których przedmiotów przekazany przez nauczyciela nowy materiał:

1. Jest dla Ciebie jasny już przy pierwszym zapoznaniu się?
2. Kojarzy się z informacjami przyswojonymi wcześniej?
3. Wymaga dodatkowego wczytywania się?
4. Wymaga dodatkowych wyjaśnień innej osoby, np. korepetytora, kolegi, któregoś z rodziców?

**Karta odpowiedzi do Pomocniczego kwestionariusza do oceny przez ucznia poziomu własnych uzdolnień ...**

Nazwisko i imię ............................................................................................

Data ............................

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lp. | język polski | historia | język obcy | matematyka | fizyka / astronomia | chemia | Biologia | geografia | informatyka / technika | sztuka | wf |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| razem |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Załącznik nr 5**

**Ankieta umiejętności**

**Instrukcja**

Podkreśl te czynności, których wykonywanie nie sprawia Ci żadnej trudności – wykonujesz je szybko, dokładnie i poprawnie.

* pomaganie ludziom (opiekowanie się, wykonywanie poleceń),
* słuchanie z uwagą tego, co mówią inni,
* przekonywanie innych do swoich racji,
* wyjaśnianie, tłumaczenie, doradzanie innym,
* łatwe nawiązywanie rozmowy z ludźmi, których się nie zna,
* współpraca,
* dyskutowanie,
* organizowanie wycieczek, spotkań koleżeńskich, itp.,
* ocenianie obiektywne, np. postaci literackich, potrzeb ludzi,
* prowadzenie zebrań, zbiórek, itp.
* szycie,
* montowanie z elementów,
* wykonywanie przedmiotów z drewna,
* budowanie,
* gotowanie, pieczenie,
* obsługiwanie urządzeń gospodarstwa domowego,
* konserwowanie lub naprawianie prostych urządzeń mechanicznych (rower),
* obsługiwanie nowoczesnego sprzętu audiowizualnego.
* zbieranie i porządkowanie informacji,
* szybkie liczenie w pamięci,
* pisanie na maszynie lub komputerze,
* sprzedawanie,
* obsługa komputera,
* planowanie pracy,
* analizowanie i porównywanie,
* rozwiązywanie zagadek logicznych,
* redagowanie tekstów.
* hodowanie zwierząt gospodarskich,
* uprawianie roślin doniczkowych w domu,
* pielenie, pielęgnowanie trawnika, drzew i krzewów,
* opiekowanie się kwiatami w klasie,
* samodzielne i odpowiedzialne dbanie o zwierzęta w domu (spacery, opieka w czasie choroby, karmienie, itp.),
* dokarmianie zwierząt i ptaków w zimie,
* rozróżnianie gatunków roślin i zwierząt.
* dekorowanie,
* rysowanie i malowanie,
* fotografowanie,
* wiedofilmowanie,
* tworzenie grafiki komputerowej,
* śpiewanie,
* gra na instrumencie,
* tańczenie,
* recytowanie,
* występowanie w przedstawieniach,
* pisanie poezji lub opowiadań.

**Załącznik nr 6**

**OKREŚLENIE CECH TEMPERAMENTU**

**Instrukcja**

Nasze reakcje, mające różne tempo, siłę i trwałość, to właśnie przejawy temperamentu.

Temperament bowiem, to nasze wewnętrzne życie emocjonalne, ale i zmienność oraz ekspresja naszych ruchów, gestów i mimiki.

O ile nasze zainteresowania mogą się zmieniać w ciągu całego życia, o tyle cechy temperamentu są dość trwałe i powinny mieć duże znaczenie przy wyborze zawodu. Warto więc zastanowić się nad własnym temperamentem. Podstawowymi jego cechami są: siła, ruchliwość i równowaga.

Spróbuj je ocenić wstawiając znak „X” pod TAK, jeśli się zgadzasz, pod NIE, jeśli się nie zgadzasz. Każdą odpowiedź „X” liczy się jako 1 punkt

*A. SIŁA*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| TAK | | | | NIE |
| 1 | Nie robię przerw w czasie odrabiania lekcji | |  |  |
| 2 | Szybko regeneruję siły. | |  |  |
| 3 | Głośno mówię | |  |  |
| 4 | Potrafię być długo skoncentrowany na jednym zajęciu. | |  |  |
| 5 | Niepowodzenia mnie mobilizują. | |  |  |
| 6 | Klasówki nie denerwują mnie. | |  |  |
| 7 | Czasami lubię się porządnie zmęczyć. | |  |  |
| 8 | Dochodzący hałas, rozmowy nie przeszkadzają mi w pracy. | |  |  |
| 9 | Wolę mówić niż pisać. | |  |  |
| 10 | Nie drażni mnie zbytnio, gdy ktoś patrzy, jak coś robię. | |  |  |
| RAZEM PUNKTÓW: | | |  |  |

*B. RUCHLIWOŚĆ*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| TAK | | | | NIE |
| 1 | Mam szybki refleks. | |  |  |
| 2 | W czasie lekcji zmieniam często pozycje. | |  |  |
| 3 | Łatwo przechodzę od smutku do radości. | |  |  |
| 4 | Nie lubię wolno jeść. | |  |  |
| 5 | Moje ruchy są żywe i zdecydowane. | |  |  |
| 6 | Lubię wykonywać różnorodne czynności. | |  |  |
| 7 | Nie lubię marnować czasu na różne wstępne czynności. Od razu wolę działać. | |  |  |
| 8 | Łatwo powracam do przerwanego zadania. | |  |  |
| 9 | Lubię, gdy wokół mnie coś się dzieje. | |  |  |
| 10 | Chętnie oglądam filmy przygodowe. | |  |  |
| RAZEM PUNKTÓW: | | |  |  |

C. RÓWNOWAGA.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| TAK | | | | NIE |
| 1 | Do klasówek przygotowuję się spokojnie. | |  |  |
| 2 | Łatwo się koncentruję. | |  |  |
| 3 | Potrafię kontrolować swoją mimikę i gesty. | |  |  |
| 4 | Mogę się odprężyć, wypocząć nawet w warunkach temu niesprzyjających. | |  |  |
| 5 | Potrafię zachować spokój, gdy dzieje się coś złego. | |  |  |
| 6 | Umiem być wyrozumiały. | |  |  |
| 7 | Nie jestem wybuchowy, trudno wyprowadzić mnie z równowagi. | |  |  |
| 8 | Lubię działać zgodnie z planem i przed p[odjęciem pracy wszystko sobie przemyśleć. | |  |  |
| 9 | Lubię czynności wymagające opanowania. | |  |  |
| 10 | Chętnie przyjmuję i wykonuję odpowiedzialne zadania. Można na mnie polegać. | |  |  |
| RAZEM PUNKTÓW: | | |  |  |

**Załącznik nr 7**

**Ocena własnej postawy wobec pracy w szkole i w domu.**

**Instrukcja**

Przeczytaj uważnie każe pytanie. Swoją odpowiedź zaznacz na arkuszu odpowiedzi przekreślając znakiem „X”:

* literę „T”, jeśli chcesz odpowiedzieć TAK,
* literę „N”, jeśli wybierzesz odpowiedź NIE,
* znak „?”, jeśli nie jesteś zdecydowany, którą odpowiedź chcesz wybrać.

Uważaj, aby odpowiedź na arkuszu zgadzała się z numerem pytania. Postaraj się odpowiadać na pytania szczerze, nie namyślając się długo.

Ankieta do oceny własnej postawy wobec pracy w szkole i w domu

1. Czy Twoje zeszyty są czyste i starannie prowadzone?
2. Czy zawsze starasz się doprowadzić do końca zaczętą pracę, mimo że napotykasz w niej na duże trudności?
3. Czy lubisz prace trudne, wymagające myślenia?
4. Czy lekcje odrabiasz w zaplanowanym czasie?
5. Czy zdarza Ci się zrezygnować z jakiejś przyjemności dlatego, że nie odrobiłeś lekcji lub nie wykonałeś innej, ważnej, wcześniej zaplanowanej pracy?
6. Czy zdarza Ci się długo siedzieć nad lekcjami przed klasówką – jeżeli chcesz uzyskać lepszy stopień?
7. Czy uczysz się systematycznie?
8. Czy często zdarza Ci się nie odrobić lekcji, że nie zanotowałeś co było zadane?
9. Czy starasz się pracować, uczyć najlepiej jak potrafisz?
10. Czy lekturę czytasz wcześniej, przed omawianiem jej w szkole?
11. Czy zdarza Ci się nie wykonać zadanych prac w terminie?
12. Czy w trakcie odrabiania lekcji często korzystasz ze słowników, encyklopedii i podobnych pomocy, mimo nie jest to zadane przez nauczyciela?
13. Czy w Twoich rzeczach jest zawsze ład i porządek, czy każdy przedmiot ma swoje miejsce?
14. Jeżeli nie zdążysz odrobić lekcji w przeznaczonym na to czasie, czy zdarza Ci się odrabiać je późno wieczorem lub wcześnie rano przed pójściem do szkoły?
15. Czy chętnie podejmujesz się wykonywania dodatkowych prac (gazetka, referat, itp.)?
16. Czy możesz zajmować się jedną czynnością przez dłuższy okres czasu?
17. Czy często zdarza Ci się nie odrabiać lekcji?
18. Czy wolisz prace proste, nieskomplikowane, nie wymagające długiego namysłu?
19. Czy szybko zniechęcasz się do prac monotonnych?
20. Czy bez ważnych przyczyn spóźniłeś się do szkoły więcej niż trzy razy w roku?
21. Czy łatwo zrażasz się trudnościami?
22. Czy potrafisz uczyć się pracować bez przerwy, przez dłuższy czas?
23. Czy zdarza Ci się powtarzać materiał z jakiegoś przedmiotu, mimo że nazajutrz nie jest zapowiedziany sprawdzian?
24. Czy chętnie uczysz się nowych rzeczy?
25. Czy lubisz prace precyzyjne, wymagające cierpliwości?
26. Czy zdarza Ci się, że zapominasz zabrać z domu zeszyty lub inne przybory?
27. Czy zdarza Ci się wykonywać jakieś prace kilkakrotnie, aby osiągnąć jak najlepszy wynik?
28. Czy łatwo rozpraszasz się podczas odrabiania lekcji?
29. Czy przychodzisz do szkoły, mimo niedyspozycji fizycznych, jeżeli jest zapowiedziany sprawdzian z wiadomości?
30. Czy chętnie korzystasz z pomocy innych osób (kolega, korepetytor, rodzic) w czasie odrabiania lekcji?

**Arkusz odpowiedzi do Ankiety oceny własnej postawy wobec pracy w szkole i w domu**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **T** | **?** | **N** |  | **2** | **T** | **?** | **N** |  | **3** | **T** | **?** | **N** |
| **4** | **T** | **?** | **N** |  | **5** | **T** | **?** | **N** |  | **6** | **T** | **?** | **N** |
| **7** | **T** | **?** | **N** |  | **8** | **T** | **?** | **N** |  | **9** | **T** | **?** | **N** |
| **10** | **T** | **?** | **N** |  | **11** | **T** | **?** | **N** |  | **12** | **T** | **?** | **N** |
| **13** | **T** | **?** | **N** |  | **14** | **T** | **?** | **N** |  | **15** | **T** | **?** | **N** |
| **16** | **T** | **?** | **N** |  | **17** | **T** | **?** | **N** |  | **18** | **T** | **?** | **N** |
| **19** | **T** | **?** | **N** |  | **20** | **T** | **?** | **N** |  | **21** | **T** | **?** | **N** |
| **22** | **T** | **?** | **N** |  | **23** | **T** | **?** | **N** |  | **24** | **T** | **?** | **N** |
| **25** | **T** | **?** | N |  | **26** | **T** | **?** | **N** |  | **27** | **T** | **?** | **N** |
| **28** | **T** | **?** | **N** |  | **29** | **T** | **?** | **N** |  | **30** | **T** | **?** | **N** |

Razem

zgodnie

z kluczem ………………… ………………………….. ……………………………

**Załącznik nr 8**

**Ankieta**

**„Czy lubisz?”**

Wiesz na pewno, co lubisz robić, a czego nie lubisz. Przeczytaj każde pytanie, zastanów się i zaznacz w karcie odpowiedzi:

+ + bardzo lubię,

+ lubię,

? nie wiem,

- nie lubię,

- - bardzo nie lubię.

**Czy lubisz?**

1. Naprawiać zepsute mechanizmy.
2. Organizować zabawy dla dzieci.
3. Liczyć pieniądze.
4. Konstruować modele.
5. Opiekować się chorymi.
6. Pisać na maszynie (klawiaturze komputera).
7. Majsterkować.
8. Pomagać rówieśnikom w nauce.
9. Wprowadzać dane do komputera.
10. Budować coś, np. z drewna, plastiku.
11. Organizować wycieczki.
12. Sprzedawać.
13. Hodować i pielęgnować kwiaty.
14. Przebywać w towarzystwie przyjaciół.
15. Rysować schematy,tabele i wykresy.
16. Pomagać przy naprawie samochodu.
17. Zabawy z małymi dziećmi.
18. Rozwiązywać krzyżówki.
19. Pracować na działce.
20. Pomagać ludziom.
21. Zapisywać swoje wydatki.
22. Prace wykończeniowe w mieszkaniu.
23. Udzielać innym porad w różnych sprawach.
24. Zapamiętywać numery np. telefonów.
25. Przygotowywać przetwory na zimę.
26. Opowiadać dzieciom bajki.
27. Wypełniać formularze, ankiety, druki.
28. Szyć na maszynie.
29. Przekonywać innych.
30. Gromadzić i porządkować różne dane.
31. Obsługiwać maszyny.
32. Udzielać ludziom wskazówek.
33. Rysować plany budynków.
34. Montować urządzenia techniczne.
35. Być przewodnikiem na wycieczce.
36. Pisać pamiętniki.
37. Myc naczynia.
38. Odwiedzać chorych.
39. Rozwiązywać zagadki matematyczne.
40. Malować ściany.
41. Uczestniczyć spotkaniach towarzyskich.
42. Pisać opowiadania.

**Arkusz odpowiedzi do ankiety „Czy lubisz?”**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Rzeczy | Ludzie | Dane |
| 1. | 2. | 3. |
| 4. | 5. | 6. |
| 7. | 8. | 9. |
| 10. | 11. | 12. |
| 13. | 14. | 15. |
| 16. | 17. | 18. |
| 19. | 20. | 21. |
| 22. | 23. | 24. |
| 25. | 26. | 27. |
| 28. | 29. | 30. |
| 31. | 32. | 33. |
| 34. | 35. | 36. |
| 37. | 38. | 39. |
| 40. | 41. | 42. |
| Razem: | Razem: | Razem: |

**Załącznik nr 9**

**Ankieta „Mój stan zdrowia”**

1. Czy przejawiasz skłonności do chorób? Jeśli tak, to do jakich?

……………………………………………………………………………………………….

2. Czy lekarz zalecił Ci noszenie okularów, stosowanie wkładek ortopedycznych,

noszenie aparatu słuchowego, wykonywanie ćwiczeń wyrównujących wady

postawy?

………………………………………………………………………………………….

3. Czy chorowałeś na jakąś ciężką chorobę? Jeśli tak, to na jaką?

………………………………………………………………………………………………

4. Czy przebywałeś w szpitalach lub sanatoriach? Z jakiego powodu?

………………………………………………………………………………………………

5. Czy jesteś pod stałą opieką lekarską?

……………………………………………………………………………………………….

6. Czy miałeś i czy masz nadal jakieś ograniczenia życiowe związane z przebytą chorobą?

……………………………………………………………………………………………….

7. Czy z powodu stanu zdrowia korzystałeś lub korzystasz ze specjalnych form

kształcenia, np. z nauczania indywidualnego, zwolnienia z części zajęć

(np. z wychowania fizycznego)?

……………………………………………………………………………………………….

8. Czy fakt aktualnej lub przebytej choroby, operacji, posiadania jakichś wad był już

przyczyną odradzenia Ci przez innych (rodziców, nauczycieli, lekarzy) nauki

w jakimś zawodzie?

……………………………………………………………………………………………….

**Załącznik nr 10**

**Test „Jak dobrze rozumiesz ludzi?”**

Wybierz dla każdego pytania odpowiedź „prawda” lub „fałsz”. Odpowiedz na pytania szczerze. Za praw-dziwą odpowiedź uznajemy zazwyczaj taką, która pierwsza nasuwa się na myśl.

* **1.** Za każdym razem, kiedy wychodzę z domu, rozpoznaję znajome twarze wśród przechodniów.
* **2.** Idąc ulicą, zawsze wiem, kto idzie za mną, obok mnie lub przede mną.
* **3.** Pierwsza rzecz, na którą zwracam u człowieka, to twarz.
* **4.** Zawsze zauważam, w co ubrany jest człowiek.
* **5.** Zawsze zadaję sobie pytanie, dlaczego określona osoba lub sytuacja nie podoba mi się.
* **6.** Kiedy w trakcie rozmowy z innym wyczuwam, że coś jest nie tak, od razu staję się ostrożny i tworzęw myśli swój pogląd na to.
* **7.** Nigdy nie dziwię się, kiedy moje pierwsze wrażenie w stosunku do innych potwierdza się.
* **8.** Jeśli ktoś mi się podoba, to wiem, że jego obraz pozostanie już na zawsze w mojej pamięci.
* **9.** Jeśli ktoś mi się nie podoba, to zastanawiam się, dlaczego ten człowiek mnie denerwuje.

1. Jeśli ktoś mi się nie podoba, zawsze myślę, dlaczego mój stosunek do niego jest taki, a nie inny.
2. Jeśli ktoś mi się nie podoba, nie szukam usprawiedliwienia u siebie ani próby tłumaczenia go.
3. Właściwie zapominam o wszystkim, co do mnie mówią inni.
4. Podczas rozmów z innymi zawsze zwracam uwagę na wyraz twarzy.
5. Podczas rozmów z innymi zawsze zwracam uwagę na ton rozmówcy i określam jego nastrój.
6. Nie należę do ludzi łatwowiernych – nie wierzę we wszystko, co mi mówią inni.
7. Zadaję ludziom pytania i oczekuję odpowiedzi oraz odpowiedzialności za wyrażanie swoich opinii.
8. Zazwyczaj od razu zauważam, kto kłamie lub coś wyolbrzymia.
9. Od razu zauważam stan nerwowości u innych.
10. Od razu zauważam, kto jest smutny.
11. Od razu zauważam, kto jest podminowany.
12. Od razu zauważam, kiedy ktoś się na mnie gniewa.
13. Od razu zauważam, kto we mnie się kocha.
14. Od razu zauważam, kto ma dobry nastrój.
15. Od razu wyczuwam, komu coś się nie podoba.
16. Od razu zauważam, kto jest zdziwiony.
17. Od razu czuję, kto mówi prawdę.
18. Od razu wyczuwam obojętność człowieka.
19. Podczas rozmowy z innymi wyczuwam ich tęsknotę.
20. Zawsze rozumiem, kiedy nadużywam czyjejś gościnności.
21. Staram się trzymać z dala od ludzi, którzy sprawiają mi wiele nieprzyjemności.
22. Kiedy mam kogoś scharakteryzować, od razu przychodzą mi na myśl jego maniery, chód, uśmiech itp.
23. Umiem dokładnie określić, z jaką intonacją coś mi opowiadano.

1. Bez trudności mogę z detalami opisać epizod z przeszłości.
2. Z łatwością zapamiętuję manierę mowy innych, których raz tylko widziałem i słyszałem.
3. Jeśli musiałbym kogoś parodiować, zrobię to bez trudu.
4. Odczuwam dyskomfort, kiedy znajdę się nieoczekiwanie w nieznanym otoczeniu.
5. Kiedy jestem na wakacjach, często zauważam to, czego inni nie widzą.
6. Często udaje się mi znaleźć coś pierwszemu.
7. Mogę zacytować to, co inni mi opowiedzieli.
8. Zawsze pamiętam, jak dojechać tam, gdzie zaledwie byłem raz.
9. Z łatwością wyrażam swoje uczucia.
10. Nie boję się pokazać innym, że się denerwuję.
11. Z łatwością mogę wyrazić swoją miłość lub przywiązanie.
12. Zawsze rozpoznaję własne uczucie.
13. Zawsze zwracam uwagę na zapach, wygląd i jakość jedzenia.
14. Od razu zauważam, kto mówi nie na temat.
15. Trudno jest mi puścić mimo uszu zarówno pochlebną, jak i zjadliwą uwagę.
16. Kiedy jestem w stanie uniesienia, mogę głośno mówić, śmiać się, tańczyć.
17. Kiedy coś mnie denerwuje, odczuwam dyskomfort fizyczny: brak mi tchu, boli mnie żołądek itp.
18. Zauważam u siebie zmiany fizjologiczne doświadczane na skutek niepokoju (przyspieszona praca serca, podwyższone ciśnienie krwi, ściskanie w żołądku, przyspieszony oddech, wypieki na twarzy, pocenie się)
19. Zauważam, że kiedy jestem przygnębiony lub mam problem, jem mniej lub więcej niż zwykle.
20. Nie spieszę się z wyjawieniem ogólnego entuzjazmu, aby inni nie odczuli go.
21. Zawsze rozpoznaję, w jakim nastroju są inni.
22. Zawsze zauważam, kto mi jest przychylny.
23. Mogę opisać wygląd zewnętrzny człowieka w najdrobniejszych detalach.
24. Jeśli rozmówca jest niekonsekwentny w tym, co mówi, zawsze zwracam mu na to uwagę.
25. Jeśli podejrzewam, że ktoś mnie okłamuje, zadaję mu szereg różnych pytań.
26. Zawsze pamiętam pierwsze wrażenie z kontaktów z innymi.
27. Zawsze rozpoznaję, jaki nastrój ma osoba, z którą rozmawiam.
28. Zawsze zauważam u rozmówcy niezgodność mowy z jego gestami.

**Opracowanie rezultatów**

Za każdą odpowiedź „prawda” – 1 pkt, za odpowiedź „fałsz” – 0 pkt.

**60 pkt** – Posiadasz wspaniałą zdolność rozpoznawania uczuć, zachowań innych. Oznacza to, że nie tylko umieszświetnie rozpoznać emocje innych, ale i rozumiesz samego siebie. Równie dobrze znasz świat, który cię otacza, rzadko mylisz się w ocenie innych, dlatego robisz zawsze wszystko prawidłowo. Jesteś nieugięty w wyznawaniu swoich zasad moralnych.

**Od 40 do 59 pkt** – Posiadasz dobrą intuicję. Ta suma liczba punktów świadczy o tym, że posiadasz dobrewyczucie w ocenie uczuć i zachowań innych, ale nie zawsze umiesz słuchać wnętrza. Często robisz coś, o czym dobrze wiesz, że nic z tego nie wyjdzie. Najczęściej wierzysz innym, a nie samemu sobie, mimo iż to ty masz rację.

**Od 20 do 39 pkt** – Wolisz nie ryzykować. Należysz do ludzi, którzy nie lubią ryzykować i wolą się odsunąć, abynie narazić się innym. Nie lubisz sytuacji konfliktowych i zachowujesz status quo. Wstydzisz się zadawać pytania innym lub mówić o swoich życzeniach. Chcesz, aby wszystkim było dobrze. Wszystko skrywasz w sobie. Jesteś człowiekiem łatwowiernym, chociaż często żałujesz podjętych decyzji.

**Od 0 do 19 pkt** – Jest ci potrzebna pomoc! W swoim życiu zrobiłeś wiele dobrego, ale popełniłeś wielebłędów, gdyż nie zauważasz wokół siebie wielu rzeczy. Należysz do osób bardzo łatwowiernych i cichych, dlatego nieraz padałeś ofiarą oszustów i ludzi nieuczciwych. Łatwo wpadasz w grupy ludzi, którzy tobą manipulują, a to prowadzi do wielu nieprzyjemnych sytuacji. Dlatego musisz zwrócić uwagę na własne otoczenie i nauczyć się w nim żyć. Pomocne dla ciebie będą spotkania z psychologiem lub doradcą zawodowym oraz pedagogiem szkolny.

**Załącznik nr 11**

**Test na określenie wiodącego kanału**

**przyswajania informacji**

Z podanych niżej określeń wybierz jedno, które według ciebie najlepiej charakteryzuje dane pojęcie. Jeśli kilka z nich będzie odpowiadało twojemu odczuciu lub żadne z nich – wówczas wybierz to, które jest najbardziej zbliżone.

* **Szybkość**
  + szybka zmiana pejzażu, znikające drzewa i domy (+)
  + szum wiatru, stukot szyn, gwizd lokomotywy (\*)
  + szybkie bicie serca, smaganie wiatru bijącego w twarz (#)
* **Brzydka pogoda**
  + gwizd wiatru, dźwięk kropel uderzających o szybę (\*)
  + uczucie zimna, odczucie przygnębienia, wilgotne powietrze (#)
  + zachmurzone niebo, ciężkie czarne chmury (+)
* **Miód**
  + wonny aromat, lepkie usta, słodycz (#)
  + złocista, przeźroczysta ciecz (+)
  + bzyk pszczół na łące, dźwięk łyżek, cmoknięcie ust (\*)
* **Morze**
  + niebieskozielona woda, białe fale z dużymi grzebieniami (+)
  + ciepła, słona woda, gorący piasek na plaży (#)
  + szum fal, krzyk mew, odgłos statków (\*)
* **Zmęczenie**
  + w krzyżu łamie, głowa staje się ciężka, spadek sił (#)
  + wszystko staje się szare, bez kolorów, przed oczyma mgła (+)
  + muzyka drażni, chce się spokoju (\*)
* **Jabłko**
  + dźwięczny odgłos ugryzienia (\*)
  + okrągły owoc koloru czerwonego lub żółtego wiszący na jabłoni (+)
  + słodko-kwaśny, soczysty owoc, zapach pieczenia (#)

**Śnieg**

* + biały puch, skrzący się milionem gwiazd w promykach słońca (+)
  + zimny, puszysty, miękki (#)
  + skrzypi pod nogami, wiruje na wietrze (\*)

**Wieczór**

* + rozmyte kolory, jasne światło latarni, długie cienie (+)
  + cichy głos bliskich, odgłos płomienia w kominku, dźwięki przygotowywania kolacji (\*)
  + odczucie zmęczenia, wygodne krzesło, filiżanka dobrej kawy (#)

**Przy ognisku**

* + ciepło, dym szczypie w oczy, uczucie ogrzania (#)
  + języki jasnych płomieni, dopalające się węgielki, szary dym (+)
  + trzask gałęzi, syk drewna, odgłos smażonej kiełbasy (\*)

**Drzewo**

* + szelest liści, skrzypienie gałęzi (\*)
  + wysoki strzelisty pień, zielona korona, promienie słońca z trudem przedzierają się przez kona-ry (+)
  + szara kora, delikatne listki, zapach świeżości (#)

**Biblioteka**

* + szum stronic, przyciszona mowa, skrzyp krzeseł (\*)
  + książki z gładkimi oprawkami, grube tomy, zapach starości (#)
  + szare i kolorowe okładki, wysokie stelaże, różnorodność kształtów (+)

**Miasto**

* + przyciągające witryny sklepów, różnorodność zmieszanego zapachu (#)
  + wysokie budynki, szare mosty, kolorowe samochody, jasne reklamy (+)
  + szum samochodów, gwar przechodniów, skrzyp drzwi, głos syren (\*)

**Ranek**

* + jasnoniebieskie niebo, budzące jasne słońce, świeży powiew wiatru (+)
  + szczebiotanie ptaków, cisza, lekkie kołysanie się liści (\*)
  + rześkie powietrze, wilgotna trawa, ciepłe promienie słońca (#)

**Remont**

* + zapach pyłu, farby, wilgotne ściany (#)
  + czyste białe ściany, biały sufit, nieporządek (+)
  + stuk młotka, skrzyp drzwi, echo w pustych ścianach (\*)

**Kościół**

* + ogniki świec, złoto ołtarza, półmrok (+)
  + odgłos dzwonków, śpiew ludzi, melodia organów (\*)
  + zapach kadzidła i wosku świec, odczucie spokoju (#)

**Opracowanie rezultatów**

Podlicz liczbę odpowiedzi: (+), (\*) i (#).

Największa liczba uzyskanych symboli określi twój wiodący kanał przyswajania informacji. (+) oznacza kanał wizualny, (\*) – audytywny, (#) – kinestetyczny.

**Załącznik nr 12**

**Test „Czy masz konfliktową**

**osobowość?”**

* **Wyobraź sobie, że jedziesz dowolnym środkiem transportu. Nagle zaczyna się sprzeczka pomiędzy dwojgiem pasażerów. Co robisz w takiej sytuacji?**
  + nie wtrącasz się do dyskusji
  + wtrącasz się do dyskusji i bierzesz w obronę mającego rację
  + po prostu wtrącasz się do sporu.
* **Czy poddajesz krytyce współrozmówcę, kiedy popełnia błędy?**
  + nie
  + tak, w zależności od osobistego szacunku dla współrozmówcy
  + zawsze krytykuję za błędy.
* **Twój nauczyciel przedstawia plan wyjazdu na wycieczkę szkolną. Według ciebie jest on mało efektowny. Czy proponujesz własną wizję?**
  + jeśli inni mnie poprą, to tak
  + proponuję własną
  + nie, gdyż zdaję sobie sprawę, że może być to źle przyjęte.
* **Czy lubisz sprzeczać się i kłócić ze swoimi kolegami?**
  + tylko z tymi, którzy się nie obrażają i nie zmienią naszych zażyłych stosunków
  + tak, ale tylko w wyjątkowych sytuacjach
  + sprzeczam się z błahej przyczyny.
* **Ktoś próbuje ominąć kolejkę w sklepie. Co robisz?**
  + - bierzesz z niego przykład
    - prosisz grzecznie o przestrzeganie porządku
    - otwarcie wypowiadasz swoją krytykę.
* **Rozpatrywany projekt twojego kolegi posiada wiele śmiałych rozwiązań, ale i błędów. Wiesz, że twoja opinia może być jednak decydująca. Co robisz?**
  + wypowiadasz się na temat pozytywów i negatywów projektu
  + przedstawiasz tylko same pozytywy projektu
  + rozpoczynasz od krytyki, argumentując, że błędy w projekcie są niedopuszczalne.
* **Kolega mówi o kryzysie ekonomicznym i braku pieniędzy. Kupuje jednak drogie towary. Co robisz w takiej sytuacji?**
  + jeśli to daje mu zadowolenie, uznajesz to za zasadne
  + mówisz mu, że te rzeczy są zbędne i za drogie
  + otwarcie krytykujesz jego zachowanie.

**Spotykasz uczniów, którzy palą papierosy w niedozwolonym miejscu. Jak reagujesz?**

* + myślisz sobie „Po co mam sobie psuć nastrój i zwracać im uwagę?”
  + zwracasz im uwagę
  + gdyby to było u ciebie w domu, na pewno byś się z nimi pokłócił.

**W sklepie zauważyłeś, że sprzedawca cię oszukał. Co robisz?**

* + prosisz o sprawdzenie towaru z paragonem
  + zwracam uwagę, że moja należność jest zaniżona
  + doprowadzasz do skandalu.

**Przychodzisz do fryzjera. Fryzjer prowadzi długą dyskusję na zapleczu. Ty masz mało czasu. Co robisz w takiej sytuacji?**

* + niecierpliwisz się, ale nie prosisz o pośpiech, gdyż może to negatywnie wpłynąć na to, jaką fryzurę zrobi ci fryzjer
  + szukasz sposobu, aby poskarżyć się na niego u kierownika
  + wyładowujesz swoje emocje na praktykantce, która właśnie robi porządki w zakładzie.

**Posprzeczałeś się ze swoim młodszym bratem. Uznałeś po chwili, że to on miał rację. Czy przyznajesz się do popełnionego błędu?**

* + trudno powiedzieć
  + tak, to rozsądny sposób
  + oczywiście, że nie – jaki będziesz miał w przyszłości autorytet, jeśli ukorzysz się przed młodszym?

**Opracowanie rezultatów**

Każda odpowiedź punktowana jest według następującej skali:

a – 4 pkt;

b – 2 pkt;

c – 0 pkt

**Od 44 do 34 punktów** – Konfliktowość poniżej normy, słaba stanowczość. Starasz się być przyjazny dla swoichkolegów, rodzeństwa, rodziców, ale tylko wtedy, gdy oni sami proszą cię o pomoc, w przeciwnym przypadku zachowujesz się biernie. Często w sytuacji konfliktowej czujesz się zagubiony i nie wiesz, jak udzielić pomocy innym. Dlatego własną postawą i zachowaniem tracisz szacunek u innych.

**Od 32 do 16 punktów** – Konfliktowość w normie. Wchodzisz w konflikt tylko wtedy, jeśli jesteś absolutnie pewienswojej racji i gdy sytuacja wymaga natychmiastowej reakcji. Jeśli konflikt nie zakłóca twoich interesów, starasz się go ominąć.

**Poniżej 14 punktów** – Podwyższona konfliktowość. Wchodzisz w konflikt bez powodu i z powodem, przeszkadzasz sobie i otoczeniu. Być może występuje u ciebie kompleks niedoceniania.

**Załącznik nr 13**

**Kwestionariusz orientacji życiowych\***

Poniżej znajduje się 29 twierdzeń, a pod każdym z nich cyfry od 1 do 7. Oznaczają one twoje odczucia, cyfra 4 jest neutralna. Otocz kółkiem cyfrę, która jest dla ciebie najbardziej charakterystyczna. Staraj się unikać cyfry 4.

**1. Czy kiedy rozmawiasz z ludźmi, masz poczucie, że cię nie rozumieją?**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 |  | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Nigdy nie mam takiego poczucia. | | |  |  | Zawsze mam takie poczucie. | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**2. Robiąc coś w przeszłości razem z grupą rówieśników, miałeś przeczucie, że to:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Na pewno nie będzie zrobione. | |  |  | Na pewno zostanie zrobione. | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**3. W życiu codziennym masz kontakty z wieloma ludźmi, jak ich oceniasz ?**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Czujesz, że to obcy ludzie. | |  |  | Znasz ich bardzo dobrze. | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**4. Czy masz poczucie, że sprawy, które toczą się wokół ciebie, zupełnie nie interesują cię?**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Bardzo rzadko lub nigdy. | |  |  | Bardzo często. |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**5. Czy zdarzyło ci się, że zachowanie osób, które dobrze znasz, zaskoczyło cię?**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Nigdy tak się nie zdarzyło. | |  |  | Zawsze tak było. | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**6. Czy zawiedli cię ludzie, na których zawsze liczyłeś?**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Nigdy się tak nie zdarzyło. | |  |  | Zawsze tak było. | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**7. Jakie jest według ciebie życie?**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 |  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Bardzo ciekawe. | |  |  |  | Jednostajne. |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**8. Do tej pory w twoim życiu:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Nie było żadnych wyraźnych celów czy dążeń. | | |  | Były bardzo wyraźne cele czy dążenia. | | |
|  |  |  |  |  |  |  |



**9. Czy masz poczucie, że jesteś oceniany w życiu niesprawiedliwie?**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Bardzo często. |  |  |  | Bardzo rzadko lub nigdy. | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**10. W ciągu ostatnich kilku lat twoje życie było:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Pełne zmian i nie wiedziałeś, co się za chwilę | | |  | Całkowicie uporządkowane i jasne. | | |  |
| przydarzy. |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**11. Większość tego, co będziesz robił w przyszłości, będzie prawdopodobnie:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Niezwykle fascynujące. | |  |  | Bardzo nudne. |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**12. Czy miewasz wrażenie, że jesteś w nieznanej ci sytuacji i nie wiesz, co robić?**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Bardzo często. |  |  |  | Bardzo rzadko lub nigdy. | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**13. Które stwierdzenie najlepiej opisuje twój sposób postrzegania życia?**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Zawsze jest wyjście z kłopotliwej sytuacji. | | |  | Nie ma wyjścia z kłopotliwej sytuacji. | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**14. Kiedy myślisz o swoim życiu, bardzo często:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Odczuwasz dużą radość i sens własnego życia. | | |  | Zadajesz pytanie: „Po co żyję?”. | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**15. Kiedy stajesz przed trudnym problemem, twoje rozwiązanie jest?**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 |  | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Zawsze trudne i skomplikowane. | | |  |  | Zupełnie jasne i proste. | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**16. Wykonywanie codziennych zajęć jest dla ciebie źródłem:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 |  | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Wielkiej przyjemności i zadowolenia. | | |  |  | Nudy i trudu. |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**17. Twoje życie w przyszłości będzie prawdopodobnie:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Pełne niepokoju i obaw. | |  |  | Całkowicie uporządkowane i jasne. | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**18. Kiedy coś nieprzyjemnego zdarzało się w przeszłości, byłeś skłonny:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Gryźć się tym i zamartwiać. | |  |  | Mówić sobie: |  |  |
|  |  |  |  | „W porządku, muszę jakoś z tym żyć i dalej | | |
|  |  |  |  | robić swoje”. |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**19. Czy miewasz mieszane uczucia i myśli?**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Bardzo często. |  |  |  | Bardzo rzadko lub nigdy. | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**20. Co myślisz, kiedy robisz coś, co wprawia cię w dobry nastrój?**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Z pewnością pozostaniesz w dobrym nastroju. | | |  | Z pewnością zdarzy się coś, co zepsuje ci | | |
|  |  |  |  | dobry nastrój. |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**21. Czy zdarza się, że masz w sobie uczucia, których wolałbyś nie mieć?**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Bardzo często. |  |  |  | Bardzo rzadko lub nigdy. | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**22. Przewidujesz, że twoje życie osobiste będzie w przyszłości:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Zupełnie bez sensu czy celu. | |  |  | W pełni sensowne i celowe. | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**23. Czy myślisz, że w przyszłości zawsze będą ludzie, na których będziesz mógł liczyć?**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Jesteś pewny, że będą. | |  |  | Wątpisz, czy będą. | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**24. Czy miewasz wrażenie, że nie wiesz, co dokładnie się wydarzy?**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Bardzo często. |  |  |  | Bardzo rzadko lub nigdy. | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

1. **Ludzie, nawet o silnym charakterze czują się przegrani w pewnych sytuacjach. Jak często czułeś się tak w przeszłości?**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Nigdy. |  |  |  | Bardzo często. |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**26. Kiedy coś nieoczekiwanego wydarzy się w twoim życiu, oceniasz to, że:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Przeceniłeś znaczenie tego wydarzenia lub go | | |  | Widziałeś sprawy we właściwych proporcjach. | | |
| nie doceniłeś. |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**27. Kiedy myślisz o przeszkodach, które możesz spotkać w swoim życiu, wierzysz, że:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Zawsze uda ci się pokonać te trudności. | | |  | Nie uda ci się pokonać tych trudności. | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**28. Czy często masz odczucie, że to, co robisz, nie ma sensu?**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Bardzo często. |  |  |  | Bardzo rzadko lub nigdy. | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**29. Jak często popadasz w stan emocjonalny, nad którym nie możesz zapanować?**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Bardzo często. |  |  |  | Bardzo rzadko lub nigdy. | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**Opracowanie rezultatów**

**Od 146 do 203 pkt** – oznacza, że zarówno świat zewnętrzny, jak i siebie samego, swoje emocje, potrzeby i po-stępowanie postrzegasz jako zrozumiałe, uporządkowane, spójne i jasne. Ze spokojem myślisz o przyszłości. Masz bardzo wysoką motywację do działania. Czujesz, że życie ma sens, a problemy, jakie niesie życie, warte są wysiłku, poświęcenia i zaangażowania. Dlatego postrzegasz je jako wyzwania, które warto podejmować, a nie jako piętrzące się przeszkody trudne do przebycia. Podsumowując, świat jest dla ciebie przewidywalny i zrozumiały. Twoja optymistyczna postawa wobec życia ma istotny, pozytywny wpływ na twoją odporność psychiczną.

**Od 81 do 145 pkt** *–*oznacza, że zarówno świat zewnętrzny, jak i siebie samego, swoje emocje, potrzeby i postępowanie postrzegasz jako niezbyt zrozumiałe, raczej nieuporządkowane, niespójne i niejasne. Nie jesteś w stanie przewidzieć swojej przyszłości, wydaje ci się ona raczej mało przewidywalna i niepewna. Masz także niską motywację do działania. Podsumowując, świat jest dla ciebie trochę nieprzewidywalny i niezrozumiały.

**Do 80 pkt** – oznacza, że zarówno świat zewnętrzny, jak i siebie samego, swoje emocje, potrzeby i postępowaniepostrzegasz jako niezrozumiałe, nieuporządkowane, niespójne i niejasne. Przyszłość zazwyczaj wydaje ci się nieprzewidywalna. Jeśli nawet próbujesz ją przewidywać, jawi ci się ona w czarnych barwach. Lękasz się, że najprawdopodobniej nie będziesz umiał poradzić sobie z problemami, jakie może przynieść życie. Nie wierzysz w to, że wszystko ułoży się dobrze, przeciwnie – obawiasz się, że życie może stać się nie do zniesienia. Nie masz także motywacji do działania. Podsumowując, świat jest dla ciebie nieprzewidywalny i niezrozumiały.

**Załącznik nr 14**

**Portfolio**



**Osobiste portfolio** ................................................................................................................................................

(imię i nazwisko ucznia)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Klasa** ...................................................................................................................................................................... | | |  |  |
| **Data rozpoczęcia** ................................................... | | **Data zakończenia** ......................................................... | |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  | **Mocne strony** | **Słabe strony** |
| Zbiór wiadomości na własny temat | |  |  |  |
|  | **Szanse** | **Zagrożenia** |
|  |  |  |
|  | |  |  |  |
| 1. Samoocena | |  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 2. | Moje aspiracje |  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 3. | Orientacje życiowe |  |  |  |
|  |  |  |
|  | |  |  |  |
| 4.Typ komunikacyjny | |  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 5. | Typ emocjonalny |  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 6. | Inne |  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**Załącznik nr 15**

**PROFIL ZAINTERESOWAŃ**

W każdej kratce masz dwa zawody, oznaczone 1 lub 2. Twoim zadaniem jest wybranie po jednym zawodzie z każdej kratki, który Twoim zadaniem jest bardziej interesujący.



|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **M** | **R** | **H** | **J** | **W** | **S** | **K** | **T** | **P** | **A** | **2** |
|  | 1.monter sprzętu AGD | 1.kasjer | 1.agent nieruchomości | 1.językoznawca | 1.nauczyciel | 1.pedagog | 1.sprzedawca | 1.taksówkarz | 1.wetwrynarz | 1.muzyk |  |
|  |  |  |  |  | akademicki |  | internetowy |  |  |  |  |
| **M** | 2.zegarmistrz | 2.kosmetyczka | 2.radio/TV mechanik | 2.serwisant sprzętu | 2.elektryk | 2.monter klimatyzacji | 2.hydraulik | 2.chirurg plastyczny | 2.jubiler | 2.naprawa |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  | kopm. |  |  |  |  |  | sprzętu AGD |  |
|  | 1.manicurzystka | 1.księgowy | 1.pracownik biurowy | 1.dziennikarz | 1.inżynier | 1.pielęgniarka | 1.urzędnik podatkowy | 1.dziennikarz terenowy | 1.monter basenów | 1.rzeźbiarz |  |
|  |  |  |  | telewizyjny |  |  |  |  |  |  |  |
| **R** | 2.księgowy | 2.pracownik banku | 2.makler |  | 2.nauczyciel | 2.kasjer | 2.nauczyciel | 2.kontroler finansów | 2.urzędnik podatkowy | 2.nauczyciel |  |
|  | giełdowy | 2.rzeczoznawca | matematyki |  |  |
|  |  |  |  | nieruchomości | rachunkowości |  |  |  |  | rachunkowości |  |
|  | 1.mechanik | 1.pracownik banku | 1.sp. ds. marketingu | 1.tłumacz | 1.dentysta | 1.pracownik socjalny | 1.straż miejska | 1.listonosz | 1.rybak | 1.tancerz baletowy |  |
|  | samochodowy |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **H** | 2.marketing manager | 2.sprzedawca odzieży | 2.kasjer | 2.pracownik | 2. agent nieruchomości | 2. sp. ds. marketingu | 2. sp. ds. promocji i | 2.urzędnik | 2.hostessa | 2. sprzedawca |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | biurowy |  |  | sprzedaży |  | /promotor | bezpośredni |  |
|  | 1.stomatolog | 1.kontroler | 1.agent | 1.pisarz | 1.sędzia | 1.psycholog | 1.recepcjonista | 1.kierowca | 1.leśniczy | 1.artysta malarz |  |
|  |  |  | ubezpieczeniowy |  |  |  | w hotelu | długodystansowy |  |  |  |
| **J** | 2.trener szkoleniowy | 2.asystent | 2.nauczyciel | 2.polityk | 2.tłumacz | 2.dziennikarz | 2.wykładowca | 2.nauczyciel języka | 2.adwokat | 2.tłumacz |  |
|  |  |
|  |  | prezesa | j. polskiego |  | konferencyjny |  |  | obcego |  |  |  |
|  | 1. mechanik RTV/AGD | 1.nauczyciel | 1.dziennikarz radiowy | 1. rzecznik prasowy | 1.architekt | 1.opiekunka dziecięca | 1. asystent dyrektora | 1.pilot wycieczek | 1.ogrodnik | 1.kompozytor |  |
|  |  | matematyki |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **W** | 2.nauczyciel |  | 2.adwokat | 2.aptekarz | 2.weterynarz | 2.inżynier | 2.naukowiec | 2.sędzia | 2.architekt | 2.dentysta |  |
|  | /wykładowca |  |  |
|  |  | 2.lekarz |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1.wizażysta | 1. rzeczoznawca | 1.manager sprzedaży | 1.polityk | 1.aptekarz | 1.pracownik | 1.kelner | 1.stewardessa | 1.pracownik | 1.copywriter |  |
|  |  | ubezpieczeniowy | www |  |  | przedszkola |  |  | budowlany |  |  |
| **S** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2.doradca zawodowy | 2.psycholog | 2.pedagog | 2.pracownik socjalny | 2.doradca zawodowy | 2.opiekun | 2.psychoterapeuta | 2.fizjoterapeuta | 2.przedszkolanka | 2.opiekun w |  |
|  |  |  |  |  |  | osób starszych |  |  |  | domu dziecka |  |
|  | 1.chirurg | 1.sp. ds. analizy rynku | 1.dziennikarz prasowy | 1.nauczyciel języka | 1.lekarz | 1.pielęgniarz | 1. portier w hotelu | 1. korespondent | 1.florysta | 1.grafik komput. w |  |
|  |  |  |  | obcego |  |  |  | wojenny |  | agencji reklam. |  |
| **K** | 2.barman | 2.polityk | 2.kontroler | 2.portier | 2.pracownik poczty | 2.komornik | 2.celnik | 2.pracownik | 2. ochroniarz | 2.policjant |  |
|  |  |  |  |
|  | /kelner |  |  | w hotelu |  |  |  | biura podróży |  |  |  |
|  | 1. mechanik precyzyjny | 1. nauczyciel | 1.sp. ds. promocji | 1.nauczyciel języka | 1.weterynarz | 1.psychiatra | 1.inspektor budowlany | 1.kierowca autobusu | 1.sadownik | 1.aktor |  |
|  |  | rachunkowości | i sprzedaży | polskiego |  |  |  |  |  |  |  |
| **T** | 2.rezydent |  |  |  |  |  | 2. stewardessa |  |  |  |  |
|  | biura podróży | 2. sp. robót | 2.kierowca autobusu | 2.taksówkarz | 2.inspektor budowlany | 2. techniczna obsługa |  | 2.kapitan statku | 2.kierowca | 2. pracownik parku |  |
|  |  | wykończeniowych |  |  |  | koncertów |  |  | długodystansowy | rozrywki |  |
|  | 1.elektro – mechanik | 1.kasjer walutowy | 1.handlowiec | 1.redaktor | 1.naukowiec | 1.doradca zawodowy | 1.kontroler jakości | 1.przedstawiciel | 1.kominiarz | 1.poeta |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | handlowy |  |  |  |
| **P** | 2.leśnik | 2.treser | 2.rolnik | 2.florysta | 2.opiekun zwierząt | 2.murarz | 2.ogrodnik | 2.weterynarz | 2.rybak | 2.drwal |  |
|  |  |  |  |
|  |  | zwierząt |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1.fryzjer | 1.sp. ds. kredytów | 1.kasjer | 1.specjalista PR | 1.adwokat | 1.doradca handlowy | 1.fryzjer | 1.kierowca pogotowia | 1.leśniczy | 1.wizazysta |  |
| **A** | 2.tancerz | 2.pracownik agencji | 2.grafik komput. | 2.choreograf | 2.artysta | 2.muzyk | 2.poeta | 2.projektant | 2.reżyser | 2.aktor |  |
|  |  | mody |  |
|  |  | reklam. |  |  | malarz |  |  |  | reklam |  |  |
| **1** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |
| --- |
| **W każdym wierszu policz teraz ilość odpowiedzi 2 i ich sumę wpbok** |

Obliczone wyniki z poszczególnych wierszy i kolumn sumujemy i ostateczny wynik nanosimy na tabelę poniżej. Na przykład: jeśli w pierwszej kolumnie (M) zsumowaliśmy zakreślone „1” i wyszło nam 6, dodajemy do nich zsumowane „2” z pierwszego wiersza (M), np.: 5. Uzyskany wynik (11) umieszczamy w odpowiednim kwadracie w tabeli poniżej za pomocą znaku x, czyli w kolumnie M zaznaczamy znakiem x kratkę o wartości 11. Tak samo postępujemy z pozostałymi danymi.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **M** | **R** | **H** | **J** | **W** | **S** | **K** | **T** | **A** | **P** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **19** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **19** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **18** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **18** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **17** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **17** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **16** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **16** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **15** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **15** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **14** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **14** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **13** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **13** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **12** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **12** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **11** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **11** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **10** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **10** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **9** |  |
|  | **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **8** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **7** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **6** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **5** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **4** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **3** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **3** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **2** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **2** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **1** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **1** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Wartości powyżej 15 duże zainteresowanie daną grupa zawodową.

Wartości między 10 a 15 zainteresowanie daną grupa zawodową.

Wartości między 5 a 10 dana grupa zawodowa nie wydaje się ciekawa.

Wartości poniżej 5 brak zainteresowania daną grupą zawodową

**INTERPRETACJA WYNIKÓW TESTU**

**M** -Zawody, w których ważna jest sprawnośćmanualna, wrażliwy dotyk, skoordynowane użycieoczu i rąk, zwinność, szybkość, siła lub wytrzymałość. Precyzyjne prace z użyciem narzędzi lub przyrządów. Typowe zawody: mechanik, elektronik, stolarz, fryzjer, inżynier budowlany, diagnosta samochodowy, stomatolog, chirurg plastyczny, fryzjer, kosmetyczka.

**R -** Obliczanie, działanie na liczbach, prowadzenie rachunkowości,wykonywanie inwentaryzacji,obliczanie z dużą dokładnością, umiejętności w dziedzinie arytmetyki, wykonywanie kalkulacji, precyzyjne formułowanie i rozwiązywanie zadań statystycznych, przeprowadzenie rozumowania na liczbach, budowanie wykresów, przygotowanie sprawozdań finansowych, szacowanie, ocena kosztów, planowanie finansowe, kontrolowanie rachunkowości. Typowe zawody: ekonomista, księgowy, makler giełdowy, matematyk, bankier, urzędnik podatkowy.

**H -** Zdolnośćoszacowania możliwości innych ludzi, szybkie orientowanie się w sytuacji,realistyczna ocena potrzeb ludzi, wpływanie na osoby, wzbudzanie zaufania i lojalności, zachęcanie, przejrzyste wyrażanie myśli, trafne wysławianie się, umiejętność redagowania dokumentów, zmysł organizacyjny, dobra pamięć, koncentracja i przerzucanie uwagi. Typowe zawody: sprzedawca, specjalista ds. marketingu, redaktor, dziennikarz, asystent dyrektora, specjalista ds. promocji i sprzedaży.

**J –** Umiejętnośćposługiwania sięsłowami w mowie i piśmie,śmiałe występowanie przed grupą,wrażliwość na nastroje widowni, prowadzenie wykładów, wyjaśnianie, instruowanie, reprezentowanie innych, tłumaczenie idei i języka. Typowe zawody: językoznawca, nauczyciel, wykładowca, aktor, polityk, rzecznik prasowy, adwokat.

**W –** Wyszukiwanie, badanie, wybitna inteligencja, upodobanie do zajmowania sięideami,informacjami oraz koncepcjami, okazywanie nieustannej ciekawości, zamiłowanie do rzeczy drukowanych, oddanie dla ciągłego osobistego rozwoju i ciągłego uczenia się, przeszukiwanie zbiorów danych, odkrywanie, stwierdzanie, określanie. Zawody związane z wyższym wykształceniem i ciągłym podnoszeniem kwalifikacji zawodowych.

**S** **–** Strefa socjalna, bliski, „ciepły” kontakt z ludźmi, umiejętność rozpoczynania rozmów

nieznajomymi, uważne i dokładne słuchanie, intuicyjne rozumienie, delikatne wypytywanie, umiejętność obserwowania ludzi, precyzyjna ocena nastrojów społecznych, pomaganie osobom z problemami psychicznymi, duchowymi, społecznymi, fizycznymi lub zawodowymi, usługi szpitalne. Typowe zawody: psycholog, pedagog, lekarz, pielęgniarka, ksiądz, pracownik socjalny, negocjator

1. **–** Powierzchowny,„zimny”w kontaktach z ludźmi, wykonywaniepoleceń, obsługiwanie lubpomaganie, świadczenie usług bez wchodzenia w głębsze relacje interpersonalne. Typowe zawody: inspektor kontroli skarbowej, policjant, kelner, celnik, kasjer, urzędnik, pracownik biura obsługi

klienta, komornik.

**T** –Pracazwiązanaz ciągłym ruchem, zmianąotoczenia, w terenie, dyspozycyjność, wytrzymałośćfizyczna, zdolność adaptacji, odporność na stres, łatwość nawiązywania kontaktów, ciekawość świata i ludzi. Typowe zawody: przewodnik, podróżnik, pilot wycieczek, kierowca, stewardessa, przedstawiciel handlowy, organizator obsługi turystycznej, dziennikarz terenowy, korespondent wojenny, przedstawiciel handlowy.

**A –** Kreatywność, wymyślanie,tworzenie, generowanie nowych pomysłów,wynajdowaniei wprowadzenie innowacji, posiadanie dużych zdolności koncepcyjnych, oryginalność, wyobraźnia i improwizowanie pod wpływem impulsu chwili, komponowanie i nieustanne tworzenie nowych pomysłów dotyczących systemów, metod i procedur. Typowe zawody: architekt, pisarz, aktor, scenarzysta, projektant (odzieży, samochodów, sprzętu AGD, mebli itp), kompozytor, artysta malarz, fotograf, pracownik agencji reklamowej.

**P –** Zawody wykonywane naświeżym powietrzu,uprawa i pielęgnacjaroślin, umiejętneobchodzenie się ze zwierzętami, hodowla i tresura. Typowe zawody: lekarz weterynarz, rolnik, ogrodnik, leśnik, treser, hodowca zwierząt.

**Załącznik nr 16**

**Test na określenie samooceny**

Przy każdym stwierdzeniu należy dopasować tylko jeden wariant odpowiedzi i wpisać do tabeli.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nr** | **Stwierdzenia** | **Bardzo** | **Często** | **Czasami** | **Rzadko** | **Nigdy** |
| **często** | **3 pkt** | **2 pkt** | **1 pkt** | **0 pkt** |
|  |  | **4 pkt** |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 1. | Chciałbym, aby moi przyjaciele wciąż mnie wspierali. |  |  |  |  |  |
| 2. | Ciągle odczuwam niepokój, czy moje działania wykonałem prawidłowo. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 3. | Niepokoję się o swoją przyszłość. |  |  |  |  |  |
| 4. | Większość kolegów nienawidzi mnie. |  |  |  |  |  |
| 5. | Mam mniej inicjatywy niż inni. |  |  |  |  |  |
| 6. | Denerwuję się swoim stanem psychicznym. |  |  |  |  |  |
| 7. | Boję się wyjść na głupca. |  |  |  |  |  |
| 8. | Wygląd zewnętrzny innych jest o wiele lepszy niż mój. |  |  |  |  |  |
| 9. | Boję się występować publicznie, kiedy mam coś powiedzieć. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 10. | Często popełniam błędy. |  |  |  |  |  |
| 11. | Nie umiem ładnie i poprawnie mówić. |  |  |  |  |  |
| 12. | Nie wierzę we własne siły. |  |  |  |  |  |
| 13. | Nie chcę, aby moje działania były lepsze od działań |  |  |  |  |  |
| innych. |  |  |  |  |  |
| 14. | Jestem zbyt skromny. |  |  |  |  |  |
| 15. | Nie mam celu w życiu. |  |  |  |  |  |
| 16. | Wielu ma złe zdanie o mnie. |  |  |  |  |  |
| 17. | Nie mam nikogo, z kim mógłbym podzielić się myślami. |  |  |  |  |  |
| 18. | Ludzie za wiele oczekują ode mnie. |  |  |  |  |  |
| 19. | Ludzie zazwyczaj nie interesują się moimi osiągnięciami. |  |  |  |  |  |
| 20. | Łatwo się peszę. |  |  |  |  |  |
| 21. | Czuję, że wielu nie rozumie mnie. |  |  |  |  |  |
| 22. | Czuję się zagrożony. |  |  |  |  |  |
| 23. | Często denerwuję się niepotrzebnie. |  |  |  |  |  |
| 24. | Czuję się źle, kiedy wchodzę do sali pełnej ludzi. |  |  |  |  |  |
| 25. | Czuję się skrępowany. |  |  |  |  |  |
| 26. | Czuję, że ludzie mówią o mnie za moimi plecami. |  |  |  |  |  |
| 27. | Jestem przekonany, że innym wiedzie się lepiej. |  |  |  |  |  |
| 28. | Mam poczucie winy, że przynoszę pecha innym ludziom. |  |  |  |  |  |
| 29. | Denerwuje mnie, kiedy zaczynam się zastanawiać nad |  |  |  |  |  |
| tym, jaki stosunek mają do mnie inni. |  |  |  |  |  |
| 30. | Nie jestem towarzyski. |  |  |  |  |  |
| 31. | W sporach odzywam się tylko wtedy, kiedy wiem, że |  |  |  |  |  |
| mam rację. |  |  |  |  |  |
| 32. | Wciąż myślę o tym, czego oczekują ode mnie inni |  |  |  |  |  |

**Opracowanie rezultatów**

**0-25 punktów** – zawyżona samoocena

**26-45 punktów** – adekwatna

**46-128 punktów** – zaniżona

**Załącznik nr 17**

**Test „Twój styl**

**podejmowania decyzji”**

Należy odpowiedzieć na poniższe pytania, wybierając wariant odpowiedzi „a” lub „b”. Na pytania na-leży odpowiadać stanowczo, bez zbędnego zastanawiania się.

* **1. Co bardziej bierzesz pod uwagę u ludzi?**
  + ich prawa,
  + ich uczucia.
* **2. Masz skłonność**
  + bardziej cenić logikę niż uczucia?
  + emocje cenić bardziej niż logikę?
* **3. Która z wypowiedzi jest dla ciebie największym komplementem?**
  + ten człowiek jest zawsze rozsądny,
  + ten człowiek ma prawdziwe uczucia.
* **4. Co jest dla ciebie większym błędem?**
  + przejawiać zbyt wiele ciepła,
  + być niedostatecznie ciepłym.
* **5. Jakiego przywódcę (nauczyciela, lidera grupy rówieśniczej) cenisz?**
  + zawsze dokładnego,
  + zawsze uprzejmego.
* **6. Co zdarza się częściej?**
  + twoimi uczuciami rządzi rozum,
  + pozwalasz swojemu rozumowi podążać za uczuciem?
* **7. Co sprawia, że silniej odczuwasz dyskomfort?**
  + bycie nierozsądnym,
  + bycie obojętnym.

**8. Jakie słowo w każdej z tych par bardziej odpowiada twojemu duchowemu odczuciu?**

|  |
| --- |
|  |
| **a b** |
|  |
| stanowczy współczujący |
|  |
| analizować sympatyzować |
|  |
| wyższość powodzenie |
|  |
| krytyczny niekrytyczny |
|  |
| przekonujący bojaźliwy |
|  |
| uparty łagodny |
|  |
| cierpieć w milczeniu przebaczyć |
|  |
| co powiedział kto powiedział |
|  |
| stanowczy oddany |
|  |
| przezorny sympatyk |
|  |
| sprawiedliwość litość |
|  |
| ostrożny ufny |
|  |
| bez zahamowani delikatny |
|  |
| myśleć przeżywać |
|  |
| sędzia godzący |
|  |
| sprzeczać się zgadzać się |

**Opracowanie rezultatów**

Przedstawiciele **myślącego** typu – przewaga odpowiedzi „a” – są ludźmi zawsze trzeźwo patrzącymi na świat lub uważają się za takich. Swoje decyzje podejmują na podstawie logicznej analizy obiektywnych faktów, przy czym są skłonni rozpatrywać najmniejsze detale i te, które są nieprzyjemne. Uczucia dla nich nie mają większego znaczenia. Skłonni są jednak uwzględniać cudze idee, ale wówczas nie obchodzą ich cudze emocje. Harmonijne stosunki z otoczeniem nie są dla nich zbyt ważne. Z łatwością krytykują innych, jeśli widzą, że mają ku temu podstawę. Mogą zranić czyjeś uczucia i nawet tego nie zauważą. Kiedy przyjęte przez nich działania okażą się trafne, czują się spełnieni i zadowoleni, przy czym liczą, że otoczenie uzna ich zasługi.

Przeciwieństwem typu **myślącego** jest typ **emocjonalny** lub **uczuciowy** – przewaga odpowiedzi „b”. Ludzie tego typu w większym stopniu są zorientowani na osobiste etyczne wartości każdego człowieka. Uważają, że logika jest niedostatecznym instrumentem przy podejmowaniu decyzji. Dlatego podejmując działania, starają się uwzględniać uwagi i uczucia wszystkich, którzy mają związek ze sprawą. Uczucia, stosunek do sprawy cenią bardziej, aniżeli wkład czy pozytywne idee. Dziesięć razy pomyślą, jakie uczucia, emocje to działanie wyzwala u innych. Konkluzji dokonują na podstawie etycznych ocen. Harmonijne stosunki z otoczeniem to ważna dla nich część życia. Dlatego przy współpracy z innymi są taktowni, delikatni, współczujący. Drobnostki sprawiają im radość. Uciekają od nieprzyjemności, a tym bardziej od krytyki. Mają zdolność rozumienia innych, dlatego chętnie zawierają nowe znajomości.

1. http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/download.xsp/WDU20170000059/U/D20170059Lj.pdf [↑](#footnote-ref-0)
2. http://dziennikustaw.gov.pl/du/2017/1591/1 [↑](#footnote-ref-1)
3. http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/download.xsp/WDU20010610624/O/D20010624.pdf [↑](#footnote-ref-2)
4. http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/download.xsp/WDU20031321226/O/D20031226.pdf [↑](#footnote-ref-3)
5. https://men.gov.pl/wp-content/uploads/2014/01/plll\_2013\_09\_10zal\_do\_uchwaly\_rm.pdf [↑](#footnote-ref-4)
6. [http://edukacja.warszawa.pl/sites/edukacja/files/doradztwo-zawodowe aktualnosci/8937attachments// prezentacja\_malgosia\_tryb\_zgodnosci.pdf](http://edukacja.warszawa.pl/sites/edukacja/files/doradztwo-zawodowe%20aktualnosci/8937attachments//%20prezentacja_malgosia_tryb_zgodnosci.pdf) (02.06.2018) [↑](#footnote-ref-5)