Zbiór scenariuszy

dla doradców zawodowych oraz osób pracujących z młodzieżą

Publikacja sfinansowana z funduszy Komisji Europejskiej w ramach programu Erasmus+

PUBLIKACJA BEZPŁATNA

Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko jej autorów, Komisja Europejska oraz Narodowa Agencja Programu Erasmus+ nie ponoszą odpowiedzialności za jej zawartość merytoryczną.

Szanowni Czytelnicy,

w oparciu o nabytą wiedzę i wieloletnie doświadczenia partnerów Projektu *Trio to Success,* Stowarzyszenia Na Rzecz Spółdzielni Socjalnych - działającego na rzecz osób zagrożonych wykluczeniem społecznym, Poradni Pedagogiczno-Psychologicznej Rejonu Wileńskiego i Centrum Doradztwa Zawodowego dla Młodzieży w Poznaniu, które na co dzień świadczą usługi doradcze uczniom szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych oraz organizacji Cometa Formazione s.c. - wywodzącej się ze stowarzyszenia rodzin zastępczych i prowadzącej kompleksowe działania w obszarze edukacji zawodowej, przygotowaliśmy zbiór scenariuszy rozwijających kompetencje społeczne młodych Europejczyków. Zakładamy, że produkt ten stanie się efektywnym narzędziem wspierającym procesy doradztwa zawodowego i rozwoju kompetencji uczniów wymaganych przez rynek pracy obecnie i w przyszłości.

Mamy nadzieję, że zawarte w podręczniku treści programowe okażą się przydatne zarówno dla osób zajmujących się doradztwem edukacyjno-zawodowym, jak i wspierających młodzież w rozwijaniu kompetencji zawodowych i kształtowaniu postaw przedsiębiorczych.

Spis treści

1. Wprowadzenie ... 3
1.1. Doradztwo zawodowe ... 3
1.2. Kluczowe kompetencje ... 3
2. Zlecenia - Jak korzystać z podręcznika ... 5
2.1. Organizowanie zajęć ... 5
3. Scenariusze ... 7
3.1. Samopoznanie ... 7
3.1.1. Mocne i słabe strony ... 7
3.1.2. Ja oczami innych osób ... 12
3.1.3. „Dobrymi chęciami piekło jest wybrukowane…". Jak stawiać sobie realistyczne cele samodoskonalenia? Uczymy się metody S.M.A.R.T. Goal. ... 17
3.2. Komunikacja ... 23
3.2.1. Jak skutecznie komunikować? ... 23
3.2.2. Zakłócenia komunikacyjne ... 29
3.2.3. Jak aplikować do firmy do pracy lub na staż? Co i w jaki sposób zakomunikować? ... 36
3.3. Podejmowanie decyzji ... 41
3.3.1. Sposoby radzenia sobie z trudnościami w procesie podejmowania decyzji ... 41
3.3.2. Podejmowanie decyzji a skuteczne osiąganie celu ... 47
3.3.3. Jakie kroki prowadzą do wyboru? Jak na podstawie doświadczenia wyodrębnić fazy procesu decyzyjnego? ... 51
3.4. Kreatywność ... 57
3.4.1. Rozwiń swoją kreatywność w 90 minut ... 57
3.5. Pozytywne myślenie ... 63
3.5.1. Adekwatna pozytywność albo leki na Gagatka i Burczymuchę ... 63
3.6. Zaradność ... 76
3.6.1. Dekalog stażysty: czy umiemy rozpoznawać reguły zachowania obowiązujące w środowisku pracy? Albo: jak dać się wyrzucić ze stażu w pięć minut? ... 76
3.7. Praca zespołowa ... 81
3.7.1. Korzyści wynikające z pracy zespołowej ... 81
8. Kwestionariusz podsumowujący zajęcia ... 85
9. Bibliografia ... 86

1. Wprowadzenie

Według danych Eurostat w kwietniu 2016 roku na terenie państw członkowskich Unii Europejskiej pozostawało bez pracy ponad 21 milionów ludzi (około 11 proc.), z czego prawie 5 milionów stanowiła młodzież poniżej 25 roku życia (około 20 proc.).

Powiązanie efektów nauczania i potrzeb rynku pracy są kluczowymi komponentami Strategii *Europa 2020* oraz Agendy *An agenda for new skills and jobs,* która opiera się na trzech podstawowych założeniach konieczności promowania lepszego przewidywania kompetencji potrzebnych
w przyszłości, rozwijania lepszego połączenia pomiędzy kompetencjami a potrzebami rynku pracy oraz wypełniania luki pomiędzy światem nauki i pracy.

Projekt *Trio to Success* odpowiada na konieczność zmodernizowania systemów kształcenia i szkolenia zawodowego w kontekście szczególnie trudnej sytuacji młodzieży na rynku pracy. Głównymi celami projektu są: wzmocnienie systemu kształcenia i szkolenia zawodowego, a w szczególności takich jego elementów, jak doradztwo i poradnictwo zawodowe; aktywne, oparte na pracy, metody nauczania oraz kształtowanie postaw przedsiębiorczych i animowanie przedsiębiorczości społecznej.

Doradztwo zawodowe

Doradztwo zawodowe odgrywa ogromną rolę w procesie przygotowywania młodych ludzi do wejścia na rynek pracy. Pojęcie to zostało zdefiniowane przez partnerów projektu jako działania mające na celu pomóc młodym ludziom w podejmowaniu wyborów edukacyjnych, szkoleniowych i zawodowych. Doradca zawodowy został natomiast określony jako osoba udzielająca wsparcia w formie grupowych lub indywidualnych zajęć i porad w zakresie wyboru zawodu, kierunku kształcenia i szkolenia zawodowego, uwzględniająca przy tym możliwości psychofizyczne i sytuację życiową, a także potrzeby rynku pracy oraz możliwości systemu edukacji. Doradca zawodowy w swojej pracy jako nadrzędny cel stawia wsparcie młodego człowieka w budowaniu jego potencjału, tak by ten w przyszłości mógł w sposób świadomy i pełny wykorzystywać swoje zasoby i umiejętności zawodowe.

Kluczowe kompetencje

Komisja Europejska deklaruje konieczność wzmocnienia kluczowych kompetencji, tj. wiedzy, umiejętności i postaw, które ułatwią uczestnikom systemu kształcenia rozwój osobisty i zawodowy, znalezienie zatrudnienia i aktywne uczestnictwo w życiu społecznym. Do kluczowych kompetencji zaliczane są: umiejętność posługiwania się językiem ojczystym i językami obcymi, umiejętności korzystania z nowoczesnych technologii, umiejętność pisania i czytania, podstawowe umiejętności w zakresie matematyki i nauk ścisłych, jak również kompetencje horyzontalne, takie jak: umiejętność uczenia się, społeczna i obywatelska odpowiedzialność, aktywność i przedsiębiorczość, świadomość kulturowa, kreatywność. Uwzględniając zalecenia Komisji Europejskiej oraz własne doświadczenia partnerzy, pracując nad zbiorem scenariuszy, zdefiniowali kompetencje kluczowe w przygotowaniu młodych ludzi do wejścia na rynek pracy, a które to zdolności nadal wydają się być niedostatecznie rozwijane. Partnerzy zgodnie stwierdzili, że trzy kompetencje (samopoznanie, komunikacja i podejmowanie decyzji) mają duże znaczenie i są przedmiotem szczególnego zainteresowania oraz troski podczas pracy z młodzieżą. Każdy z zespołów narodowych przygotował swoją wersję scenariusza pokazując różne ujęcia i akcenty danych kompetencji. W ten sposób powstały scenariusze rozwijające:

- **samopoznanie** – rozumiane jako umiejętność uświadamiania sobie swoich mocnych i słabych stron, w kontekście spostrzegania siebie przez inne osoby oraz wyznaczanie celów w zakresie samodoskonalenia,
- **komunikację** – rozumianą jako umiejętność porozumiewania się, polegającego na werbalnym, niewerbalnym oraz formalnym sposobie przekazywaniu informacji, uwzględniając przy tym zakłócenia komunikacyjne, w celu kształtowania relacji między ludźmi,
- **podejmowanie decyzji** - rozumiane jako umiejętność osiągania założonych celów i świadomość etapów procesu podejmowania decyzji oraz zdolność radzenia sobie z trudnościami, które mogą pojawić się podczas realizacji swoich planów edukacyjno-zawodowych.

Do kluczowych kompetencji zaliczono także:

- **pozytywne myślenie** - rozumiane jako umiejętność realistycznego oceniania rzeczywistości oraz konstruktywne, odpowiedzialne działanie w życiu codziennym,
- **zaradność** – rozumianą jako umiejętność rozpoznawania domyślnych, niepisanych zasad i reguł zachowania w środowisku pracy,

- **kreatywność** - rozumianą jako umiejętność twórczego, innowacyjnego myślenia w obszarze samopoznania, rozwiązywania problemów i pracy zespołowej,
- **pracę zespołową** - rozumianą jako umiejętność dostrzegania szerszego kontekstu własnego działania (odpowiedzialność społeczna), formułowania celów grupowych i współdziałania.

2. Zlecenia. Jak korzystać z podręcznika

Program rozwijania kompetencji jest przeznaczony dla młodzieży w wieku 14-19 lat. Podręcznik składa się z 13 scenariuszy (wspierających rozwój siedmiu wybranych kompetencji). Zbiór scenariuszy jest wariantowy - można wykorzystać go w całości, jak również realizować odrębne scenariusze albo ćwiczenia. Rekomendowana wielkość grupy to 10-30 osób. Zalecany czas do realizacji scenariusza 90 min (dwie połączone godziny lekcyjne z przerwą). Pomieszczenia powinny zapewniać przestrzeń wystarczającą do realizacji zajęć grupowych oraz możliwość ustawienia krzeseł w kręgu.

Organizowanie zajęć

Zachęcamy do tego, by doradca zawodowy (nauczyciel) zanim przystąpi do realizacji scenariuszy rozwijających kompetencje zawodowe zapoznał się z grupą, dowiedział się, jakie są potrzeby rozwojowe jej członków i zaplanował sposób organizacji warsztatów. Zachęcamy, aby doradca podczas pierwszego spotkania opowiedział uczniom, jaki jest cel całego programu szkoleniowego, określił czas trwania zajęć oraz krótko przedstawił tematy spotkań. Kolejnym istotnym elementem jest ustalenie zasad pracy w grupie.

W trakcie realizacji już konkretnych scenariuszy zajęcia organizujemy w trzech etapach:

I. Wprowadzenie do zajęć. Rozpoczynając zajęcia doradca zawodowy zapoznaje uczniów z tematem i celem zajęć, podaje podstawowe informacje związane z rozwijaną kompetencją, dzieli potrzebne materiały szkoleniowe oraz zachęca uczniów do rozpoczęcia pracy.

II. Część podstawowa, realizacja ćwiczeń. W części podstawowej przystępujemy do prowadzenia praktycznych zajęć. Głównym celem doradcy zawodowego jest pomoc uczniom w odkrywaniu własnych zdolności oraz nauczenie procesu samodzielnego rozwoju kompetencji. Tworząc scenariusze starano się nadać im jak najbardziej uniwersalny charakter, dlatego doradca zawodowy planując zajęcia, nie musi zrealizować wszystkich podanych ćwiczeń. Powinien je natomiast dobrać pod kątem możliwości i potrzeb rozwojowych swoich uczniów. Może wybrać poszczególne zadania i wykorzystywać je, uwzględniając ramy czasowe, specyfikę i dynamikę grupy.

W celu łatwiejszego i szybszego planowania warsztatów zachęcamy do wykorzystywania informacji, które są zawarte w każdym scenariuszu:

- temat, wprowadzenie i cel informujące o tym, jakie aspekty danej kompetencji będą rozwijane;
- grupa wiekowa, do której skierowany jest scenariusz;
- materiały niezbędne do realizacji zajęć;
- czas trwania poszczególnych ćwiczeń (czas orientacyjny);
- szczegółowe opisy przebiegu poszczególnych ćwiczeń;
- załączniki (materiały dodatkowe) - testy, schematy, inne materiały pomocne w przeprowadzaniu zajęć.

III. Podsumowanie zajęć. W trakcie podsumowania zajęć prosimy uczniów, aby odpowiedzieli na następujące pytania: *Co ważnego dla siebie odkryłem podczas zajęć? Co robię dobrze (co potrafię)? Nad czym trzeba popracować i jak to osiągnę (gdzie zdobędę informacje)?* Pytania służą dokonaniu samooceny w zakresie wiedzy oraz zdobytych umiejętności.

W wypadku, gdy doradca zawodowy organizuje cykl szkoleniowy zalecamy, by uczniowie po każdych warsztatach wypełniali kwestionariusz końcowy i zachowali go w materiałach szkolnych. Kwestionariusz może być przydatny podczas późniejszych konsultacji indywidualnych i w pracy samodzielnej z zakresu poradnictwa zawodowego.

Doświadczenie zdobyte przez uczniów podczas ćwiczeń oraz dodatkowe spotkania konsultacyjne będą kolejnym czynnikiem wspierającym poczucie własnej wartości i motywującym do dalszego rozwoju.

3. Scenariusze

Samopoznanie

Mocne i słabe strony

Kompetencja	**Samopoznanie**
Temat	**Mocne i słabe strony**
Scenariusz przygotowany został w oparciu o doświadczenia Centrum Doradztwa Zawodowego dla Młodzieży w Poznaniu.	
Grupa wiekowa: 14-18 lat	Czas: 90 minut

Wprowadzenie:

Scenariusz ten służy do prowadzenia zajęć na temat samopoznania, ze szczególnym naciskiem na znaczenie znajomości mocnych i słabych stron w życiu człowieka. Mocna strona rozumiana jest tutaj jako czynnik wewnętrzny, czyli to, co stanowi atut, przewagę, zaletę danej osoby. Składają się na nią trzy elementy: talenty, wiedza i umiejętności. Jej przeciwieństwem jest słaba strona czyli takie cechy

i nawyki, które są przeszkodą dla osiągania własnych celów. Choć jest oczywiste, że każdy z nas ma słabe strony, to jednak najważniejsze z perspektywy planowania kariery jest myślenie o mocnych stronach. To one decydują o sukcesie zawodowym. Dlatego też ważne jest, aby młody człowiek miał wiedzę o swoich atutach i mógł ją świadomie wykorzystywać.

Cel główny:

Rozwijanie umiejętności dostrzegania, nazywania i wykorzystywania swoich mocnych stron.

Cele szczegółowe:

- Uczeń potrafi rozróżnić pojęcia *mocna* i *słaba strona*.

- Uczeń potrafi wskazać swoje mocne strony i możliwości ich zastosowania.
- Uczeń rozumie zależność między kontekstem sytuacyjnym a przydatnością mocnych stron.

Materiały: kartki, długopisy, tablica i kreda albo flipchart i mazaki.

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 10 minut

Porozmawiaj z uczniami o tym: *Czy warto jest dobrze myśleć o sobie: w czym to przeszkadza, a w czym to pomaga?*

Ćwiczenie nr 1: Burza mózgów	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 10 minut

Zapytaj uczniów, co może stanowić *mocną*, a co *słabą stronę* człowieka. Mogą wykorzystywać własne doświadczenia. Pamiętaj o unikaniu oceny. Stwórzcie definicję mocnej strony. Wypiszcie wszystkie propozycje na tablicy/papierze (zachowaj zapisaną definicję w widocznym miejscu do końca zajęć). Warto, aby w definicji mocnej strony znalazły się elementy podane we wprowadzeniu do scenariusza. Pamiętaj, że mocna strona nie powinna być krzywdząca dla drugiego człowieka.

Ćwiczenie nr 2, wersja A: Harmonijka	
Materiały: kartki, długopisy.	Czas: 25 minut

Poproś uczniów, aby w prawnym dolnym rogu wpisali swoje imię i nazwisko. Następnie przekazali kartkę osobie siedzącej po prawej stronie. Zadaniem uczniów jest wpisanie jednej mocnej strony właściciela kartki i zagięcie jej tak, aby kolejna osoba nie widziała, co wpisały poprzednie (tworzą harmonijkę). Uczeń przekazuje kartkę kolejnej osobie. Ćwiczenie kończy się w momencie otrzymania

kartki z własnym imieniem i nazwiskiem. Uczniowie zapoznają się z mocnymi stronami wypisanymi przez ich kolegów.

Następnie przejdź do omówienia ćwiczenia: *Co was zaskoczyło? Czy uważasz, że zabrakło jakichś twoich mocnych stron? Jeżeli uważasz, że tak, dopisz je do swojej listy.*

Ćwiczenie nr 2, wersja B: Zwierzę	
Materiały: kartki, długopisy.	Czas: 25 minut

Poproś uczniów, aby na kartce narysowali zwierzę, z którym mogą się utożsamiać (które ma podobne mocne strony). Poproś uczniów o niepodawanie na głos nazw zwierząt i niepodglądanie wzajemnie swoich rysunków. Rysunki powinny być anonimowe – nie mogą zawierać opisu. Kiedy praca będzie gotowa, papier należy złożyć tak, by rysunek był niewidoczny i oddać go nauczycielowi. Każdy uczeń losuje jeden rysunek (inny niż swój). Na wylosowanych kartkach uczniowie wypisują 5 mocnych stron, jakie ich zdaniem mają przedstawione na tych rysunkach zwierzęta. Uczniowie przekazują kartki prowadzącemu, który prezentuje rysunek i zanotowane mocne strony.

Zachęć uczniów do poszerzenia listy mocnych stron, które kojarzą się z danym zwierzęciem. Odnieś się w sposób pozytywny do zapisanej cechy, wyjaśnij ją, doprecyzuj, pokaż jej szerszy kontekst. Następnie przejdź do omówienia ćwiczenia: *Co was zaskoczyło?* Zachęć uczniów do podzielenia się swoimi refleksjami. Nie oceniaj rysunków, mogą być one schematyczne. Uwzględnij to, że nie każdy uczeń jest obdarzony talentem plastycznym.

Ćwiczenie nr 3, wersja A: Komórki do wynajęcia	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 15 minut

Odstaw krzesło na bok, tak aby liczba krzeseł była mniejsza o jedno niż liczba uczniów. Poproś, aby jedna osoba stojąca w środku rozpoczęła ćwiczenie wygłaszając formułę: *Zapraszam do zamiany miejsc osoby, których mocną stroną, tak jak u mnie, jest…* Zadaniem uczniów jest podanie swojej jednej mocnej strony. Przypomnij definicję mocnej strony, która została wcześniej zapisana na tablicy.

W każdej rundzie dla jednego z uczniów zabraknie krzesła. Ta osoba rozpoczyna wówczas kolejną

turę podając tę samą formułę. Osoba, która wstała ze swojego krzesła, nie może usiąść na nim ponownie w danej rozgrywce. W trakcie ćwiczenia pomóż uczniom rozstrzygnąć, czy podawane przykłady
są upodobaniami, czy mocnymi stronami. Pamiętaj, że upodobanie nie jest mocną stroną, a mocna strona nie koniecznie jest upodobaniem.

Następnie przejdź do omówienia ćwiczenia: zwróć uwagę, czy uczniowie mówili o swoich mocnych stronach czy upodobaniach. Potraktuj to jako punkt wyjścia do rozmowy o tym: czy to, co lubimy robić, jest zawsze naszą mocną stronę i odwrotnie.

Ćwiczenie nr 3, wersja B: Spadek	
Materiały: tablica i kreda albo flipchart i mazaki.	Czas: 15 minut

Przedstaw uczniom zadanie do wykonania: *Wyobraźcie sobie, że jesteście mieszkańcami małego miasteczka. Ja jestem notariuszem i zaprosiłam/-łem was na zebranie, aby poinformować o śmierci człowieka, który wyemigrował kiedyś do Ameryki, gdzie dorobił się ogromnego majątku. Ponieważ nie miał rodziny, uczynił was swoimi spadkobiercami. Teraz przeczytam wam, jaka jest jego wola: „Nie chcę, aby mój majątek dostał się w ręce mało wartościowych osób. Spadek zostanie podzielony pomiędzy was tu obecnych, pod warunkiem, że w ciągu 10 minut sporządzicie wspólnie listę 50 mocnych stron waszej grupy.*

Następnie poproś uczniów, aby na twój znak kolejno rozpoczęli wymienianie mocnych stron, ty natomiast zapisuj je na tablicy. Mocne strony nie mogą się powtarzać. Zadanie kończy się po upływie 10 minut. Wszyscy razem policzcie zapisane mocne strony.

Jeśli któryś z uczniów będzie miał problem z nazwaniem swojej mocnej strony, możesz mu dyskretnie pomóc. Dobrze, jeśli przy twojej pomocy, uda się uczniom stworzyć listę 50 mocny stron.

W podsumowaniu zapytaj uczniów *o to, co według nich było w tym zadaniu najtrudniejsze. Czy pojawiły się jakieś mocne strony charakterystyczne dla całej grupy?* Warto je jeszcze raz odczytać. Podkreśl fakt wzajemnej inspiracji w określaniu mocnych stron, przypomnij uczniom te momenty, kiedy wpadali
na nowe pomysły, dzięki wypowiedziom swoich kolegów.

Ćwiczenie nr 4: Praca w grupach

Materiały: kartki, długopisy, tablica i kreda.	Czas: 15 minut

Poproś uczniów, żeby każdy z nich położył na podłodze w środku kręgu jeden przedmiot (np. długopis, ołówek, gumka - przedmioty te powinny różnić się między sobą). Następnie połącz je w grupy składające się z 3-4 elementów. Właściciele przedmiotów będą pracowali w jednym zespole. Poproś ich, aby usiedli razem. Podział na grupy jest tylko propozycją, szczególnie polecaną w przypadku małej liczby uczestników.

Zadaniem uczniów jest zastanowienie się nad tym: *Czy mocne strony mogą w życiu w czymś przeszkadzać? Czy zdarzyło się tak, że mocna strona okazała się słabą stroną i odwrotnie? Czy kontekst sytuacyjny ma na to wpływ; jeśli tak, to w jakich okolicznościach?*

Podaj uczniom własny przykład albo użyj następującego: dokładność – mocna strona, która jest zaletą w trakcie rozwiązywania zadań z matematyki, natomiast może przeszkadzać w trakcie czynności szybkiego przebrania się na lekcjach wychowania fizycznego. Poproś, żeby swoje pomysły zapisali na kartce. Następnie niech każda grupa zaprezentuje swoje przykłady na forum. Zapisz ich propozycje na tablicy.

Przejdź do omówienia ćwiczenia: *Czy mieliście trudności w znalezieniu takich przykładów? Czy łatwiej było wam znaleźć słabą stronę, która okazała się mocną, czy mocną, która okazała się słabą?* Poproś o podanie takich sytuacji z życia codziennego.

Podsumowanie	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 15 minut

Zakończ zajęcia rundą niedokończonego zdania: *Ważną rzeczą, którą dzisiaj odkryłam/odkryłem było…* Zachęć uczniów do dyskusji.

Ja oczami innych osób

Kompetencja	**Samopoznanie**
Temat	**Ja oczami innych osób**
Scenariusz przygotowany został w oparciu o doświadczenia Poradni Pedagogiczno - Psychologicznej Rejonu Wileńskiego.	
Grupa wiekowa: 14-18 lat	Czas: 90 minut

Wprowadzenie:

Scenariusz ten służy do przeprowadzenia zajęć na temat samopoznania, tj. lepszego poznania siebie, ujrzenia swego wizerunku w oczach innych osób.

Porozmawiaj z uczniami o tym: *Czy warto inwestować swój czas i wysiłek, aby zrozumieć, jak powstaje wyobrażenie o sobie i zidentyfikować zasoby osobiste, którymi dysponujemy?* Specjaliści ds. planowania kariery zawodowej są zgodni, że tajemnica osiągnięcia sukcesu leży w poznaniu samego siebie, określeniu swoich zainteresowań, umiejętności, preferencji i predyspozycji osobowościowych.

Jak wzbogacić swoją samowiedzę?

Dróg samopoznania jest wiele. Zachęć uczniów do skoncentrowania się na porównaniu naszego widzenia samych siebie z tym, jak widzą nas inni. Uzyskanie takiej informacji pozwoli bowiem na wzbogacenie wiedzy o nas samych oraz na uświadomienie sobie cech, których sami dotąd nie dostrzegaliśmy lub uważaliśmy za wady. Dodaj, że naszą samowiedzę budujemy nie tylko w oparciu o obserwację swojego zachowania, ale także, gdy szukamy potwierdzenia w opinii innych ludzi.

Cel główny:

Uświadomienie sobie tego, jak mnie widzą inni, jaki jest mój wizerunek w oczach innych osób.

Cele szczegółowe:

- Uczeń ma świadomość, jak może być postrzegany przez innych.
- Uczeń potrafi dokonać porównania, na ile jego własny obraz pokrywa się z tym, jak widzą i oceniają go inni ludzie.
- Uczeń zna swój własny potencjał i mocne strony.
- Uczeń potrafi korzystnie zaprezentować swoje mocne strony.

Materiały: tablica, kreda/pisaki, arkusze papieru, długopisy, kolorowe flamastry, małe karteczki, torebka do przemieszania karteczek z imionami, Załącznik nr 1.

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 5 minut

Wyjaśnij uczniom, że celem zajęć jest uświadomienie sobie tego, jak mogą postrzegać nas inne osoby, sprawdzenie, jak nasze widzenie samych siebie pokrywa się z opiniami innych na nasz temat. Zwróć uwagę na fakt, że proces wyboru zawodu jest nierozerwalnie związany ze zrozumieniem tego, kim jesteśmy i w jaki sposób funkcjonujemy. Każdy z nas jest niepowtarzalną osobą, posiadającą określone zainteresowania, umiejętności, predyspozycje osobowościowe, system wartości. Jeśli chcemy świadomie pokierować rozwojem swojej kariery to powinniśmy mieć na uwadzę konieczność obrania strategii postępowania, odpowiadającej naszym preferencjom, dotychczasowemu doświadczeniu i kwalifikacjom.

Ćwiczenie nr 1: Ręce	
Materiały: kartki papieru dla każdego uczestnika, flamastry/długopisy.	Czas: 15-20 minut

Poproś uczniów o odrysowanie na kartce swojej dłoni i wpisanie w rogu kartki swojego imienia. Kartka jest przesuwana pomiędzy kolejnymi osobami zgodnie z ruchem wskazówek zegara. Wyjaśnij, że zadaniem uczniów będzie zapisanie na kartce, która znajduje się w danej chwili przed nimi, określenia kojarzącego się z właścicielem rysunku. W międzyczasie podaj typ kategorii określeń (np. *samochód, warzywo, owoc, potrawa, zawód, kwiaty, pora roku)*. Uczniowie wpisują na znajdujących

się przed nimi kartkach typ samochodu, z którym kojarzy im się dana osoba, np. samochód sportowy, terenowy, limuzyna, rodzaj owocu, potrawy, itp.

Na zakończenie kartka wraca do właściciela, który zobaczy, jak postrzegają go inne osoby. Podsumowując ćwiczenie, poproś uczniów o podzielenie się swoimi wrażeniami i odpowiedzi na pytania:

- *Czy dowiedziałeś/dowiedziałaś się o sobie czegoś nowego?*
- *Czy Twój własny wizerunek siebie samego mocno różni się od postrzegania Ciebie przez inne osoby?*

Ćwiczenie nr 2: Kto jest kim?	
Materiały: tablica, kreda/pisaki.	Czas: 10 minut

Poproś uczniów o wymienienie zawodów, które są dla nich najbardziej interesujące. Pojawiające się propozycje zapisz na tablicy (10-15 przykładów). Wyjaśnij, że będziesz odczytywać zawody, które pojawiły się w spisie. Zadaniem uczniów będzie na ustalony znak, np. klaśnięcie w dłonie, wskazanie ręką osoby, do której ich zdaniem dana profesja najbardziej pasuje.

Jeżeli w ćwiczeniu uczestniczy nieduża liczba uczniów (6-8 osób), to można pokazywać nie jedną, a dwoma rękoma (jedną ręką wskazać jedną osobę, drugą ręka drugą osobę). W przypadku dużej liczby uczestników lepiej jest wskazywać jedną ręką, by uniknąć zamieszania.

Poproś, aby po wskazaniu osoby, do której dany zawód pasuje najbardziej, uczniowie wytrwali przez chwilę nieruchomo. Policz, ile osób wskazuje na konkretną osobę, a więc czyj wizerunek według większości w największym stopniu odpowiada danej profesji.

Poproś uczniów o podzielenie się wrażeniami z udziału w ćwiczeniu. Zapytaj, czy ich zdaniem opinia kolegów i koleżanek jest zgodna z ich osobistymi wyobrażeniami na temat własnych preferencji zawodowych i zainteresowań. Dodaj, że znane są badania (V.N. Szubkin i inni), wskazujące, że prognozy uczniów na temat przyszłości zawodowej ich kolegów często są trafniejsze niż prognozy ich nauczycieli i rodziców. Podejmując decyzje dotyczące przyszłości zawodowej warto zastanowić się i zebrać informacje z różnych źródeł, w tym także od kolegów i koleżanek.

Ćwiczenie nr 3: Reklama	
Materiały: plakaty, flamastry, małe karteczki, torebka do przemieszania karteczek z imionami.	Czas: 30-40 minut

Wyjaśnij uczniom, że kolejnym zadaniem będzie stworzenie reklamy wylosowanej z klasy osoby. Reklama powinna opierać się na najlepszych cechach wskazanej osoby i powinna być przygotowana w taki sposób, aby zainteresować odbiorców.

Następnie poproś uczniów o wpisanie swoich imion na karteczkach i wrzucenie ich do torebki. Zamieszaj je, a następnie poproś każdego ucznia o wylosowanie jednej kartki. Jeśli uczestnik ćwiczenia wylosuje kartkę z własnym imieniem, poproś go o powtórzenie losowania.

Wyjaśnij, że zadanie ma swoje ograniczenia – prezentując przygotowaną reklamę nie można mówić, komu została poświęcona. Reklamowana osoba może być przedstawiona jako bohater książki, filmu, jako zwierzę, przedmiot, etc. Na przygotowanie reklamy uczniowie mają 10 minut. Reklama powinna trwać nie dłużej niż 1 minutę. Po zaprezentowaniu reklamy grupa ma za zadanie odgadnąć, kto był jej bohaterm. Na zakończenie zadania poproś uczniów o podzielenie się refleksjami:

- *Czy łatwo było przygotować reklamę?*
- *Dlaczego przygotowując reklamę danej osoby, wybrali akurat takie a nie inne cechy?*
- *Jak można korzystnie zaprezentować własne mocne strony? Co zrobić, aby zwrócić na nie uwagę innych osób?*

Poproś bohatera reklamy o wypowiedzenie się, w jaki sposób sam mówiłaby o sobie. Czy akcentowałby podobne elementy (mocne strony)? Zapytaj uczniów, w jakich zawodach mogą być przydatne wymieniane w poszczególnych reklamach cechy charakteru, umiejętności, mocne strony.

Ćwiczenie nr 4: Mój portret	
Materiały: tablica, kartki papieru, Załącznik nr 1, długopisy.	Czas: 20 minut

Poproś uczniów o wpisanie na kartce swojego imienia oraz pięciu rzeczy, z których są najbardziej dumni - cech charakteru albo umiejętności. Następnie poproś uczniów o dobranie się w pary. Wyjaśnij, że ich zadaniem będzie odgadnięcie i zapisanie na kartce 3 najważniejszych i najmocniejszych stron kolegi/koleżanki, z którymi są w parze.

Następnie rozdaj uczniom kartki, na których zapisane są różne cechy charakteru (Załącznik nr 1). Możesz je także zapisać na tablicy, jeśli nie masz możliwości wcześniejszego przygotowania i wydrukowania spisu z załącznika. Poproś uczniów o wybranie 4 cech charakteru wymienionych w załączniku, które ich zdaniem, najlepiej opisują ich samych, a następnie o zapisanie ich obok cech, którymi wcześniej opisali sami siebie. Następnie poproś o wybranie 4 cech charakteru wymienionych w załączniku, które ich zdaniem najlepiej opisują koleżankę/kolegę z pary. Poproś uczniów, aby przedstawili swoje wyborypartnerce/partnerowi.

Podsumowując ćwiczenie, zachęć uczniów do podzielenia się swoimi refleksjami:

- *Czy zawsze inni ludzie widzą nas takimi, jakimi jesteśmy?*
- *Dlaczego czasami nasz wizerunek różni się od tego, jak widzą nas inni?*
- *Czy opinia innych ludzi jest dla nas ważna? Dlaczego?*

Podsumowanie	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 10 minut

Podsumuj zajęcia, prosząc każdego ucznia o krótką refleksję*: Co ważnego dla siebie odkryłeś/ odkryłaś podczas zajęć?* Jeśli prowadzimy cykl zajęć, poproś o wypełnienie *Kwestionariusza podsumowującego zajęcia* stanowiącego załącznik do niniejszej publikacji.

Załączniki

Załącznik nr 1 *Ćwiczenie Mój portret*

Miły	Uprzejmy	Koleżeński	Odpowiedzialny	Odważny	Pewny siebie
Skromny	Samodzielny	Prawdomówny	Stanowczy	Pracowity	Niezależny
Złośliwy	Szczery	Gadatliwy	Hałaśliwy	Leniwy	Nieśmiały
Samokrytyczny	Roztargniony	Ciekawski	Energiczny	Artystyczny	Punktualny
Sprawny fizycznie	Mądry	Impulsywny	Pozytywny	Nerwowy	Zaradny
Lekkomyślny	Zrównoważony	Sprawiedliwy	Zdolny	Niezdecydowany	Spontaniczny

Dobrymi chęciami piekło jest wybrukowane…

Kompetencja	**Samopoznanie**
Temat	***Dobrymi chęciami piekło jest wybrukowane…* Jak stawiać sobie realistyczne cele samodoskonalenia? Uczymy się metody *S.M.A.R.T. Goal***
Scenariusz oparty na doświadczeniach Cometa Formazione.	
Grupa wiekowa: 14-18 lat	Czas: 90 min

Wprowadzenie:

Scenariusz poświęcony *S.M.A.R.T. Goal* jest wykorzystywany po to, by wspierać uczniów w analizowaniu doświadczeń zdobytych w czasie stażu i w stawianiu sobie celów do dalszego rozwoju. Używany jest, wraz z innymi narzędziami, przez tutora w czasie cotygodniowych zajęć szkolnych odbywanych podczas trwania obowiązkowej praktyki, by pomóc uczniom w uporządkowaniu doświadczeń z pracy i w ustanowieniu celów na kolejny tydzień. Niniejsza lekcja jest częścią cyklu lekcji wychowawczych wchodzących w skład *Stażowej Jednostki Kształcenia* realizowanej w Comecie po to, aby pozwolić uczniom stać się świadomymi protagonistami całego doświadczenia stażowego. Karta pracy, którą proponujemy, oparta jest na amerykańskim narzędziu, które kieruje uwagę ku procesowi osiągania tak zwanych *smart goals*.

S.M.A.R.T. to akronim, który odnosi się do strategicznego planowania, potrzebnego do tego, by efektywnie wprowadzać w czyn założone cele. Wskazuje on pięć właściwości takiego celu. Powinien być on skonkretyzowany, mierzalny, osiągalny, realny i terminowy:

- Specific - cel musi być dokładnie określony, nie zaś uogólniony.
- Measurable – mierzalny, powinny istnieć wskaźniki, które pozwolą określić stopień realizacji celu.

- Achievable - osiągalny, wykonalny.
- Result-focused - zorientowany na rezultaty.
- Time bounded - o ograniczonym okresie realizacji po to, by w myślenie uczniów włączyć kompetencje związane z zarządzaniem czasem.

Cel główny:

Wykształcenie u uczniów umiejętności wyznaczania celów S.M.A.R.T (specific, measurable, achievable, result-focused, and time bound) poprzez tworzenie strategii.

Cele szczegółowe:

- Uczeń umie analizować swoje postępy na bieżąco i dzielić się doświadczeniami ze stażu.
- Uczeń potrafi przeanalizować problemy po to, by móc poszukać dla nich rozwiązania.
- Uczeń potrafi zweryfikować, czy cele są osiągalne oraz zmierzyć zaangażowanie niezbędne dla ich realizacji.
- Uczeń potrafi dokonać samooceny rozwoju swoich kompetencji zawodowych w zakresie zachowania.
- Uczeń umie wejść w dialog z tutorem w oparciu o zawarty kontrakt po to, by osiągnąć cele kształcenia.

Materiały: tablica interaktywna albo tablica tradycyjna, albo flipchart, markery lub kreda; papier i długopisy; Załącznik nr 1– po 1 kopii dla każdego ucznia; Załącznik nr 2 po 1 kopii dla każdego ucznia; Załącznik nr 3 po 1 kopii dla każdego ucznia; k*westionariusz podsumowujący zajęcia*.

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 5 minut

Nauczyciel rozpoczyna lekcję pytając uczniów, czy zgadzają się z przysłowiem: *Dobrymi chęciami piekło jest wybrukowane* i animuje krótką dyskusję. Kończy ją kwestią: *Czy jest możliwe stawianie sobie realistycznych celów samodoskonalenia? Dzisiaj nauczymy się używania metody S.M.A.R.T Goal*.

Ćwiczenie nr 1: MEtoda *S.M.A.R.T. Goal*	
Materiały: Tablica interaktywna albo tablica tradycyjna, albo flipchart, markery lub	Czas: 35 minut

kreda, Załącznik nr 1 - kopia karty pracy dla każdego ucznia, długopisy.	

Uczniowie otrzymują kopie karty pracy *S.M.A.R.T. Goal*, która jest równocześnie wyświetlana na tablicy. Jeśli w sali nie ma tablicy interaktywnej, należy wcześniej skopiować treść Załącznika nr 1 na tablicę albo arkusz flipchartu.

Nauczyciel wyjaśnia klasie, metodą nauczania frontalnego (należy zadbać o odpowiednie ustawienie ławek), terminologię tak, by mogli zrozumieć znaczenie S.M.A.R.T. Nauczyciel dla przykładu wypełnia kartę pracy, odwołując się do sytuacji z życia codziennego (np. diety). Nauczyciel prosi uczniów o samodzielne wypełnienie karty pracy przy użyciu przykładów z życia codziennego (dla przećwiczenia procedury).

Ćwiczenie nr 2: Oceniam swoje kompetencje	
Materiały: kopia Załącznika nr 2 dla każdego ucznia, długopisy.	Czas: 20 minut

Nauczyciel rozdaje kwestionariusz samooceny kompetencji nabywanych w czasie stażu w firmie (z podziałem na umiejętności techniczne i interpersonalne), pt.: *Jak minął ten tydzień?*

Prosi uczniów o to, aby ocenili, w wypadku których kompetencji nastąpił pozytywny rozwój, a przy których pojawiły się trudności, a także aby na tej podstawie określili cel na nadchodzący tydzień.

Ćwiczenie nr 3: *S.M.A.R.T. Goal* tygodnia	
Materiały: Załącznik nr 3**,** długopisy.	Czas: 25 minut

Nauczyciel rozdaje karty *S.M.A.R.T. Goal tygodnia*, na których uczniowie mają za zadanie wyznaczyć – zgodnie z ćwiczoną metodą – cel do osiągnięcia w miejscu odbywania stażu na kolejny tydzień, za punkt wyjścia obierając dokonaną wcześniej samoocenę.

Nauczyciel prosi kilku ochotników o odczytanie odpowiedzi, jakich udzielili na karcie pracy. Zadaniem reszty klasy jest korygowanie ewentualnych błędów w metodzie.

Nauczyciel zachowuje karty pracy do sprawdzenia oraz do wykorzystania w czasie kolejnych zajęć, kiedy zostaje podjęty ten sam temat: uczniowie zweryfikują wówczas obrane cele i określą nowe, na kolejny tydzień stażu.

Podsumowanie	
Materiały: Kwestionariusz podsumowujący zajęcia, długopisy.	Czas: 5 minut

Nauczyciel kończy lekcję pytając uczniów, czego się nauczyli i prosząc ich o wypełnienie kwestionariusza końcowego, który po sprawdzeniu, zostanie włączony do ich osobistych teczek z dokumentacją stażu.

Załączniki

Załącznik Nr 1 i 3 *Karta pracy S.M.A.R.T. Goal*
S.M.A.R.T. GOAL - specific, measurable, achievable, results-focused, and time bound.

Skonkretyzowany. Co sprawi, że osiągniesz swoje zamierzenia? Co i w jaki sposób ma być osiągnięte?

_____

_____

_____

Mierzalny. Jak zmierzysz, czy cel został osiągnięty? Wymień co najmniej dwa wskaźniki

_____

_____

_____

Osiągalny. Czy to jest możliwe? Czy ktoś inny osiągnął już ten cel? Czy masz wiedzę, umiejętności i zasoby, które pozwolą osiągnąć ci ten cel? Czy osiągnięcie celu będzie wyzwaniem, ale nie zadaniem ponad siły?

_____

_____

_____

Realny. Jaki jest powód, dla którego chcesz osiągnąć cel? Czemu ma się przysłużyć jego osiągnięcie? Jakie korzyści ci to przyniesie? Jaki jest rezultat (nie działania, które do niego doprowadzą)?

_____

_____

_____

Terminowy. Jaki jest termin przed upływem, którego cel będzie osiągnięty – czy ta data powoduje, że sprawa wydaje ci się pilna?

Załącznik Nr 2 *Kwestionariusz Jak minął ten tydzień? (Przykład dla klasy kształcącej kelnerów i baristów)*

KOMPETENCJE	To sprawiło mi trudność	To dało mi satysfakcję	Czego muszę się nauczyć? Cel
TECHNICZNO-ZAWODOWE: Stosunek do klienta Przygotowanie i nakrycie Przyjmowanie zamówień Obsługa przy stolikach i przy kontuarze Usuwanie zbędnych naczyń, dodatkowe zamówienia, sprzątanie			

INTERPERSONALNE (w relacjach z): Opiekunem praktyk Kolegami Otoczeniem (realizowanie grafiku, punktualność itp.) Klientami			

Na podstawie opisu tego tygodnia wyznacz swój *S.M.A.R.T Goal*

Komunikacja

Jak skutecznie komunikować?

Kompetencja	**Komunikacja**
Temat	**Jak skutecznie komunikować?**
Scenariusz przygotowany został w oparciu o doświadczenia Poradni Pedagogiczno - Psychologicznej Rejonu Wileńskiego.	
Grupa wiekowa: 14-18 lat	Czas: 90 minut

Wprowadzenie:

Scenariusz służy do prowadzenia zajęć z zakresu komunikacji, tj. porozumiewania się, polegającego na werbalnym lub niewerbalnym przekazywaniu informacji i kształtowaniu relacji między ludźmi.

Umiejętności komunikacyjne określają stosunki między ludźmi i wpływają na poczucie własnej wartości. Otwarta komunikacja wzmacnia relacje z ludźmi. Swoboda w porozumiewaniu się pomaga w lepszym poznaniu poglądów innych i wspiera rozwój procesów decyzyjnych.

Cel główny:

Doskonalenie umiejętności komunikacyjnych.

Cele szczegółowe:

- Uczeń rozumie informacje przekazywane przez innych uczestników procesu komunikacji.
- Uczeń potrafi aktywnie słuchać.
- Uczeń rozumie istotę sytuacji konfliktowej oraz własnych strategii postępowania w przypadku zaistnienia sprzecznych interesów.
- Uczeń potrafi wykorzystywać zasady komunikacji niewerbalnej.
- Uczeń potrafi odczytywać komunikaty niewerbalne.

Materiały: kartki, długopisy, balony (ewentualnie kule papierowe), kwestionariusz podsumowania zajęć, Załącznik nr 1.

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 5 min

Poinformuj uczniów, że celem tych zajęć jest doskonalenie umiejętności komunikacyjnych.

Słowa czy gesty? W jaki sposób się komunikujemy?

Wyjaśnij uczniom, że komunikacja jest złożonym procesem. Potocznie komunikację rozumiemy jako wymianę słów między osobami. Czy jednak wyłącznie za pomocą słów porozumiewamy się z innymi? Przede wszystkim należy zdać sobie sprawę z faktu, że komunikacja to pracochłonny proces, wymagający obustronnego zainteresowania uczestników dialogu. Dlatego tak ważne jest opanowanie umiejętności aktywnego słuchania. Pomocne może się również okazać rozumienie mowy ciała. Komunikacja to jedna z form porozumiewania się ludzi. Jest procesem wymiany wiadomości między przynajmniej dwiema osobami. W komunikacji wiadomości przekazywane są za pomocą sygnałów. Możemy wyróżnić następujące sygnały:

- werbalne (słowa),
- niewerbalne (głosy, gesty, mimika, postawa ciała, itp.).

Jednym z elementów komunikacji werbalnej jest słuchanie. Aby dobrze zrozumieć, co chce nam przekazać druga osoba, musimy nauczyć się jej słuchać. Poza przekazem werbalnym (słowem) ważnym sposobem porozumiewania się jest także przekaz niewerbalny. Podczas normalnej rozmowy dwóch osób tylko niecałe 7 % informacji przekazywanych jest za pomocą słów, 38% za pomocą sposobu mówienia, czyli np. tonu głosu, tempa, barwy. Pozostałe 55% informacji przekazywanych jest poprzez „język ciała”, np. mimikę, gesty, spojrzenie, dystans interpersonalny, ubiór.

Poproś uczniów o podanie wszystkich sposobów niewerbalnego komunikowania się. Zapytaj, w jaki sposób wyrażamy swoje uczucia, stan emocjonalny. Zapytaj także, dlaczego powinniśmy pamiętać o istnieniu komunikacji niewerbalnej. Wyjaśnij, że w rzeczywistości informacje werbalne i niewerbalne uzupełniają się wzajemnie. Dodaj, że warto jest doskonalić umiejętności niezbędne w procesie komunikacji. Pozwalają nam one bowiem skutecznie komunikować się z innymi.

Ćwiczenie nr 1: Balony	
Materiały: balony (ewentualnie kule papierowe).	Czas: 10 minut

Podziel uczniów na 4 grupy. Rozdaj balony i poproś o ich nadmuchanie. Wyjaśnij, że podczas zadania uczniowie nie mogą komunikować się ze sobą werbalnie. Zadanie polega na tym, że w każdej grupie uczniowie powinni jednocześnie podrzucić nadmuchane przez siebie balony do góry. Gdy zadanie zostanie wykonane, podziel uczniów na 2 grupy i poproś o jego powtórzenie, czyli jednoczesne podrzucenie balonów do góry. Ostatni etap to wykonanie zadania jednocześnie przez całą klasę. Po zakończeniu zadania zapytaj uczniów:

- *Co wpływa na znaczenie przekazu?*
- *Jakie zachowania ułatwiłyby wykonanie zadania?*
- *Jakie zachowania utrudniały wykonanie zadania?*

Ćwiczenie nr 2: Co mam na myśli?	
Materiały: karteczki z zadaniami.	Czas: 10 minut

Poproś uczniów o wylosowanie przygotowanych wcześniej karteczek z zadaniami. Wyjaśnij, że uczniowie mogą wykonać polecenia używając wyłącznie komunikacji niewerbalnej. Zadaniem klasy jest zrozumienie przekazu, czyli odgadnięcie, jakie zadanie wylosowały poszczególne osoby. Przykładowe zadania do zapisania na karteczkach:

- Jestem znudzony.
- Nie obchodzi mnie to.
- Jestem wściekły.
- Jestem zaskoczony.
- Jestem smutny.
- Jestem szczęśliwy.
- Jestem przerażony.
- Jestem zmęczony.
- Jestem zakochany.
- Jestem obrażony.

Podsumowując ćwiczenie, poproś uczniów o zastanowienie i udzielenie odpowiedzi na pytania:

- *Jak się czuliście, wykonując swoje zadanie?*
- *Jak się czuliście, próbując odgadnąć zadanie koleżanek, kolegów?*
- *Z czym mieliście największe trudności?*
- *Czy mowa ciała utrudnia, czy ułatwia komunikację? I dlaczego?*

Ćwiczenie nr 3: Zapoznajmy się	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 15 minut

Poproś uczniów o dobranie się w pary i wyobrażenie sobie następującej sytuacji: *Jesteście w kraju, którego języka nie znacie. Nie potraficie się porozumieć. Poznajecie fajną osobę i chcecie z nią porozmawiać. Ona także wydaje się być tym zainteresowana, ale nie zna waszego języka. Wymyślcie prosty sposób porozumiewania się z nią bez użycia słów.* Poproś uczniów o przedstawienie wymyślonego przez siebie sposobu komunikacji w postaci scenki.

Po odegraniu scenki, poproś uczniów o zastanowienie i udzielenie odpowiedzi na pytania:

- *Czy łatwo jest porozumiewać się bez użycia słów?*
- *Co nam pomaga w porozumiewaniu się z drugim człowiekiem?*

Przypomnij uczniom o uniwersalnych znakach i gestach, które ułatwiają porozumienie.

Ćwiczenie nr 4: Posłuchaj, co ci powiem	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 20 minut

Poproś uczniów o dobranie się w pary i podzielenie na osobę A i osobę B. Wyjaśnij, że zadanie będzie polegało na zebraniu od partnera podstawowych informacji, np. na temat ulubionego filmu, sposobu spędzania wolnego czasu, zeszłorocznych wakacji, etc. Przed rozpoczęciem zadania osoby A opuszczają salę. Osoby B zostają poproszone o uważne słuchanie rozmówcy oraz okazywanie zainteresowania wypowiedziami partnerów (potakiwanie, zadawanie dodatkowych pytań, etc.). Do sali wracają osoby A i rozpoczynają swoją prezentację. Po 5 minutach rozmowy zostają przerwane. Tym razem salę opuszczają osoby B, a osoby A zostają poproszone o sprawianie wrażenia znudzonych podczas rozmowy z partnerem (ziewanie, spoglądanie na ekran telefonu komórkowego, rozglądanie się po sali). Po 5 minutach rozmowy zostają przerwane.

Podsumowując zadanie, poproś uczniów o zastanowienie i odpowiedzi na pytania:

- *Skąd wiemy, że jesteśmy słuchani?*
- *Co czujemy, gdy jesteśmy słuchani?*
- *Co czujemy, gdy jesteśmy ignorowani?*

Ćwiczenie nr 5: Komu pomóc?	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 25 minut

Podziel uczniów na grupy 3-osobowe. Poproś o wyobrażenie sobie następującej sytuacji: *Jesteście grupą naukowców i polityków, przyznających wysokie dotacje finansowe na realizację badań naukowych dla dobra ludzkości. Najważniejszy dla was jest zawsze cel planowanych badań. Trudność waszej pracy polega na tym, że środki finansowe muszą być przekazane w całości tylko na jeden cel. Podejmując decyzję, nie możecie głosować albo pozostawić decyzji losowi. Musicie jako grupa dokonać jednomyślnego wyboru.* Wyjaśnij, że każda grupa ma 15 minut na podjęcie decyzji dotyczącej udzielania dotacji na jeden z czterech poniżej przedstawionych celów:

- *szczepionka przeciwko AIDS (Międzynarodowy Instytut Medycyny),*
- *pigułka szczęścia (Międzynarodowe Koło Naukowe),*
- *uniwersalny wykrywacz klęsk żywiołowych (Międzynarodowy Instytut Pogody),*
- *metoda leczenia chorób genetycznych (Zrzeszenie Niekonwencjonalnych Myślicieli).*

Podsumowując zadanie, poproś uczniów o zastanowienie i odpowiedź na pytania:

- *Czy walczyłeś/-aś o swoje interesy, czy z nich zrezygnowałeś?*
- *Czy byłeś/-aś asertywny/-a?*
- *Jak wiele rozwiązań zaproponowałeś/-aś?*
- *Jakie są wady i zalety różnych postaw w sytuacji konfliktowej?*

Podsumowanie	
Materiały: Kwestionariusz podsumowujący zajęcia.	Czas: 5 minut

Poproś uczniów o podzielenie się swoimi wrażeniami z przeprowadzonych zajęć. Rozdaj kwestionariusz podsumowujący zajęcia lub zadaj pytania:

- *Co ważnego dla siebie odkryłem podczas zajęć?*
- *Co robię dobrze (co potrafię)?*
- *Nad czym powinienem popracować i jak to osiągnę (gdzie zdobędę informacje)?*

Po wypełnieniu kwestionariusza poproś uczniów o dobranie się w pary oraz o wymienienie się swoimi odpowiedziami. Poproś, aby wypełniony kwestionariusz zachowali i wpięli do segregatora z innymi materiałami z zajęć.

Załącznik nr 1 *Ćwiczenie: Co mam na myśli?*

Jestem znudzony.	Nie obchodzi mnie to.	Jestem wściekły.
Jestem zaskoczony.	Jestem smutny.	Jestem szczęśliwy.
Jestem przerażony.	Jestem zmęczony.	Jestem zakochany.
Jestem obrażony.		

Zakłócenia komunikacyjne

Kompetencja	**Komunikacja**
Temat	**Zakłócenia komunikacyjne**
Scenariusz przygotowany został w oparciu o doświadczenia Centrum Doradztwa Zawodowego dla Młodzieży w Poznaniu.	
Grupa wiekowa: 14 – 18 lat	Czas: 90 minut

Wprowadzenie:

Scenariusz służy przeprowadzenia zajęć z zakresu komunikacji, tj. porozumiewania się, polegającego na werbalnym lub niewerbalnym przekazywaniu informacji i kształtowaniu relacji między ludźmi.

Umiejętności komunikacyjne określają stosunki między ludźmi i wpływają na poczucie własnej wartości. Otwarta komunikacja wzmacnia relacje z ludźmi. Swoboda w porozumiewaniu się pomaga w lepszym poznaniu poglądów innych i wspiera rozwój procesów decyzyjnych.

Temat koncentruje się na jednym z aspektów procesu komunikacji, jakim są zakłócenia. Podczas przekazywania komunikatu mogą wystąpić zakłócenia zarówno po stronie nadawcy, jak i odbiorcy. Nie zawsze odbiorca odczytuje przekazany komunikat w taki sam sposób, w jakim wyemitował go nadawca. Mówimy wówczas, że w procesie komunikacji wystąpiły zakłócenia. Poprzez uświadomienie sobie ich występowania oraz wykształcenie umiejętności ich rozpoznawania, możemy uniknąć wielu nieporozumień i niepowodzeń w relacjach interpersonalnych.

Cel główny:

Rozwijanie umiejętności rozpoznawania zakłóceń komunikacyjnych.

Cele szczegółowe:

- Uczeń wie, że zakłócenia są elementem komunikacji.
- Uczeń potrafi rozpoznać różnego rodzaju zakłócenia komunikacyjne.
- Uczeń rozumie, jak zakłócenia wpływają na odbiór komunikatu.

Materiały: kartki, długopisy, podręcznik szkolny lub dowolna książka.

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 10 minut

Zapytaj uczniów, co rozumieją pod pojęciem *komunikacja*. *W jaki sposób ludzie przekazują sobie wzajemnie informacje?* Kiedy już wymienią różne sposoby komunikowania się, powiedz, że dzisiaj zajmiecie się zakłóceniami w komunikacji. Zapytaj, z czym im się kojarzą zakłócenia w komunikacji. Powiedz uczniom, że komunikat przekazywany od nadawcy do odbiorcy może ulec różnym zniekształceniom. Celem naszych zajęć będzie stworzenie listy przykładowych zakłóceń komunikacyjnych.

Ćwiczenie nr 1: Wyjście do kina	
Materiały: Załącznik nr 1.	Czas: 20 minut

Podziel klasę na dwie grupy: realizatorów i obserwatorów. Poinformuj uczniów, że zadaniem grupy realizatorów będzie przekazywanie sobie usłyszanej historyjki (Załącznik nr 1) z zachowaniem, jak największej liczby szczegółów. Dodaj, że tylko pierwsza osoba z grupy realizatorów usłyszy oryginalny tekst, pozostała cześć będzie czekała za drzwiami na swoją kolej. Uczniowie będą wchodzić do sali pojedynczo, na sygnał nauczyciela. Zadaniem każdego kolejnego realizatora znajdującego się w sali będzie przekazanie historyjki następnej osobie, ta z kolei przekaże ją dalej aż do ostatniego ucznia. Gdy historyjka już dotrze do niego, jego zadaniem będzie wypowiedzenie jej na głos. Wówczas porównamy ją z wersją początkową, którą odczyta nauczyciel. Natomiast zadaniem grupy obserwatorów będzie uważne śledzenie postępów wykonywania zadania przez realizatorów.

Następnie przejdź do omówienia ćwiczenia: *Czy obie wersje różniły się od siebie? Jakie są spostrzeżenia i refleksje obserwatorów? Co można było zrobić, żeby informacja nie uległa zniekształceniu?*

Ćwiczenie nr 2: Rysunek	
Materiały: Załącznik nr 2.	Czas: 20 minut

Wyznacz jedną osobę z klasy, która otrzyma rysunek (Załącznik nr 2). Upewnij się, że rysunek widzi tylko ona. Zadaniem ucznia jest opisanie otrzymanego rysunku wyłącznie za pomocą słów, w taki sposób, aby pozostali uczniowie mogli sporządzić taki sam rysunek na jednej połowie swojej kartki. Opisujący nie może posługiwać się żadnymi środkami niewerbalnymi (np. rysować w powietrzu) i powinien stać tyłem do pozostałej części klasy. Na tym etapie uczniowie nie mogą prosić o powtórzenie polecenia, ani o wyjaśnienie.

W drugiej części ćwiczenia uczniowie mają za zadanie ponownie narysować ten sam rysunek na drugiej połowie kartki. Opisujący powtarza instrukcję z tym, że uczniowie mogą tym razem zadawać pytania i prosić o wyjaśnienia. Porównujemy obie wersje z oryginałem.

Następnie przejdź do omówienia ćwiczenia*: Która wersja bardziej przypomina oryginał? Którą wersję rysunku było wam łatwiej narysować? W jakim stopniu pomocne były instrukcje osoby opisującej rysunek? Jakie zakłócenia komunikacyjne pojawiły się w tym ćwiczeniu?* Zapisz propozycje zakłóceń na tablicy.

Ćwiczenie nr 3: Role	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 15 minut

Poproś jednego ochotnika, żeby wyszedł za drzwi klasy i przygotował 2 minutowe wystąpienie na temat, który najbardziej go interesuje. Poinformuj pozostałych uczniów, że zadaniem wybranych sześciu osób będzie odegranie określonych ról podczas jego wystąpienia. Pozostała część klasy jest widownią. Podziel role pomiędzy wybranych uczniów:

Rola A: Słuchaj bardzo uważnie, potakuj, wykaż zainteresowanie zadając dodatkowe pytania.

Rola B: Słuchając, bądź zdekoncentrowany, nieuważny.

Rola C: Zadaj pytanie zmuszające opowiadającego do powtórzenia raz opowiedzianej już kwestii.

Rola D: Słuchając, przerywaj mówiącemu, opowiadając własne, podobne przeżycie.

Rola E: Słuchając, patrz w okno, unikaj kontaktu wzrokowego, bądź niezadowolony.

Rola F: Słuchając, utrzymuj kontakt wzrokowy, potwierdzaj usłyszane treści, uśmiechaj się przyjaźnie, bądź wdzięcznym słuchaczem.

Następnie przejdź do omówienia ćwiczenia. Zapytaj ucznia: *Co mu pomagało, a co przeszkadzało opowiadać? Jak pozostali czuli się w swoich rolach?* Dopytaj o spostrzeżenia osoby, które nie przyjęły żadnej roli. *Jakie zakłócenia komunikacyjne pojawiły się w tym ćwiczeniu?* Dopisz nowe propozycje do listy na tablicy.

Ćwiczenie nr 4: Labirynt	
Materiały: Załącznik nr 3, kartki, długopisy.	Czas: 15 minut

Podziel uczniów w pary. Poinformuj, że ich zadaniem będzie przejście przez narysowany na kartce labirynt (Załącznik nr 3 – jedna kopia na parę). Podczas wykonywania ćwiczenia jeden z uczniów w parze musi mieć cały czas zamknięte/zasłonięte oczy. Jego zadaniem jest poprowadzenie długopisu przez narysowany na kartce labirynt, na podstaiwe instrukcji usłyszanych od kolegi. Drugi z uczniów udziela wskazówek tylko za pomocą słów, nie dotykając partnera, chyba, że długopis znajdzie się poza brzegiem kartki.

Następnie przejdź do omówienia ćwiczenia: *Na jakie przeszkody natrafiliście w tym ćwiczeniu? Co pomagało w ich pokonaniu?*

Podsumowanie	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 10 minut

Zwróć uczniom uwagę na różne typy zakłóceń, z uwzględnieniem tych przykładów, które ujawniły się w wykonywanych ćwiczeniach i zostały zapisane na tablicy. Poproś uczniów, żeby pogrupowali propozycje zgodnie z trzema kategoriami: zakłócenia związane z nadawcą komunikatu, z odbiorcą i czynnikami zewnętrznymi. Dodaj, że mogą uzupełnić listę o własne propozycje.

Przykłady zakłóceń:

- związanych z odbiorem: przerywanie, brak skupienia, nieuchwycenie sensu, lekceważenie przekazu, rezygnacja z wyjaśnień, słuchanie celem krytyki, niezrozumienie przekazu, zaniechanie podsumowań,
- związanych z nadawaniem: błędne założenia, bałagan w przekazie, niezrozumiały żargon, brak skupienia uwagi, poirytowanie odbiorcy, brak zaufania odbiorcy, negatywne nastawienie odbiorcy, brak dobrego kontaktu wzrokowego,

- wynikających z czynników zewnętrznych – hałas w sali i poza nią, brak możliwości kontaktu wzrokowego itp.

Zapytaj uczniów, jakie cechy powinien mieć dobry słuchacz.

Zakończ zajęcia rundą niedokończonego zdania: *Ważną rzeczą, którą dzisiaj odkryłam/odkryłem było…*

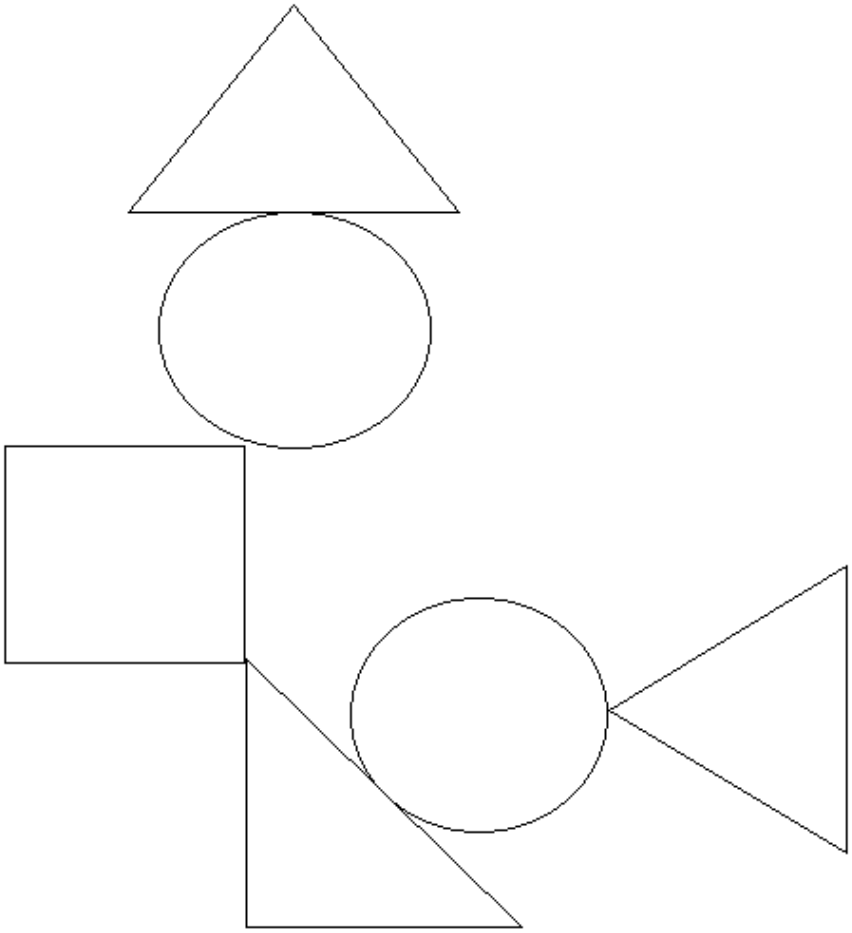
Załączniki

Załącznik nr 1 *Wyjście do kina Scala*

Było ciepłe popołudnie w kwietniu 2007 roku. Jacek, Paweł, Łucja i ja zdecydowaliśmy się wybrać do kina *Scala*. Lubię to kino, ponieważ mają tam ciastka własnej roboty i cudownego, małego burego kotka o imieniu Fritz. Obejrzeliśmy dwa filmy. Pamiętam, że pierwszy film nosił tytuł „Fantazja", ale nie pamiętam tytułu drugiego. Oba filmy bardzo mi się podobały. Wpół do dziewiątej wyszliśmy z kina i zastanawialiśmy się, gdzie można coś zjeść. Nagle zobaczyliśmy niebieskie światła, tłum ludzi, a potem, kiedy podeszliśmy bliżej, wozy strażackie. Staliśmy tam około dwudziestu minut, po czym zdaliśmy sobie sprawę, że lepiej będzie, jak pomyślimy o powrocie do domu. Jacek i Paweł wzięli taksówkę, Łucja i ja poszliśmy w stronę stacji metra. Niestety musiałem iść pieszo. Do domu dotarłem późnym wieczorem. Dopiero po wysłuchaniu porannych wiadomości dowiedziałem się, co się wydarzyło wczoraj.

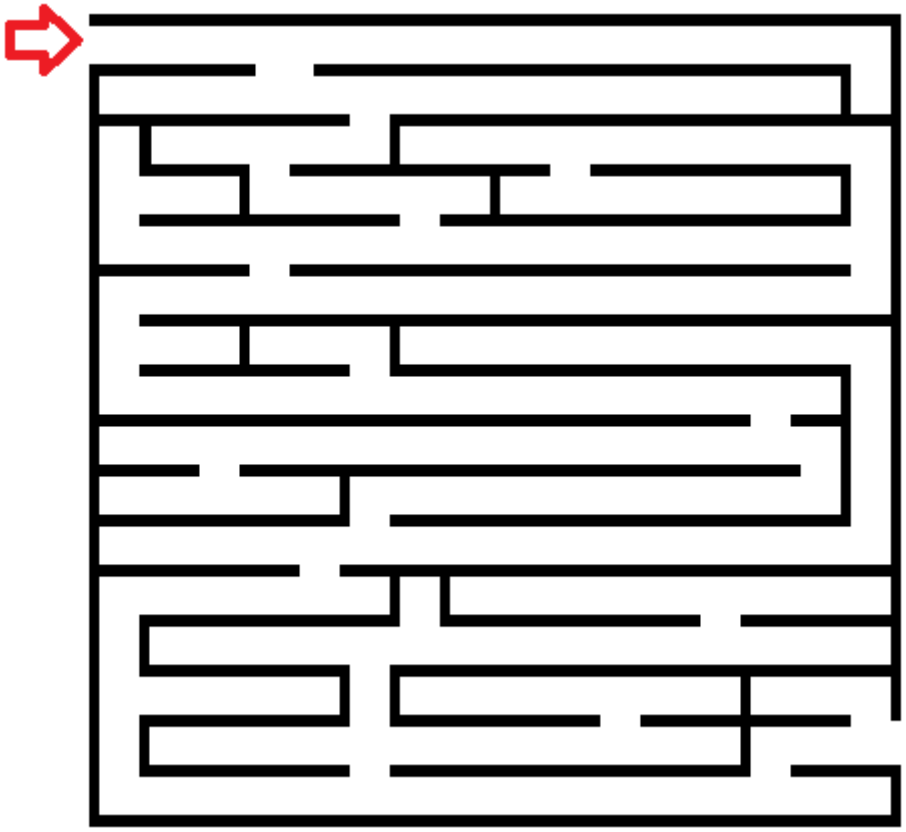
Źródło: opracowanie własne na podstawie: „Przełamywanie pierwszych lodów, integracja i aktywizacja grupy. MATERIAŁY SZKOLENIOWE" Edie West.

Załącznik nr 2 *Rysunek*



Źródło: opracowanie własne

Załącznik nr 3 *Labirynt*



Źródło: opracowanie własne

Jak aplikować do pracy albo na staż? Co i w jaki sposób zakomunikować?

Kompetencja	**Komunikacja**
Temat	**Jak aplikować do pracy albo na staż?** **Co i w jaki sposób zakomunikować?**
Scenariusz przygotowany na podstawie doświadczeń Cometa Formazione.	
Grupa odbiorców: 14-18 lat	Czas: 90 min

Scenariusz jest wykorzystywany w celu przygotowania uczniów obowiązkowego stażu. Młodzież wspiera się w przejęciu inicjatywy we własnym doświadczeniu stażowym poprzez wprowadzenie jej w praktykę pisania formalnego listu motywacyjnego i wysyłania go do pracodawcy goszczącego danego ucznia na praktykach. Zadaniem uczniowie jest zaprezentowanie w liście własnych celów i oczekiwań zawodowych.

Scenariusz jest wykorzystywany w czasie czwartego roku kształcenia zawodowego w *Comecie*, kiedy główna ścieżka kształcenia związana jest z doradztwem zawodowym oraz z profesjonalizacją uczniów - z rozwojem umiejętności przedstawiania się pracodawcom poprzez samodzielną aplikację w celu otrzymania zatrudnienia. Ścieżka ta składa się z lekcji poświęconych: zbieraniu informacji niezbędnych do przygotowania się do rozmowy o pracę; uzupełnianiu i dostosowywaniu curriculum vitae; przygotowaniu listu motywacyjnego oraz listu z podziękowaniami przekazywanego pracodawcy na końcu stażu.

Lekcja ta jest częścią cyklu zajęć, które w skład przedmiotu *Stażową Jednostkę Kształcenia* realizowaną po to, by uczynić uczniów świadomymi i sprawczymi uczestnikami stażu, w czasie całego przebiegu praktyki.

Cel główny:

Uczniowie potrafią napisać list motywacyjny niezbędny do aplikacji o pracę.

Cel szczegółowy:

- Uczeń potrafi komunikować się za pomocą listu, przy użyciu formalnego języka.
- Uczeń umie wskazać własne cele zawodowe.
- Uczeń umie zaprezentować się oraz zakomunikować własne cele zawodowe.
- Uczeń jest świadomy, że staż w firmie jest kolejną okazją do kształcenia się.

Materiały: tablica interaktywna, tradycyjna albo flipchart, rzutnik (w razie braku dostępu do tablicy interaktywnej), komputer albo tablet dla każdego z uczniów (kartki i długopisy w wypadku braku dostępu do sprzętu), Załącznik nr 1 - po 1 kopii dla każdego ucznia, Załącznik nr 2 do wyświetlenia lub do rozdania uczniom, Załącznik nr 3 - po 1 kopii dla każdego ucznia.

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie	
Materiały: Tablica interaktywna, tradycyjna albo flipchart.	Czas: 30 minut

Przedstawienie celu lekcji i jego związku ze zbliżającym się rozpoczęciem stażu. Celem jest nauczenie się komunikacji z firmą za pomocą narzędzia, jakim jest formalny list z zapytaniem o staż albo w przyszłości pracę. Nauczyciel pyta uczniów, czy wiedzą, czym jest list motywacyjny, do czego służy i dlaczego jest ważny w skutecznym aplikowaniu o pracę.

Powierzchnia tablicy zostaje podzielona na trzy części opatrzone następującymi hasłami:

- *Co to jest?*
- *Do czego służy?*
- *Co komunikujemy*?

Burza mózgów: nauczyciel prosi uczniów, aby mówili o wszystkich pomysłach i skojarzeniach, które przychodzą im do głowy w związku z każdym z tych pytań. Odpowiedzi uczniów zapisuje na tablicy. Na zakończenie nauczyciel prowadzi grupę ku uporządkowaniu tych pomysłów, po to by ostatecznie stworzyć i zapisać definicję listu motywacyjnego.

Ćwiczenie nr 1: Osobiste motywacje do podjęcia stażu	
Materiały: Załącznik nr 1 - po jednej kopii dla każdego ucznia, długopisy.	Czas: 25 minut

Nauczyciel rozdaje uczniom kwestionariusz (Załącznik nr 1) do samodzielnego wypełnienia po to, aby uczniowie mogli zastanowić się indywidualnie nad treścią tego, co chcą zakomunikować firmie.

Uczniowie dobierają się w pary i porównują to, co napisali. Następnie zadając pytania, pomagają sobie wzajemnie doprecyzować i wyjaśnić te odpowiedzi i pomysły, które nie są wystarczająco przejrzyste.

Ćwiczenie nr 2: Jak napisać list motywacyjny?	
Materiały: Załącznik nr 2 do wyświetlenia na tablicy interaktywnej albo przy pomocy rzutnika. W wypadku braku dostępu do sprzętu audiowizualnego: wersja drukowana dla każdego z uczniów.	Czas: 10 minut

Nauczyciel wyświetla na tablicy formatkę listu motywacyjnego lub rozdaje uczniom jej kopie i prosi ich o wskazanie następujących części tekstu:

- nagłówek,
- temat,
- wstęp,
- rozwinięcie,
- zakończenie i końcowe zwroty grzecznościowe.

Ćwiczenie nr 3: Piszę list motywacyjny	
Materiały: komputer albo tablet dla każdego ucznia, albo kartki papieru i długopisy.	Czas: 20 minut

Nauczyciel zaprasza uczniów do napisania listów motywacyjnych na podstawie wzoru, na którym pracowali oraz odpowiedzi, których udzielili w kwestionariuszu. Na koniec uczniowie przesyłają albo oddają swoje listy motywacyjne nauczycielowi, który następnie, po wprowadzeniu ewentualnych poprawek, przekazuje je do firm, w których uczniowie będą odbywali staż.

Podsumowanie	
Materiały: Załącznik nr 3– po jednej kopii dla każdego ucznia; długopisy.	Czas: 5 minut

Nauczyciel rozdaje uczniom kwestionariusz końcowy. Na koniec lekcji zbiera je do przejrzenia oraz do wykorzystania przy przygotowaniu kolejnych zajęć. Na następnych zajęciach nauczyciel zwraca uczniom kwestionariusze, by mogli je włączyć do swoich teczek z dokumentacją stażu.

Załączniki:

Załącznik nr 1 *Kwestionariusz motywacji do podjęcia stażu*

Kwestionariusz motywacji do podjęcia stażu (imię/nazwisko)

Co chcesz zakomunikować firmie?

_____

_____

_____

Jakie cele stawiasz sobie do osiągnięcia w czasie stażu?

_____

_____

_____

Czy jest coś nowego, czego chcesz się nauczyć?

_____

_____

_____

Czy jest coś, w czym chcesz się poprawić? (Jeśli chodzi o technikę, zachowania lub relacje)

_____

_____

_____

Załącznik nr 2 *Wzór listu z prośbą o staż*

Imię i nazwisko
adres
telefon
e-mail

nazwa firmy
adres firmy

Temat: prośba o przyjęcie na staż (imię i nazwisko)

Szanowni Państwo,

- *krótkie przedstawienie samego siebie,*
- *krótkie omówienie wcześniejszego doświadczenia ze staży oraz kompetencji nabytych w ich czasie.*

Proszę o możliwość odbycia stażu w Państwa firmie, ponieważ:

- *krótki opis: motywacji, celów zawodowych i osobistych, które chce się osiągnąć.*

Załączam moje Curriculum Vitae i z góry dziękuję za oferowane przez Państwa możliwości.

Z wyrazami szacunku

podpis

Miejsce, data

Podejmowanie decyzji

Sposoby radzenia sobie z trudnościami w procesie podejmowania decyzji

Kompetencja	**Podejmowanie decyzji**
Temat	**Sposoby radzenia sobie z trudnościami w procesie podejmowania decyzji**
Scenariusz przygotowany został w oparciu o doświadczenia Stowarzyszenia Na Rzecz Spółdzielni Socjalnych.	
Grupa wiekowa: 14 – 18 lat	Czas: 90 minut

Wprowadzenie:

Proces wyboru zawodu jest nierozerwalnie związany z podejmowaniem decyzji. Jeśli chcemy świadomie pokierować rozwojem swojej kariery, musi za tym stać przemyślany plan postępowania, odpowiadający naszymi zdolnościom, preferencjom oraz wymaganiom rynku pracy. Gdy chcemy otrzymać dobrą pracę ważne jest nie tylko odpowiednie postawienie celu, ale też konsekwentna realizacja podjętych decyzji.

Na proces podejmowania decyzji składają się takie elementy jak: poznanie i zdefiniowanie istoty sytuacji wymagającej podjęcia decyzji, wyodrębnienie różnych możliwości, wybranie najlepszej z nich i wprowadzenie jej w życie (według K. Dąbrowskiej).

W trakcie zajęć chcemy pokazać, że w procesie podejmowania decyzji powinniśmy kierować się naszymi priorytetami, a koncentracja na celu i determinacja w działaniu jest kluczem do sukcesu. W scenariuszu koncentrujemy się na wzmacnianiu praktycznych umiejętności w zakresie podejmowania decyzji rozumianego jako dokonywanie wyborów, których podstawą jest dążenie do osiągnięcia określonego celu.

Cel główny:

Rozwijanie umiejętności wspierających proces podejmowania decyzji.

Cele szczegółowe:

- Uczeń potrafi zdefiniować i rozumie źródła najczęściej pojawiających się trudności w procesie podejmowania decyzji.
- Uczeń potrafi zdefiniować i rozumie działanie czynników wpływających na proces podejmowania decyzji.
- Uczeń potrafi wykorzystywać techniki ułatwiające podejmowanie decyzji (drzewo decyzyjne).

Materiały: flipchart, pisaki albo tablica, kreda, Załącznik nr 1 – *Podróż, czyli czynniki wpływające na podejmowanie decyzji*, Załącznik nr 2 – *Drzewo decyzyjne*.

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie	
Materiały: nie dotyczy	Czas: 15 minut

Wyjaśnij uczniom tzw. paradoks osła, sformułowany przez francuskiego filozofa Jeana Buridana w XIV wieku (w polskiej literaturze zobrazowany w wierszu Aleksandra Fredry pt. *Osiołkowi w żłoby dano*). Wyjaśnij, że samo słowo *paradoks* oznacza twierdzenie logiczne prowadzące do zaskakujących albo sprzecznych wniosków. Paradoks osła związany jest z koncepcją wolnej woli i opisuje sytuację, w której tytułowy osioł jest jednocześnie głodny i spragniony, a stoi dokładnie pomiędzy stogiem siana a wiadrem z wodą. Zazwyczaj osioł – stojąc przed koniecznością dokonania podobnego wyboru – kieruje się odległością. Wybiera to, co jest najbliżej. W opisanej sytuacji nie będzie w stanie podjąć decyzji, umrze z głodu i pragnienia.

Zaproś uczniów do podzielenia się swoimi skojarzeniami związanymi z paradoksem osła Buridana, zadając pytania:

- *Czy kiedykolwiek mieliście problem z podjęciem decyzji?*
- *W jakiej sytuacji podjęcie decyzji było najtrudniejsze?*
- *W jaki sposób poradziliście sobie z trudnościami?*

Wyjaśnij, że celem zajęć będzie zdefiniowanie czynników wpływających na proces podejmowania decyzji, trudności pojawiających się na różnych jego etapach oraz strategii radzenia sobie z nimi.

Ćwiczenie nr 1: Podróż, czyli czynniki wpływające na podjęcie decyzji

Materiały: załącznik nr 1.	Czas: 20 minut

Poproś grupę, aby stanęła na środku sali. Poinformuj uczniów, że podczas zadania będą ćwiczyć umiejętność podejmowania szybkich decyzji poprzez dokonywanie wyboru spośród dwóch odczytanych możliwości (zob. Załącznik nr 1). W pierwszej kolejności odczytaj możliwości, czyli pogrubione słowa w każdym wierszu. Po każdym wyborze dopytaj uczniów dlaczego dokonali takiego, a nie innego wyboru. Następnie odczytaj informacje dodatkowe, czyli informacje zapisane w nawiasie. Zapytaj uczniów, w jaki sposób podane informacje dodatkowe wpłynęłyby na podjęte przez nich decyzje. Wyjaśnij, że jednym z czynników wpływających na podejmowanie decyzji są gromadzone informacje.

Ćwiczenie nr 2: Wartości w procesie podejmowania decyzji	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 25 minut

Poproś uczniów, by wyobrazili sobie następującą sytuację: *Idziesz ulicą. Mijająca cię osoba gubi 10 euro. Możesz je oddać albo pójść z koleżanką/kolegą do kina na film, który bardzo chcieliście zobaczyć.* Poproś uczniów, by przeszli na jedną stronę sali, jeśli oddaliby pieniądze albo na drugą - jeśli zatrzymaliby je i poszli do kina. Następnie poproś uczniów o uzasadnienie podjętej decyzji, zadając pytania:

- *Jakie myśli kierowały waszym wyborem?*
- *Jaki był nasz główny cel?*
- *Jakie czynniki kierują nami przy podejmowaniu decyzji?*

Nie wartościuj wyborów dokonanych przez uczniów. Zbierz wszystkie pomysły, żeby ustalić. co kierowało uczniami w momencie podejmowania decyzji. Wśród pojawiających się odpowiedzi mogą pojawić się argumenty za podjętą decyzją takie, jak uczciwość, reakcja otoczenia. Wyjaśnij, że czynnikami wpływającymi na podejmowane przez nas decyzje są cele, jakie stawiamy sobie w życiu oraz nasz system wartości.

Wspólnie z uczniami zastanówcie się przez chwilę, co mogło kierować osobami wybierającymi rożne zawody (np. nauczyciel, sportowiec, polityk, policjant) lub drogi życiowe (np. pustelnik, przestępca). Zachęć uczniów do refleksji, czy dokonując wyboru drogi życiowej, jesteśmy w stanie przewidzieć wszystkie konsekwencje.

Ćwiczenie nr 3: Drzewo decyzyjne	
Materiały: Załącznik nr 2.	Czas: 25 minut

Podziel uczniów na grupy 4-5 osobowe. Wyjaśnij, że zadaniem każdej grupy będzie podjęcie decyzji dotyczących przykładowych sytuacji problemowych, zawierających się w pytaniach:

- *Czy zdecydujemy się rozpocząć pracę jeszcze w trakcie nauki w szkole?*
- *Czy po zakończeniu szkoły zdecydujemy się na rozpoczęcie działalności gospodarczej?*
- *Czy po zakończeniu szkoły zdecydujemy się wyjechać za granicę w poszukiwaniu pracy?*
- *Czy po zakończeniu szkoły rozpoczniemy studia?*

Wyjaśnij, że każda z grup powinna rozwiązać zadanie przy wykorzystaniu tzw. *drzewa decyzyjnego* (zob. Załącznik nr 2). Wyjaśnij uczniom zasady sporządzania drzewa decyzyjnego: na dole kartki rysujemy pień drzewa, w którym wpisujemy problem decyzyjny (pytania dotyczące sytuacji problemowej). Następnie rysujemy gałęzie, czyli możliwe sposoby rozwiązania problemu, a powyżej negatywne i pozytywne konsekwencje poszczególnych rozwiązań. W koronie drzewa wpisujemy cele i wartości, którymi będziemy się kierować podejmując decyzję. Uwaga: cele i wartości wpisujemy przed wymyśleniem – stanowią one bowiem zasadnicze kryterium oceny rozważanych możliwości. Poproś uczniów o zaprezentowanie wyników przeprowadzonej analizy, czyli o wyjaśnienie, jaką podjęli decyzję i co wpłynęło na jej podjęcie.

Podsumowanie	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 5 minut

Podsumowując zajęcia zwróć raz jeszcze uwagę na fakt, że cele i wartości – obok zgromadzonej przez nas wiedzy i doświadczenia – wpływają na podejmowane przez nas decyzje życiowe oraz nasze relacje z innymi ludźmi. Podkreśl, że wszystkie te czynniki wzajemnie się uzupełniają.

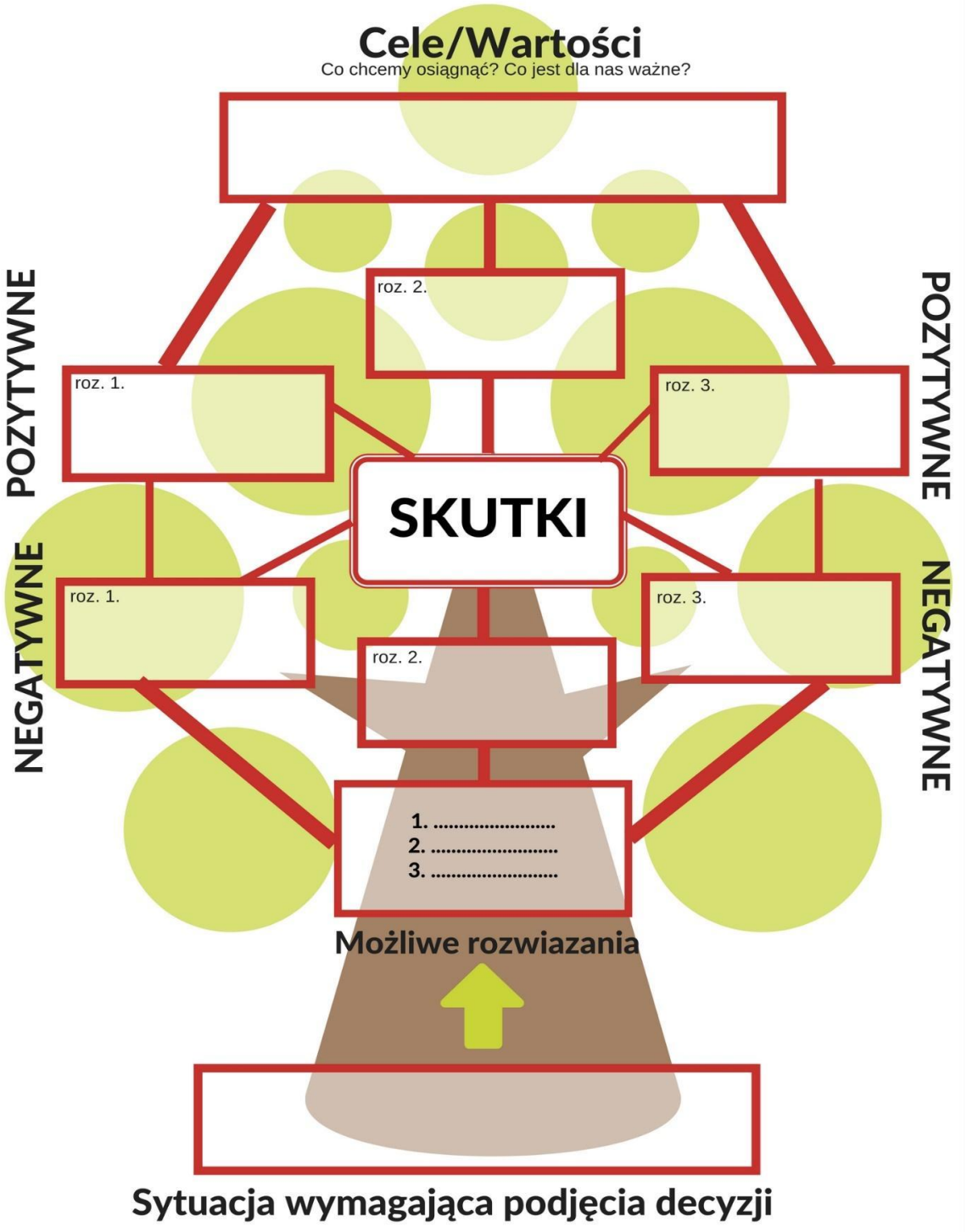
Podsumowując zajęcia, możesz także wykorzystać *Kwestionariusz* zamieszczony na końcu niniejszego opracowania.

Załączniki:

Załącznik nr 1 *Podróż, czyli czynniki wpływajace na podejmowanie decyzji*

Latem:	
Morze (podróż zajmuje 2 godziny)	**Góry** (podróż zajmuje 8 godzin)
Podróż:	
Samochód (nie masz prawa jazdy)	**Pociąg** (czekają cię trzy przesiadki)
Wolny wieczór:	
Spacer: (pada deszcz)	**Kino** (grają film, który widziałeś już wiele razy)
Wolny dzień:	
Spływ kajakowy (masz do przebycia trasę 15 km)	**Wspinaczka** (wieje silny wiatr)
Muzeum:	
Komiksu (najciekawsza część ekspozycji poza muzeum)	**Marynarki Wojennej** (ekspozycja uzupełniona o zasoby innych muzeów europejskich)
Nocleg:	
Hostel (35 zł za osobę)	**Trzygwiazdkowy hotel** (150 zł za osobę)

Załącznik nr 2: *Drzewo decyzyjne*



Podejmowanie decyzji a skuteczne osiąganie celu

Kompetencja	**Podejmowanie decyzji**
Temat	**Podejmowanie decyzji i skuteczne osiąganie celu**
Scenariusz przygotowany został w oparciu o doświadczenia Poradni Pedagogiczno - Psychologicznej Rejonu Wileńskiego.	
Grupa wiekowa: 14-18 lat	Czas: 90 minut

Wprowadzenie:

Proces wyboru zawodu jest nierozerwalnie związany z podejmowaniem decyzji. Jeśli chcemy świadomie pokierować rozwojem swojej kariery, musi za tym stać przemyślana koncepcja postępowania, odpowiadająca naszymi zdolnościom, preferencjom oraz wymaganiom rynku pracy. Gdy chcemy osiągnąć karierę ważne jest nie tylko odpowiednie postawienie celu, ale też konsekwentna realizacja podjętej decyzji i upór działaniu.

Na proces podejmowania decyzji składają się takie elementy jak: poznanie i zdefiniowanie istoty sytuacji wymagającej podjęcia decyzji, wyodrębnienie różnych możliwości, wybranie najlepszej z nich i wprowadzenie jej w życie (według K. Dąbrowskiej).

W trakcie zajęć chcemy pokazać, że w procesie podejmowania decyzji powinniśmy kierować się naszymi priorytetami, a koncentracja na celu i determinacja w działaniu jest kluczem do sukcesu.

Cel główny:

Rozwijanie umiejętności podejmowania decyzji.

Cele szczegółowe:

- Uczeń wzmocni swoje umiejętności podejmowania decyzji i planowania.
- Uczeń uświadomi socie konieczność dążenia do osiągania zamierzonego celu.
- Uczeń doskonali umiejętności wdrożania podjętych decyzji.

Materiały: tablica, kreda/pisaki, arkusze papieru, kartki, 3-4 pudełka albo torebki, kryształki, długopisy, Załącznik nr 1 *Strategia Kurta Vonneguta*, *Kwestionariusz podsumowania zajęć* (opcjonalnie).

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 10 minut

Poinformuj uczniów, że celem zajęć jest rozwijanie umiejętności podejmowania decyzji. Zadaj pytania: *Co jest najważniejsze podczas podejmowania decyzji? Co wzmacnia prawdopodobieństwo osiągniecia celu?* Podsumowując wypowiedzi opowiedz, z jakich etapów składa się proces podejmowania decyzji i na ile ważny jest upór i konsekwencja w działaniu.

Ćwiczenie nr 1: Zdobywanie kryształów	
Materiały: nieduże kryształki (około 100 sztuk). W razie potrzeby kryształki można zamienić na fasolki, spinacze do papieru, ołówki, karty albo inne drobne przedmioty.	Czas: 20 minut

Wyjaśnij uczniom, że ich zadaniem będzie zebranie jak największej liczby kryształków, które rozdawane są przez dwie osoby (dwóch mistrzów) siedzących w przeciwległych kątach sali. Wcześniej poinstruuj ich na osobności, że ich zadaniem będzie wręczanie uczestnikom kryształków według następujących zasad: jeden mistrz wręcza kryształek co trzeciej osobie podchodzącej do niego, drugi mistrz wręcza kryształki tylko tym osobom, które wypowiedzą słowo-klucz: *bardzo*. Uczniowie mogą zwracać się z prośbą o kryształki do dowolnego z dwóch mistrzów, w dowolnej kolejności i z dowolną częstotliwością. Mistrz, ze znanych tylko sobie powodów, akceptuje prośbę albo ją odrzuca. Uczniowie rywalizują ze sobą o jak największą liczbę kryształków.

Po zakończeniu zadania pytamy uczniów o ich wrażenia i refleksje:

- *Czy jesteś zadowolony/zadowolona ze zdobytej przez siebie liczby kryształków?*
- *Czy udało Ci się odgadnąć zasadę, według której mistrzowie dzielili kryształki?*
- *Jak myślisz, czy liczba zdobytych przez Ciebie kryształków jest wynikiem przyjętej przez Ciebie strategii działania, konsekwencji w działaniu, czy szczęścia?*
- *Jakie czynniki sprzyjają osiąganiu założonego celu?*

Ćwiczenie nr 2: Wakacje na litwie i strategia Kurta Vonneguta	
Materiały: Załącznik nr 1, długopisy	Czas: 25 minut

Zaproponuj uczniom, aby zaplanowali na wakacje na Litwie nad jeziorem Gele, położonym w sosnowym borze w okolicach miasta Niemenczyn, oddalonego o ok. 30 km od wileńskiego lotniska. W ramach zadania uczniowie wykorzystają strategię planowania Kurta Vonneguta. Pisarz stosował ją do konstruowania swoich powieści i opowiadań. Wyjaśnij, że polega ona na planowaniu działań od końca, czyli planowanie rozpoczynamy od zdefiniowania naszego celu i rezultatu, a później krok po kroku cofamy się, aby przeanalizować działania, które musimy zrealizować na poszczególnych etapach. Planowana przez nas podróż ma się odbyć za rok. Mamy więc sporo czasu, ale żeby go nie zmarnować, pierwszy krok musimy zrobić już dzisiaj. Podziel uczestników na grupy 3-osobowe. Poproś, aby uczniowie zaplanowali działania indywidualnie, a następnie w ramach swojej grupy. Planując działania, uczniowie mogą korzystać ze schematu opisanego w Załączniku nr 1.

Ćwiczenie nr 3: Skrzynka problemów	
Materiały: kartki, długopisy, 3-4 torebki albo małe pudełka.	Czas: 25 minut

Poinformuj uczniów, że ich zadaniem będzie wybranie wymarzonego zawodu, a następnie określenie wszystkich możliwych problemów, jakie mogą przeszkodzić w osiągnięciu tego celu oraz rozwiązań, które pozwolą przezwyciężyć pojawiające się trudności.

Poproś uczniów o dobranie się w grupy 4-5 osobowe oraz o wypisanie na kartkach po jednej z możliwych przeszkód, problemów, trudności. Następnie poproś o włożenie wszystkich kartek do wcześniej przygotowanego pudełka albo torebki. Poproś uczniów o podzielenie się ze swoją grupą informacją o wybranym przez siebie zawodzie oraz o losowe wyciągnięcie kartki z opisem przeszkody albo problemu z pudełka/ torebki. Wyjaśnij uczniom, że ich zadaniem po wyciagnięciu kartki, będzie szybkie wymyślenie i zaproponowanie grupie sposobu ominięcia danej przeszkody albo problemu.

Podsumowując zadanie, poproś uczniów o podzielenie się swoimi refleksjami:

- *Jakie przeszkody były najtrudniejsze?*
- *Co możemy zrobić, żeby uniknąć najtrudniejszych dla nas przeszkód na drodze do zdobycia wymarzonego zawodu?*

Podsumowanie

Materiały: Kwestionariusz podsumowujący zajęcia, długopisy.	Czas: 10 minut

Załączniki

Załącznik nr 1 *Strategia Kurta Vonneguta*

1 krok	Zapisz cel, który chcesz osiągnąć za rok. Zapisz konkretną datę (dzień, miesiąc, godzinę).	
2 krok	Wyobraź sobie, że już jesteś w tym momencie, gdy cel został osiągnięty. Co widzisz, co słyszysz, co czujesz?	
3 krok	Teraz się cofamy. Pomyśl, co się wydarzyło wczoraj, skoro dziś cel jest osiągnięty?	
4 krok	Jakie działania podjąłeś tydzień temu?	
5 krok	Jakie działania podjąłeś dwa tygodnie temu?	
6 krok	Jakie działania podjąłeś miesiąc temu?	
7 krok	Jakie działania podjąłeś pół roku temu?	
8 krok	Jakie działania podjąłeś 11 miesięcy temu?	

9 krok	Jesteś znowu DZISIAJ. Jaki musi być Twój pierwszy krok, żeby dojść do celu za rok? Co zrobisz teraz, aby wydarzyło się to, co zaplanowałeś w punkcie 1?	

Jakie kroki prowadzą do wyboru? Jak na podstawie doświadczenia wyodrębnić fazy procesu decyzyjnego?

Kompetencja	**Podejmowanie decyzji**
Temat	**Jakie kroki prowadzą do wyboru?** **Jak na podstawie doświadczenia wyodrębnić fazy procesu decyzyjnego?**
Scenariusz został przygotowany na podstawie doświadczeń Cometa Formazione.	
Grupa odbiorców**:** 14 – 18 lat	Czas: 90 min

Wprowadzenie:

Z uczniami ostatniej klasy poruszamy tematykę wyborów i podejmowania decyzji, dążąc do większego zrozumienia i uporządkowania wiedzy na temat dynamik przyczynowości oraz przypadkowości wiążących się z tymi procesami. Dla podjęcia wyboru konieczna jest uporządkowana metoda, ale należy również wziąć pod uwagę mnogość czynników, które wchodzą w grę. Wydaje się, że młodzi ludzie często dokonują wyborów przez przypadek. Ważne jest, by zdawać sobie sprawę, że wybory nie wszsyskie są dokonywane przez przypadek, ale niektóre na podstawie przypadkowych przesłanek.

Osoby w tej grupie wiekowej mogą stanąć przed wyborami, takimi jak wybór szkoły, które wydają się być nieodwołalne – to z kolei wzbudza niepokój i nasila potrzebę identyfikacji (*ja jestem taki, jestem tym zawodem, tą charakterystyczną cechą*), ponieważ taka natychmiastowa i pełna identyfikacja wydaje się być tarczą ochronną.

W ostatniej klasie szkoły należy skupić się na umiejętności zaakceptowania przypadkowości i na tym tle konstruować proces decyzyjny, określoną ścieżkę postępowania. Wybór dalszej drogi edukacyjnej jest poważną i odpowiedzialną decyzją, ale należy również zaakceptować fakt, iż naznaczają go elementy przypadkowości.

Uczniom uświadamiają sobie, iż przy wyborze, który ich czeka, będą do pewnego stopnia skrępowani wiążącą się z nim odpowiedzialnością, ale też, że powinni być otwarci na jego nieostateczność.

Cel główny:

Refleksja nad procesem decyzyjnym.

Cele szczegółowe:

- Uczeń potrafi prawidłowo odczytać kontekst sytuacyjny podejmowanych decyzji.
- Uczeń rozróżnia etapy procesu decyzyjnego pomocne przy dokonywaniu skomplikowanych wyborów.
- Uczeń rozpoznaje najczęstsze błędy w procesie podejmowania decyzji.
- Uczeń jest świadomy wielości czynników mających wpływ na proces decyzyjny.

Materiały: papier i długopisy dla wszystkich uczniów, tablica interaktywna albo ekran i rzutnik do wyświetlenia załączonych slajdów, albo papier/tablice ze skopiowaną treścią załączników, slajdy *proces decyzyjny*, Załącznik nr 1, Załącznik nr 2, Załącznik nr 3, Załącznik nr 4.

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie	
Materiały: tablica interaktywna albo inne narzędzie służące zaprezentowaniu slajdów 1 i 2, Załącznik nr 1.	Czas: 10 minut

Nauczyciel prezentuje slajdy 1 i 2 albo ich treść skopiowaną na arkusz papieru, albo tablicę: *Proces decyzyjny*. *Cel zabawy: wyodrebnić fazy procesu decyzyjnego na podstawie konkretnego doświadczenia.*

Nauczyciel pyta uczniów, czy stoją w tej chwili przed jakimś konkretnym wyborem. Następnie kieruje ich uwagę na fakt, że dokonywanie wyborów jest codzienną aktywnością i że niektóre decyzje wydają się trudniejsze od innych, jak na przykład czekający uczniów wybór dalszej drogi edukacyjnej.

Celem lekcji jest odtworzenie, na podstawie konkretnych doświadczeń, faz procesu decyzyjnego w taki sposób, by można go było odtworzyć w przypadku wyboru szkoły.

Nauczyciel mówi uczniom, iż wezmą udział w zabawie, która pozwoli im odkryć, czy istnieje sposób na przygotowanie się do podejmowania skomplikowanych decyzji.

Ćwiczenie nr 1: Zabawa w rozbitków	
Materiały: Załącznik nr 2, Załącznik nr 3, tablica interaktywna albo rzutnik, albo arkusz papieru ze skopiowanym wcześniej tekstem, kartki papieru, długopisy.	Czas: 20 minut

Nauczyciel prosi uczniów, by zapisali na kartkach reguły i fabułę zabawy, które im odczyta oraz wyświetli na tablicy. Następnie odczytuje i wyświetla lub pokazuje tekst następującej historii: *Jesteśmy na statku, który ma awarię. Radio nie działa, a na szlaku naszej żeglugi nie mamy innej możliwości komunikacji. Wiemy jednak, że w pobliżu jest wyspa. Statek jest wyposażony w szalupę, na której wszyscy się zmieścimy. Na szalupę możemy zabrać tylko jeden z 10 przedmiotów, które są na statku*.

Uczniowie wypisują następujące 10 przedmiotów:

- walizka z kocami,
- skrzynka z lekami,
- skrzynka z alkoholem,
- skrzynka z bronią,
- skrzynka z żywnością,
- koła ratunkowe,
- mała kuchenka polowa,
- pies będący maskotką załogi,
- radio pokładowe (z nadzieją, że uda nam się je naprawić),
- skrzynka z narzędziami.

Nauczyciel zaznacza, że uczniowie nie mogą zadawać pytań na tym etapie gry (jeśli jakieś przychodzą im do głowy, powinni zapisać je na kartce). Mówi także, iż będą musieli wybrać jeden przedmiot dla całej klasy.

Ćwiczenie nr 2: Decyzja indywidualna	
Materiały: kartki i długopisy.	Czas: 5 minut

Uczniowie samodzielnie dokonują pierwszego wyboru, zapisując na kartkach jeden z przedmiotów i powód, dlaczego warto go zabrać.

Ćwiczenie nr 3: Decyzja w parach	
Materiały: kartki i długopisy.	Czas: 10 minut

Uczniowie dobierają się w pary. Ich zadaniem jest w drodze dyskusji wspólnie wybrać jeden przedmiot. W czasie ćwiczenia nauczyciel obserwuje dynamikę dyskusji w parach i komentuje ją, by skłonić
do refleksji nad różnymi metodami, które mogą służyć podejmowaniu decyzji.

Ćwiczenie nr 4 : Decyzja grupowa	
Materiały: nie dotyczy	Czas: 10 minut

Nauczyciel zaprasza klasę do zadecydowania, według jakiego kryterium podjęta zostanie ostateczna decyzja. Następnie krytykuje każdą z podanych możliwości, racjonalnie dowodząc, że nie będzie pomocna przy podjęciu świadomej i odpowiedzialnej decyzji.

Przykłady: demokracja większościowa, konsensus, decyzja autorytarna, etc.

Ćwiczenie nr 5: Metarefleksja	
Materiały: Załącznik nr 4, tablica interaktywna albo rzutnik, albo arkusz papieru z treścią Załącznika nr 4.	Czas: 15 minut

Po tym, jak okazuje się, że nie da się podjąć decyzji, nauczyciel wstrzymuje zabawę i proponuje metarefleksję, przypominając dotychczasowe etapy zabawy (i wyświetlając slajd, na którym zostały one wypisane), takie jak:

- określenie problemu oraz celów,
- wyszczególnienie różnych możliwości wyboru,
- ocena różnych możliwości wyboru,
- wybór najlepszego rozwiązania.

Nauczyciel pyta uczniów, czego jeszcze brakuje w tym procesie, a co mogłoby go uczynić bardziej efektywnym. Kieruje dyskusją w taki sposób, by doprowadzić do zastanowienia się nad brakiem

etapu polegającego na zbieraniu informacji i danych, dotyczących zarówno możliwych opcji wyboru, jak i kontekstu sytuacyjnego.

W ten sposób dochodzi się do wprowadzenia do procesu decyzyjnego etapu *zbieranie niezbędnych informacji*. Etap ten zostaje wpisany w przygotowane wcześniej wolnej miejsce na slajdzie albo arkuszu:

- określenie problemu oraz celów,
- wyszczególnienie różnych możliwości wyboru,
- zbieranie niezbędnych i pomocnych informacji,
- ocena różnych możliwości wyboru,
- wybór najlepszego rozwiązania.

Ćwiczenie nr 6: Zbieranie informacji	
Materiały: jak we wcześniejszych ćwiczeniach.	Czas: 10 minut

Nauczyciel zaprasza uczniów do zadawania pytań, które zapisali uprzednio na kartkach oraz takich, które pojawiły się później. Nauczyciel udziela odpowiedzi na wszystkie pytania z wyjątkiem tych, zaliczających się do dwóch typów:

- *Co Pan/Pani by wybrał/-a?,*

- *Pytania odnoszące się do przyszłości.*

Odpowiedzi powinny zdecydowanie upraszczać kontekst sytuacyjny (np. statek znajduje się o 100 metrów od zamieszkanej wyspy).

Ćwiczenie nr 7: Decyzja	
Materiały: jak we wcześniejszych ćwiczeniach.	Czas: 5 minut

Nauczyciel zaprasza uczniów do podjęcia decyzji. Dynamika w tym momencie zajęć dowodzi, że kiedy wyjaśni się kontekst sytuacyjny, decyzja staje się prostsza i łatwiej jest dojść do wspólnych wniosków. W ten sposób wskazuje się również na to, że nie istnieje wybór absolutnie dobry, właściwy w każdej sytuacji, ale istnieją wybory odpowiednie w danych okolicznościach.

Podsumowanie

Materiały: Załącznik nr 5 - kopia dla każdego ucznia, długopisy.	Czas: 5 minut

Nauczyciel zaprasza do refleksji nad tym, czego każdy z uczniów nauczył się o procesie decyzyjnym oraz do wypełnienia kwestionariusza końcowego.

Załączniki:

Załącznik nr 1 *Cel zabawy*

Proces decyzyjny

Cel zabawy

Wyodrębnić, na podstawie konkretnego doświadczenia, fazy procesu decyzyjnego

Załącznik nr 2 *Tło zabawy w rozbitków*

- Poważna awaria statku
- Radio nie działa
- Brak możliwości komunikacji
- Wyspa w pobliżu
- Można zabrać tylko jeden przedmiot

Załącznik nr 3 *Przedmioty na statku*

- walizka z kocami,
- skrzynka z lekami,
- skrzynka z alkoholem,
- skrzynka z bronią,
- skrzynka z żywnością,

- koła ratunkowe,
- mała kuchenka polowa,
- pies będący maskotką załogi,
- radio pokładowe (z nadzieją, że uda nam się je naprawić),
- skrzynka z narzędziami.

Załącznik nr 4 *Fazy procesu decyzyjnego*

- Określenie problemu oraz celów
- Wyszczególnienie różnych możliwości wyboru
- Ocena różnych możliwości wyboru
- Wybór najlepszego rozwiązania
- Określenie planu dalszych działań.

Kreatywność

Rozwiń swoją kreatywność w 90 minut

Kompetencja	**Kreatywność**
Temat	**Rozwiń swoją kreatywność w 90 minut**
Scenariusz przygotowany został w oparciu o doświadczenia Centrum Doradztwa Zawodowego dla Młodzieży.	
Grupa wiekowa: 14-18 lat	Czas: 90 minut

Wprowadzenie:

W potocznym rozumieniu kreatywność to postawa twórcza. Jej ważną cechą jest świeżość pomysłów, uwzględnianie różnych punktów widzenia, przekraczanie utartych schematów myślenia. Niniejszy scenariusz przedstawia trzy aspekty kreatywności: samopoznanie, rozwiązywanie problemów i znaczenie pracy zespołowej. Dzięki twórczemu podejściu do nich, uczeń zostanie wyposażony w wiedzę i umiejętności, pozwalające na lepsze radzenie sobie z konkretnymi problemami i wyzwaniami, które napotyka w codziennym życiu.

Cel główny:

Kształtowanie myślenia kreatywnego w obszarze samopoznania, rozwiązywania problemów, pracy zespołowej.

Cele szczegółowe:

- Uczeń potrafi zdefiniować pojęcie *kreatywność.*
- Uczeń potrafi dostrzec pokłady swojej kreatywności.
- Uczeń umie zastosować kreatywne myślenie w obszarze: samopoznania, rozwiązywania problemów, pracy zespołowej.

Materiały: tablica i kreda albo flipchart i mazaki, kartki, długopisy, ryza papieru A4 (kartki mogą być zapisane, ale nie pogniecione). Załącznik nr 1.

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie	
Materiały: Tablica i kreda albo flipchart i mazaki.	Czas: 10 minut

Zapytaj uczniów o to: *Z czym kojarzy im się kreatywność? Jakie cechy ma według nich osoba kreatywna?* Zapisz na tablicy propozycje uczniów.

Ćwiczenie nr 1: Kreatywne przywitanie	
Materiały: Załacznik nr 1.	Czas: 10 minut

Przygotuj dla uczniów kartki z instrukcjami (Załacznik nr 1), w jaki sposób mają powitać resztę grupy. Przykłady:

- powitanie w języku obcym,
- powitanie oficjalnie,
- powitanie bardzo serdeczne,
- powitanie nieśmiałe,
- powitanie uroczyste,
- powitanie bez słów,

- powitanie osoby, na której ci bardzo zależy,
- powitanie bajkowe,
- powitanie dziecięce,
- powitanie wrogie,
- powitanie żołnierskie,
- powitanie marsjańskie,
- powitanie dyrektorskie,
- powitanie królewskie.

Sposoby mogą się powtarzać. Ważne, żeby liczba karteczek odpowiadała liczbie uczniów. Poproś uczniów, żeby każdy wylosował jedną karteczkę. Poinformuj, że nie można zdradzać wylosowanego sposobu przywitania. Powiedz, że zadaniem uczniów jest przedstawienie siebie w 2-3 zdaniach według instrukcji zapisanej na kartce. Zadaniem pozostałych uczniów jest odgadnięcie, jaką instrukcję otrzymał przedstawiający się uczestnik ćwiczenia. Porozmawiaj z uczniami na temat tego, co sprawiło im to trudność.

Ćwiczenie nr 2, wersja A: Moje imię - kreatywność na rzecz samopoznania	
Materiały: kartki, długopisy	Czas: 15 minut

Poproś uczniów, aby zapisali na kartce pionowo swoje imię, a do każdej litery wymyślili jedno charakterystyczne określenie swojej osoby. Powiedz im, żeby unikali pojedynczych wyrazów, np. zamiast A – ambitny, lepiej A – ale jestem pomysłowy; N – niezależny, lepiej N – nie lubię poniedziałków.

Po zakończeniu ćwiczenia zapytaj uczniów o to: *Co nowego odkryli na swój temat? Czy forma tego ćwiczenia była w tym pomocna?*

Ćwiczenie nr 2, wersja B: Gdybyś był/a - kreatywność na rzecz samopoznania	
Materiały: nie dotyczy	Czas: 20 minut

Poinformuj uczniów, że ich zadaniem będzie dokończenie podanej formuły oraz uzasadnienie odpowiedzi. Przedstaw przykłady:

- *Gdybyś był/-a kwiatem, był(a)byś…*;

- *Gdybyś był/-a zwierzęciem, był(a)byś…*;
- *Gdybyś był/-a piosenką, był(a)byś…*;
- *Gdybyś był/-a książką, był(a)byś…*;
- *Gdybyś był/-a figurą geometryczną, był(a)byś…*;
- *Gdybyś był/-a meblem, był(a)byś…*

Zachęć uczniów do tworzenia własnych sformułowań i rozpocznij jako pierwszy ćwiczenie. Uczeń, który dokończy zdanie skierowane do niego, wybiera kolejną osobę, która jeszcze nie zabierała głosu i prosi ją o dokończenie stworzonego przez siebie zdania wraz z uzasadnieniem odpowiedzi. Ćwiczenie kończy się w momencie, kiedy każdy z uczniów wypowie swoją formułę.

Po zakończeniu ćwiczenia zapytaj uczniów o to: *Co nowego odkryli na swój temat? Czy ćwiczenie było w tym pomocne?*

Ćwiczenie nr 3, wersja A: Wieża z papieru – kreatywność w pracy zespołowej	
Materiały: ryza papieru A4.	Czas: 25 minut

Podziel klasę na dwie grupy. Poinformuj uczniów, że zadaniem każdego zespołu jest zbudowanie wieży o wysokości 2 m. Jedynym materiałem budowlanym jest pół ryzy papieru o formacie A4 (na grupę). Używanie jakichkolwiek innych materiałów jest zabronione. Powiedz uczniom, że całkowity czas realizacji tego zadania to 20 minut. Podkreśl, że warto najpierw zaplanować działania, a następnie rozpocząć budowę. Dodaj, że wieża musi stać samodzielnie przez min. 1 minutę (nie może stać np. przy ścianie), a podstawą wieży mają być dwie kartki A4. Wygrywa drużyna, której wieża najbardziej zbliży się do wysokości 2 m i będzie stała samodzielnie przez podany czas.

Następnie przejdź do omówienia ćwiczenia: *Co was zaskoczyło podczas realizacji tego zadania? Czy wszyscy są zadowoleni z wykonywanych zadań? Czy można było to ćwiczenie wykonać w inny sposób?*

Ćwiczenie nr 3, wersja B: Skrótowce – kreatywność w pracy zespołowej	
Materiały: tablica i kreda albo flipchart i mazaki, kartki, długopisy.	Czas: 15 minut

Podziel klasę na 3-4 osobowe zespoły. Poinformuj, że zadaniem każdego z nich jest twórcze rozwinięcie powszechnie znanych skrótów, np. nazw organizacji, instytucji, w sposób nowy, ale nadal odnoszący się do tych organizacji (ich cech lub funkcji). Zapisz na tablicy skróty, które należy rozwinąć

(ok. 6),
a uczniom poleć, aby zapisali swoje propozycje na kartkach. Poproś, aby każda z grup przedstawiła na forum rezultaty swojej pracy.

Przykłady: UE, USA, NASA, ONZ, FIFA, UEFA, RP, ZUS, PKP.

Przedstaw przykładowe rozwinięcie:
PKP – oryginalne znaczenie: Polskie Koleje Państwowe
Możliwe rozwinięcie:
PKP – panie, kiedy pojedziemy?
UE – uśmiechnięta Europa.
Następnie przejdź do omówienie ćwiczenia: *Jakie trudności napotkaliście przy towrzeniu nowych rozwinięć? Jak układała się współpraca w grupie (czy wszyscy byli zgodni?, czy któraś z osób przejęła inicjatywę?)?*

Ćwiczenie nr 4: Trzy krzesła Disney'a – kreatywość w rozwiązywaniu problemów	
Materiały: kartki, długopisy.	Czas: 20 minut

Informacja dla nauczyciela: jest to autorska metoda Walta Disney'a, stosowana do rozwiązywania problemów. Producent wcielał się w trzy role: realisty, marzyciela i krytyka, które były symbolizowane przez trzy krzesła. Zajęcie wybranego krzesła oznaczało przyjęcie konkretnej perspektywy i sposobu myślenia.

Krzesło marzyciela: tutaj możesz fantazjować i tworzyć szalone oraz absurdalne pomysły. Służy ono wyznaczaniu i wyobrażaniu sobie celu oraz rozpatrywaniu problemu z perspektywy przyszłości.

Krzesło realisty: na tym krześle rządzi zdrowy rozsądek i systematyczność. Służy ono do rozpatrywania problemów z perspetktywy teraźniejszości.

Krzesło krytyka: tutaj poddajesz krytyce pomysły marzyciela i realisty. Oceń czy da się je zastosować w praktyce czy się to opłaca i na ile jest to korzystne. Rozpatruj problem z perspektywy przeszłości i przyszłości.

Opowiedz uczniom krótko o metodzie rozwiązywania problemów stosowanej przez Waltera Disney'a. Zapisz na tablicy dwa wybrane przez siebie zagadnienia problemowe. Poinformuj uczniów, że ich zadaniem jest rozpatrzenie tych problemów z punktu widzenia trzech krzeseł Disney'a. Poproś, żeby

każdy z uczniów indywidualnie rozpatrzył i zapisał swoje propozycje na kartce. Na wykonanie tej części ćwiczenia pozostaw uczniom 5 minut. W międzyczasie ustaw pośrodku kręgu trzy krzesła.

Po zapisaniu propozycji przez wszystkich uczniów, wylosuj np. sześć osób. Zadaniem każdej z nich będzie wcielenie się kolejno w rolę marzyciela, realisty i krytyka (przez zajęcie odpowiedniego krzesła) i przedstawienie swoich rozwiązań.

Ważne jest, aby pokazać rozwiązanie jednego problemu z punktu widzenia kilku osób (jedno zagadnienie omawiają trzy osoby).

Przykładowe zagadnienia problemowe:

- ulepszenie polskiego systemu edukacji,
- ulepszenie funkcjonowania twojej szkoły,
- poprawa sieci dróg w Polsce,
- budowa parku rozrywki i rekreacji,wprowadzenie obowiązkowych kursów kreatywności do programu szkolnego.

Następnie przejdź do omówienia ćwiczenia: *spytaj osoby, które prezentowały swoje rozwiązania o refleksje dotyczące poszczególnych ról. Zapytaj uczniów, którzy byli obserwatorami, co ich zaskoczyło, czy ich pomysły były podobne. Poproś wszystkich o wyrażenie swojego zdania na temat rozpatrywania problemów z perspektywy trzech krzeseł.*

Podsumowanie	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 10 -15 minut

Zapytaj uczniów, w jakich obszarach wykorzystywali swoją kreatywność podczas tych zajęć. Zakończ zajęcia rundą niedokończonego zdania: *Ważną rzeczą, którą dzisiaj odkryłam/odkryłem było…*

Załączniki:

Załącznik nr 1 *Kreatywne przywitanie* (do pocięcia)

powitanie w języku obcym	powitanie w języku obcym

powitanie oficjalnie	powitanie oficjalnie
powitanie bardzo serdeczne	powitanie bardzo serdeczne
powitanie nieśmiałe	powitanie nieśmiałe
powitanie uroczyste	powitanie uroczyste
powitanie bez słów	powitanie bez słów
powitanie osoby, na której ci bardzo zależy	powitanie osoby, na której ci bardzo zależy

Pozytywne myślenie

Adekwatna pozytywność albo leki na Gagatka i Burczymuchę

Kompetencja	**Pozytywne myślenie**
Temat	**Adekwatna pozytywność albo leki na Gagatka i Burczymuchę**
Scenariusz przygotowany został w oparciu o doświadczenia Poradni Pedagogiczno – Psychologicznej Rejonu Wileńskiego.	
Grupa wiekowa: 14-18 lat	Czas: 90 minut

Wprowadzenie:

Scenariusz ma na celu rozwój pozytywnego myślenia rozumianego jako polegający na tym, że człowiek w rozwiązywaniu problemów życiowych widzi przede wszystkim zalety, a nie wady; cele i zadania,

a nie problemy; możliwości, a nie przeszkody. Pozytywne myślenie jest warunkiem konsekwentnej realizacji zakładanych celów. Możemy nie zdawać sobie z tego sprawy, ale nasz mózg stara się

automatycznie realizować stany przez nas pożądane. Jeżeli jesteś chory, masz gorączkę i boli Cię gardło, możesz reagować na ten stan na trzy sposoby:

- Burczymucha: *O rany, umieram!*;
- Osoba myśląca pozytywnie: *Ok, muszę iść do lekarza*;
- Gagatek: *Nic mi nie jest, nie będę brać żadnych lekarstw*.

Sposób osoby myślącej pozytywnie jest zdecydowanie najbardziej korzystny dla zdrowia fizycznego i psychicznego.

Ppozytywne myślenie łączy w sobie trzy elementy:

- realistyczność (umiejętność realnej oceny trudnej sytuacji, pamiętając o własnych mocnych stronach i zasobach, czyli w oparciu o wiarę we własne możliwości),
- konstruktywność (umiejętność stawiania sobie celów i zadań do wykonania),
- odpowiedzialność (umiejętność realizowania przyjętych celów i zadań w życiu codziennym),
- kształtowanie pozytywnego nastawienia.

Cel główny:

Kształcenie pozytywnego nastawienia.

Cele szczegółowe

- Uczeń potrafi zdefiniować pojęcie *pozytywne myślenie.*
- Uczeń nauczy się realnie i konstruktywnie ocenić sytuację z różnych punktów widzenia, poszukiwać nowych perspektyw rozwiązywania zadań.
- Uczeń potrafi odpowiedzialnie przeanalizować motywy własnych działań, uświadamiając sobie swobodę własnego wyboru oraz poczucie własnej wartości.
- Uczeń potrafi realnie ocenić swoje kompetencje i zasoby, koncentrując się na mocnych stronach.

Materiały: tablica albo flipchart, kreda albo mazaki, długopisy; Załącznik nr 1, Załącznik nr 2, Załącznik nr 3, Załącznik nr 4, Załącznik nr 4.

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie	
Materiały: tablica albo flipchart, kreda albo mazaki.	Czas: 10 minut

Poproś uczniów o udzielenie odpowiedzi na następujące pytania:

- *Czym jest dla was pozytywne myślenie?*
- *Czym różni się podejście do rozwiązywania problemów:*

  - Burczymuchy (człowieka cały czas niezadowolonego, w każdej sytuacji dostrzegającego same minusy);

  - Gagatka (człowieka cały czas zadowolonego, nie myślącego o innych i o konsekwencjach swojego działania),

  - Człowieka myślącego pozytywnie?
- *Czym różni się pozytywne myślenie od tzw. propagandy sukcesu?*
- *Czy w trudnych sytuacjach potraficie zachować pozytywne myślenie?*
- *Czy zawsze wierzycie, że uda wam się pokonać trudności?*
- *Jak wasze nastawienie wpływa na końcowy efekt waszych działań?*

Podsumowując ćwiczenie, przypomnij cechy charakteryzujące pozytywne myślenie, czyli: *realistyczność, konstruktywność, odpowiedzialność*. Zapisz je na tablicy, tak żeby podczas całych zajęć uczniowie mieli je przed sobą. Wyjaśnij, że celem zajęć będzie rozwijanie tych trzech cech.

Ćwiczenie nr 1: Niedokończone zdanie: *Cieszę się, że dzisiaj…*	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 10 minut

Wyjaśnij uczniom, że dla wzmocnienia umiejętności pozytywnego myślenia ważna jest umiejętność dostrzegania prostych pozytywnych rzeczy i sytuacji, z którymi spotykamy się w codziennym życiu. Poproś każdego ucznia po kolei o to, żeby pomyślał o wszystkim, co spotkało go tego dnia i dokończył zadanie: C*ieszę się, że dzisiaj …* Zwróć uwagę, żeby odpowiedzi uczniów nie powtarzały się. Łańcuch odpowiedzi zacznij od siebie.

Podsumowując ćwiczenie, zapytaj:

- *Jakie uczucie towarzyszyło wam, gsy mogliście powiedzieć o jakimś zdarzeniu, które was dziś ucieszyło?*

- *Jak czujecie się z tym, że w tym jednym dniu miało miejsce tyle pozytywnych wydarzeń?*

Ćwiczenie nr 2: Analiza przypowieści o pięciu mędrcach przy pomocy metody układu współrzędnych	
Materiały: Załącznik nr 1 oraz nr 2 dla każdej grupy, długopisy.	Czas: 20 minut

Podziel uczniów na 5 grup. Każdej grupie rozdaj I część przypowieści o pięciu mędrcach i załącznik z opisem metody układu współrzędnych. Poinformuj uczniów, że przeczytasz przypowieść o 5 mędrcach (na tym etapie tylko pierwszą część przypowieści), a następnie każda z grup będzie miała za zadanie przeanalizowanie za pomocą *Metody układu współrzędnych* decyzji jednego z pięciu mędrców (pierwsza grupa pierwszego mędrca, druga drugiego, itd.) oraz jej możliwe konsekwencje, czyli dalszy ciąg historii (co pozytywnego i co negatywnego może się wydarzyć, jeśli mędrzec będzie konsekwentnie trzymał się swojej decyzji, a co jeśli ją zmieni?). Na wykonanie zadania grupa ma 5 minut. Następnie poproś grupę o krótkie (ok. 1 minuty) przedstawienie wyników swoich prac. Gdy wszystkie grupy przedstawią wyniki swojej pracy, przeczytaj drugą część przypowieści o mędrcach i morały przypowieści.

Zachęć uczniów do dyskusji, zadając pytanie: K*tóry morał jest dla Ciebie najbardziej nieoczekiwany i dlaczego?*

Ćwiczenie nr 3, wersja A[2]: Technika *Sic volo*	
Materiały: Załącznik nr 3 dla każdego ucznia, długopisy.	Czas: 20 minut

Rozdaj każdemu uczniowi kartę techniki *Sic volo.* Wyjaśnij, że *sic volo* w tłumaczeniu z języka łacińskiego oznacza: *ja tak wolę.* Poinformuj, że zadanie będzie opierało się na pracy indywidualnej. Dodaj, że zadaniem uczniów jest wpisanie na otrzymanej karcie w pierwszej kolumnie 5 czynności, które dzisiaj wykonali. Podkreśl, że wymienione prace muszą być realne, proste i konkretne (np.: umyłem się z rana; zjadłem śniadanie; przyszedłem do szkoły itd.).

Następnie poproś, aby w drugiej kolumnie, obok strzałki prowadzącej do wskazanej pracy, uczniowie wpisali, dlaczego wykonali daną czynność (np.: chcę ładnie wyglądać; byłem głodny; tak kazali rodzice, itd.). W trzeciej z kolei kolumnie, aby wpisali dlaczego jest dla nich ważny podany wcześniej powód wykonania danej czynności (np.: chcę podobać się dziewczynom; muszę mieć energię do

wykonania pracy; nie chcę, żeby rodzice zawracali mi głowę, itd.), aż będą wypełnione wszystkie kolumny albo skończą się pomysły.

Wyjaśnij, że w ten sposób uczniowie uzyskają łańcuszek przyczyn wykonania danej czynności. Na wykonanie zadania uczestnicy mają 10 minut. Jeżeli niektórzy z nich nie zdążą w tym czasie wykonać swojego zadania to zachęć ich do samodzielnego wykonania go w domu.

Po wykonaniu zadania zaproś uczniów do dyskusji zadając pytania:

- *Czy jest osoba chętna do przeczytania jednego z łańcuszków przyczyn? Chętnych poproś o zaprezentowanie swoich przykładów.*
- *Czy teraz lepiej rozumiecie przyczyny (motywy) własnych działań?*
- *Co było łatwe ,a co trudne w wykonaniu tego zadania?*
- *Czy były prace, które wykonaliście z tego samego powodu?*

Ćwiczenie nr 3, wersja B[2]: Magiczna gwiazda 7x7	
Materiały: Załącznik nr 4 dla każdego ucznia, długopisy.	Czas: 15 minut

Rozdaj uczniom kartę techniki *Magiczna gwiazda 7x7*. Poinformuj uczniów, że zadanie będzie opierało się na pracy indywidualnej. Wyjaśnij, że bardzo często koncentrujemy się na własnych błędach, na tym, co nam się nie udało, zapominając o tym, jak dużo wiemy, umiemy, możemy, jakie mamy wsparcie otoczenia. Wypełnienie schematu *Magicznej gwiazdy* pomoże uczniom przypomnieć sobie o tym, o czym być może zapomnieli, czyli o własnych kompetencjach, potencjale i zasobach.

Poproś uczniów, żeby w każdym promieniu gwiazdy wpisali 7 odpowiedzi na zadane pytania (zob. Załącznik nr 4). Jeżeli uczniowie będą się obawiali, że nie potrafią udzielić 7 odpowiedzi na pytania zawarte w każdym z 7 promieni, zwróćcie uwagę, że powinny dotyczyć spraw nawet drobnych, prostych, ale realnych i opartych na własnym doświadczeniu. Przykładowo: sukcesem może być odmowa zapalenia papierosa albo dobra ocena z matematyki, która zawsze sprawiała komuś dużo trudności, a niezwykłą cechą może być poczucie humoru albo jakieś wyjątkowe zainteresowania (nawet skakanie po kałużach). Zachęć uczniów, żeby postarali się odnaleźć po 7 odpowiedzi na wszystkie 7 pytań. Na wykonanie zadania uczestnicy mają 15 minut. Jeżeli niektórzy z nich nie zdążą wykonać zadania w podanym czasie, zachęć ich do samodzielnej pracy w domu.

Podsumowując zadanie zaproś uczniów do dyskusji, zadając pytanie:

- *Co było łatwe, a co trudne w wykonaniu tego zadania?*
- *Czy trudno jest zmienić negatywne nastawienie wobec siebie na pozytywne?*
- *Co myślicie o tym, że jesteście tacy niezwykli, że potraficie zrobić tyle wyjątkowych rzeczy*

Ćwiczenie nr 4: Burczymucha, Gagatek i Pozytywnie myślący	
Materiały: Załącznik nr 4 dla każdej grupy, długopisy.	**Czas:** 20 minut

Podziel uczniów na 3 grupy*: Burczymuchy*, *Gagatki* i *Pozytywnie myślący*. Każdej grupie wręcz kartę *Historia Burczymuchy, Gagatka i Pozytywnie myślącego*. Poproś każdego ucznia, żeby opisał kilka (2-3) sytuacji życiowych, które powodują stres albo innego rodzaju trudności (np. co dzień zjadam 3 duże czekolady, na co wydaję dużo pieniędzy, później boli mnie brzuch i dręczą mnie wyrzuty sumienia).

Wybierz z uczniami jedną tego typu sytuację. Wyjaśnij, że teraz celem każdej z grup będzie wymyślenie dalszego ciągu wybranej sytuacji z uwzględnieniem kontekstu emocjonalnego (co w danej sytuacji nam się podoba, co nas denerwuje) oraz informacji opisujących możliwy plan działania z punktu widzenia postaci przypisanej danej grupie, czyli z punktu widzenia Burczymuchy, Gagatka, Pozytywnie myślącego. Na wykonanie zadania uczniowie mają 8 minut.

Po ukończeniu zadania każda grupa odczytuje swoją wersję sytuacji (dodatkowo może próbować imitować ton głosu, sposób mówienia i zachowania, jaki kojarzy im się z daną postacią).

Podsumowując zachęć uczniów do dyskusji, zadając pytania:

- *W jaki sposób rozwój sytuacji różnił się w zależności od odgrywanej roli i nastawienia?*
- *Która z wersji niesie ze sobą najwięcej perspektyw pozytywnego rozwiązania? Dlaczego?*

Podsumowanie	
Materiały: brak albo kwestionariusz podsumowujący zajęcia.	Czas: 10 minut

Poproś uczniów o podzielenie się swoimi refleksjami i udzielenie odpowiedzi na pytanie: *Co ważnego dla siebie odkryłeś/ odkryłaś podczas zajęć?*

Załączniki

Załącznik nr 1 *Przypowieść o pięciu mędrcach*

I CZĘŚĆ

Pięciu mędrców zgubiło się w lesie.

Pierwszy powiedział: „Ja pójdę w lewo - tak mówi moja intuicja".

Drugi powiedział: „Ja pójdę w prawo - nic dziwnego, że w staropolskim języku słowo *prawy* miało znaczenie *prawdziwy* (zgodny z prawdą)".

Trzeci powiedział: „Ja wrócę - przyszliśmy stamtąd, więc wracając na pewno wyjdę z lasu".

Czwarty powiedział: „Pójdę do przodu - musimy iść dalej, las na pewno się skończy, a odnajdziemy coś nowego".

Piąty powiedział: „Mylicie się. Istnieje lepszy sposób. Zaczekajcie na mnie..."

Znalazł najwyższe drzewo w lesie, wspiął się na nie. Kiedy się wspinał reszta mędrców się rozproszyła – każdy poszedł w swoim kierunku. Tymczasem on z góry zobaczył, którędy trzeba iść, żeby najszybciej wydostać się z lasu. Wiedział także, w jakiej kolejności pozostali mędrcy wydostaną się z lasu. Stanął ponad problemem i rozwiązał zadanie lepiej niż ktokolwiek inny. Pomyślał, że zrobił wszystko dobrze, a inni – nie. Byli uparci i go nie słuchali, a właśnie on jeden był naprawdę MĄDRYM człowiekiem.

II CZĘŚĆ

Ale to nie wszystko – ponieważ… nie miał racji.

Wszyscy mędrcy zachowali się dobrze i mądrze.

Ten, który poszedł na lewo, trafił w zarośla. Musiał głodować i walczyć z dzikimi zwierzętami, ale nauczył się, jak przeżyć w lesie. Stał się jego częścią i mógł teraz dzielić się swoimi doświadczeniami z innymi.

Ten, który poszedł w prawo - spotkał zbójów. Okradli go i zmusili, by z nimi kradł i rabował. Natomiast po jakimś czasie obudził stopniowo w złodziejach to, o czym zapomnieli - ludzkość i współczucie. Skrucha i zmiana w niektórych z nich była tak głęboka, że po jego śmierci także postanowili zostać mędrcami.

Ten, który wrócił, ubił ścieżkę przez las, która szybko stała się drogą dla wszystkich, którzy chcieli cieszyć się urokami lasu, bez ryzyka zgubienia się.

Ten, który poszedł do przodu, stał się pionierem. Jemu udało się trafić w miejsca, których nie widział dotąd żaden człowiek i odnalazł wspaniałe możliwości, niesamowite rośliny lecznicze i zwierzęta.

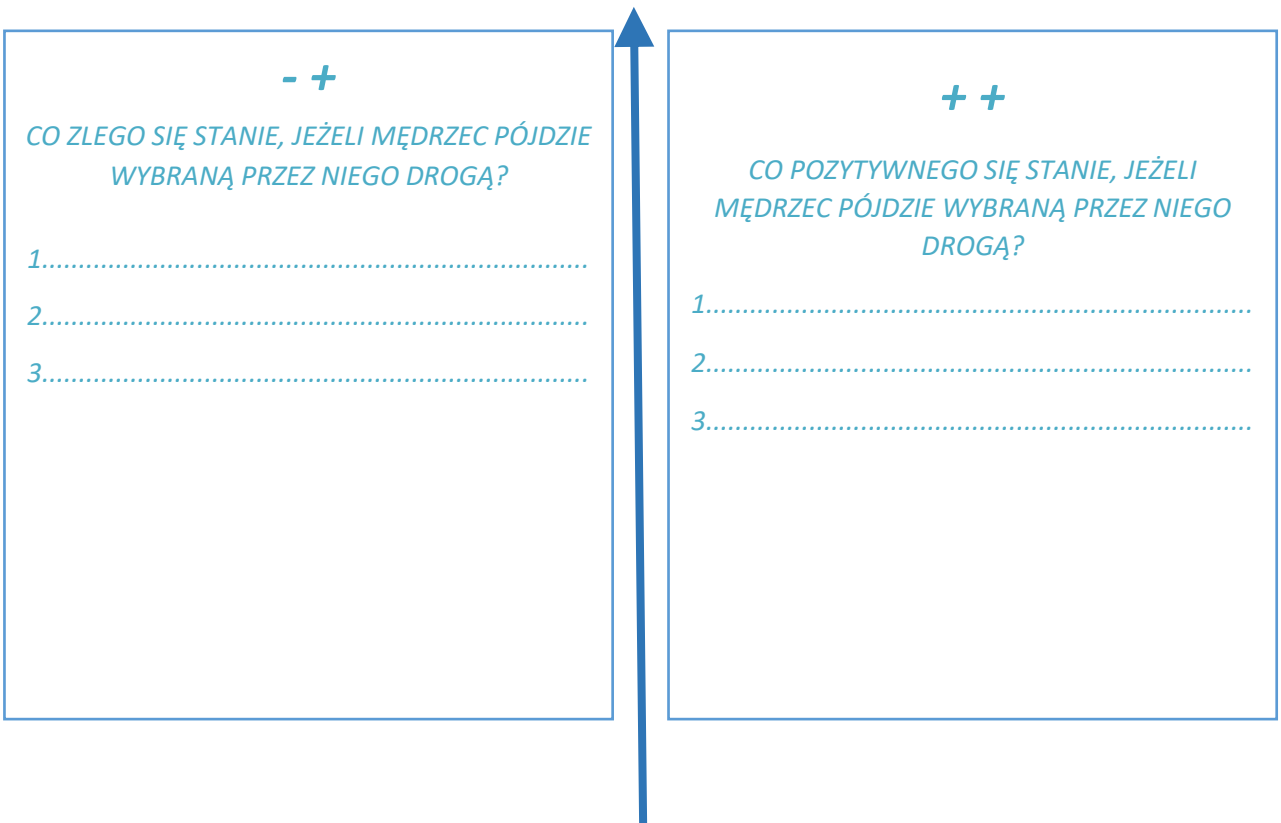
Ten, który wspiął się na drzewo, stał się specjalistą w odnajdywaniu najkrótszej drogi. Do niego zwracali się wszyscy, którzy chcieli szybko rozwiązać swoje problemy - nawet jeżeli ta droga nie prowadziła do rozwoju.

Wszyscy mędrcy odnaleźli więc swoje przeznaczenie w życiu.

MORAŁY PRZYPOWIEŚCI:

1. Wznieś się wyżej i zobacz najkrótszą drogę.
2. Pozwól innym iść własną drogą.
3. Rozpoznaj mędrca w każdym - każdy sposób bycia jest ważny i godny szacunku.
4. I więcej... bądź w stanie spojrzeć poza koniec historii - zawsze jest ciąg dalszy.

Załącznik nr 2 *Karta metody układu współrzędnych*



- -

CO ZŁEGO SIĘ STANIE, JEŻELI MĘDRZEC NIE PÓJDZIE WYBRANĄ PRZEZ NIEGO DROGĄ?

1.....

2.....

3.....

+ -

CO POZYTYWNEGO SIĘ STANIE, JEŻELI MĘDRCZEC NIE PÓJDZIE WYBRANĄ PRZEZ NIEGO DROGĄ?

1.....

2.....

3.....

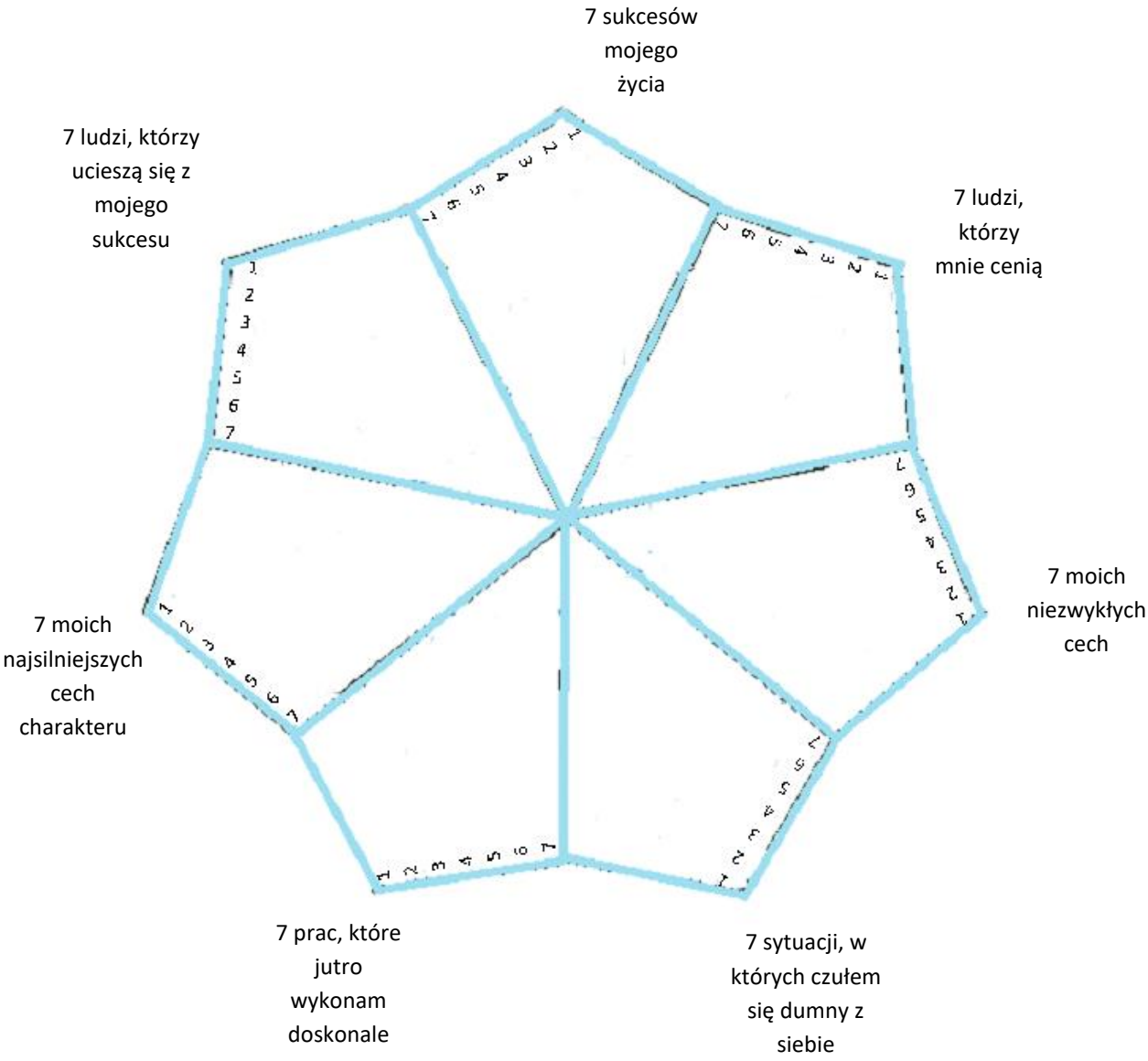
Załącznik nr 3 *Karta techniki Sic volo*

Wykonane działanie	*Dlaczego to zrobiłeś/-aś?*	*Dlaczego jest dla ciebie ważne, aby to robić?*	*Dlaczego jest dla ciebie ważn,e aby to robić?*	*Dlaczego jest dla ciebie , aby to robić?*	*Dlaczego jest dla ciebie ważne, aby to robić?*	*Dlaczego jest dla ciebie ważne, aby to robić?*	*Dlaczego jest dla ciebie ważne, aby to robić?*
1.							
2.							
3.							
4.							

5.							

Załącznik nr 4 *Magiczna gwiazda 7×7*

Imię: …….



Załącznik nr 5 *Historia Burczymuchy, Gagatka i Pozytywnie myślącego*

Nazwa grupy: ……

1. Opis sytuacji (fakty):
2. Najbardziej w tej sytuacji irytujeuje mnie:
3. Podoba mi się to, że:
4. Kiedy znowu będę w takiej sytuacji, ja:

Zaradność

Dekalog stażysty: czy umiemy rozpoznawać reguły zachowania obowiązujące w środowisku pracy? Albo: jak dać się wyrzucić ze stażu w pięć minut?

Kompetencja	**Zaradność**
Temat	**Dekalog stażysty: czy umiemy rozpoznawać reguły zachowania obowiązujące w środowisku pracy? Albo: jak dać się wyrzucić ze stażu w pięć minut?**
Scenariusz został przygotowany na podstawie doświadczeń Cometa Formazione.	
Grupa odbiorców: 14-18 lat	Czas: 90 min

Wprowadzenie:

Scenariusz został opracowany po to, by uświadomić uczniom, mającym rozpocząć wkrótce obowiązkowy staż w firmie, specyfikę środowiska pracy, różnice między nim a innymi środowiskami oraz istnienie domyślnych, niepisanych zasad zachowania. Uczniów prowadzi się ku rozpoznaniu takich reguł oraz ku refleksji nad ich przydatnością i wartością, jaką mają one z ich punktu widzenia jako osób, które mają podjąć pracę w firmie.

Ta lekcja jest prowadzona jako ostatnia z cyklu zajęć, które składają się na *Stażową jednostkę kształcenia* realizowaną po to, aby uczynić uczniów świadomymi uczestnikami i głównymi bohaterami odbywanych przez nich staży.

Cel główny:

Poprawa świadomości własnego zachowania uczniów w kontekście środowiska, zwłaszcza środowiska pracy.

Cele szczegółowe:

- Uczeń zna podstawowe zasady zachowania w środowisku pracy.
- Uczeń dokonuje refleksji nad znaczeniem i wartością reguł danego środowiska.
- Uczeń jest świadom istnienia domyślnych, niepisanych reguł zachowania w różnych sytuacjach.
- Uczeń wykształca kody komunikacji i wspólny język, który ułatwi mu współpracę z tutorem w trakcie odbywania stażu.

Materiały: ławki i krzesła, które można przemieszczać tak, aby umożliwić zarówno pracę całej klasy, jak i w mniejszych grupach; tablica interaktywna albo rzutnik do wyświetlenia filmu, połącznie z Internetem i drukarką; alternatywnie, w wypadku braku dostępu do sprzętu komputerowego: duża czerwona kartka (jak w grach zespołowych); tablica albo flipchart; papier i długopisy; Załącznik nr 1 i Załącznik nr 2– po 1 kopii dla każdego ucznia.

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie	
Materiały: połączenie z Internetem, tablica interaktywna albo rzutnik do wyświetlenia filmu, duża czerwona kartka (jak w grach zespołowych), tablica tradycyjna albo flipchart.	Czas: 20 minut

Nauczyciel przedstawia uczniom cel lekcji w związku ze zbliżającym się stażem. Następnie, jeśli w sali jest możliwość połączenia się z Internetem i skorzystania ze sprzętu audiowizualnego, wyświetla krótki film z YouTube: **https://www.youtube.com/watch?v=R9mGrAfb89g** przedstawiający światowy rekord szybkości wykluczenia piłkarza z gry.

Po tym, jak uczniowie obejrzą film, nauczyciel zadaje im następujące pytania:

- *Co wydarzyło się w tym filmiku?*
- *Jak wy możecie sprawić, że wyrzucą was ze stażu po pierwszych pięciu minutach? Jakie zachowania są nie do zaakceptowania w środowisku pracy?*

Na tablicy zapisywane są odpowiedzi na to drugie pytanie: *Jak wy możecie sprawić, że wyrzucą was ze stażu po pierwszych pięciu minutach? Jakie zachowania są nie do zaakceptowania w środowisku pracy?*

W przypadku, gdy nie ma możliwości wyświetlenia filmu, nauczyciel staje na środku sali - unosząc w dłoni dużą czerwoną kartkę, pyta uczniów:

- *Co takiego pokazuję?*
- *Czym jest ta kartka?*
- *W jakim kontekście jest używana?*
- *W jakich sytuacjach?*
- *Jak wy możecie sprawić, że wyrzucą was ze stażu po pierwszych pięciu minutach? Jakie zachowania są nie do zaakceptowania w środowisku pracy?*

Na tablicy zapisywane są odpowiedzi na to drugie pytanie*: Jak wy możecie sprawić, że wyrzucą was ze stażu po pierwszych pięciu minutach? Jakie zachowania są nie do zaakceptowania w środowisku pracy?*

Ćwiczenie nr 1: Reguły środowiska pracy	
Materiały: ławki i krzesła ustawione tak, by umożliwiały pracę w grupach 5 albo 6 osobowych (w zależności od liczby uczniów w klasie); papier i długopisy dla każdej grupy.	Czas: 30 minut

Zadaniem uczniów jest na podstawie analizy wymienionych wcześniej nieakceptowanych zachowań, ustalenie reguł zachowania w pracy.
Uczniowie, podzieleni przez nauczyciela na małe grupy, powinni wypisać po 10 reguł do przestrzegania w czasie odbywania stażu.

Ćwiczenie nr 2: Dekalog stażysty	
Materiały: tablica interaktywna połączona z drukarką albo tablica tradycyjna/flipchart i papier oraz długopis dla każdego ucznia.	Czas: 30-40 minut

Na forum klasy każda grupa odczytuje kolejno po jednej regule. Propozycje uczniów zapisywane są na tablicy. Jeśli pojawiają się podobne zasady, w drodze dyskusji wybiera się najlepiej sformułowaną wersję.

Kolejnym zadaniem uczniów, po zapisaniu reguł (jeśli jest ich więcej niż dziesięć), jest uporządkowanie ich w drodze dyskusji według ważności. Jeśli dyskutujący nie mogą dojść do zgody w określonej kwestii, przeprowadza się głosowanie poprzez podniesienie ręki.

Następnie po uporządkowaniu listy pierwszych dziesięciu zasad uznanych przez uczniów za najważniejsze powstaje *Dekalog stażysty*. Jeśli pracujemy z tablicą interaktywną, dekalog jest przesyłany do drukowania. Następnie każdy uczeń otrzymuje jego kopię do wykorzystania w czasie stażu. Jeśli pracujemy z tablicą tradycyjną albo flipchartem, uczniowie spisują dekalog, by móc go później wykorzystać w czasie stażu.

Ćwiczenie nr 3: Ja i reguły

Materiały: Załącznik nr 1, długopisy.	Czas: 10 minut

Nauczyciel prosi uczniów o udzielenie odpowiedzi na pytania z Załącznika nr 1 i wyświetla je albo zapisuje na tablicy:

- *Których reguł dekalogu będzie ci najłatwiej przestrzegać w czasie stażu?*
- *Przestrzeganie których zasad wydaje ci się być najtrudniejsze?*
- *Nad czym musisz popracować i w jaki sposób?*
- *Kto może ci w tym pomóc?*

Wypełnione kwestionariusze otrzymuje tutor klasy. Zostaną one wykorzystane w czasie indywidualnych sesji coachingowych, przeprowadzanych z każdym uczniem przed rozpoczęciem i w trakcie stażu.

Podsumowanie	
Materiały: Załącznik nr 2.	Czas: 10 minut

Nauczyciel prosi uczniów o refleksję nad celami wykonanych ćwiczeń i o wypełnienie kwestionariusza podsumowującego zajęcia.

Załączniki

Załącznik nr 1 *Kwestionariusz JA i REGUŁY*

Kwestionariusz *JA i REGUŁY*

wypełniony przez: _____

- *Których reguł dekalogu będzie ci najłatwiej przestrzegać w czasie stażu?*

_____

_____

_____

_____

- *Przestrzeganie których zasad wydaje ci się być najtrudniejsze?*

_____

_____

_____

_____

- *Nad czym musisz popracować i w jaki sposób?*

_____

_____

_____

_____

- *Kto może ci w tym pomóc?*

_____

_____

_____

_____

_____

Praca zespołowa

Korzyści wynikające z pracy zespołowej

Kompetencja	**Praca zespołowa**
Temat	**Korzyści wynikające z pracy zespołowej**
Scenariusz przygotowany został w oparciu o doświadczenia Stowarzyszenia Na Rzecz Spółdzielni Socjalnych.	
Grupa wiekowa: 14 -18 lat	Czas: 90 minut

Wprowadzenie:

Scenariusz koncentruje się na wzmacnianiu praktycznych umiejętności w zakresie pracy w zespole rozumianej jako zdolność formułowanie celów grupowych oraz współdziałania. Scenariusz opiera się na założeniu, że wartość pracy zespołowej wynika przede wszystkim z synergii, czyli takiego współdziałania różnych czynników, którego efekt jest większy niż suma poszczególnych działań. Scenariusz ma celu pokazanie, że każda z ról odgrywanych w zespole jest jednakowo ważna.

Cel główny:

Rozwijanie umiejętności pracy w zespole.

Cele szczegółowe:

- Uczeń potrafi zdefiniować i rozumie korzyści wynikające z pracy zespołowej.
- Uczeń potrafi zdefiniować i rozumie cechy dobrego zespołu.
- Uczeń potrafi określić potrzeby najbliższego otoczenia oraz formułować cele zespołowe i plan działania.

Materiały: Kartki z zeszytu, flipchart, pisaki albo tablica, kreda. 4 jajka, 4 woreczki foliowe, taśma klejąca, sznurek (ćwiczenie nr 1); Załącznik nr 1 (ćwiczenie nr 2).

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 5 minut

Zapytaj uczniów jako rozumieją pojęcie: *praca zespołowa*. *Jakie korzyści i jakie trudności dostrzegają w pracy zespołowej?* Wyjaśnij, że celem zajęć będzie zdefiniowanie cech dobrego zespołu oraz wzmocnienie umiejętności związanych z pracą w zespole, takich jak formułowanie wspólnych celów i przygotowanie wspólnego przedsięwzięcia.

Ćwiczenie nr 1: Transport jajka	
Materiały: 4 balony, 4 świeże jajka, 4 woreczki foliowe, sznurek, taśma klejąca, kartki papieru.	Czas: 30 minut

Podziel uczniów na cztery grupy. Zadaniem każdej jest spuszczenie z wysokości 2 metrów, zawiniętego w woreczek foliowy jajka. Celem jest takie opuszczenie jajka, żeby nie uległo ono rozbiciu.

Do wykonania zadania uczniowie mogą wykorzystać następujące materiały: balony, sznurek, taśmę klejącą, kartki papieru. Uczestnicy mają 20 minut na zaplanowanie zadania. Następnie każda z grup opuszcza jajko z wyznaczonej wysokości. Czas przeznaczony na wykonanie zadania to 15 minut.

Po zakończeniu zadania zachęć uczniów do dyskusji i udzielenia odpowiedzi na pytania:

- *Jak odbieraliście poszczególne zachowania członków zespołu?*
- *Jak przebiegała praca w zespole?*
- *Jak wyglądała komunikacja i współpraca podczas realizacji zadania?*
- *Czy jesteście zadowoleni z efektu pracy?*
- *Jakie są zalety, a jakie wady pracy w grupie?*
- *Jakie korzyści wynikają z pracy zespołowej?*

Zebrane wnioski zapisuj na arkuszu/tablicy jako elementy definiujące pracę dobrego zespołu (np. podział zadań i odpowiedzialności, jasne cele, precyzyjne informacje, uważne słuchanie, etc.).

Wyjaśnij uczniom pojęcie *synergii*, czyli współdziałania różnych czynników, którego efekt jest większy niż suma poszczególnych, oddzielnych działań.

Ćwiczenie nr 2: Role w zespole

Materiały: trzy czyste karteczki dla każdego uczestnika, Załącznik nr 1	Czas: 40 minut.

Wyjaśnij, że każdy z nas odgrywa w społeczności jakąś rolę i każda z tych ról jest jednakowo ważna i potrzebna. Poinformuj uczniów, że celem kolejnego etapu jest umiejętność zdefiniowania ról, które odgrywają w zespole oraz związanych z tymi rolami mocnych i słabych stron. Rozdaj każdemu uczniowi trzy czyste karteczki oraz kartkę z opisem ról zespołowych. Poproś ich o zapoznanie się z rolami zespołowymi i zakreślenie trzech, które najlepiej ich opisują. Następnie poproś, aby gwiazdką zaznaczyli rolę, która najlepiej ich opisuje. Każdą z wybranych ról należy wpisać na jednej z trzech przygotowanych karteczek.

Następnie zbierz od uczniów wszystkie karteczki, potasuj je dokładnie i rozdaj ponownie. Każdy uczeń powinien otrzymać trzy karteczki z przypadkowymi rolami. Zadaniem uczniów jest odzyskanie swoich pierwszych trzech ról albo pozostanie z rolami, które im odpowiadają. Odzyskanie roli jest możliwe, dzięki wymianie z innymi uczniami. Wymiana dochodzi do skutku za zgodą obu uczniów, dlatego ważne będzie wskazanie pozytywnych cech każdej z ról zespołowych. Gra polega na tym, żeby zdobyć rolę, która odpowiada własnemu działaniu w zespole i „sprzedać' tę rolę zespołową, której się nie chce.

Wymiana powinna trwać około 10 minut. Następnie poproś uczestników o zajęcie miejsca w kręgu. Zapytaj: *Komu udało się odzyskać swoje role? Kto odzyskał większość ze swoich ról? Kto nie odzyskał żadnej roli i pozostał przy tym, co mu się przytrafiło?*

Pytania do dyskusji:

- *Jak postrzegacie wybrane przez was role? Którą z nich uważacie za najważniejszą? Czy mogą one być zarówno atutem, jak i ograniczeniem dla zespołu? Kiedy tak się dzieje?*
- *Czy udało wam się bez problemu znaleźć osobę, która chciałaby wymienić się z wami karteczkami? Jakich argumentów używaliście, żeby ją przekonać?*
- *Jakie są wasze przemyślenia na temat ról zespołowych po udziale w tej grze?*
- *Dlaczego jedne zespoły osiągają sukces, a inne nie? Czy możliwe jest, żeby zespół składający się na przykład z samych liderów osiągnął sukces? Dlaczego tak/nie?*

Podsumowanie	
Materiały: nie dotyczy.	Czas: 5 minut

Podsumowując, przypomnij uczniom jakie korzyści wynikają z pracy zespołowej (efekt synergii), jakie czynniki (cechy) wpływają na efektywność prac zespołu. Przypomnij znaczenie podziału zadań w zespole. Podkreśl, że każda osoba jest ważna dla zespołu i wnosi coś w jego działanie.

Załączniki

Załącznik nr 1: Opis ról zespołowych

Zaznacz trzy role, które najlepiej opisują Twoje zachowanie w zespole.

LIDER – motywuje zespół do pracy, organizuje jego pracę, rozdziela obowiązki i zadania. Organizuje przepływ informacji, potrafi słuchać, bardzo dobrze radzi sobie w kontaktach z innymi, chociaż czasem próbuje nimi manipulować.

SĘDZIA – słucha i ocenia, potrafi zapewnić bezstronną opinię. Bardzo dobrze radzi sobie z analizą projektów i pomysłów zespołu. Oszczędny w kontaktach z innymi ludźmi, z trudem motywuje ich do działania.

INNOWATOR – podaje nowe pomysły, kreatywnie rozwiązuje problemy. Często w niekonwencjonalny sposób podchodzi do zadań stojących przed zespołem. Woli przebywać obok grupy, trudno znosi krytykę.

CZŁOWIEK KONTAKTÓW – osoba ciekawa swojej pracy i poszukująca coraz to nowych informacji, które pomogą grupie rozwiązać zadanie. Łatwo nawiązuje kontakty – łączy zespół z osobami z zewnątrz. Zdobywa z zewnątrz środki potrzebne do realizacji zadania.

ORGANIZATOR – dąży do praktycznego wykonania zadania, przekształca pomysły w praktyczne rozwiązania dla całego zespołu. Systematyczny i dobrze zorganizowany. Nie lubi zmian.

DOBRY DUCH – dba o to, żeby cały zespół pracował z zgodzie i harmonii. Wspiera pomysły członków grupy. Buduje porozumienia, potrafi negocjować. Lojalny wobec grupy, spokojny, niekiedy może mieć problem z podjęciem decyzji.

RZUCAJĄCY WYZWANIA - kwestionuje pomysły grupy, prowokuje do poszukiwania nowych rozwiązań. Nastawiony na wyniki, walczy wtedy, kiedy inni gotowi są się poddać. Bywa niecierpliwy i impulsywny.

EKSPERT – posiada specjalistyczną wiedzę, której reszta zespołu może nie mieć. Dzięki posiadanej wiedzy zyskuje uznanie grupy. Czasami ma tendencję do zajmowania się tylko swoją częścią zadania. Kontakty z resztą grupy nie są dla niego najważniejsze.

ZADANIOWIEC – popycha grupę do ukończenia zadania. Dba o poziom wykonanego zadania. Skrupulatny i odpowiedzialny – czasami nawet za bardzo przejmuje się szczegółami.

Kwestionariusz podsumowujący zajęcia

Kwestionariusz podsumowujący zajęcia

Imię nazwisko: _____

Data: _____ Temat zajęć_____

1. Co ważnego dla siebie odkryłem/-am podczas zajęć?
2. Co robię dobrze (co potrafię)?
3. Nad czym trzeba popracować i jak to osiągnę (gdzie zdobędę informacje)?

9. Bibliografia

Jak żyć z ludźmi. Program profilaktyczny dla młodzieży, Ministerstwo Edukacji Narodowej, Warszawa, 1998 r.

Metoda Edukacyjna. Zeszyty informacyjno – metodyczne doradcy zawodowego nr 12, Ho – Kim M.T., Marti J. F., Krajowy Urząd Pracy, Warszawa, 1999 r.

Podejmowanie decyzji. Podejmowanie decyzji i skutenczne osiąganie celu – Zdobywanie kryształów. Zdzisław Hofman i Sławomir Prusakowski, Ośrodek doskonalenia nauczycieli Stowarzyszenia Wspólnota Polska.

Podejmowanie decyzji. Sposoby radzenia sobie z trudnościami w procesie podejmowania decyzji - Rzepka A, Podejmowanie decyzji, w: Scenariusze zajęć dla młodzieży gimnazjalnej i ponadgimnazjalnej, Centrum Doradztwa Zawodowego dla Młodzieży, Poznań 2013 r.

Praca zespołowa. Role w zespole - Zbiór zabawnych gier szkoleniowych - Tamblyn Doni, Weiss Sharyn, Wydawnictwo Wolters Kluwer, Warszawa, 2013 r. / Twoja rola w zespole - Belbin Meredith, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk, 2003 r.

Podręcznik eksperymentalny. Porządek i przygoda. Lekcje twórczości, Borzęcki A., Okraszewski K,. Rakowiecka B., Szmidt K. J., WSiP, Warszawa, 1995 r.

Przełamywanie pierwszych lodów, integracja i aktywizacja grupy. MATERIAŁY SZKOLENIOWE, Edie West, Wydawnictwo Nieoczywiste, Warszawa, 2015 r.

Przełamywanie pierwszych lodów, integracja i aktywizacja grupy. MATERIAŁY SZKOLENIOWE, Edie West, Wydawnictwo Nieoczywiste, Warszawa, 2012 r.

Spójrz inaczej. Program zajęć wychowawczo – profilaktycznych dla gimnazjum, Kołodziejczyk A., Czemierowska E., Kołodziejczyk T., Wydawnictwo Educatio, Warszawa, 2001 r.

Trening kreatywności. Jak pobudzić twórcze myślenie, Biela A., Wydawnictwo Samo Sedno, Warszawa 2015 r.

Trening twórczości, Nęcka E., Wydawnictwo GWP, Olsztyn, 1992 r.

Strony internetowe:

http://nf.pl/kariera/zaczynaj-z-wizja-konca,,13428,170

https://coaching4smart.wordpress.com/tag/strategia-kurta-vonneguta/

http://www.goldenline.pl/grupy/Przedsiebiorcy_biznesmeni/coaching-sztuka-mozliwosci/66-strategia-kurta-vonneguta-i-jej-zastosowanie-w-coachingu,390706/

https://www.jobs.pl/rynek-pracy/assessment-center-

Opracowanie: Stowarzyszenie Na Rzecz Spółdzielni Socjalnych, Centrum Doradztwa Zawodowego dla Młodzieży, Cometa Formazione, Poradnia Pegagogiczno – Psychologiczna Rejonu Wileńskiego.

Poznań 2016

ISBN: 978 – 83 – 94877 -8 - 4