

VYROVNÁVAME ŠANCE

príručka na podporu študijnej
a profesijnej orientácie sociálne
znevýhodnených žiakov

PETER DRÁL'



CVEK
centrum pre výskum
etnicity a kultúry

CVEK
centrum pre výskum
etnicity a kultúry

VYROVNÁVAME ŠANCE

príručka na podporu študijnej a profesijnej orientácie
sociálne znevýhodnených žiakov

PETER DRÁL'

2015

Vyrovňavame šance

príručka na podporu študijnej a profesijnej orientácie sociálne znevýhodnených žiakov

Vydalo:	Centrum pre výskum etnicity a kultúry Klariská 14 811 03 Bratislava www.cvek.sk
Autor:	Peter Dráľ
Jazyková korektúra:	Jarmila Svítková
Grafická úprava:	Branislav Kátlovský
Tlač:	DEVELSKI, s. r. o.
Vydanie:	prvé



Projekt Presadzovanie rovnosti príležitosti pre Rómov a Rómky prostredníctvom dočasných vyrovnávacích opatrení bol podporený sumou 85 000 EUR eur z Fondu pre mimovládne organizácie, ktorý je financovaný z Finančného mechanizmu EHP 2009 – 2014. Správcou Fondu je Nadácia otvorenej spoločnosti – Open Society Foundation. Cieľom projektu presadzovanie rovnosti príležitosti pre Rómov a Rómky prostredníctvom dočasných vyrovnávacích opatrení je v spolupráci s univerzitou a samosprávnym krajom pripraviť a implementovať schémy dočasných vyrovnávacích opatrení

Granty Európskeho hospodárskeho priestoru a Nórska sú príspevkom Islandu, Lichtenštajnska a Nórska k znižovaniu sociálnych a ekonomických rozdielov v Európe a k posilňovaniu bilaterálnych vzťahov medzi týmito krajinami a prijímateľskými krajinami v EÚ. Tieto tri krajiny úzko spolupracujú s EÚ na základe Dohovoru o Európskom hospodárskom priestore (EHP).

Výška Grantov EHP a Nórska pre obdobie rokov 2009 – 2014 je 1,79 miliardy eur, pričom príspevok Nórska tvorí 97 % z celkových finančných prostriedkov. Granty sú určené pre mimovládne organizácie, výskumné a akademické inštitúcie, verejné a súkromné sektory v 12 najnovších členských štátoch EÚ, Grécku, Portugalsku a Španielsku. S darcovskými štátmi existuje široká spolupráca a aktivity môžu byť vykonávané až do roku 2016. Hlavnými oblasťami podpory sú životné prostredie a klimatické zmeny, posilnenie občianskej spoločnosti, rodová rovnosť, zdravie, deti a mládež, súdnictvo, kultúrne dedičstvo, štipendia a cezhraničná spolupráca.

ISBN 978-80-972069-1-8

© Centrum pre výskum etnicity a kultúry

Obsah

Úvod	4
1. Vzdelávanie Rómov a Rómok v slovenských stredných školách	6
2. Individuálna podpora znevýhodnených mladých ľudí	8
2.1 Pokračovanie v štúdiu	10
SEBAPOZNÁVANIE	11
SEBAHODNOTENIE	24
PODPORA UČENIA A MOTIVÁCIE NA ĎALŠIE ŠTÚDIUM	33
2.2 Výber strednej školy	46
VÝBER ŠKOLY A POVOLANIA	47
ROZHODOVANIE A PLÁNOVANIE	64
3. Spolupráca s rodinami a komunitami	75
4. Inštitucionálna spolupráca	79
Záver	84
Použitá literatúra	85

Úvod

Podpore predškolského a základného vzdelávania rómskych detí sa v odborných analýzach a vo verejných politikách zameraných na integráciu Rómov dlhodobo venuje najväčšia pozornosť. Hľadanie riešení a prijímanie konkrétnych opatrení v týchto oblastiach je kľúčové nielen pre úspešnú integráciu detí zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia, ale aj pre celkové zvyšovanie inkluzívnosti slovenského vzdelávacieho systému.

Naše ambície však nemôžu končiť zabezpečením plnenia povinnej školskej dochádzky v základnej škole ústiaceho do získania nižšieho sekundárneho vzdelania. Absolvovanie iba tohto stupňa vzdelávania v súčasnosti výrazne obmedzuje možnosti uplatnenia na trhu práce a znižuje šance na vymanenie sa z chudoby a zo sociálneho vylúčenia. Z tohto dôvodu v príručke zameriavame pozornosť na podporné opatrenia pre vyššie, stredoškolské štúdium, ktoré zohľadní záujmy, predpoklady a dostupné možnosti mladého človeka zo znevýhodňujúceho prostredia.

Podpora ďalšieho štúdia a profesijnej orientácie mladých ľudí je súčasťou komplexnej a dynamicky sa rozvíjajúcej oblasti kariérového poradenstva pre rôzne skupiny klientov s rozmanitými potrebami a v rozličných životných situáciách, čo výrazne presahuje záber tejto publikácie.¹ Naša príručka môže preto poslúžiť iba ako praktický príspevok k narastajúcej literatúre v oblasti výchovného a kariérového poradenstva na Slovensku, špecificky tej jeho časti, ktorá sa venuje profesijnej orientácii v školách a v programoch neformálneho vzdelávania.

Zámer spracovať zbierku praktických námetov a pedagogických intervencií vychádza z predpokladu, že na účinnú a adresnú pomoc znevýhodnenej mládeži pri podpore jej ďalšieho štúdia a profesijnej orientácie možno štandardizované postupy využiť len do istej miery. Berúc do úvahy špecifické potreby, životné podmienky a často nízke sebavedomie a ašpirácie mladých ľudí, ako aj obmedzené podmienky na kariérové poradenstvo v školách, môžu byť spracované námety pedagogickým predstupňom profesionálneho psychologického a kariérového poradenstva.

Jadro publikácie tvorí zbierka cvičení a aktivít, ktoré si nevyžadujú zložitú prípravu. Inšpirovať sa nimi môžu učitelia, výchovní poradcovia, školskí psychológovia, terénni sociálni a komunitní pracovníci, ktorí prichádzajú do priameho kontaktu s mladými ľuďmi zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia. Práve títo ľudia môžu mať významný vplyv na ich rozhodovanie sa o ďalšom štúdiu, povolání a životnej dráhe v kritickej životnej fáze. Vhodnými intervenciami im môžu poskytnúť adresnú, individuálnu aj skupinovú podporu pri prechode na ďalší stupeň vzdelávania.

¹ Výber z odborných, prehľadových a popularizačných publikácií venovaných kariérovému poradenstvu uvádzame v závere tejto publikácie.

Námety, cvičenia a aktivity sa zameriavajú na:

- sebapoznávanie a sebahodnotenie mladých ľudí;
- zvyšovanie motivácie na úspešné dokončenie základnej školy a pokračovanie v štúdiu na strednej škole;
- uskutočnenie informovanej voľby o zameraní a forme stredoškolského štúdia a výbere povolania so zohľadnením záujmov, schopností, predpokladov a perspektív budúceho uplatnenia;
- podporu pri učení a príprave na úspešné absolvovanie strednej školy.

Námety možno prispôbovať potrebám skupiny a lokálnym špecifikám, zužitkovať ich počas bežného vyučovania aj v neformálnom vzdelávaní, pri skupinovej činnosti aj individuálnom poradenstve.

Prvá kapitola zhrňa základné fakty a súvislosti o vzdelanostnej úrovni Rómov a prechode rómskych žiakov zo základných na stredné školy. Načrtáva potreby a ťažkosti pri voľbe vzdelávacej a profesijnej dráhy mladých ľudí vo všeobecnosti a špecificky mladých ľudí zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia rómskych komunít.

V druhej kapitole uvádzame praktické postupy, tipy a inšpirácie v jednotlivých etapách podpory. Aj keď mnohí sociálne znevýhodnení mladí ľudia čelia veľmi podobným výzvam vyplývajúcim z nízkeho vzdelanostného a socioekonomického statusu ich rodín a komunít, sme presvedčení že účinná pedagogická, psychologická a inštitucionálna pomoc musí byť aj pre týchto mladých ľudí individualizovaná. Aj preto v podkapitolách venovaných rôznym fázam podpory ponúkame aktivity a cvičenia, ktoré k mladým ľuďom nepristupujú ako k homogénnej skupine, ale ako k jednotlivcom s individuálnymi záujmami, jedinečnými schopnosťami, predpokladmi a potrebami.

V tretej kapitole načrtávame možnosti spolupráce s rodinami a komunitami, ktoré mladých ľudí významne ovplyvňujú pri zvažovaní možnosti ďalšieho štúdia a voľbe povolania. Zameriavame sa nielen na zladzovanie odlišných predstáv a preferencií o ďalšej študijnej a profesijnej dráhe, ale aj na vytváranie podporných podmienok na ďalšie štúdium a jeho úspešné dokončenie.

Napokon vo štvrtnej kapitole sa venujeme možnostiam spolupráce medzi rôznymi inštitúciami, ktorých pracovníci so žiakmi a študentmi prichádzajú do priameho kontaktu a môžu mať z povahy svojej činnosti významný vplyv na voľbu ich ďalšej vzdelávacej a profesijnej dráhy.

V závere príručky užívateľom ponúkame zhrnutie princípov a odporúčaní pri podpore študentov v ich ďalšom štúdiu. Ponúkame tiež zoznam užitočných zdrojov a kontaktov, ktoré môžu profesionálnym aj dobrovoľným pracovníkom v tejto oblasti pomôcť a priniesť ďalšie inšpirácie.

Za podnetné rozhovory a konzultácie, ktoré predchádzali spracovaniu tejto príručky, ďakujeme všetkým zapojeným pedagógom, výchovným poradcom, psychologom, rodičom a mladým ľuďom. Za inšpirácie pri spracovaní námětov na aktivity a cvičenia ďakujeme Helene Tužinskej z Filozofickej fakulty Univerzity Komenského v Bratislave, Janke Koperovej zo Základnej školy na Rázusovej ulici v Čadci a Lucii Bélovej z Centra pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie v Holíči.

Veríme, že aj vďaka tejto publikácii sa zintenzívni a skvalitní práca s mladými ľuďmi zo sociálne znevýhodňujúcich prostredí, ktorá povedie k ich vyššiemu zastúpeniu v stredoškolskom vzdelávaní, rozvinutiu ich individuálneho potenciálu a úspešnému uplatneniu sa v ďalšom živote.

1. Vzdelávanie Rómov a Rómok v slovenských stredných školách²

Štatistické údaje o Rómoch a Rómkach na Slovensku a špecificky o rómskych žiakoch a žiačkach v slovenských základných a stredných školách skresľuje zber údajov na základe sebaidentifikácie. Keďže veľká časť obyvateľov rómskeho pôvodu deklaruje slovenskú alebo maďarskú národnosť, ani štatistické výkazy škôl nezachytávajú podstatnú časť detí a mladých ľudí rómskej národnosti.³ Údaje o žiakoch zo sociálne znevýhodneného prostredia zas zachytávajú žiakov rôznej národnosti a etnického pôvodu.

Atlas rómskych komunít sprostredkúva adekvátnejší, i keď taktiež nie celkom presný prehľad o počte rómskych žiakov, navyše bez údajov zo stredných škôl.⁴ Výberové zisťovanie o životných podmienkach rómskych domácností poskytuje údaje o celkovej vzdelanostnej štruktúre rómskej populácie, ktorá je oproti majorite výrazne nižšia. Údaje z roku 2011 ukazujú, že vo vekovej skupine 20- až 64-ročných má najvyššie dosiahnuté stredoškolské vzdelanie 75 % majoritnej populácie a len 18 % Rómov a Rómok. Najvyšší podiel ukončeného stredného vzdelania bol medzi Rómami žijúcimi rozptýlene (20 %), najnižší v segregovaných osadách (14 %). V stredoškolskom štúdiu pokračovalo iba 17 % relevantnej populácie.⁵

Podiel mladých Rómov a Rómok, ktorým sa darí ukončiť stredoškolské vzdelanie, sa nezvyšuje. Medzi hlavné dôvody nepokračovania alebo nedokončenia štúdia na strednej škole patrí nezáujem o učenie, nedostatok financií na štúdium, pomoc v domácnosti, zlé výsledky v škole a rodinné či materské povinnosti.⁶ V súvislosti so stredoškolským vzdelávaním rómskych detí je kritický najmä prechod zo základnej na strednú školu a predčasné ukončovanie stredoškolského štúdia po naplnení povinnej školskej dochádzky.

Rómske deti zo znevýhodňujúceho prostredia často nemajú dostatočnú podporu na učenie sa a dosahovanie lepších vzdelávacích výsledkov, čo znižuje ich motiváciu ďalej študovať a získať vyššie vzdelanie. Negatívna skúsenosť so školou, nevyhovujúce podmienky na domácu prípravu, nedostatočná podpora študijných ambícií zo strany rodiny a komunity ovplyvnená nízkou úrovňou vzdelá-

2 V tejto kapitole zhŕňame informácie z podkladovej analýzy k príprave Stratégie dočasných vyrovnávacích opatrení pre Rómov a Rómky v oblasti stredoškolského vzdelávania, ktorá vznikla na základe spolupráce medzi Centrom pre výskum etnicity a kultúry a Trnavským samosprávnym krajom. Zároveň sa opierame o cenné poznatky učiteľov, výchovných poradcov, školských psychologov a sociálnych i komunitných pracovníkov, s ktorými sme realizovali skupinové diskusie a individuálne rozhovory zamerané na mapovanie možností podpory rómskych študentov a študentiek pri ich ďalšom štúdiu.

3 Podľa Štatistickej ročenky školstva v školskom roku 2014/2015 navštevovalo základné školy na celom Slovensku 774 rómskych žiakov, špeciálne základné školy 423 rómskych žiakov, stredné odborné školy 72 a gymnáziá 5 rómski žiaci. Zdroj: <http://www.uips.sk/statistiky/statisticka-rocenka>.

4 Podľa Atlasu málotriedne a plnoorganizované základné školy v roku 2013 navštevovalo vyše 52-tisíc a špeciálne základné školy takmer 9-tisíc žiakov rómskeho pôvodu. Z 1 070 zahrnutých obcí 22 údaje o rómskych žiakoch neposkytlo. Atlas rómskych komunít na Slovensku 2013. Bratislava: UNDP, 2014, s. 66.

5 Správa o životných podmienkach rómskych domácností na Slovensku 2010. Bratislava: UNDP, 2012, s. 92-3.

6 Tamtiež, s. 94.

nosti, chudobou a sociálnym vylúčením, ako aj nedostatok informácií a pozitívnych vzorov, nepoznanie vlastných predpokladov a možností môžu viesť k skorému ukončeniu vzdelávacej dráhy.⁷

V prípade pokračovania v štúdiu môže jeho úspešné absolvovanie skomplikovať nevhodná voľba školy a študijného odboru vyplývajúca z nízkych očakávaní o schopnostiach a predpokladoch mladých ľudí, ktorá ich vedie k výberu menej náročných študijných a učebných odborov. V prípade náročnejších, maturitných odborov, sa zas na neúspechu môže podpísať absentujúca podpora počas štúdia zo strany školy i rodiny, ako aj rovesnícky tlak. To sa môže odzrkadliť v slabších vzdelávacích výsledkoch, strate motivácie a napokon viesť k rezignácii a predčasnému ukončeniu vzdelávania bez získania kvalifikácie. Významný vplyv na nedokončenie školy môžu mať aj náklady spojené so štúdiom, neúspešná socializácia do kolektívu či tlak rodín na uprednostnenie zárobkovej činnosti namiesto štúdia.

Adresná, individuálna podpora na pokračovanie v ďalšom štúdiu a jeho úspešné dokončenie by mala zohľadňovať všetky tieto faktory a z nich vyplývajúce bariéry pomáhať v rôznych fázach a rôznymi spôsobmi prekonávať.

7 Vyše 18 % rómskej populácie povinnú školskú dochádzku splnilo bez absolvovania nižšieho sekundárneho vzdelania, t. j. bez riadneho dokončenia základnej školy. Predčasné ukončenie vzdelávacej dráhy počas základnej školy sa týka približne desatiny populácie 16- až 26-ročných Rómov.

2. Individuálna podpora znevýhodnených mladých ľudí

Prechod zo základnej na strednú školu je náročným obdobím pre každé dieťa či mladého človeka. Rozhodovanie o voľbe povolania ovplyvní človeka aj na celý život a ak zodpovedá jeho možnostiam a záujmom, prispieva k zdravému vývoju osobnosti, individuálnej spokojnosti a pracovnej úspešnosti. Žiaci sú však vo svojich 14 – 15 rokoch vo všeobecnosti nedostatočne pripravení na zodpovednú voľbu školy či povolania a nevyznajú sa v spleti často protichodných informácií a podnetov. K tomu prispieva aj nepoznanie samých seba, svojich schopností, osobnostných čŕt a predpokladov. Pri rozhodovaní o svojej ďalšej študijnej a profesijnej dráhe sú preto neistí, nerozhodní a majú obavy.

Vendel a Hlaďo uvádzajú nasledujúce ťažkosti mladých ľudí pri voľbe povolania: celková nerozhodnosť ako osobnostná črta, nedostatok informácií o dostupných možnostiach štúdia, nedostatok vedomostí o vhodnom postupe pri voľbe povolania, nedostatočná motivácia, vnútorné konflikty vyplývajúce z nezájmu o vzdelávanie, na ktoré majú mladí ľudia predpoklady a, naopak, záujem o povolanie, pre ktoré predpoklady nemajú, nepoznanie vlastných schopností, váhanie medzi rôznymi alternatívami a nepripravenosť na zodpovednú voľbu.⁸

Žiaci v tomto veku majú vo všeobecnosti neúplné, nepresné alebo skreslené informácie o študijných a učebných odboroch, nepoznajú svoje predpoklady na ďalšie štúdium a výkon povolania, nepoznajú samých seba a nevedia prepojiť svoje záujmy s výberom vhodného študijného a kariérneho zamerania. Ich rozhodovanie môže byť ovplyvnené aj želaniami rodičov, ktorí ďalšie štúdium nepodporujú alebo preferujú také zameranie, o ktoré mladý človek nemá záujem.

Rozhodovanie mladých ľudí sa najčastejšie začína v predposlednom ročníku základnej školy, keď má málokto žiak ujasnené svoje vzdelávacie a profesijné ciele. Samotná voľba obvykle prebieha v prvom polroku 9. ročníka. Rodičia rozhodovanie žiakov ovplyvňujú nielen priamym pýtaním sa na záujmy, študijné výsledky či predstavy o budúcnosti, ale aj nepriamo – v každodennej komunikácii o svojej práci, jej podmienkach, príležitostiach či ťažkostiach.⁹

V prípade mladých ľudí zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia môže byť pohľad rodičov výrazne ovplyvnený ich negatívnymi skúsenosťami so školským systémom a s dlhodobou nezamestnanosťou, ktoré sa odrážajú v neprikladaní dôležitosti vzdelávaniu pre ďalší život. Na voľbu strednej školy a budúceho povolania môžu mať veľký vplyv aj učitelia a výchovní poradcovia, ktorí môžu mladých ľudí nasmerovať kvalifikovanejšie než rodičia s nízkym vzdelaním a so slabším socioekonomickým statusom.

Napriek tomu, že výchovnému a kariérovému poradenstvu i užšie vymedzenej profesijnej orientácii pri prvej a druhej smerovej voľbe sa na Slovensku v poslednom čase venuje zvýšená pozornosť

8 Vendel a kol. 2007. Hlaďo, 2014, s. 14 – 15.

9 Hlaďo, 2014, s. 9.

a bolo publikovaných viacero odborných, prehľadových aj metodických publikácií,¹⁰ potrebám znevýhodnených mladých ľudí a ľuďom, ktorí s nimi pracujú, je venovaný iba zlomok z nich. Chýba dostatočná reflexia toho, ako možno štandardné postupy kariérového a výchovného poradenstva využiť pri práci s touto špecifickou cieľovou skupinou. V tomto ohľade je však potrebné zdôrazniť, že vyvíjanie účinných postupov nemôže ani k týmto mladým ľuďom pristupovať ako k jednoliatej skupine. Sociálne znevýhodnenie je zaiste priťažujúcou okolnosťou, pri voľbe ďalšej študijnej a profesijnej dráhy sa však môže prejavovať odlišne u rôznych mladých ľudí.

Nasledujúce podkapitoly sa postupne venujú rôznym aspektom a fázam podpory detí a mladých ľudí zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia pri ďalšom štúdiu a voľbe povolania. Každá podkapitola obsahuje stručný úvod do témy, otázky na reflexiu a samotné námety aktivít zameraných na sebaopoznávanie a sebahodnotenie, na podporu učenia a motivácie na ďalšie štúdium a na informovaný výber školy a povolania.

10 Pozri zoznam odporúčanej literatúry v závere tejto publikácie.

2.1 Pokračovanie v štúdiu

Na úspešné pokračovanie v štúdiu na strednej škole je potrebné úspešne dokončiť nižšie sekundárne vzdelávanie. Nezaujímam o školu a učenie, ktorý je najčastejším dôvodom na nepokračovanie v štúdiu, je dôsledkom nedostatočnej podpory vzdelávania zo strany štátu, škôl aj rodín.

Mnoho rómskych žiakov naplní povinnú školskú dochádzku v stredných odborných školách v dvojročných nematuritných odboroch. Študujú na nich najmä mladí ľudia, ktorí nedosiahli nižšie sekundárne vzdelanie ešte počas základnej školy. Ocitajú sa v nich však aj žiaci, ktorých schopnosti a vzdelávacie výsledky by im umožňovali študovať i maturitné odbory. Poradenský psychológovia upozorňujú, že niektorí výchovní poradcovia majú tendenciu odporúčať rómskym deťom stredné odborné školy s neperspektívnymi učebnými odbormi, pričom ich absolventi sú spravidla hneď po skončení štúdia nezamestnaní a v danom regióne aj ťažko zamestnateľní. Väčšina rómskych rodičov necháva výber strednej školy na výchovnom poradcovi a prihlášku podpíše bez ďalšieho uvažovania.

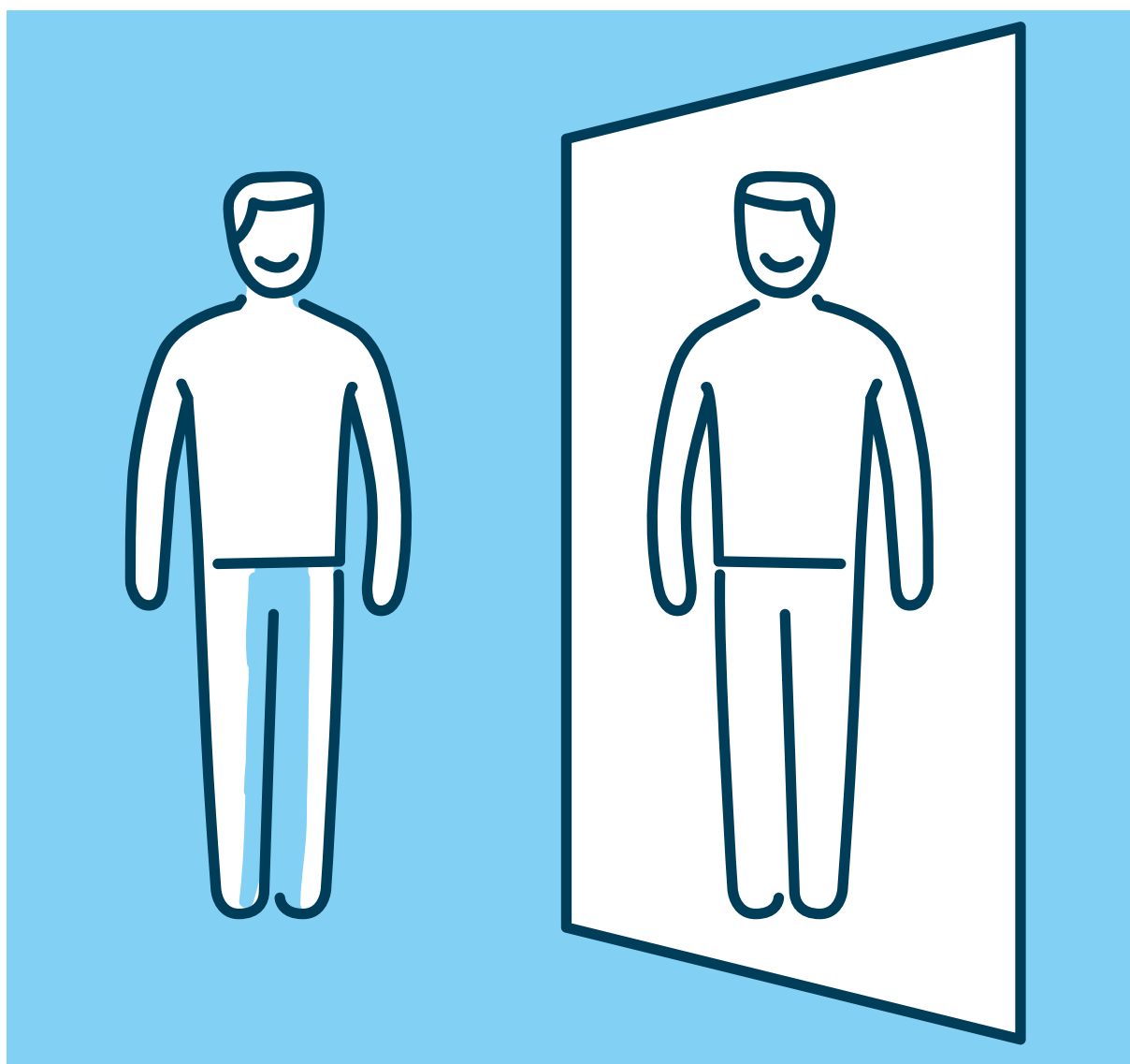
Na premyslený a informovaný výber školy je nevyhnutná systematická podpora všetkých žiakov podľa ich individuálnych potrieb. V činnostiach zameraných na študijnú a profesijnú orientáciu nestačí iba poskytnúť informácie o študijných odboroch či povolaniach. Žiakov je potrebné k voľbe školy a povolania viesť počas celého druhého stupňa základnej školy a začať vhodnými aktivitami zameranými na sebaopoznávanie, ktoré môžu neskoršiu voľbu výrazne uľahčiť.

Kým začnete listovať v zbierke námetov a aktivít, skúste si odpovedať na tieto otázky:

- Čo všetko viem o žiakoch, s ktorými pracujem?
Čo od nich môžem očakávať?
- Aké očakávania a predstavy majú títo žiaci o sebe?
Odkiaľ to viem? Ako rôzne to môžem zisťovať?
- Pri ktorých žiakoch si myslím, že sa v živote „neustratia“ a prečo?
Ako im dopomáham k úspechu?
- Pri ktorých žiakoch sa mi javí, že sa v živote uplatnia ťažšie?
Aké prekážky im v tom môžu brániť?
Čo môžem urobiť pre to, aby ich dokázali lepšie prekonávať?
- Ktorí moji bývalí žiaci ma neskôr príjemne prekvapili?
V čom a ako to dokázali? Ako som k tomu prispel/a ja?
- Čo môžem urobiť pre to, aby takýchto detí/mladých ľudí bolo viac?

SEBAPOZNÁVANIE

Počas bežného vyučovania aj v mimoškolských aktivitách možno využiť rôzne techniky, vďaka ktorým môžu žiaci hľadať odpovede o sebe, svojich blízkych a okolí, ktoré ich obklopuje, ovplyvňuje a formuje. S takýmito aktivitami nie je vhodné čakať do posledných dvoch ročníkov základnej školy, keď sa väčšina žiakov reálne rozhoduje o svojej budúcnosti. Práve naopak, sebapoznávanie (aj) vo vzťahu k študijnej a profesijnej orientácii je vhodné podporovať už v mladšom veku.



Kto som?



15 – 45
minút

Cieľ:

pomenovať svoje osobnostné črty, záujmy, záľuby, silné stránky

Pomôcky:

háčky papiera, písacie alebo kresliace potreby, obrázkové časopisy

Postup:

jednotlivé variácie uvádzaných seba poznávacích aktivít sa mierne líšia v inštrukciách a vo formách spracovania

Môj erb

1. Rozdajte nastrihané papiere v tvare erbu.
2. V prípade potreby si spoločne pripomeňte, že erb symbolicky znázorňuje konkrétnu rodinu alebo rod, územie, mesto či dedinu. V erboch sa využívajú najmä obrázky, ktoré symbolizujú niečo typické, charakteristické. Na ukážku môžete ukázať erb svojej obce či mesta alebo konkrétnej rodiny.
3. Vyzvite všetkých, aby si nakreslili svoj vlastný erb, do ktorého dajú to, čo ich najlepšie vystihuje, čomu venujú najviac času a čo je pre nich v živote dôležité. Erb možno spracovať aj ako koláž výstrižkov z obrázkového časopisu.

Moja vizitka

1. Rozdajte nastrihané papiere v tvare vizitky alebo použite papiere vo formáte A4 ako zväčšenú vizitku.
2. Vysvetlite, že vizitka zvyčajne obsahuje len základné údaje o človeku, ktorou sa predstavuje pri predstavovaní.
3. Vytvorte si svoju vlastnú vizitku, v ktorej môžete okrem mena a adresy poskytnúť aj viac informácií, aby ste zaujali pozornosť a odlíšili sa od ostatných. Pochváľte sa, v čom ste dobrí, aké sú vaše silné stránky. Môžete do nej vpísať aj nejakú myšlienku alebo múdrosť, ktorej veríte a ktorou sa v živote riadite.
4. Môžete si vytvoriť aj viac vizitiek, ktoré sa od seba môžu odlišovať.

Moja postavička

1. Rozdajte z papiera nastrihané oblé postavičky.
2. Do každej postavičky vpište alebo zakreslite rôzne informácie o sebe, napríklad:
 - a) v hlave je to, čo viete a môžete to hocikomu vysvetliť,
 - b) pri srdci sú ľudia, ktorých máte radi a s ktorými trávite čas,
 - c) pri rukách a nohách sú rôzne činnosti, ktoré vám idú dobre.

Som hviezda!

1. Na začiatku si spoločne pomenujte na základe čoho všetkého sa ľudia na svete odlišujú (vek, pohlavie, národnosť, náboženstvo, jazyk, zdravotný stav, výzor, miesto bydliska, záujmy a pod.).
2. Rozdajte nastrihané, minimálne sedemcípe hniezdy a vysvetlite, že do každého lúča má každý napísať jednu rolu, ktorú vo svojom živote hrá a je preňho dôležitá (napr. chlapec/dievča, syn/dcéra, brat/sestra, žiak/žiačka, kamarát/ka, sesternica/bratranec, hip-hoper, Slovák/Róm, futbalový fanúšik, skejtbordistka, Košičan a pod.).
3. Po vpísaní rol do každého lúča môžete diskutovať o tom, ktoré roly si v živote užívame, ktoré sú pre nás náročné, ktoré sú trvalé a ktoré dočasné, ktoré si vyberáme a ktoré sú jednoducho dané, ktoré na prvý pohľad nevidieť a ktoré áno a pod.
4. Následne si môžete hviezdu otočiť a vpišať roly, ktoré by ste chceli hrať v budúcnosti. Niektoré môžu zostať rovnaké ako dnes, ďalšie zrejme pribudnú.

Variácie:

- Spôsob sebapoznávania zvolte podľa toho, či žiaci viac inklinujú k písomnému, alebo výtvarnému prejavu.
- Ak je v skupine detí/mladých ľudí bezpečné prostredie, z vytvorených prezentácií môžete vytvoriť malú výstavku.
- Po každej aktivite môžete diskutovať aj na takéto témy:
 - Aké je to opísať samého/samu seba?
 - Aké je to pochváliť sa, v čom sme dobrí?
 - Aké podobnosti ste našli medzi sebou a inými?
 - V čom sú vaše opisy a charakteristiky rozdielne?
 - Je niečo, čo je charakteristické iba pre vás? Čo je to?

Otázky na zamyslenie:

- Ako dobre žiaci, s ktorými pracujem, poznajú samých seba?
- Aké spôsoby sebapoznávania sú pre nich vhodné z hľadiska trvania či foriem práce?
- Aké sú vzťahy v skupine mojich žiakov?
Aká je skupinová dynamika pri rôznych činnostiach?
- Na čo by som pri vedení sebapoznávacích aktivít nemal/a zabudnúť?
- Pri akých rôznych príležitostiach môžem využiť aktivity zamerané na sebapoznávanie?

Existuje celá škála štandardizovaných a medzinárodne overených osobnostných dotazníkov, ktoré využívajú pedagogicko-psychologické poradne aj výchovní poradcovia v školách.¹¹ Cieľom nasledujúcej aktivity nie je replikovať ktorýkoľvek z nich, ale poskytnúť námet na vytvorenie vlastného spôsobu dopytovania, ktorý bude obsahovať charakteristiky alebo výroky šité na mieru skupine, s ktorou pracujete. Ich zámerom nie je z vyplnených odpovedí odvodiť typy osobnosti, ale jednoduchým spôsobom umožniť porovnanie obrazu žiakov a žiačok o sebe samých s hodnotením iných osôb v ich okolí.

11 V poradenskej praxi sa používajú štandardizované a profesionálne administrované testy zamerané na študijnú a profesijnú orientáciu žiakov, napríklad Test hierarchie záujmov T – 200, starší Obrázkový test záujmov o povolanie T – 233 i novší Obrázkový test profesijnej orientácie (OTPO) T – 267. Viaceré testy vychádzajú z Hollandovho konceptu samoriadeného skúmania (self-directed search), na základe ktorého sa vytvára typológia osobnosti RIASEC. Na ňom je postavený napríklad Test štruktúry záujmov (AIST-R). V praxi sa často využíva Dotazník záujmov z voľne dostupného portálu Sprievodca svetom povolání (<http://www.occupationsguide.cz/sk>). Vďaka národnému projektu Komplexný poradenský systém prevencie a ovplyvňovania sociálno-patologických javov v školskom prostredí (<http://www.vudpap-projekt.sk/>) sa v poradenstve na Slovensku začal používať aj program počítačovej diagnostiky študijno-profesijných predpokladov COMDI spoločnosti RCV (<http://www.comdi.sk/o-produkte/>).

Aký/Aká som?



20 minút

Cieľ:

porovnať obraz o sebe samom/samej s obrazom, ktorý o mne má iný človek

Pomôcky:

škálované dotazníky s vybranými vlastnosťami šité na mieru vašej skupine

Postup:

1. Rozdajte dotazníky a deti/mladých ľudí vyzvite, aby na ne vpísali svoje meno a vyplnili ich podľa toho, ako vidia samých seba. V prípade potreby vysvetlite, čo znamená zaškrtnutie políčka viac napravo alebo naľavo. Po vyplnení dotazníky vyzbierajte.
2. Rozdajte druhú sériu dotazníkov s tými istými charakteristikami, aby ich každý vyplnil o niekom inom v skupine (napr. sediacom vedľa, napravo a pod.). Po vyplnení dotazníky vyzbierajte.
3. Rozdajte oba vyplnené dotazníky všetkým prítomným a požiadajte ich, aby si v nich označili charakteristiky, ktoré sú označené odlišne o dva alebo viac políčok.

Diskusia:

- Aké bolo hodnotiť samého/samu seba na stupnici?
- Pri ktorých charakteristikách ste najviac vážali? Ktoré ste vyplnili bez dlhého rozmýšľania?
- Aké bolo hodnotiť niekoho iného?
- Pri ktorých charakteristikách ste najviac vážali? Ktoré ste vyplnili bez dlhého rozmýšľania?
- V ktorých charakteristikách sa dva dotazníky o vás najviac líšili? Ako si to vysvetľujete?

Tipy:

- Keď budete vytvárať svoj dotazník, protichodné charakteristiky alebo výroky obmieňajte tak, aby sa striedali kladné a záporné, pozitívne a negatívne vnímané. Sami sa rozhodnite, akú širokú škálu použijete, odporúčame však nedávať menej ako 5 políčok.
- Ak chcete predísť tomu, aby prevažovali neurčité, stredové hodnoty, vytvorte škálu s párnym počtom políčok.
- Ak nechcete, aby deti/mladí ľudia vedeli, kto o nich druhý dotazník vyplňal, pripravte si jednu sériu dotazníkov s vpísanými menami a rozdajte ich tak, aby sa to nedozvedeli.

Forma na vytvorenie na dotazníka

charakteristika/tvrdenie A	1	2	3	4	5	6	7	charakteristika/tvrdenie B

Príklady charakteristík:

súťaživý – nepribojný, otvorený – uzavretý, citlivý – necitlivý, úprimný – neúprimný,
pasívny – aktívny, trpezlivý – netrpezlivý, zdvorilý – neslušný, spoľahlivý – nezodpovedný,
poslušný – neposlušný, odvážny – nesmelý, veselý – smutný, spoločenský – samotársky a pod.

Príklady výrokov:

- Mám rád/rada samotu. – Mám rád/rada spoločnosť iných ľudí.
- Rád/rada súťažím. – Rád/rada spolupracujem.
- To, čo robím, si najprv naplánujem. – To, čo robím, si nijako neplánujem.
- Viem sa rýchlo rozhodnúť. – Často som nerozhodný/á.
- Často prejavujem svoje pocity. – Svoje pocity navonok neprejavujem.
- Rozhodujem sa sám/sama. – Rozhodnutia za mňa prijímajú iní ľudia.
- Škola je pre mňa zábava. – Škola je pre mňa ťažká.
- V triede sa nerád/nerada prejavujem. – V triede sa rád/rada prejavujem.
- Voľný čas radšej trávim vonku. – Voľný čas radšej trávim dnu.

Ak chcete rozšíriť počet ľudí, ktorí niekoho opisujú, môžete využiť nasledujúcu aktivitu.

Kolujúci dotazník



20 minút

Cieľ:

získať predstavu o tom, ako ma vnímajú iní ľudia

Pomôcky:

jednoduchý dotazník s otvorenými otázkami

Postup:

1. Rozdajte dotazníky s očíslovanými otázkami a priestorom na vpísanie odpovede.
2. Deti/mladých ľudí požiadajte, aby naň iba napísali svoje meno a posunuli ho človeku napravo alebo za sebou.
3. Každý, kto dotazník dostane, si najprv pozrie meno v záhlaví, odpovie na prvú nezodpovedanú otázku v zozname a dotazník posunie ďalej. Takto dotazník koluje, kým nie sú zodpovedané všetky otázky.
4. Dotazníky vyzbierajte a odovzdajte ich majiteľom.

Príklad kolujúceho dotazníka

Moje meno: _____

1. Aké sú moje kladné vlastnosti?
2. Aké filmy sa mi páčia?
3. Ktoré hudobné skupiny rád počúvam?
4. Čo robievam vo voľnom čase?
5. Ktorú krajinu by som chcel navštíviť?
6. Aký vyučovací predmet mám najradšej?
7. V čom sa chcem zlepšiť?
8. Akú školu chcem študovať?
9. Aké povolanie by sa mi najviac hodilo?
10. Aké povolanie by pre mňa bolo náročné?

Tip:

Hodnotenie iných ľudí je vždy citlivou záležitosťou, a preto ak si nie ste istí, či niektoré odpovede nebudú zraňujúce, vyplnené dotazníky najprv vyzbierajte, prípadne ich použite iba ako podklad na následné individuálne alebo skupinové rozhovory. Ak sa rozhodnete vyplnené dotazníky rozdať, môžete deťom vysvetliť, že teraz majú možnosť pozrieť sa na seba očami iných ľudí. Pritom si môžu odpovedať na otázky:

- Pri ktorých otázkach vás opisujú alebo hodnotia rovnako ako vy sami?
- Ktoré odpovede vás potešili? Prečo?
- Ktoré odpovede vás prekvapili? Prečo?
- Pri ktorých otázkach sa potrebujete viac zamyslieť?

Variácie:

- Počet otázok môžete zvyšovať aj znižovať podľa potreby a prispôbovať si ich podľa toho, či sa chcete prednostne zamerať na osobnostné charakteristiky, silné stránky, nadania, záujmy a profesijné inklinácie a pod.
- Otázky, ktoré považujete za najdôležitejšie, môžete uviesť aj viac ráz v rôznych častiach dotazníka, aby na ne každý dostal viac rôznych odpovedí.
- Dotazník môžete vytvoriť iba z prvej a/alebo ôsmej otázky v uvedenom príklade a dať ju vyplniť všetkým v skupine, aby mal každý čo najviac odpovedí.
- Aktivitu môžete realizovať aj ako „Poštu pre teba“ tak, že namiesto dotazníka po miestnosti kolujú obálky označené menom a každý má kôpku otázok vytlačenú na samostatných lístkoch. Keď obálka dorazí, prečítame si, komu patrí, odpovieme na otázku na vrchnom lístku, vložíme ho do obálky a tú pošleme ďalej. Ak na konci obálky vyzbierate, môžete sa uistiť, či v nich nie sú aj znevažujúce odpovede a tie pred doručením pošty z obálok vybrať.

Pri rozmýšľaní o budúcnosti sa deti riadia predovšetkým svojimi túžbami, želaniami, fantazijnými predstavami a rôznymi vzormi vo svojom okolí. V tejto fáze ešte možnosti ďalšieho štúdia a voľbu povolania neposudzujú podľa svojich schopností a predpokladov, ktoré v mnohých prípadoch ani nepoznajú. U žiakov môže prevládať pocit, že môžu vykonávať akékoľvek povolanie a nezamýšľajú sa príliš nad tým, čo si daná profesia vyžaduje, aké sú dostupné možnosti štúdia a možné formy uplatnenia sa v živote. Napriek tomu, že predstavy žiakov môžu byť nereálne, je dôležité zmapovať ich a pri ďalšom sebapoznávaní a neskoršom sebahodnotení sa od nich odraziť.

Takýto život by sa mi páčil!



20 minút

Cieľ:

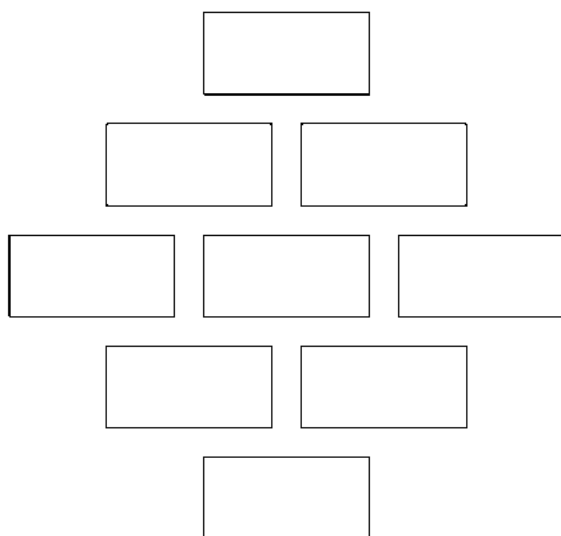
hierarchizovať svoje túžby a predstavy o ďalšom živote

Pomôcky:

lístky s vpísanými túžbami a predstavami

Postup:

1. Aktivitu začnite motivačným rozhovorom o túžbach a predstavách, ktoré máme o budúcnosti. Môžete sa žiakov opýtať:
 - Ako by mohol vyzeráť váš život, keby bol úplne podľa vašich predstáv?
 - Čo všetko by ste mohli robiť?
 - Čo všetko by ste vlastnili?
 - Akých ľudí by ste mali okolo seba?
2. Rozdajte žiakom lístky s rôznymi túžbami a predstavami a požiadajte ich, aby ich zoradili podľa toho, ktoré z nich sú pre nich osobne najdôležitejšie a ktoré sú menej dôležité.
3. Lístky majú byť zoradené do tvaru diamantu podľa nákresu nižšie. Na jeho vrchole je iba jedna, najväčšia túžba. Pod ňou sú ďalšie dve, ktoré sú tiež dosť dôležité, avšak menej ako tá prvá. Nasledujú tri stredne dôležité túžby, pod nimi sú dve menej dôležité a napokon posledná najmenej dôležitá.



4. Keď má každý svoje túžby zoradené, odoberte tie, ktoré sú na troch spodných úrovniach a žiakom ponechajte len tri najväčšie túžby. Žiakov požiadajte, aby si vo dvojiciach alebo v menších skupinách svoje najväčšie túžby porovnali a vysvetlili, prečo si ich vybrali.

Diskusia:

- Aké sú naše najsilnejšie túžby? Aký život by sme mali, keby sa nám splnili?
- Ktoré túžby nie sú až také silné? Prečo pre nás nie sú dôležité?
- Ktoré túžby máme podobné ako ostatní? Ktoré máme len my?
- Čo môžeme urobiť pre to, aby sa nám naša najväčšia túžba splnila?

Variácie:

- Žiakom môžete rozdať presne 9 lístkov a požiadať ich, aby ich zoradili, alebo aj viac lístkov, z ktorých si najprv môžu vybrať a až následne ich zoradiť.
- Starším žiakom môžete rozdať aj jeden či viac prázdnych lístkov, na ktoré môžu sami vpísať túžby, ktoré majú a nie sú zahrnuté medzi možnosťami.

Príklady túžob a predstáv o živote

Zarábam veľa peňazí.	Mám prácu, ktorá ma baví.	Mám mnoho priateľov.
Som v pohybe, veľa cestujem.	Neustále sa učím nové veci.	Venujem sa umeniu.
Zažívam úspech a uznanie.	Starám sa o iných ľudí.	Vyrábam nové veci.
Venujem sa rodine a deťom.	Užívam si veľa zábavy.	Žijem v luxuse.
Stretávam sa s veľa ľuďmi.	Vôbec nemusím pracovať.	Mám pekné auto a bývanie.

Túžby a želania, ktoré deti majú, sú často bezprostredné a plne neuvedomené. Mnohé sny sa rýchlo rozplynú a nahradia inými. Niektoré želania si však môžeme aj sami vedome prehodnotiť, ak sa zamyslíme nad tým, čo ich splnenie prinesie nám a čo ľuďom okolo nás. Pomenovaním dôsledkov naplnenia niektorých túžob sa ich môžeme vzdať ako nesplniteľných alebo v konečnom dôsledku nechcených, čo nám môže pomôcť pri neskoršom rozhodovaní sa o ďalšom štúdiu a pri voľbe povolania.



Cieľ:

uvedomiť si, aký vplyv môže mať naplnenie vlastných snov na ostatných ľudí

Pomôcky:

papier a písacie potreby

Postup:

1. Rozdajte žiakom hárok papiera a opýtajte sa ich, aký je ich najväčší sen, ktorý by si chceli v budúcnosti splniť. Môžu pri tom popustiť uzdu svojej fantázii a svoj sen napísať do stredu papiera.
2. V ďalšom kole sa postupne pýtajte uvedené otázky a po každej dajte žiakom čas na dopísanie odpovedí okolo svojho sna:
 - Čo všetko mi splnenie tohto sna prinesie?
 - Čo prinesie mojim rodičom?
 - Čo prinesie iným ľuďom? (súrodencom, kamarátom, susedom)
 - Čo môžem spraviť pre naplnenie tohto svojho sna?
 - Aké prekážky pri tom musím prekonať?

Diskusia:

- Ako svoj sen vidíte teraz, po vpísaní svojich odpovedí?
- Čo splnenie vášho sna prinesie vám a čo iným ľuďom?
- Čo môžete reálne urobiť, aby sa vám váš sen splnil?
- Čo vás prekvapilo pri rozmýšľaní o svojom sne?

Variácie:

Aktivita môže priniesť najrozmanitejšie odpovede („Byť bohatý.“ „Odletieť na Mesiac.“ „Mať veľkú rodinu.“). Ak chcete, aby boli pomenované sny viac prepojené s voľbou povolania, aktivitu nenahrádzajte, ale doplňte o ďalšie kolo snívania. V ňom sa priamo opýtajte na vysnívané povolanie, zopakujte obdobné otázky a opäť žiakov nechajte zapísať svoje odpovede.

Žiaci môžu na samostatné lístočky anonymne napísať viacero svojich snov, ktoré sa vložia do vrecúška. Postupne ich môžete vyberať a spoločne diskutovať na rovnakú tému – čo takýto sen prinesie človeku, ktorý ho sníva, čo prinesie iným ľuďom, čo pre jeho naplnenie možno urobiť a napokon, či je takýto sen reálne uskutočniteľný.

SEBAHODNOTENIE

Poznávanie samého seba a ľudí naokolo môže byť odrazovým mostíkom na zhodnotenie svojich vlastných schopností a predpokladov.

Sebapoznávanie a sebahodnotenie nemožno úplne oddeliť – samých seba vždy posudzujeme podľa toho, ako si rôzne vlastnosti vysvetľujeme a ako ich vnímame u iných ľudí. Zatiaľ čo poznanie samého seba vedie „len“ k tomu, že „viem“, kto som a aký/aká som, sebahodnotenie vnáša do vlastného obrazu aj prvok porovnávania sa s inými ľuďmi alebo s požiadavkami, ktoré sa na človeka kladú.



Otázky na zamyslenie:

- Aké rôzne spôsoby hodnotenia využívam pri práci so svojimi žiakmi? Na aké sú zvyknutí?
- Akým spôsobom žiakov vediem k zhodnoteniu svojich vlastných schopností?
- Ako žiaci poskytujú a prijímajú spätnú väzbu?
- Ako spolupracujem so školským psychológom?
- Ako využívam ponuku poradenských zariadení?

Ak deti v rodinách a žiaci v školách nemajú dostatok príležitostí na zhodnotenie svojich schopností a predpokladov, potrebujú kvalifikovanú pomoc a poradenskú podporu. Existuje celá škála dotazníkov a štandardizovaných testov, ktoré sú zamerané na skúmanie osobnosti (napríklad temperamentu, miery extroverzie a introverzie, osobnostných typov), mapovanie záujmov či rôznych typov inteligencií.¹² Ich výhodou je medzinárodne testovaná platnosť. Mnohé z nich však môžu zadávať a vyhodnocovať iba kvalifikovaní psychológovia, iba niektoré aj výchovní poradcovia.

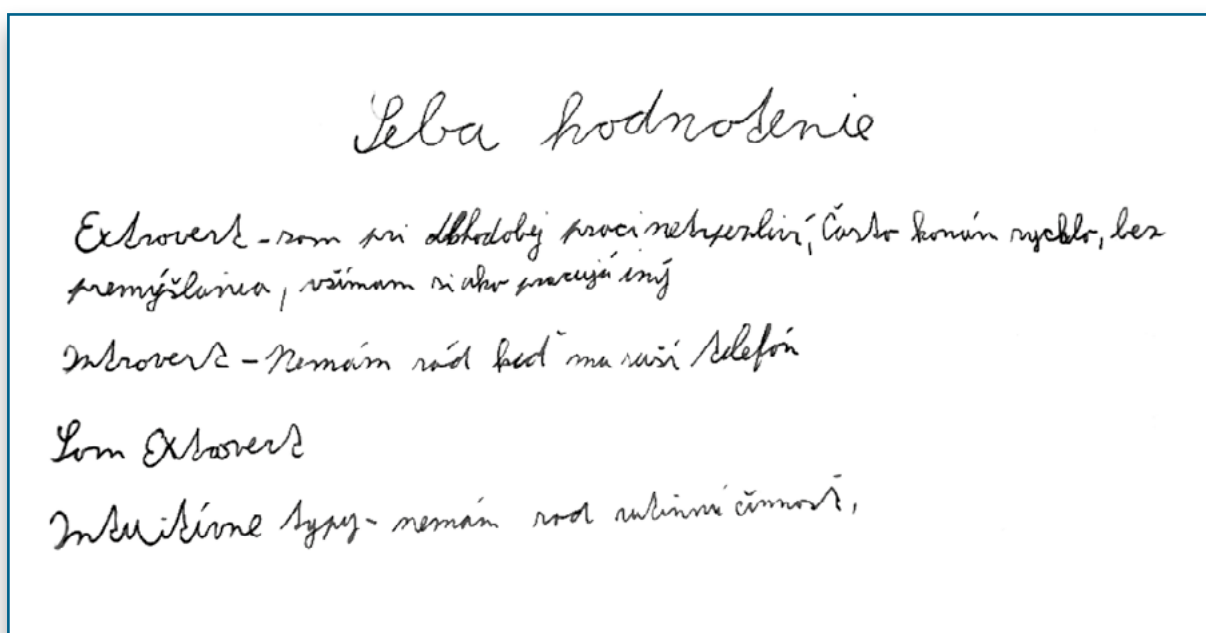
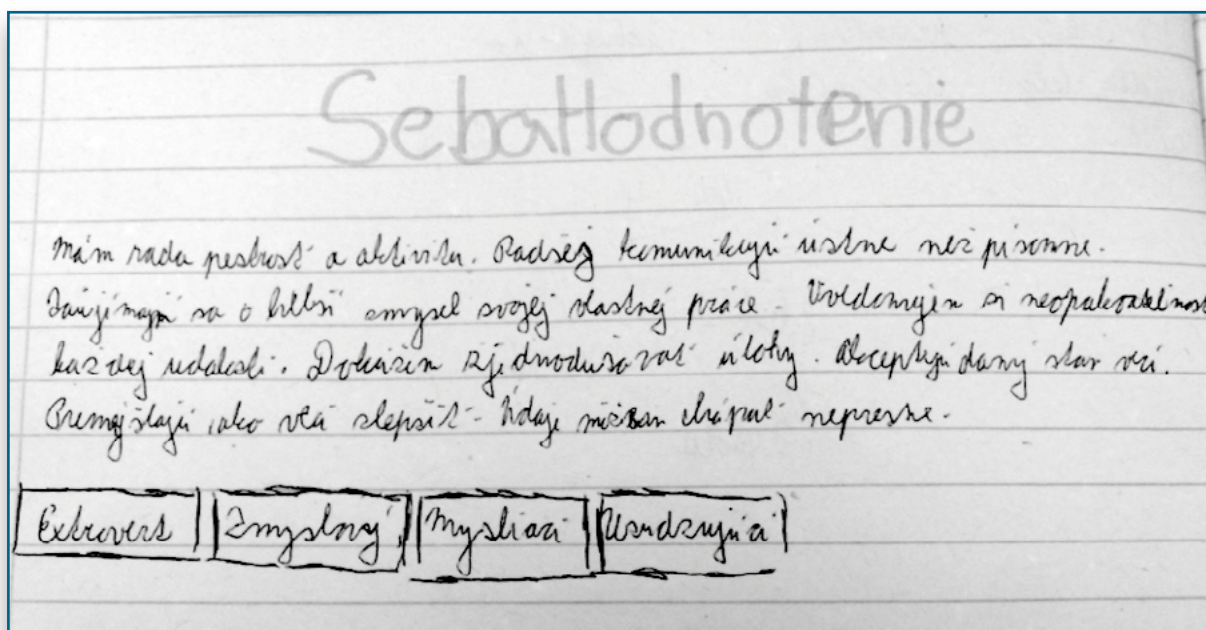
Nevýhodou štandardizovaných testovaní špecificky u mladých ľudí zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia môže byť ich kultúrna necitlivosť, prípadne nižšia zrozumiteľnosť. Korektné vyhodnotenie akéhokoľvek dotazníka či testu závisí od jeho seriózneho a pravdivého vyplnenia, ktoré predpokladá dobré porozumenie otázkam a úlohám. V každom prípade využitie testov môže byť len jednou časťou mozaiky, z ktorej nikdy nemožno vyvodzovať definitívne závery.

Zámerom tejto podkapitoly nie je replikovať ani nahradiť štandardné psychodiagnostické postupy a nástroje, ale poskytnúť námety na aktivity, ktoré ich môžu doplniť. Tak ako výsledky žiadneho testu nemožno interpretovať mimo sociálneho kontextu, kultúrne a sociálne prostredie žiakov je potrebné zohľadniť aj pri skúmaní ich osobnosti, schopností a predpokladov počas skupinových aktivít a diskusií.

Sebahodnotenie by malo viesť k pozitívnemu oceneniu vlastných silných stránok a k pomenovaniu tých, na ktorých možno ďalej pracovať. Tínedžeri môžu mať veľmi skreslené predstavy o svojich schopnostiach bez ohľadu na sociálne prostredie, z ktorého pochádzajú. V sebahodnotení sa môžu preceňovať aj podceňovať, čo im komplikuje prežívanie úspechov aj neúspechov, prekonávanie pocitov zlyhania aj užitie si pocitu naplnenia. Mladí ľudia zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia môžu s ohľadom na obmedzenejšie možnosti ľahko sklznúť do podceňovania svojich schopností. To môže znižovať ich motiváciu a snahu, prípadne viesť až k apatii a rezignácii na naplnenie vlastných želaní a aspirácií. Na ich podporu je preto vždy dobré začať pochvalou a ocenením.

12 Na skúmanie intelektových schopností sa využíva Test štruktúry inteligencie I-S-T 2000 R a aj staršia verzia Amthauerovho testu I-S-T 70. Poradenský psychológovia často využívajú Cattellov HSPQ osobnostný dotazník pre stredoškolskú mládež či Eysenckov test introverzie a extroverzie.

Ukážky sebahodnotenia žiakov



Zdroj: Dokumentácia Janky Koperovej, ZŠ Rázusova v Čadci



Cieľ:

pozitívne oceniť seba a druhých ľudí

Pomôcky:

papier a písacie potreby

Postup:

1. Aktivitu môžete uviesť otázkou, či žiaci poznajú nejaké príslovie, alebo porekadlo, ktoré sa týka chválenia (napr. Samochvála smrdí. Nechváľ deň pred večerom. Kto sa sám honosí, v hlave mnoho nenosí.).
2. Vysvetlite žiakom, že aj keď sa u nás chvála či dokonca samochvála veľmi nenosí, nasledujúce minúty budú len o chválach.
3. Každému dajte hárok papiera, ktorý si perom rozdelí na štyri rovnako veľké políčka. Písať začíname vľavo hore odpoveďou na otázku: Čo sa mi naposledy veľmi podarilo? alebo Čo mi naposledy naozaj vyšlo?
4. Vyberte si kohokoľvek v skupine a vpravo hore napíšte jeho/jej meno a to, čo mu/jej ide naozaj dobre, v čom vyniká.
5. Teraz do pravého dolného políčka napíšte to isté o človeku, ktorý sedí vedľa vás.
6. Napokon do ľavého dolného rohu napíšte to isté o niekom, kto nie je v tejto miestnosti. Môže to byť úplne ktokoľvek.
7. Po vpísaní všetkých odpovedí vytvorte menšie skupiny žiakov, v ktorých si môžu svoje odpovede porovnať a prediskutovať. Ak v malej skupine dostanú pochvalu aj na seba, dopíšu si ju do svojho políčka.
8. Po diskusii v skupinách žiakov požiadajte, aby papier rozstrihli podľa políčok a nechali si len to, ktoré je o nich. Zvyšné tri vyzbierajte a rozdajte tým, ktorým patria. Políčko s osobou mimo miestnosť si ponechajte.

Diskusia:

- Aké to bolo pochváliť sa? Aké to bolo pochváliť niekoho iného?
- Za čo všetko ste sa pochválili? Za čo ste chválili iných? Za čo ste boli sami pochválení?
- Koho ste pochválili mimo tejto miestnosti? Za čo?
- Kto vás naposledy pochválil doma? Za čo?
- Kto vás naposledy pochválil škole? Za čo?
- Koho najčastejšie chválime? Prečo to robíme?

Vyváženejší pohľad na seba samého môže priniesť mapovanie silných a slabých stránok. Pred uvažovaním o ďalšej študijnej či profesijnej dráhe môže ukázať, na čom sa dá stavať, v čom sa treba zlepšiť alebo to aspoň brať do úvahy pri neskoršom rozhodovaní.

Silné a slabé stránky



20 minút

Cieľ:

pomenovať svoje silné a slabé stránky, túžby a obavy

Pomôcky:

pracovný list

Postup:

1. Rozdajte pracovný list rozdelený na štyri polia s priestorom na vpísanie odpovedí pri silných aj slabých stránkach, túžbach aj obavách (názvy políčok môžete obmeniť, napr.: V čom som dobrý/á, Čo mi ide slabšie, Po čom túžim, Aké mám obavy a pod.)
2. Žiakom môžete ponúknuť aj zopár príkladov, napr.
 - a) **silné stránky:** Viem pekne kresliť. Ide mi dobre matematika. Mám veľa kamarátov.
 - b) **slabé stránky:** Často sa neviem sústrediť. Strácam veci. Nechce sa mi učiť.
 - c) **túžby:** Chcem sa zlepšiť v slovenčine. Chcem dobre zarábať. Túžim mať veľkú rodinu.
 - d) **obavy:** Bojím sa, že sa mi budú posmievať. Neviem, čo budem robiť v budúcnosti.
3. S mladšími žiakmi si môžete spoločne pomenovať, aké silné a slabé stránky, túžby a obavy máte ako skupina a v čom si môžete navzájom pomôcť.
4. So staršími žiakmi môžete medzi jednotlivými odpoveďami hľadať rôzne prepojenia a súvislosti:
 - a) Ktorú svoju silnú stránku viem využiť na to, aby sa zmenšila niektorá z mojich obáv? (napr. Mám veľa kamarátov, ktorí mi môžu poradiť, čo by som mohol v budúcnosti robiť.)
 - b) Ktorá moja túžba sa môže splniť, ak využijem niektorú svoju silnú stránku? (napr. Ak sa budem viac venovať matematike, ktorá mi ide dobre, môžem ju ďalej študovať a potom dobre zarábať.)
 - c) Ktorá moja slabá stránka mi bráni v naplnení niektorej túžby? (napr. Keď sa lepšie sústredím, zlepším sa aj v slovenčine. Medzi kamarátmi sú niektorí dobrí v slovenčine, môžeme sa učiť spoločne.)

Moje silné stránky

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Moje slabé stránky

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Moje túžby

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Moje obavy

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.



Cieľ:

pomenovať činnosti, ktoré žiaci ovládajú dobre a činnosti, v ktorých sa môžu zlepšiť

Pomôcky:

pracovný list

Postup:

1. Žiakom rozdajte pracovný list s jednoduchými otázkami a priestorom na odpovede.
2. Po vyplnení pracovných listov odpovede na jednotlivé otázky prediskutujte v celej skupine.

Tip:

Ak by žiakom odpovedanie na otvorené otázky robilo ťažkosti, môžete im poskytnúť rôzne možnosti. Tie môžu ohodnotiť podľa rôznych škál, napríklad oznámkovať od 1 do 5 alebo využiť škálu súhlasu a nesúhlasu (určite áno – možno áno – asi nie – určite nie). Taktiež môžete doplniť políčko pre doplňujúcu otázku, napríklad kedy niečo dokázali alebo čo ešte nedokážu, ale chceli by.

Pracovný list

Čo rád/rada robím?	_____
Čo mi ide ľahko?	_____
Čo mi robí ťažkosti?	_____
V čom by som sa chcel/a zlepšiť?	_____
Čo pre to môžem urobiť?	_____
Kedy tak urobím?	_____
Kto mi môže pomôcť?	_____

Čo všetko dokážem?



30 minút

Cieľ:

pomenovať činnosti, ktoré žiaci ovládajú dobre a činnosti, v ktorých sa môžu zlepšiť

Pomôcky:

pracovný list

Postup:

1. Žiakom rozdajte pracovný list s výroky a požiadajte ich, aby sa pri každej činnosti sami „oznámkovali“.
2. Po vyplnení pracovných listov si výroky prejdite jeden po druhom a žiakov vyzvite, aby sa pochválili, pri ktorých činnostiach sa ohodnotili najlepšie.

Pracovný list

- Dokážem opraviť pokazené veci.
- Dokážem dobre komunikovať s ľuďmi.
- Dokážem ľuďom zorganizovať prácu a riadiť ich.
- Dokážem niečo ručne vyrobiť.
- Dokážem sa dohovoriť cudzím jazykom.
- Dokážem pomôcť ľuďom.
- Dokážem pracovať s číslami.
- Dokážem pracovať na počítači.
- Dokážem pracovať s rôznymi nástrojmi.
- Dokážem sa postarať o zvieratá alebo rastliny.
- Dokážem pracovať v tíme.
- Dokážem pracovať samostatne.
- Dokážem robiť to isté každý deň.
- Dokážem robiť rôzne veci naraz.
- Dokážem všeličo vymýšľať a plánovať.
- Dokážem robiť podľa niečích pokynov.
- Dokážem robiť fyzicky namáhavú prácu.
- Dokážem pracovať rýchlo.
- Dokážem robiť v rušnom prostredí.

PODPORA UČENIA A MOTIVÁCIE NA ĎALŠIE ŠTÚDIUM

Vstupom do puberty sa pod vplyvom prostredia začínajú mladí ľudia nad svojou budúcnosťou viac zamýšľať. Začínajú si uvedomovať, že niektoré detské sny a túžby nie sú reálne, zatiaľ čo pre naplnenie iných musia niečo sami urobiť. Pomenovanie želaní, túžob, silných a slabých stránok môže podporiť ďalšie učenie a zlepšovanie sa.



Mladí ľudia zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia môžu mať nízku motiváciu na ďalšie štúdium pre minulé neúspechy, nízku sebadôveru, zlé skúsenosti so školou, neovládanie rôznych spôsobov učenia sa a aj pre nedostatok podpory zo strany rodiny či školy. To všetko môže znížiť nároky, ktoré na seba kladú a prehýbiť nezáujem o ďalšie štúdium. V takom prípade sa možno zamerať na posilnenie sebadôvery, pomenovanie prekážok pri učení aj identifikovanie rozdielnych možností, príležitostí a životného štandardu, ktoré človeku prináša určitý stupeň vzdelania či konkrétne povolanie.

Otázky na zamyslenie:

- Čo moji žiaci robia radi? Čo ich pri tom motivuje?
- Aký vzťah majú moji žiaci k učeniu a k škole?
- Aké rôzne príležitosti im vytváram, aby mohli aj v škole zažiť úspech?
- Akým spôsobom sa radi učia? Aké ťažkosti pri učení majú?
- Ako by sa im dalo pomôcť, aby ich mohli prekonať?

Keď sa povie škola...



10 minút

Cieľ:

zmapovať asociácie, ktoré si žiaci spájajú so školou a učením

Pomôcky:

veľký hárok papiera alebo tabuľa a fixky

Postup:

1. Do stredu papiera alebo tabule vpíšte slovo „škola“.
2. Žiakov požiadajte, aby povedali čokoľvek, čo im pri tomto slove napadne a zapíšte to okolo slova. Ich myšlienky nijako nekomentujte, nehodnoťte ani neopravujte, ale píšete všetko, čo povedia.
3. Keď už neprichádzajú so žiadnymi ďalšími myšlienkami, spoločne napísané asociácie roztriedte. Niektoré sa napríklad môžu týkať konkrétnych vyučovacích predmetov, ine atmosféry alebo vzťahov v škole, ďalšie fyzického prostredia školy a pod. Odpovede môžete triediť aj na pozitívne, negatívne a neutrálne.
4. Pri každej kategórii informácií sa následne môžete opýtať, aké pocity v žiakoch vyvolávajú, či ako by sa to dalo posilniť, zlepšiť, či napraviť.

Variácie:

- Podobné cvičenie môžete použiť na akékoľvek slovo, napr. učenie, vzdelanie či budúcnosť, alebo aj slovné spojenia, napr. „učenie mi ide ľahko, keď...“, „vzdelaný človek...“

Mnohí žiaci nedosahujú také výsledky, aké by mohli, pretože sa neučia efektívne. Ak niekoho učenie nebaví, nemusí to byť len tým, že ho určitá téma nezaujíma alebo chce v tom čase robiť niečo iné, ale mnohokrát aj preto, že nepozná pre seba vhodnú techniku učenia sa. Preferované učebné štýly žiakov možno taktiež zisťovať špecializovanými testovacími nástrojmi, avšak na orientačné zmapovanie, kedy žiakom ide učenie ľahko či kedy sa najviac naučia, poslúži aj jednoduchá aktivita.



Cieľ:

zistiť, aké štýly učenia žiaci preferujú

Pomôcky:

žiadne

Postup:

1. Žiakom vysvetlite, že im poviete štyri tvrdenia o učení, z ktorých každé predstavuje jeden z rohov miestnosti.
2. Požiadajte ich, aby zaujali miesto v tom rohu, ktorý najlepšie vystihuje ich spôsob učenia.
3. Pri čítaní každého výroku ukazujte na jeden roh miestnosti:
 - Najviac sa naučím, keď je učivo znázornené obrázkami alebo grafmi.
 - Najviac sa naučím, keď počúvam, ako mi niekto niečo vysvetľuje.
 - Najviac sa naučím, keď si niečo prečítam a urobím poznámky.
 - Najviac sa naučím, keď si niečo sám vyskúšam.
4. Keď každý žiak zaujme svoje miesto, môžete sa skupiny v každom rohu pýtať:
 - Kedy sa najčastejšie učíte?
 - Ako vaše učenie prebieha?
 - Čo všetko pri učení robíte, aby ste si čo najviac vecí zapamätali?

Diskusia:

- Čo ste sa dozvedeli o učení sa svojich spolužiakov?
- Čo máte pri učení podobné, čo odlišné?
- Ktoré nové spôsoby učenia by ste si chceli vyskúšať?
- Kto by vám s učením mohol pomôcť?

Variácie:

- Využiť môžete aj iné štvorice otázok, napríklad:
 - Najradšej mám úlohy, v ktorých treba niečo napísať.
 - Najradšej mám úlohy, v ktorých si treba niečo prečítať.
 - Najradšej mám úlohy, v ktorých treba niečo vyriešiť, vypočítať.
 - Najradšej mám úlohy, v ktorých treba niečo zhotoviť, vyrobiť.

alebo

- Najlepšie sa mi učí pri hudbe.
- Najlepšie sa mi učí v tichom prostredí.
- Najlepšie sa mi učí vonku v prírode.
- Najlepšie sa mi učí v pohybe.

alebo

- Učí sa mi ľahko, keď si stačí zapamätať údaje a fakty.
- Učí sa mi ľahko, keď môžem využiť svoje nápady.
- Učí sa mi ľahko, keď môžem robiť pokusy.
- Učí sa mi ľahko, keď môžem s niekým spolupracovať.

Existuje mnoho prístupov k učeniu, ktoré rôznym ľuďom vyhovujú v rôznej miere. Rôzne rady a triky, ako sa efektívne učiť podľa 5P (podmienky, plánovanie času, prestávky, poznámky a práca s textom, pamäť) nájde na stránke CAMIP <http://www.camip.sk/index.php/ako-sa-efektivne-ucit>.

Ukážka pracovného listu na podporu učenia

Rady - typy - návody Moje „know-how“ Ako sa učiť?

Škola je tvoje zamestnanie a učenie je tvoja práca

- Po návrate zo školy si oddýchni.
- Urč si hodinu, kedy sa začneš učiť, ak sa budeš učiť stále v tom istom čase, vytvoria sa v tvojej mozgovej kôre podmienené reflexy, ktoré ti uľahčia učenie.
- Ideálne je, keď sa začneš pripravovať okolo 16.-tej hodiny.
- Uč sa vždy na jednom mieste, ak sa naučíš pracovať v určitom čase a v rovnakých podmienkach, učenie bude efektívnejšie, učenie ti pôjde ľahšie a neskôr sa unavíš.
- Vypni televízor, rádio, mobil.
- Priprav si všetky pomôcky, ktoré budeš potrebovať.
- Striedaj ťažšie a ľahšie predmety, začni ťažšími predmetmi.
- Neponáhľaj sa pri učení, dopraj si dostatok času.
- Ak ti niečo nejde, nie si jediný a všetko treba trénovať.
- Uč sa slohu po slohe, odsek po odseku, nakoniec celý text zopakuj.
- Ak si unavený, urob si krátku prestávku, zmeň na chvíľu priestor.
- Striedaj učenie s oddychom, aspoň hodinu stráv so svojimi kamarátmi vonku na vzduchu.
- Učenie a prípravu do školy nezaraďuj do podvečerných a večerných hodín, nedokážeš sa sústrediť a zvládnuť aj jednoduchšie úlohy.

Doplň: Takto to robím ja:

Nie každý žiak, ktorý má ťažkosti s učením, vie vysvetliť alebo hoci len pomenovať, v čom presne problém spočíva. Aj bez špecializovanej odbornej pomoci možno vymyslieť rôzne spôsoby, ktorými by sa dané prekážky mohli prekonať.

Ťažkosti s učením



10 minút

Cieľ:

rozpoznať, čo nám učenie sťažuje a ako tomu možno predchádzať

Pomôcky:

nastrihané lístky s možnosťami, papier, písacie potreby

Postup:

1. Vytvorte 9 dvojíc alebo trojíc a každej dajte lístok s jednou možnosťou a hárok papiera.
2. Žiakom vysvetlite, že majú pomôcť svojmu spolužiakovi, ktorý má z nejakého dôvodu ťažkosti s učením.
3. Ich úlohou je vymyslieť a napísať čo najviac nápadov, rád a tipov, ktoré spolužiakovi pomôžu jeho ťažkosti prekonať.
4. Po ukončení práce si môžete spoločne prejsť jednu prekážku za druhou a pomenovať možné spôsoby na jej prekonanie.

Diskusia:

- Aký ste mali pocit z prekážky, ktorú váš pomyselný spolužiak nevie prekonať?
- Ako ste vymýšľali spôsoby na jej prekonanie?
- Aké máte skúsenosti s podobnými prekážkami pri učení?
- Čo vám pomáha prekonať ich?

Príklady ťažkostí s učením

Keď mi učenie nejde, odložím si to na neskôr, no už sa k tomu nevrátim.	Keď sa niečo neviem naučiť, vzdám to.	Keď niečomu nerozumiem, neviem si to zapamätať.
Keď mi niekto nepomáha, nenaučím sa skoro nič.	Keď sa mám učiť, nedokážem sa na nič sústrediť.	Keby som sa viac učil/a, spolužiaci by sa mi smiali.
Keď sa učím, potrebujem veľa času, ktorý nemám.	Keď som doma, všetko ma rozptyľuje a nič sa nenaučím.	Aj keď sa niečo naučím, rýchlo to zabudnem.

Ak majú žiaci zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia negatívne skúsenosti so školou, slabé vzdelávacie výsledky a nepociťujú podporu v ďalšom vzdelávaní zo strany rodičov, nemusia vidieť v učení žiadnu pridanú hodnotu. Nechuť učiť sa je najviac zastúpeným dôvodom pre nepokračovanie v ďalšom štúdiu po ukončení povinnej školskej dochádzky. Podpora žiakov, u ktorých hrozí riziko nedokončenia školy, sa môže orientovať na znovuvybudovanie ich vnútornej motivácie.

Jedným zo spôsobov je sprostredkovať žiakom informácie o možnostiach zamestnania či zárobku, ak budú ďalej pokračovať v štúdiu, v kontraste k jeho predčasnému ukončeniu. Iným je umožniť žiakom zažiť dôsledky nízkeho vzdelania pre budúci život na vlastnej koži.

Na čo je dobré vzdelanie?



45 – 60
minút

Cieľ:

porozumieť možnostiam a obmedzeniam vyplývajúcim z dosiahnutého vzdelania, vcítiť sa do situácie človeka s nízkym vzdelaním

Pomôcky:

nastrihané lístky s rolami, zoznam výrokov, veľká miestnosť s voľným priestorom

Postup:

1. Žiakom povedzte, že na chvíľu sa každý stane niekým iným, bude myslieť a cítiť ako daný človek, no nebude o tom môcť rozprávať.
2. Každý dostane lístok s veľmi stručným opisom svojej roly. Prečítajte si, kým ste a lístok schovajte. Možno budete mužom, možno ženou, starým alebo mladým človekom, boháčom alebo chudobným. Nikomu o tom nehovorte, nechajte si to len a len pre seba.
3. Keď roly rozdáte, povedzte žiakom, aby zatvorili oči a predstavili si, kým teraz sú. Popritom s prestávkami čítajte tieto otázky:
 - Aké bolo tvoje detstvo? Kde ste bývali? Aké hry si sa v detstve hrával/a?
 - Aký je tvoj život dnes?
 - Čo zvyčajne robíš?
 - Akú máš prácu?
 - Čo robíš vo voľnom čase?
 - Akú máš rodinu?
 - Akých máš kamarátov a známych?
 - Z čoho sa najviac tešíš?
 - Z čoho máš najväčšie obavy?
 - Čo by si si želal/a do budúcnosti?
4. Požiadajte žiakov, aby sa postavili a v úplnej tichosti prešli do voľného priestoru, kde sa zoradia vedľa seba tak, aby mali pred sebou dostatočné miesto na pohyb. Stoja na rovnakej štartovacej čiare.
5. Vysvetlite im, že teraz budete postupne čítať výroky o rôznych situáciách a faktoch zo života.
6. Zakaždým, keď na prečítaný výrok môžete vo svojej role odpovedať „áno“, urobíte jeden krok dopredu. Ak na prečítaný výrok nemôžete odpovedať kladne alebo si nie ste istí, zostanete stáť na mieste. Počas robenia krokov stále nemôžete medzi sebou rozprávať, ani odhaliť, kým ste.
7. Postupne prečítajte všetky výroky a dbajte na to, aby im každý dobre porozumel. Dajte žiakom krátky čas na to, aby si premysleli, či môžu spraviť krok vpred.

8. Po prečítaní posledného výroku žiakov požiadajte, aby sa v tichosti poobzerali okolo seba a zapamätali si svoju pozíciu, kto je pred nimi, za nimi alebo vedľa nich. Následne ich vyzvite, aby si posadali do kruhu.

Diskusia:

- Ako sa cítite po tejto aktivite? Čo vo vás tieto pocity vyvolalo?
- Bolo pre vás ľahké vcítiť sa do roly, ktorú ste dostali? Prečo?
- Ako ste si vytvorili predstavu o svojej postave? Čím boli vaše predstavy ovplyvnené?
- Ako ste sa cítili počas čítania výrokov? Ako sa cítili tí, čo mohli vždy urobiť krok vpred? Ako tí, čo väčšinou stáli na mieste?
- Kedy si tí z vás, čo robili kroky často, všimli, že ostatní nenapredujú rovnako rýchlo?
- Váhali ste pri niektorých otázkach, či urobiť krok vpred, alebo nie? Prečo?
- Čím ste boli, keď ste sa dostali ďaleko? Čím ste boli, keď ste urobili iba pár krokov?
- Čo nám táto aktivita ukazuje?
- Ako na život človeka vplýva to, ak sa vzdeláva? Ako naň vplýva to, ak pracuje?
- Čo to má spoločné s našou možnou budúcnosťou?

Príklady rol:

Vyštudoval/a si gymnázium, no na vysokú školu ťa neprijali. Si zaregistrovaný/á na úrade práce.	Skončil si priemyslovku a zamestnal si sa v automobilke ako zvárač.
Skončila si základnú školu, si na materskej dovolenke a nikdy si nepracovala.	Vyštudoval/a si medicínu a pracuješ ako lekár/ka v Bratislave.
Si vyučený tesár a pracuješ na objednávkach z celého Slovenska.	Vyučil/a si sa za cukrára/ku a pracuješ v malej súkromnej pekárni.
Na vysokej škole si študoval/a jazyky a teraz pracuješ ako prekladateľ/ka pre zahraničné firmy.	Základnú školu si si dokončil/a na dvojročnom odbore bez maturity. Chodíš pracovať do Česka na týždňovky.
Skončil/a si konzervatórium a hráš v orchestri aj na spoločenských akciách.	Skončil/a si obchodnú akadémiu a pracuješ ako účtovník/čka v úrade.
Vyštudoval si elektrotechnickú priemyslovku a robíš údržbára v Anglicku.	Skončil/a si učňovku, si na úrade práce a príležitostne robíš načierno.
Bola si dlho nezamestnaná, teraz chodíš každý druhý mesiac do Rakúska robiť opatrovatelku.	Máš výučný list, no nikde si nevieš nájsť prácu. Dostávaš podporu v nezamestnanosti.

Príklady výrokov:

- Nikdy si nemal/a finančné ťažkosti.
- Máš krásne zariadené bývanie s veľkou terasou.
- Ľudia sa na teba obracajú o radu v rozličných otázkach.
- Nemáš strach z toho, že ťa zastavia policajti.
- Vieš, kam sa máš v prípade potreby obrátiť o radu a pomoc.
- Nikdy si nebol/a odstrkovaný/á pre svoj pôvod.
- Žiješ so svojou rodinou.
- Minimálne dvakrát do roka môžeš s celou rodinou ísť na dovolenku.
- Môžeš si k sebe domov pozvať priateľov na večeru.
- Robíš to, čo si vyštudoval/a.
- Nehrozí ti, že budeš nezamestnaný/á.
- V práci veľa cestuješ.
- Aspoň raz za týždeň môžeš ísť do kina alebo divadla.
- Nebojíš sa o budúcnosť svojich detí.
- Každý mesiac si môžeš kúpiť nové šaty alebo topánky.
- Môžeš sa zaľúbiť do koho len chceš.
- Každý deň používaš internet.
- Spoločnosť, v ktorej žiješ, ťa oceňuje a uznáva.

Variácie:

- Roly aj výroky môžete prispôbiť vašej skupine a situácii.
- Niektoré roly môžete zámerne použiť aj viac ráz a na konci porovnať, ako ďaleko sa s nimi ich rôzni nositelia dostali. Môžete sa ich opýtať, ako je to možné.
- Na začiatku diskusie môžete žiakov požiadať, aby svoje roly odhalili. Môžete ich však aj držať v tajnosti až do konca diskusie. V prípade, že k tomu nedáte špeciálny pokyn, žiaci budú svoje roly odhaľovať spontánne počas diskusie.

2.2 Výber strednej školy

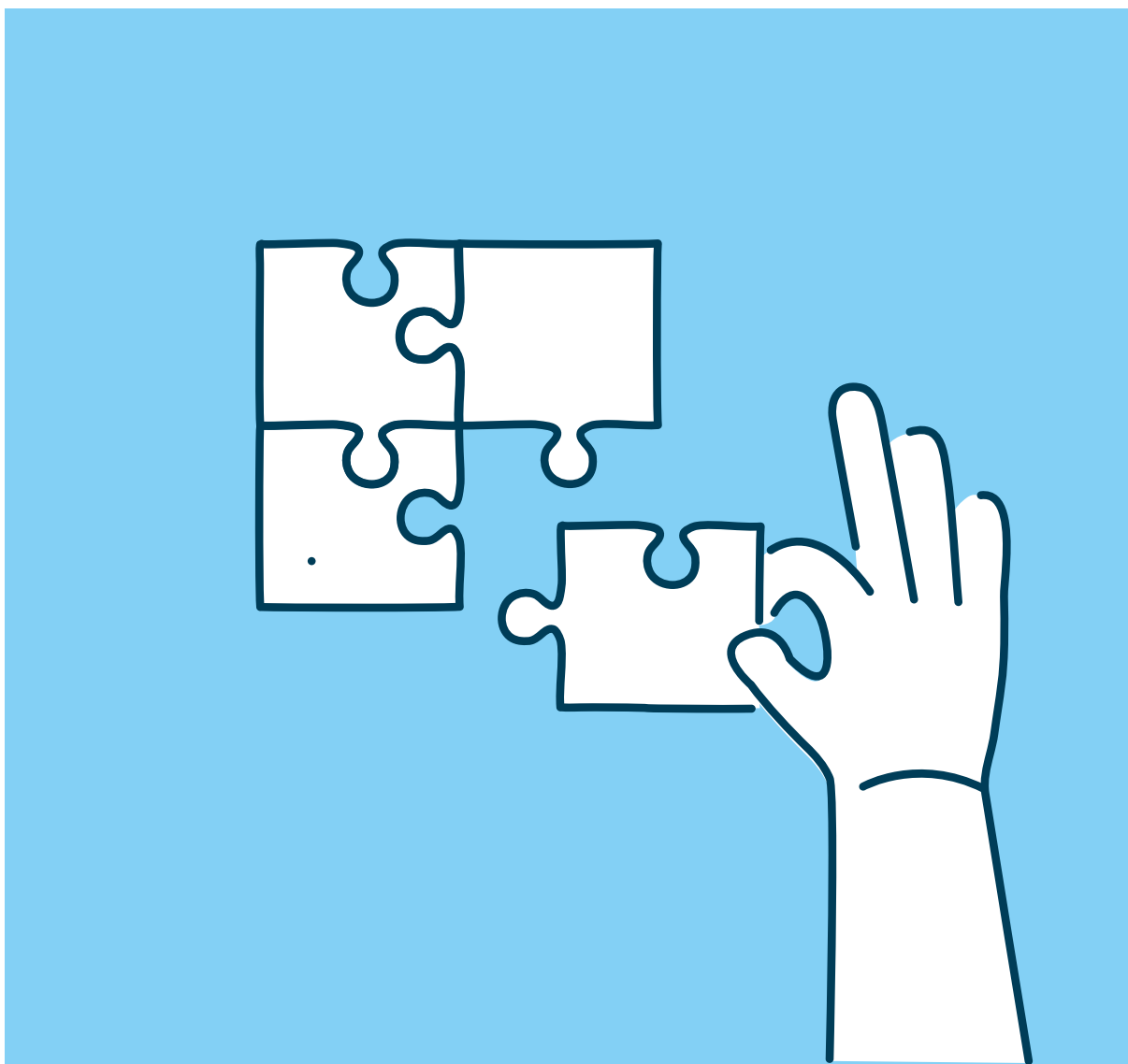
Systematicky realizované aktivity na sebazpoznávanie a sebahodnotenie môžu spolu s odborným psychologickým poradenstvom žiakom samotným, ale aj učiteľom a výchovným poradcom ukázať, aké študijné a učebné odbory sa pre nich javia ako vhodné na pokračovanie vo vzdelávaní na strednej škole. Žiaci zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia a ich rodičia veľmi často nemajú dostatok informácií o ponuke stredoškolského vzdelávania, zameraní študijných a učebných odborov, požiadavkách na prijatie, štúdium a absolvovanie rôznych typov škôl, stupeň dosiahnutého vzdelania či o perspektívach uplatnenia sa na trhu práce. Očakávania a preferencie rodičov často vychádzajú iba z ich vlastnej skúsenosti, ktorá môže byť skreslená a demotivujúca pre ďalšie štúdium. Zohľadniť je pritom nutné aj náklady spojené so štúdiom, ktoré rodičia nemusia byť schopní zvládnuť.

Zmyslom podpory a poradenstva je predĺžiť vzdelávaciu dráhu žiakov nad rámec povinnej školskej dochádzky, optimálne so získaním úplného stredného vzdelania. To by malo byť v oblasti, ktorá korešponduje so schopnosťami a s predpokladmi dieťaťa, a zároveň reflektuje existujúcu ponuku vzdelávania aj možnosti uplatnenia sa na trhu práce. Ak chýba možnosť uplatnenia, štúdium nemá zmysel bez zmeny bydliska, ktorá môže byť veľmi nepravdepodobná. Ak je uplatnenie reálne, no daný odbor sa neštuduje v dostupnej vzdialenosti, ochota dochádzať či bývať v internáte môže byť taktiež nízka. A napokon, ak chýbajú podmienky na štúdium doma, je potrebné hľadať alternatívne možnosti či priestory, kde by sa žiak mohol s externou pomocou pripravovať.

Aj keď je problém komplexný, úlohou poradcu nie je ukazovať správnu cestu, ale poskytovať viaceré alternatívy, rozširovať obzory a informovanosť, viesť k premýšľaniu o dôsledkoch rôznych rozhodnutí a ponúknuť dostupné možnosti na podporu počas štúdia. Na začiatku študijnej a profesijnej orientácie samotných žiakov môže byť užitočné už len zmapovanie pestrosti povolání a dostupných študijných príležitostí.

VÝBER ŠKOLY A POVOLANIA

Väčšina mladých ľudí nemá konkrétnu predstavu o svojej budúcnosti ani v čase, keď si vyberajú medzi rôznymi školami. Zároveň môžu mať nedostatočné informácie o obsahu a podmienkach ďalšieho štúdia či skreslené predstavy o rôznych povolaniach. Aktivity zamerané na výber školy a povolania sa zameriavajú na rozšírenie poznatkov a zároveň prepojenie nových informácií s tým, čo žiaci vedia o sebe, svojich záujmoch a predpokladoch na štúdium na konkrétnej škole či pri výkone konkrétneho povolania.



Voľbu školy môžu výrazne ovplyvniť rodičia, rovesníci aj učitelia. Mnohí žiaci sú nerozhodní a neistí a dajú na radu alebo želanie niekoho, komu dôverujú, aj keď to nie je v súlade s ich záujmami, schopnosťami alebo vnútorným presvedčením. Aktivity zamerané na profesijnú orientáciu tieto vplyvy nemôžu eliminovať, ale môžu sa pokúsiť nájsť rovnováhu medzi túžbami žiaka, jeho reálnymi predpokladmi, želaniami a očakávaniami rodičov, dostupnými možnosťami štúdia a príležitosťami na uplatnenie. Vychýlenie na ktorúkoľvek stranu zvyšuje riziko nesprávnej voľby a budúcich ťažkostí.

Mladým ľuďom je potrebné ukázať možnosti, ktoré sú pre nich zrozumiteľné a dosiahnuteľné.

Otázky na zamyslenie:

- Aké predstavy majú žiaci o ďalšom štúdiu?
- Aké informácie majú o rôznych možnostiach a podmienkach štúdia?
- Aké predstavy majú o rôznych povolaniach?
- Aké rôzne informácie a materiály im môžem poskytnúť?
- Aké príležitosti im môžem vytvárať, aby sa o školách a povolaniach dozvedeli viac?
- Aké predstavy o budúcnosti svojich detí majú ich rodičia? Akými rôznymi spôsobom im môžem sprostredkovať informácie o školách a pracovných pozíciách pre rôzne profesie?
- Z akých zdrojov tieto informácie čerpám?

Aké povolania poznáme?



10 – 30
minút

Cieľ:

zmapovať pestrosť povolaní

Pomôcky:

papier, písacie potreby

Postup:

jednotlivé variácie aktivít sa mierne líšia v inštrukciách a vo formách spracovania

Šifry

1. Rozdajte pracovný list s názvami rôznych povolaní, ktorých písmená sú poprehadzované. Napr.: LPAMAIRK (klampiar), ITEČIALUK (učiteľka), ROEŠLTTOAVE (ošetrovateľ), ČVRAZÁ (zvárač), KBATNOI (botanik), SVYPOŇRIADKE (sprievodkyňa).
2. Požiadajte žiakov, aby povolania dešifrovali a ku každému dopísali čo najviac činností, ktoré ich nositelia vykonávajú.

Čo robím?

1. Požiadajte žiakov, aby napísali čo najviac povolaní na samostatné lístky a vložili ich do vrecúška.
2. Vyzvite dobrovoľníka, aby si z vrecúška vytiahol lístok a bez akýchkoľvek slov predviedol činnosť, ktorá sa v danom povolaní vykonáva. Úlohou ostatných je hádať, o aké povolanie ide. Kto uhádne, vytiahne si ďalšie povolanie a predvedie ho.

Hádaj, čo som?

1. Požiadajte žiakov, aby napísali čo najviac povolaní na samostatné lístky a vložili ich do vrecúška.
2. Vyzvite dobrovoľníka, aby si z vrecúška vytiahol lístok a prečítal povolanie. Ak vie, o aké povolanie ide, ostatní mu môžu dávať otázky, na ktoré môže odpovedať iba áno alebo nie. Kto povolanie uhádne, vytiahne si ďalší lístok a ostatní mu kladú otázky.

U ako učiteľ

1. Vytvorte menšie skupiny žiakov a každej zadajte iné písmeno, na ktoré majú napísať čo najviac povolání.
2. Po uplynutí časového limitu zrátajte počty povolání a každej skupine zadajte nové písmeno alebo písmeno, ktoré mala predtým iná skupina.
3. Na konci si všetky povolania pomenujte.

Tipy:

- Ak máte prístup k internetu, môžete žiakom zadať úlohu, aby ku každému povolaniu našli čo najviac informácií a zapísali si ich. Príklady informácií:
 - Aké vzdelanie je pre toto povolanie potrebné?
 - Kde sa dá študovať?
 - Koľko také štúdium trvá?
 - Čím sa štúdium končí?
 - Čo sa treba učiť na prijímacie skúšky?
 - Koľko pracovných ponúk je pre toto povolanie v našom regióne a koľko na celom Slovensku?
 - Koľko sa v takomto povolání zarába?
- Zistenia žiakov si spoločne prejdite a diskutujte o tom, ktoré informácie sú z hodnoverných zdrojov. Upriamte pozornosť žiakov na konkrétne stránky, v ktorých nájdú podrobné informácie o rôznych povolaniach. (Viacere webové stránky nájdete v odporúčanej literatúre na konci publikácie.)
- Diskutujte o tom, kde inde sa dajú získať ďalšie informácie o daných povolaniach (priamo v školách, na burzách informácií, na úrade práce, priamo u zamestnávateľov a pod.)

Práca či povolanie?



10 – 30
minút

Cieľ:

poznať rozdiel medzi prácou ako spôsobom zabezpečenia živobytia a povoláním ako poslaním

Pomôcky:

lístky s možnosťami, lepiaca páska

Postup:

1. Napíšte na tabuľu dva pojmy: práca a povolanie.
2. Vyzvite žiakov, aby si z vrecúška vytiahli dva lístky a podľa toho, čo je na nich napísané, si dopredu rozmysleli, či sa hodia viac k práci, alebo k povolaniu.
3. Každý žiak si zároveň premyslí zdôvodnenie svojho rozhodnutia. Môže to byť na základe vlastného pocitu alebo presvedčenia, podľa príbehu, ktorý čítali, alebo na základe toho, čo počuli vo svojom okolí.
4. Žiaci jeden po druhom pristúpia k tabuli, vyberú si z dvoch možností a svoju voľbu zdôvodnia. Môžu dať každý lístok k inému pojmu alebo aj oba k jednému.
5. Na konci aktivity prediskutujte, prečo sú niektoré lístky iba pri jednom, iné iba pri druhom a niektoré pri oboch pojmoch.

Tip:

Na konci aktivity sa veľmi pravdepodobne ukáže, že niektoré lístočky môžu byť v oboch skupinách a ich priradenie závisí od toho, aká je naša skúsenosť, či čo sme o práci alebo povolání počuli. Napr. užitočnosť môže znamenať napomenutie či rozkaz pracovať (Čo sa povieš? Buď užitočný!) alebo aj slobodné rozhodnutie pre povolanie, kde človek môže pomáhať iným alebo svojmu prostrediu.

Príklady odpovedí

drina	pomáhanie	príležitosť	koníček
hravosť	odriekanie	užitočnosť	sloboda
splnenie sna	pot a slzy	nevyhnutnosť	tvorivosť
poslanie	potreba	možnosť zarobiť si	prežitie
nesloboda	nutné zlo	zabezpečenie živobytia	zábava
spokojnosť	Bez práce nie sú koláče.	Najprv práca, potom pláca.	Práca kvapná, málo platná.
Práca nie je zajac, neutečie.	Ľahká práca nebýva trváca.	Aká práca, taká pláca.	Komu sa nelení, tomu sa zelení.

Čo je pre mňa dôležité?



30 –40
minút

Cieľ:

identifikovať najdôležitejšie atribúty budúceho povolania

Pomôcky:

lístky s možnosťami a hárok papiera pre každého žiaka

Postup:

1. Žiakom vysvetlite, že budú mať za úlohu posúdiť rôzne odpovede na otázku Čo je dôležité pre moje budúce povolanie?
2. Rozdajte žiakom lístky a požiadajte ich, nech si vytvoria svoje vlastné poradie od najdôležitejšej po najmenej dôležitú možnosť.
3. Keď má každý svoj rebríček zostavený, povedzte žiakom nech si celý svoj rebríček napíšu na samostatný papier a vrátia všetky lístky okrem prvých troch v rebríčku.
4. Vytvorte dvojice a žiakov požiadajte, aby si navzájom zdôvodnili svoj výber. Ich úlohou je vytvoriť rebríček troch najdôležitejších možností zo šiestich, na ktorom sa zhodnú. Spoločný rebríček si poznačia na papier vedľa svojho pôvodného rebríčka.
5. Vytvorte štvorice a postup zopakujte. Na jeho konci sa štvorica má zhodnúť na spoločnom rebríčku s tromi odpoveďami.
6. Postup opakujte, aby na konci o spoločnom rebríčku diskutovala celá skupina či trieda.
7. Keď sa rebríček podarí zostaviť, žiakov vyzvite, aby si ho porovnali so svojim pôvodným.

Diskusia:

- Ste spokojní s výsledným rebríčkom? Prečo áno, prečo nie?
- Ktorá z odpovedí pre vás je dôležitá a vo výslednom rebríčku nie je? Aký máte z toho pocit?
- Ktorá z odpovedí pre vás nie je dôležitá a vo výsledkom rebríčku je? Ako si to vysvetľujete?
- Ako sa vám pracovalo vo dvojici, štvorici, v celej skupine?
- Zhodli ste sa, ustúpili alebo presadili svoj názor? Aký z toho máte pocit?
- Ako sa vám zostavoval prvý rebríček? Čo by ste v ňom zmenili po diskusiách, ktoré ste viedli?

Variácie:

- Ak by mali žiaci ťažkosti so zostavením jednoznačného rebríčka, môžete využiť aj metódu diamantu podobne ako v aktivite Takýto život by sa mi páčil!
- Aktivitu môžete realizovať aj bez skupinovej práce a vytvárania spoločného rebríčka. V diskusii sa potom môžete zamerať na individuálne preferencie žiakov a ich zdôvodnenie.

Príklady odpovedí

Mať dobrých kolegov.	Mať veľa voľného času a dovolenky.	Robiť to, čo ma baví.
Mať presne stanovený pracovný čas.	Pracovať v príjemnom prostredí.	Mať istotu, že prácu nestratím.
Pracovať samostatne.	Mať služobné auto.	Riadiť iných ľudí.
Mať prestížne povolanie.	Užívať si veľa zábavy.	Zarábať veľa peňazí.
Pracovať na zmeny.	Robiť užitočné veci.	Mať tvorivú prácu.
Mať možnosť pracovať z domu.	Ísť skoro do dôchodku.	Vďaka práci veľa cestovať.

Písomka o povolaniach



20 minút

Cieľ:

zmapovať pestrosť povolání

Pomôcky:

papier, písacie potreby

Postup:

1. Žiakom povedzte, že budú písať písomku. Po úvodnom zdesení im objasnite, že to bude netradičná písomka, v ktorej budú musieť od ostatných odpisovať, a nielen našepkávať, ale dokonca nahlas hovoriť správne odpovede.
2. Písomka bude o rôznych povolaniach. Začnite prvým, ktoré si všetci napíšu na vrch papiera. Pod povolanie budú písať odpovede na postupne kladené otázky:
 - Čo nám napadne ako prvé pri tomto povolaní? Zapisujte všetko, čo počujete.
 - Napíšte vlastnosti, ktoré by človek vykonávajúci toto povolanie mal mať. Všetko to musia byť prídavné mená.
 - Napíšte činnosti, ktoré sa v rámci tohto povolania vykonávajú. Všetko to musia byť slovesá.
 - Napíšte, čo by ste sa chceli o tomto povolaní dozvedieť. Všetko to musia byť otázky.
3. Teraz každý za seba a v tichosti napíšte, či si viete, alebo neviete predstaviť, že by to bolo vaše povolanie. Napíšte áno alebo nie a svoj dôvod.
4. A napokon, taktiež v tichosti napíšte meno jedného spolužiaka alebo spolužiačky, ktorý/á by sa na toto povolanie podľa vás hodil.

Tipy:

- Postup môžete opakovať s ľubovoľným počtom povolání podľa toho, ako vám to čas a záujem žiakov dovolí.
- Ak to uznáte za vhodné, môžete vyzbierať všetky hárky, na ktorých žiaci napísali, že by sa na dané povolanie nehodili a dať ich tým žiakom, ktorí by sa na dané povolanie podľa mienky spolužiaka hodili.

Koho som stretol/stretla tento týždeň?



10 – 30
minút

Cieľ:

zmapovať pestrosť a náplň rôznych povolání

Pomôcky:

papier, písacie potreby

Postup:

1. Žiakov požiadajte, aby sa zamysleli a napísali všetky povolania, s ktorými sa za posledný týždeň stretli. Môžu napísať povolania, ktorých nositeľov stretli osobne (učiteľka, smetiar, policajt, kominár, poštárka), ale aj povolania, s ktorými prišli do styku nepriamo, napríklad používajúc rôzne prístroje, zariadenia alebo dopravné prostriedky (stolár, fotografka, elektrikár, sprievodkyňa), produkty, ktoré využili (pekárka, mäsiar, pestovateľka, lekárnička) či služby, ktoré využili (predavač, krajčírka, hodinár).
2. Žiakov požiadajte, aby si zo svojho zoznamu vybrali jedno povolanie, ktoré im pripadá zaujímavé.
3. Vytvorte dvojice, ktoré majú za úlohu odpovedať na nasledujúce otázky pre obe povolania:
 - Aké rôzne činnosti tento človek v práci vykonáva?
 - Čo všetko musí vedieť, aby svoju prácu vykonával dobre?
 - Aké by mal mať vlastnosti?
 - Aký je jeho pracovný čas?
 - V akom prostredí prácu vykonáva?
 - S akými nástrojmi alebo pomôckami pracuje?
 - Čo je výsledkom jeho práce?

Diskusia:

- Na koľko povolání ste si spomenuli? Aký máte pocit z tohto počtu?
- S ľuďmi akých povolání prichádzate do priameho kontaktu takmer každý deň, aspoň raz za mesiac, výnimočne?
- Ktoré z týchto povolání považujete za výnimočné? Prečo?
- Aké rôzne povolania ste si vybrali na prácu vo dvojiciach? Čo zaujímavé ste o nich napísali?
- Ktoré povolanie je pre vás lákavé a viete si predstaviť, že by ste ho vykonávali? Prečo?
- Ktoré by ste naopak vykonávať nechceli alebo nemohli? Prečo?

Takto si predstavujem...



20 minút

Cieľ:

pomenovať vlastnosti a osobnostné predpoklady na výkon rôznych povolání

Pomôcky:

lístky s možnosťami

Postup:

1. Žiakov rozdelte do menších skupín a každej dajte lístok so 4 rôznymi povolaniami a súbor vlastností a predpokladov.
2. Žiakov požiadajte, aby spoločne priradili rôzne vlastnosti k rôznym povolaniam. Ak sa nejaká vlastnosť hodí k viacerým povolaniam, vyberú si také, kde je daná vlastnosť úplne nevyhnutná.
3. Po práci v skupinách v spoločnej diskusii roztriedte jednotlivé vlastnosti pre všetky štyri povolania na tri kategórie: nevyhnutné, žiaduce, nepodstatné.

Tipy:

- Počet posudzovaných povolání aj priradzovaných vlastností si môžete prispôbiť vlastným potrebám. Dbajte však na to, aby boli povolania rozmanité z hľadiska druhu činností a potrebného vzdelania.
- Žiakom môžete dovoliť, aby k povolaniam dopisovali aj ďalšie nevyhnutné alebo žiaduce vlastnosti, ktoré nie sú medzi poskytnutými možnosťami.
- Aktivitu môžete robiť aj bez poskytnutia vlastností a predpokladov. V takom prípade ich žiaci sami dopíšu.

Príklady štvoric povolání

učiteľ/učiteľka	automechanik/ automechanička	kaderník/ kadernička	sudca/sudkyňa
kuchár/kuchárka	obuvník/ obuvníčka	lekár/lekárka	chemik/chemička

Príklady vlastností

citlivý/citlivá	usmievavý/ usmievavá	tvorivý/tvorivá	vytrvalý/vytrvalá
priateľský/ priateľská	zručný/zručná	diskrétny/ diskrétna	samostatný/ samostatná
trpezlivý/trpezlivá	veselý/veselá	starostlivý/ starostlivá	fyzicky zdatný/ fyzicky zdatná
odvážny/odvážna	zodpovedný/ zodpovedná	seriózny/seriózna	čistotný/čistotná
opatrný/opatrná	dôverčivý/ dôverčivá	vtipný/vtipná	zhovorčivý/ zhovorčivá
milý/milá	súťaživý/súťaživá	bystrý/bystrá	svedomitý/ svedomitá
disciplinovaný/ disciplinovaná	upravený/ upravená	spravodlivý/ spravodlivá	zdvorilý/zdvorilá
spoločenský/ spoločenská	prísny/prísna	rýchly/rýchla	vynaliezavý/ vynaliezavá



Cieľ:

opísať pracovný deň vo vybranom povolání

Pomôcky:

pracovný list, písacie potreby

Postup:

1. Žiakov požiadajte, aby si zvolili jedno povolanie, pri ktorom si vedia predstaviť, že by ho vykonávali, poznajú niekoho, kto ho naozaj vykonáva a mohli by sa ho/jej naň opýtať.
2. Rozdajte pracovný list s nedokončenými vetami a dvoma ďalšími stĺpcami.
3. Žiakov požiadajte, aby do prvého stĺpca vpísali dokončenia všetkých viet.
4. Za domácu úlohu im zadajte, aby vyhľadali osobu, ktorá dané povolanie vykonáva a v druhom stĺpci dokončili vety podľa informácií, ktoré žiakom poskytnú.
5. Na ďalšej hodine spoločne prediskutujte výsledky individuálneho bádania žiakov.

Diskusia:

- Čo je naozaj tak, ako ste si mysleli?
- Čo je iné? Čo vás prekvapilo?
- Čo ďalšie ste sa dozvedeli od človeka, s ktorým ste sa rozprávali?
- Čo by ste sa ešte chceli dozvedieť?
- Je pre vás toto povolanie stále zaujímavé?

Variácie:

- Nedokončené vety si prispôsobte podľa vlastných potrieb.

Pracovný list

Vybrané povolanie:	Dopíš vety podľa toho, čo o tomto povolaní vieš	Dopíš vety podľa toho, čo ti o tomto povolaní povedal niekto, kto ho vykonáva
<p>Pracujem v (akom prostredí?)...</p> <p>Prácu začínam (kedy?)...</p> <p>Pracujem s (kým?)...</p> <p>Najviac času venujem (čomu?)...</p> <p>Najviac práce mám (kedy?)...</p> <p>V práci používam (čo?) ...</p> <p>Počas prestávky...</p> <p>Prácu končím...</p> <p>Na mojom povolaní ma najviac baví...</p>		

Váhavosť žiakov a otázky, ktoré majú ohľadom voľby školy a povolania, no ostýchajú sa na to verejne opýtať, môžete zodpovedať spoločne, a pritom anonymne.

Otázky z klobúka



30 – 60
minút

Cieľ:

objasniť možné otázky a nejasnosti ohľadom voľby školy či povolania

Pomôcky:

papier, písacie potreby, vrecúško alebo klobúk

Postup:

1. Aktivitu môžete začať motivačnými otázkami, na ktoré žiaci nemajú odpovedať, iba si odpoveď v duchu pomyslieť alebo zapísať. Môžete sa ich pýtať:
 - Aké povolanie alebo povolania si viete predstaviť, že by ste v budúcnosti vykonávali?
 - Čo vás na tomto povolaní láka alebo zaujíma?
 - Čo vám je nejasné a nemali ste sa to ešte koho opýtať?
2. Žiakov vyzvite, aby akúkoľvek otázku, ktorú s ohľadom na dané povolanie majú, napísali na papierik a vložili ho do vrecúška alebo klobúka. Každý musí napísať minimálne jednu otázku.
3. Keď sú všetky otázky v klobúku, sadnite si do kruhu, klobúk dajte do stredu a nechajte žiakov jedného po druhom vyťahovať otázky.
4. Úlohou každého je otázku nahlas prečítať a pokúsiť sa na ňu odpovedať. Po odpovedi žiaka môžu svoje doplnenia pridať aj ostatní a napokon aj učiteľ.

Variácie:

- Ak na nejakú otázku nevie nik odpovedať, môžete prisľúbiť, že si informácie zistíte a pri najbližšej príležitosti na ňu odpoviete.
- Na vybrané otázky môžete zadať domácu úlohu alebo skupinovú prácu, v ktorej budú žiaci vyhľadávať ďalšie informácie na internete alebo v iných zdrojoch. Na nasledujúcej hodine sa žiakov môžete opýtať, čo sa dozvedeli, čo sa im potvrdilo, čo prekvapilo, prípadne na aké otázky odpovede stále nenašli.

Nie je škola ako škola



20 minút

Cieľ:

zistiť prvotné záujmy a preferencie žiakov ohľadom ich ďalšieho štúdia

Pomôcky:

pracovný list, písacie potreby

Diskusia:

- Aké rôzne školy sú v našom regióne? Čo sa na nich študuje?
- Aký je rozdiel medzi gymnáziom a strednou odbornou školou?
- Aký je rozdiel medzi maturitou a výučným listom?
- Akých odborov sa to týka?
- Aký je rozdiel medzi strednou a vysokou školou?
- Kto môže ísť na strednú školu? A kto na vysokú?

Meno: _____

1. Čo ma v škole najviac baví?
2. V ktorých predmetoch mám dobré výsledky?
3. V ktorých predmetoch by som sa chcel/a zlepšiť?
4. Čo pre to môžem urobiť? Kto mi môže pomôcť?
5. Aké povolanie sa mi páči a chcel/a by som ho v budúcnosti vykonávať?
6. Na akej škole sa to študuje?
7. Ako dlho štúdium trvá? Ako sa končí?
8. Čo treba vedieť alebo ovládať, ak chcem v takejto škole študovať?
9. Z akých predmetov by som mal/a mať dobré výsledky, aby ma na túto školu prijali?
10. Aké ďalšie školy poznám vo svojom okolí?
11. Čo sa na nich študuje?
12. Akú školu a odbor by som si vybral/a ako svoju druhú možnosť?

ROZHODOVANIE A PLÁNOVANIE

Rozhodovanie je kľúčovou fázou študijného a profesijného poradenstva. Počas neho by mal mať každý žiak už dostatok poznatkov o sebe samom, ako aj o možnostiach štúdia a budúceho uplatnenia, aby mohol urobiť informovanú voľbu. Podstatou rozhodovania je výber z viacerých alternatív, určenie priorít a načrtnutie možných scenárov.



Čo všetko robím?



10 – 30
minút

Cieľ:

identifikovať rôzne činnosti, ktoré žiaci robia počas vymedzeného časového obdobia

Pomôcky:

týždenný harmonogram

Postup:

1. Žiakov požiadajte, aby si v nasledujúcom týždni zaznamenávali, ako trávia svoj čas. Na tento účel im môžete vytvoriť pracovný list s týždenným harmonogramom a buď podrobným rozpisom hodín, alebo aspoň s naznačením dopoludnia, popoludnia, večera.
2. Úlohou žiakov je zaznačiť si všetky činnosti, ktoré vykonávajú aspoň pol hodiny.
3. Po týždni žiakov požiadajte, aby si vo svojom harmonograme vyznačili rôzne činnosti:
 - zelenou farbou to, čo robili a prinášalo im to radosť,
 - modrou farbou to, čo robili a prinášalo to radosť niekomu inému,
 - červenou farbou to, čo robili a neprinášalo im to veľkú radosť,
 - podčiarknutím to, čo robili a naozaj sa im to podarilo,
 - modrou farbou to, čo nerobili a chceli by.

Diskusia:

- Aká farba vo vašom harmonograme prevažuje? Prečo to tak je?
- Čo vám z toho všetkého, čo ste počas týždňa robili, prinieslo najväčšou radosť?
- Čo prinieslo radosť niekomu inému? Komu? Aký ste z toho mali pocit?
- Aké svoje silné stránky ste pri robení rôznych vecí využili?
- Čo sa vám naozaj podarilo?
- Čo ďalšie by sa vám mohlo v blízkej budúcnosti podariť?

Tip:

Aktivitu možno ďalej využiť pri plánovaní cielených činností spojených s učením, trávením voľného času, ale aj s vyhľadávaním informácií o možnostiach štúdia či rôznych povolaniach, v ktorých by žiaci mohli svoje úspechy a silné stránky využiť.



Cieľ:

zmapovať doterajšie životné zážitky a skúsenosti a načrtnúť perspektívy do budúcnosti

Pomôcky:

veľký hárok papiera, farbičky alebo fixky, farebné papiere, obrázkové časopisy

Postup:

1. Študentom rozdajte veľký hárok papiera, na ktorý nakreslia svoju „rieku života“. Naľavo zakreslia prameň so svojim dátumom narodenia a napravo dnešný dátum.
2. Následne sa môžu zamyslieť a do svojej rieky zakresliť významné udalosti alebo zážitky, ktoré ich v doterajšom živote postretli. Žiakom môžete pomôcť rôznymi metaforami:
 - Odkiaľ váš život pramení? Kam až ste sa po svojej rieke života doplavili?
 - Čo sa vám počas plavby podarilo? Na čo ste naozaj hrdí?
 - Čo vás zaujíma? Čomu sa venujete? Čo vám ide dobre?
 - Ako vás vidia pre vás dôležití ľudia vo vašom živote, ktorí stoja na brehu? Ako vám pomáhajú?
3. Po dotvorení doterajšej rieky života žiakov požiadajte, aby papier otočili na druhú stranu a aspoň v náčrte zakreslili, kadiaľ ich rieka života potečie v budúcnosti. Môžete sa ich pri tom opýtať:
 - Čo všetko si želáte, aby vás na vašej plavbe postretlo? Čo chcete dosiahnuť?
 - Kam až sa chcete po svojej rieke doplaviť? Ako si predstavujete jej ústie?
 - Kto a ako vám pri tom môže pomôcť?
 - Čo ak vám niektoré vaše plány celkom nevyjdú? Čo ak vaša loď uviazne na plytčine? Aké ďalšie možnosti máte? Kam by mohlo tiecť bočné rameno vašej rieky?

Diskusia:

- Ktoré udalosti zo svojho doterajšieho života by ste si radi znova prežili?
- Ktoré už nechcete, aby sa opakovali?
- Ako ste spokojní so svojou doterajšou plavbou?
- Ako by ste sa chceli plaviť v budúcnosti?
- Čo pre to môžete urobiť?
- V čom máte podobné plány ako vaši spolužiaci? V čom sa vaše plány odlišujú?
- Je niečo dôležité, čo ste zabudli zakresliť? Čo je to?

Poznámka:

Pracovný list je inšpirovaný osobnou brožúrou metodiky The Coaching Game (<http://www.thecoachinggame.com/>)

Variácie:

Podobným spôsobom môžete postupovať aj s využitím iných metafor, napríklad stromom života (korene pôvodu a spojenie so živinami, kmeň ako základ, vetvy ako alternatívne možnosti, listy ktorými dýchame/nasávame poznatky, kvety ako činnosti, ktoré robíme, plody vlastného snaženia a pod.).

Stanovovanie cieľov

<p>1. Napíš 5 vecí, ktoré chceš v živote najviac:</p> <ul style="list-style-type: none">•••••	<p>Zakrúžkuj úplne najdôležitejšiu vec pri každom bode v ľavom stĺpci.</p> <p>A teraz ich vpiš sem:</p> <p>Ja...</p> <p>..... (sem napíš zakrúžkovanú odpoveď k 4. bodu)</p> <p>a využijem pri tom svoju...</p> <p>.....</p> <p>..... (sem napíš zakrúžkovanú odpoveď k 3. bodu)</p>
<p>2. Napíš 5 vecí, ktoré chceš, aby sa udiali v tvojom okolí:</p> <ul style="list-style-type: none">•••••	<p>aby som dosiahol/a...</p> <p>.....</p> <p>..... (sem napíš zakrúžkovanú odpoveď k 2. bodu)</p>
<p>3. Napíš 5 dôvodov, prečo si výnimočný/á:</p> <ul style="list-style-type: none">•••••	<p>a vďaka tomu...</p> <p>.....</p> <p>..... (sem napíš zakrúžkovanú odpoveď k 1. bodu)</p>
<p>4. Napíš 5 vecí, ktoré si zvládol/a alebo by si mohol/a zvládnuť už teraz:</p> <ul style="list-style-type: none">•••••	

Príbehy reálnych ľudí, ktorí napriek nepriaznivým podmienkam dokázali vyštudovať to, čo si zvolili a úspešne sa v živote uplatniť, môžu byť pozitívnymi vzormi, ktoré zvýšia motiváciu žiakov na ďalšie štúdium a premyslenú voľbu povolania.¹³ V tejto príručke vám ponúkame modelové situácie, ktoré môžu nastať pri voľbe povolania a uchádzaní sa o štúdium na strednej škole, ktoré môžu žiakom predostrieť rôzne alternatívy riešenia životných situácií.

13 Krátke príbehy reálnych ľudí nájdete napríklad v Informačnej príručke k voľbe povolania pre žiakov zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia, ktorú vydalo vydavateľstvo Dr. Josef Raabe Slovensko v rámci národného projektu Komplexný poradenský systém prevencie a ovplyvňovania sociálno-patologických javov v školskom prostredí realizovanom Výskumným ústavom detskej psychológie a patopsychológie v Bratislave. Inšpiratívne príbehy aj aktuálne informácie poskytuje webová stránka Rómskeho mediálneho centra <http://www.mecem.sk/>.

Ako sa má rozhodnúť...?



10 – 30
minút

Cieľ:

simulovať rozhodovanie v dôležitých životných situáciách

Pomôcky:

listy s príbehmi

Postup:

1. Rozdelte žiakov do menších skupín.
2. Povedzte im, že si o chvíľu prečítajú krátky príbeh ich rovesníka alebo rovesníčky. Opisuje sa v nej situácia, v ktorej sa majú rozhodnúť.
3. Niektoré príbehy ponúkajú na výber viacero možností, iné iba vyvolávajú otázky. Zvážte všetky možnosti a vyberte tú, ktorá je podľa vás najlepšia. Svoju voľbu zdôvodnite.

Variácie:

- Jednotlivým skupinám môžete zadať ten istý príbeh alebo aj odlišné príbehy. V prvom prípade sa v diskusii môžete zamerať na prípadné rozdiely v posúdení jednotlivých možností. V druhom prípade môžete po krátkej prezentácii príbehu a preferovaného riešenia s celou skupinou diskutovať, či niektoré iné riešenie nie je lepšie.
- Môžete zadať iba príbehy s možnosťami alebo len príbehy s otvorenými otázkami.

Príbehy rovesníkov

Martin

Martin je v predposlednom ročníku základnej školy a premýšľa o tom, čo by mohol robiť po jej skončení. V škole sa mu páči a má v nej mnoho kamarátov. Niektorí z nich sa hlásia na gymnázium, iní na priemyslovku alebo učňovku a niektorí chcú čo najskôr zarábať. Martina baví najmä biológia a zemepis. Rád sa venuje zvieratám a chodí do prírody. Chcel by mať povolanie, v ktorom túto záľubu využije.

Uvažuje preto o týchto možnostiach:

1. Dá si prihlášku na gymnázium vo svojom meste a po jeho skončení pôjde študovať prírodné vedy na vysokú školu. Mohol by sa venovať biológii či ekológii. Nie je si však istý, či ho prijmú. Bojí sa tiež, že štúdium môže byť náročné a po skončení školy si nenájde prácu v odbore bez toho, aby sa odsťahoval.
2. Prihlási sa na strednú odbornú školu – poľnohospodársku alebo lesnícku. Na túto školu by ho asi prijali a aj štúdium by zvládol ľahšie. Musel by však bývať v internáte, lebo taká škola v jeho meste nie je. Ak by neskôr chcel, stále by sa mohol prihlásiť na vysokú školu.
3. Pôjde študovať záhradníctvo na učňovku vo svojom meste. Tam ho prijmú aj bez prijímačiek a bude mať veľa praxe. Nie je si však istý, či ho to bude baviť, pretože radšej sa stará o zvieratá a trávi čas vo voľnej prírode. Nemusel by cestovať, no nevie, akú prácu si po škole nájde a či bude dobre zarábať.
4. Pokúsi sa nájsť si letnú brigádu, v ktorej bude môcť pracovať so zvieratami. Ak by to aj nebolo platené, bude pracovať dobrovoľne. Potom si možno nájde sezónnu prácu aj za odmenu, ktorá však asi nebude vysoká. Ponuka stáleho zamestnania bez ďalšieho vzdelania asi nebude v tejto oblasti veľká.

Otázky:

- Ktorá z možností je podľa vás najlepšia? Prečo?
- Ktorá z možností je podľa vás najhoršia? Prečo?
- Čo by ste Martinovi poradili?
- Akú druhú možnosť by ste mu odporučili, ak by tá prvá nevyšla?
- Čo by mu mohlo pri rozhodovaní pomôcť?

Jarmila

Jarmila končí základnú školu a uvažuje, čo bude robiť ďalej. Minulý rok bola na letnej brigáde v odevnej firme a tam začala rozmýšľať o tom, že by ju bavilo navrhovať oblečenie. V škole má dobré známky a rada kreslí. Triedna učiteľka jej radí, aby išla na gymnázium a potom na vysokú školu, pretože sa dobre učí. Šitie a navrhovanie šiat môže robiť ako svoj koníček, pretože z toho si veľa nezarobí. Jarmilin otec si však nie je istý, či je to dobrý nápad, pretože aj mnoho vysokoškolákov si dnes ťažko hľadá prácu. Navyše, na návrhárstvo by ju vôbec nemuseli prijať, pretože berú len malý počet študentov, a potom by zostala len s vyštudovaným gymnáziom bez praxe. Vysokoškolské štúdium je aj drahé a rodičia naň nemajú dosť peňazí. Jarmila je ochotná nájsť si prácu a dozvedela sa aj o štipendiu, ktoré sa dáva študentom z chudobných rodín.

Uvažuje o týchto možnostiach:

1. Pôjde na gymnázium podľa rady svojej učiteľky. Bude študovať a vo voľnom čase sa venovať navrhovaniu šiat. Potom sa rozhodne, či bude na vysokej škole študovať návrhárstvo, alebo niečo iné. Gymnázium je v ich meste. O výdavkoch na vysokoškolské štúdium bude rozmýšľať, až keď skončí strednú školu.
2. Pôjde na odevnú priemyslovku, kde sa naučí remeslu. S tým by rodičia súhlasili, pretože je v neďalekom meste, kde by denne dochádzala. Na cestovné by jej škola prispela. Po skončení by sa stále mohla hlásiť aj na vysokú školu alebo ísť rovno pracovať.
3. Pôjde študovať hocikam, kým neskončí povinnú školskú dochádzku, a potom sa zamestná v odevnej firme. Nebude mať síce maturitu, ale aspoň bude čo najskôr robiť to, čo ju baví a zároveň zarábať. Aj keď sa v meste šušká, že firmu zatvoria, naučí sa tam všetko potrebné, a potom bude sama šiť na objednávku.
4. Pôjde študovať hocikam, spraví si kurz a otvorí krajčírstvo. Ak by sa ani vtedy jej sen – navrhovať oblečenie a šiť – nesplnil, lebo ľudia by chceli len prešívvať staré veci, mohla by vycestovať. Ako dobrovoľníčka by získala nové skúsenosti, napr. by učila ženy v nejakej chudobnej krajine šiť, aby si niečo zarobili.

Otázky:

- Ktorá z možností je podľa vás najlepšia? Prečo?
- Ktorá z možností je podľa vás najhoršia? Prečo?
- Čo by ste Jarmile poradili?
- Akú druhú možnosť by ste jej odporučili, ak by tá prvá nevyšla?
- Čo by jej mohlo pri rozhodovaní pomôcť?

Karol

Karol bol po prijímacích skúškach na gymnázium presvedčený, že ich spravil dobre a do školy ho prijmú. Po gymnáziu chce ísť študovať ekonómiu na vysokú školu a o žiadnej inej možnosti doteraz neuvažoval. Keď však dostal list, dozvedel sa, že ho neprijali. Karol je z toho zdrvený a nevie, čo má robiť. Aj keď by ho mohli prijať na inú školu, kde by sa vyučil, vôbec ho to neláka. V okresnom meste je ešte stavebná priemyslovka a strojnícke učilište. Je bezradný a musí sa rozhodnúť iba za pár dní.

Otázky:

- Čo všetko by mohol Karol urobiť, aby svoju situáciu vyriešil?
- Podľa čoho si má vybrať z rôznych možností štúdia?
- Čo by ste mu poradili?

Zuzka

Prvý deň v novej škole bola Zuzka v škole nervózna. V duchu sa sama seba pýtala, či si vybrala dobre, či ju bude škola baviť a či si medzi spolužiakmi nájde kamarátov. Keď vchádzala do triedy, trochu sa aj bála. Zdalo sa jej, že je jediná, kto nikoho ďalšieho nepozná. Trochu sa jej ulávil, keď konečne prišiel ich nový triedny učiteľ. Spolužiaci sa začali predstavovať, a keď prišiel rad na Zuzku, povedala len, ako sa volá, kde býva a kde predtým študovala. Potom si prebrali rozvrh a ďalšie podrobnosti o tom, čo a ako sa budú učiť. Zdalo sa jej, že celková atmosféra sa uvoľnila a počas prestávky prehodila pár slov so spolužiačkou, čo sedela blízko pri nej. Opäť však znervóznela, keď prišla veľká prestávka a Zuzka si uvedomila, že musí ísť sama do školskej jedálne. Aj keď mala kúpený lístok na obed, nakoniec tam nešla. Desila sa predstavy, že bude sama sedieť vo veľkej miestnosti plnej neznámych ľudí. Preto vyšla von zo školy a obednú prestávku strávila na lavičke v blízkom parku.

Otázky:

- Čo mohla Zuzka urobiť vopred, aby sa v škole necítila stratená?
- Čo mohla urobiť počas prvého dňa?
- Čo by ste jej poradili urobiť v ďalšie dni?

Príklady dôsledkov rôznych rozhodnutí

<p>Ak budem pokračovať v štúdiu na strednej škole s maturitou...</p> <ul style="list-style-type: none">● nebudem zarábať, zatiaľ čo niektorí kamaráti už áno● budem sa musieť viac učiť ako na základnej škole● štúdium mi dá viac zabráť, ale bude zaujímavejšie● nájdem si nových kamarátov● spoznám nových učiteľov● budú so mnou zachádzať ako s dospelým● ak to zvládnem, na konci dostanem maturitné vysvedčenie	<p>Ak budem pokračovať v štúdiu na strednej škole bez maturity...</p> <ul style="list-style-type: none">● počas výcviku budem musieť dodržiavať pracovný čas● budem pracovať aj s dospelými● nájdem si nových kamarátov● niečo si aj zarobím● budem študovať a zároveň pracovať● budem mať väčšiu zodpovednosť● spoznám nové prostredie● budem do školy dochádzať● ak to zvládnem, na konci dostanem výučný list
<p>Ak pôjdem do zamestnania...</p> <ul style="list-style-type: none">● budem musieť dodržiavať pracovný čas● nebudem už musieť študovať● budem zarábať● budem mať aj dovolenku● budem pracovať s dospelými● moji kamaráti budú ešte chodiť do školy	<p>Ak budem nezamestnaný...</p> <ul style="list-style-type: none">● budem mať veľa voľného času● nebudem medzi ľuďmi● nebudem mať peniaze● nebudem mať denný režim● moji kamaráti budú chodiť do školy alebo do práce a na mňa nebudú mať čas● budem musieť dochádzať na úrad práce a hľadať si zamestnanie

Tie isté ťažkosti pri rozhodovaní možno formulovať negatívne, rezignovane aj pozitívne, motivačne. Posúďte sami:

Prečo sa neviem rozhodnúť?

Čakám, až mi niekto povie, čo mám robiť.	Hľadám radu, kto mi ju môže dať?
Nemám ešte dosť informácií.	Hľadám ďalšie informácie, kde ich môžem nájsť?
Neustále mením názor.	Chcem vyskúšať viaceré možnosti, ako by som ich mohol/mohla vyskúšať?
Neviem, na čo by som sa hodil/a.	Stále zisťujem, aké mám vlastnosti a aké sú moje schopnosti. Ako rôzne to môžem zisťovať?
Bojím sa, aby som sa nerozhodol/la zle, aby som nespravil/a chybu.	Chcem mať istotu, že sa rozhodnem správne. Aké rozhodnutie bude správne pre mňa?
Každý mi hovorí niečo iné a ja neviem, čo mám robiť.	Chcem sa rozhodnúť po rozhovore s viacerými ľuďmi. dôverujem a prečo?
Neviem, čo vlastne chcem v budúcnosti robiť.	Zvažujem, na čo sa najviac hodím a aké mám možnosti.
Neviem, kde začať.	Hľadám, kde začať. Kde všade hľadám a kde by sa ešte dalo?
Bojím sa, že nesplním očakávania.	Cítim rôzne očakávania, vlastné aj od iných ľudí. Aké sú?
Nič ma neláka.	Čo mi ide dobre? Ako by sa dalo prísť na to, čo by bolo pre mňa lákavé?
Viem, na akú školu chcem ísť, ale neviem, či ma prijmú.	Aké podmienky musím splniť? Čo všetko môžem urobiť pre to, aby ma prijali?
Nechcem už študovať, chcem zarábať.	Ako v práci uplatním to, čo už viem? Čo ešte neviem a potrebujem sa naučiť? Kde sa to naučím?
Je mi všetko jedno.	Chcem sa zaoberať niečím iným ako hľadaním školy či povolania. Čím sa chcem zaoberať?

3. Spolupráca s rodinami a komunitami

V tejto kapitole načrtávame možnosti spolupráce s rodinami a komunitami, ktoré mladých ľudí významne ovplyvňujú pri zvažovaní možnosti ďalšieho štúdia a voľbe povolania. Zameriavame sa nielen na zladovanie možných odlišných predstáv a preferencií o ďalšej študijnej a profesijnej dráhe, ale aj na vytváranie podporných podmienok na ďalšie štúdium a jeho úspešné ukončenie.

Rodiny a komunity významne rámcujú uvažovanie mladých ľudí o ich ďalšom štúdiu, profesijnom zameraní a životných cieľoch. Mnohí rodičia zo sociálne vylúčených komunit môžu mať sami negatívnu skúsenosť so vzdelávaním a život v chudobe a pri dlhodobej nezamestnanosti ich často vedie k prijímaniu životnej stratégie základného prežitia. V rodine ani komunite nemusia byť pozitívne vzory, na ktorých by bolo možné demonštrovať vzťah medzi dosiahnutým vzdelaním, uplatnením sa na trhu práce a z toho vyplývajúcou vyššou kvalitou života. V mnohých lokalitách sú vzťahy medzi rómskou komunitou a majoritným obyvateľstvom poznačené nedôverou až nevraživosťou, ktorá sa odráža aj v miere a povahe vzájomných interakcií a tiež možnostiach uplatnenia sa.

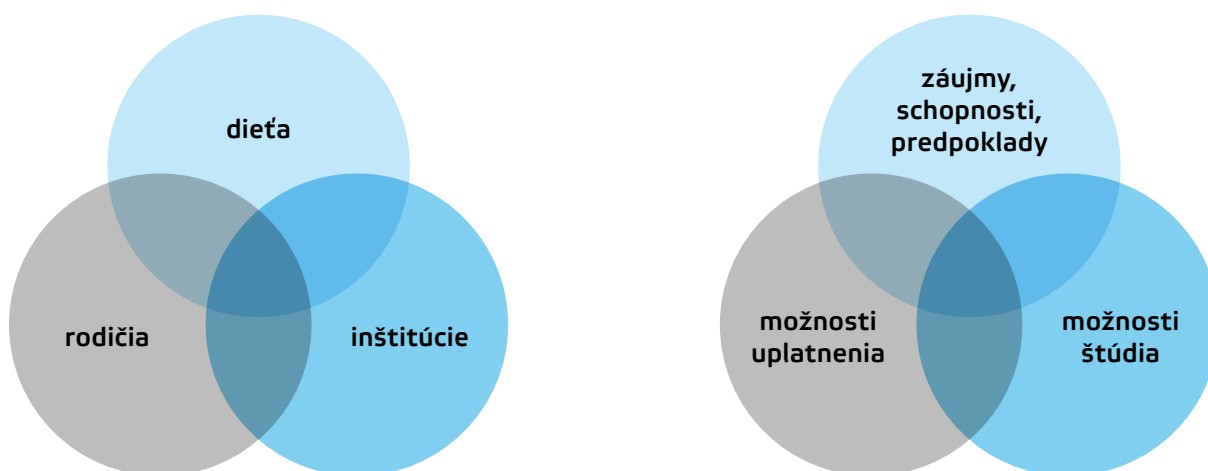
Na rozhodovanie o ďalšom štúdiu môže nepriaznivo vplývať aj slabá informovanosť o dostupných možnostiach a podporných nástrojoch a nekomunikovanie o tejto téme v rámci rodiny. Rodičia s nižším vzdelaním môžu mať skreslený obraz o trhu práce, požiadavkách na štúdium či výkon rôznych povolání. Často vychádzajú iba z vlastnej skúsenosti a necítia sa byť kompetentní na ovplyvňovanie študijnej či profesijnej dráhy svojich detí. Od štúdia ich môžu aj aktívne odrádzať, a to pre potreby rodiny či domácnosti, finančné náklady či nesúhlas s dochádzaním do školy.

Skepsa z neistej budúcnosti a presvedčenie o neuplatnení sa ani v prípade ďalšieho štúdia sa môže prenášať aj na samotných mladých ľudí. To sa môže odraziť v očakávaniach od života aj seba samých, v znížených ambíciách a nerozvinutej schopnosti vyjadrenia svojich túžob a predstáv. Mnohí mladí ľudia môžu pre svoje skúsenosti so školou, slabé výsledky, opakované pocity zlyhania a nedostatok emocionálnej podpory cítiť silnú potrebu ukončiť svoje vzdelávanie hneď, ako naplnia povinnú školskú dochádzku, a to aj za cenu nezískania akejkoľvek kvalifikácie.

Ak domáce prostredie nedokáže dieťaťu alebo mladému človeku vytvoriť dostatočne motivujúce a podporné podmienky, možnosti iných aktérov nie sú široké, avšak pozitívna intervencia je možná a žiaduca. Aj pri nej je však v konečnom dôsledku nevyhnutné rešpektovať želanie mladých ľudí a ich zákonných zástupcov a nikoho do ničoho nenútiť. Účinná pomoc je potrebná najmä v situáciách váhania, nedostatku informácií či pri nepoznaní súvislostí a možných dôsledkov prijatých rozhodnutí. Spolupráca a podpora však zároveň predpokladajú postupné preberanie iniciatívy na strane tých, ktorým sa poradenstvo poskytuje, a ich osamostatňovanie sa pri rôznych súvisiacich činnostiach.

Tak, ako je pri študijnej a profesijnej orientácii potrebné zladať vlastné záujmy, schopnosti a predpoklady s dostupnými možnosťami štúdia a neskoršieho pracovného uplatnenia, je aj pri študijnom a profesijnom poradenstve potrebné zladať perspektívu mladého človeka s predstavami jeho rodičov a s podporou, ktorú im môžu poskytovať rôzne inštitúcie či jednotlivci. Iba v ich prieniku môže byť rozhodovanie úspešné.

Ak by sa voľba ďalšieho štúdia či povolania riadila iba perspektívou dieťaťa, v prípade slabého sebaopoznania, neadekvátneho sebahodnotenia či nerozhodnosti by bolo rozhodovanie neinformované



a konečná voľba by nemusela byť šťastná. Málokteré dieťa vo veku 14 – 15 rokov vie, čím chce byť, v akom odbore sa chce uplatniť a čo pre to musí urobiť. A aj z nich môžu mať mnohé nedostatočné informácie a neprimerané očakávania či nedostávať potrebnú podporu.

Ak by sa voľba riadila iba želaním rodičov, záujmy a inklinácie dieťaťa by nemuseli byť vôbec zohľadnené. V prípade, že rodičia nemajú dostatok informácií o možnostiach štúdia, rôznych profesiách, ich požiadavkách a možnostiach uplatnenia sa na trhu práce, príp. ak sami nedosiahli vyššie vzdelanie, môžu dieťa od štúdia odrádzať alebo mu vybrať školu či povolanie, na ktoré sa nehodí alebo sa v ňom neuplatní.

Napokon z výlučne inštitucionálnej perspektívy sa môže strácať zreteľ na individuálne potreby dieťaťa aj na špecifickú situáciu sociálne znevýhodnenej rodiny, pre ktorú môžu byť štandardné opatrenia (výchovných poradcov, psychologických poradní, úradov práce) fakticky nedostupné či neúčinné. To môže viesť k premrhaniu potenciálu detí, ktoré „majú na viac“, než v čom by ich rodinné prostredie motivovalo a inštitucionálne opatrenia nasmerovali.

Pozitívna intervencia v prospech ďalšieho štúdia a zodpovednej voľby povolania môže mať viacero krokov.¹⁴

V prvej fáze môže byť nevyhnutné posilniť sebadôveru a schopnosť sebayjadrenia u samotného mladého človeka a následne zvyšovať jeho motiváciu, aby sa učením aj otázkou ďalšieho štúdia zaoberal a úspešne ukončil základnú školu. Zatiaľ čo práca s nemotivovaným žiakom aj rodičmi nemá veľký zmysel, práca s motivovaným žiakom nemotivovaných rodičov či motivovanými rodičmi s nemotivovaným dieťaťom zmysel má. Aj pri nej však treba mať na pamäti, že prípadné poradenstvo a kvalifikovanú pomoc zväčša poskytujú ľudia, ktorí žijú v odlišnej sociálnej situácii a majú často aj iné hodnotové zázemie. To je dôležité na pochopenie, prečo niektoré „dobré mienené rady“ nemusia byť prijaté či už z nedostatku dôvery, alebo aj z prozaikejších dôvodov, napríklad zníženia disponibilného príjmu domácnosti v prípade štúdia alebo zažitých ťažkostí pri zháňaní si práce.

¹⁴ Opísané kroky sú inšpirované metodikou kariérového poradenstva, ktoré v sociálne vylúčených komunitách v Českej republike aj na Slovensku dlhodobo poskytuje organizácia Človek v tísi. Pozri Šuláková a Hůle, 2012 a webovú stránku www.majinato.cz.

V druhej fáze sa možno zamerať na identifikáciu záujmov, schopností a osobnostných predpokladov, rozvoj sebapoznania a sebahodnotenia. V tejto fáze je dôležité pomenovať silné a slabé stránky a pomenovať alternatívne možnosti rozhodovania sa, ich súvislosti a dôsledky pre uplatnenie sa na trhu práce a v ďalšom živote. Prejavený záujem a pomoc sú žiaduce najmä v rizikovom období prechodu medzi základnou a strednou školou.

Tretia fáza spočíva v sprostredkovaní dostatočných informácií o možnostiach štúdia, kritériách prijatia na rôzne školy, náročnosti aj podmienkach absolvovania štúdia. Je vhodné načrtnúť rôzne scenáre v prípade prijatia aj neprijatia na konkrétnu školu, a taktiež pomenovať ďalšie časové, materiálne či finančné okolnosti štúdia. V mnohých prípadoch môže byť dôležité podporiť mladého človeka, aby sa rozhodoval podľa svojich schopností a záujmov, a nie iba podľa rozhodnutí svojich rovesníkov.

Vo štvrtej fáze sa možno zamerať na poskytovanie podpory na úspešné zvládnutie podmienok prijatia vrátane rôznych foriem mentorstva a tútorstva, rovesníckeho učenia či doučovania. V tejto fáze možno pracovať s individuálnym plánom či vytvárať si vlastné portfólio. Zároveň je potrebné poskytnúť podporu aj s rôznymi administratívnymi úkonmi vrátane včasného vyplnenia a zaslania prihlášky či informovaní sa o podmienkach podpory formou štipendií či príspevkov.

Piata fáza sa týka rôznorodej podpory počas samotného štúdia. Tá môže byť psychologická pri socializácii do kolektívu, efektívnej komunikácii, zvládaní stresu či riešení vnútorných, alebo medziľudských konfliktov. Často je potrebná aj mentorská pomoc pri učení sa, plnení študijných povinností a zmysluplnom trávení voľného času. V tejto fáze môže byť dôležité podporiť študenta vo vytrvalosti, často v protiklade k tlaku rovesníkov, ktorí môžu demotivovať svojou neaktivitou alebo naopak vykonávanou zárobkovou činnosťou.

V každej z opísaných fáz je dôležité komunikovať s rodičmi, informovať ich o podmienkach a dôsledkoch rôznych rozhodnutí a zohľadňovať pri tom aj aktuálnu finančnú situáciu rodiny. Otvorene treba komunikovať o nákladoch na štúdium a spolu s rodičmi posúdiť možné spôsoby pokrytia výdavkov. Nepriaznivá ekonomická situácia rodiny môže pôsobiť aj ako vonkajšia motivácia pre rodičov, aby podporovali snahu dieťaťa vymaniť sa z nej podporou ďalšieho štúdia, a tým aj možnosťami lepšieho uplatnenia na trhu práce.

U mladých ľudí je dôležité pomôcť im v tom, aby si sami ujasnili dôvody, pre ktoré chcú alebo nechcú študovať. Nejednoznačné alebo od iných prevzaté odpovede môžu byť prejavom neinformovanosti, neistoty, nerozhodnosti či pociťovania protichodných vonkajších a vnútorných tlakov. Otvorený rozhovor môže v takých prípadoch posilniť vedomie o silných stránkach a viesť k stanoveniu osobných cieľov a realistického plánu na ich naplnenie.

V prípade mladých ľudí zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia, ktorých rodičia nie sú dostatočne informovaní o dostupných možnostiach štúdia, prípadne sa o túto tému z rôznych dôvodov nezaujmajú, môže pri rozhodovaní prevážiť vplyv iných ľudí – vrstovníkov, učiteľov či výchovných poradcov v školách. Rovesníci z rovnakého prostredia často navštevujú tú istú školu či triedu a pri rozhodovaní sa o ďalšom štúdiu nasledujú rovnakú dráhu bez ohľadu na ich individuálne schopnosti a záujmy.

Vzdelávanie sa v skupine „svojich“ prináša väčší pocit bezpečia a spolu so strachom z možného zlyhania môže potlačiť záujem o iné alternatívy. Ak v takejto situácii nie je mladým ľuďom poskytnutá pomoc a podpora zo strany rodiny alebo inštitúcií, svoje rozhodnutie urobia viac intuitívne než racionálne. Často si nevyberú školu, na ktorú majú predpoklady, ale takú, ktorá im je najbližšie a predstavuje pre nich najľahšiu možnosť.

Na efektívnu prácu s rodičmi a komunitami pri podpore štúdia a informovanej voľbe povolania ich detí je dôležité nielen poznať miestne prostredie, existujúce školy a trh práce, ale aj vnímať odlišné sociálne, ekonomické a z neho často vyplývajúce hodnotové zázemie. Ak sa tieto okolnosti nezohľadňujú, zaužívané spôsoby komunikácie či podpory motivácie nemusia fungovať a v konečnom dôsledku nikomu nepomôžu.

4. Inštitucionálna spolupráca

V tejto kapitole stručne pomenujeme možnosti spolupráce medzi rôznymi inštitúciami a aktérmi, ktorí môžu mať pozitívny vplyv na študijnú a profesijnú orientáciu žiakov zo znevýhodňujúcich prostredí. Spoluprácu medzi základnými a strednými školami, poradenskými zariadeniami, neziskovými organizáciami a komunitnými centrami, úradmi práce a zamestnávateľmi, ako aj s obcami a vyššími územnými celkami ako zriaďovateľmi škôl možno v tomto smere zlepšovať všade na Slovensku.

Školy môžu výrazne ovplyvniť rozhodovanie žiakov o voľbe školy a povolania vnášaním obsahov a postupov študijného a kariérového poradenstva do samotného vyučovania. Môžu to realizovať formou samostatného predmetu alebo prierezovej témy, ktorej sa žiaci venujú na viacerých predmetoch už od začiatku druhého stupňa základnej školy. V tomto ohľade je dôležité, aby sa poradenstvo nezužovalo iba na činnosť výchovného poradcu či školského psychológa, ale bolo realizované tímovo triednymi aj ostatnými učiteľmi a malo podporu zo strany vedenia školy. Z obsahového hľadiska zas nestačí ponúkať iba informácie z hodnoverných zdrojov, ale pracovať aj s motiváciou, zvyšovať sebadôveru žiakov, umožniť im spoznávať a realisticky vyhodnocovať svoje schopnosti, poskytovať im emocionálnu podporu a spätnú väzbu pri ich rozhodovaní.

Príklad dobrej praxe

Základná škola na Rázusovej ulici v Čadci pre žiakov 8. ročníka realizuje predmet Osobnostný a sociálny rozvoj v rozsahu 20 vyučovacích hodín. Jeho učiteľka a zároveň výchovná poradkyňa školy Janka Koperová v ňom veľký priestor venuje svetu práce a voľbe budúceho povolania, ako aj rozvíjaniu osobných a sociálnych zručností, sebapoznania a sebahodnotenia žiakov. Témy predmetu zahŕňajú profesijnú orientáciu, možnosti vzdelávania, problematiku trhu práce, zamestnania a podnikania. Žiaci v rámci výučby získavajú užitočné informácie a podporu pri výbere strednej školy a svojej profesie, ktoré môžu významne znížiť riziko zlej voľby, neuplatnenia sa na trhu práce alebo nezamestnanosti.

V predmete sa využívajú rozmanité metódy vrátane výkladu, práce s informačnými technológiami, diskusií, rolových hier, práce s textom, pracovnými listami, videom a akčnými plánmi. Každý žiak si na základe realizovaných aktivít a cvičení vytvára svoje vlastné profesijné portfólio. Predmet zároveň zúročuje dlhoročnú spoluprácu viacerých inštitúcií v rámci Čadčianskeho modelu interaktívneho profesijného poradenstva (CAMIP), ktoré zastrešuje miestne Centrum pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie. Na výučbu v 8. ročníku nadväzujú Dni voľby povolania pre deviatakov, ako aj každoročne organizovaná Burza informácií o vzdelávaní a zamestnanosti organizovaná úradom práce a Dni otvorených dverí v jednotlivých stredných školách, na ktorých sa zúčastňujú žiaci, rodičia aj učitelia.

Zdroje:
dokumentácia Mgr. Janky Koperovej
<http://www.zsrazusova.sk/>
<http://camip.sk/>

Jednou z možností zvyšovania motivácie rómskych žiakov na získanie vyššieho vzdelania je prezentovanie pozitívnych príkladov z vlastnej komunity a začleňovanie rómskych reálií do obsahu vzdelávania. Prítomnosť rómskych učiteľov a pedagogických asistentov v základných školách môže slúžiť ako výrazná motivácia pre žiakov, ktorých učia.

V prípade základných škôl sa osvedčil aj celodenný výchovný systém, ktorý umožňuje so žiakmi pracovať intenzívnejšie a dlhšie, a tým aspoň čiastočne vyvažovať nepriaznivé životné podmienky v ich domácnostiach. Okrem prípravy na vyučovanie či venovanie sa rôznym záujmovým činnostiam možno počas nich realizovať aj aktivity, ktoré prehlbujú sebapoznávanie, rôzne sociálne zručnosti a taktiež uvažovanie o budúcej vzdelávacej a profesijnej dráhe. Na realizáciu takéhoto systému je potrebná personálna, odborná aj finančná pomoc školám.

Pri zvyšovaní informovanosti o možnostiach štúdia a uplatnení sa na trhu práce je okrem žiakov dôležité komunikovať aj s rodičmi a prizývať ich na podujatia, ktoré mnohé školy v spolupráci s inými inštitúciami organizujú v podobe exkurzií, dní otvorených dverí či búrč práce. V neposlednom rade je vhodné rodičom odporúčať aj služby poradenských zariadení, v ktorých sú kvalifikovaní pracovníci na pomoc pri prvej aj druhej smerovej voľbe. Rodičia aj žiaci tieto pracoviská zväčša nepoznajú a ani ich proaktívne na účely študijného a profesijného poradenstva nevyhľadávajú.

Komunikácia s rodičmi sociálne znevýhodnených detí môže byť v mnohých ohľadoch náročnejšia, keďže pasívnejšie formy informovania prostredníctvom žiakov, tlačných či internetových zdrojov pri nich nemusia fungovať. Rátať treba aj s často pociťovanou nedôverou voči inštitúciami, ktorú ešte umocňuje prax predvolávania rodičov iba v prípade vzniku vzdelávacích či výchovných problémov. Na druhej strane, pre často slabšiu informovanosť rodičov o dostupných možnostiach štúdia a uplatnenia na trhu práce môže byť komunikácia v istom zmysle aj jednoduchšia. Mnohí rodičia sa totiž spoľahnú na radu triedneho učiteľa alebo výchovného poradcu, čo však zvyšuje potrebu poskytnutia vyvážených informácií a ponuku rôznych alternatív.

Okrem propagácie študijných odborov v miestnych médiách sa zástupcovia mnohých stredných škôl zúčastňujú na stretnutiach s rodičmi a so žiakmi priamo v základných školách. Na interaktívnejší spôsob komunikácie stavili stredné školy, ktoré organizujú dni otvorených dverí, v ktorých majú potenciálni žiaci a ich rodičia možnosť reálne vidieť, čo a za akých podmienok sa v danej škole študuje. Z prvej ruky a priamo v školskom prostredí sa môžu oboznámiť s materiálным zabezpečením školy, podmienkami prijatia, finančnými nákladmi na štúdium aj s možnosťami na poberanie motivačného štipendia. V mnohých školách sa osvedčilo sprevádzanie po škole samotnými žiakmi alebo čerstvými absolventmi, ktorí vedia informácie svojim mladším rovesníkom sprostredkovať v zrozumiteľnej forme a na základe vlastnej skúsenosti. Viaceré školy umožňujú aj vyskúšanie si konkrétnych činností a účasť na praktickej výučbe.

Ako kľúčová sa ukazuje potreba zladenia kariérového vzdelávania v školách a kariérového poradenstva poskytovaného ďalšími inštitúciami. Výchovní poradcovia spravidla intenzívne komunikujú s centrami pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie a ich pracovníci sú prizývaní na skupinové aj individuálne zisťovanie študijno-profesijnej orientácie žiakov. Mnohé školy spolupracujú aj s miestnymi úradmi práce. V nich zriadené informačno-poradenské strediská umožňujú vyhľadávanie informácií o trhu práce, charakteristikách povolání a pracovných pozíciách. V strediskách možno pracovať aj s programom Internetový sprievodca trhom práce, v ktorom si žiaci môžu vyplniť záujmový dotazník a získať prehľad o stredných aj vysokých školách. V mnohých mestách sa organizujú aj burzy informácií, kde žiaci aj ich rodičia na jednom mieste získajú množstvo informácií o stredných školách, študijných a učebných odboroch, najžiadanejších profesiách, ako aj informácie od miestnych zamestnávateľov.

Príklad dobrej praxe

Program kariérovej orientácie pre študentov stredných škôl v okrese Skalica slúži študentom, ktorí stoja pred druhou smerovou voľbou, t. j. pre tých, ktorí plánujú pokračovať v ďalšom štúdiu, ako i pre tých, ktorí chcú len ukončiť štúdium a nájsť si svoje miesto na trhu práce. Program využívaný pracovníkmi CPPPaP v Holíči pozostáva zo šiestich základných okruhov: *Uvoľňujúce, rozohrievacie a spoznávacie aktivity, Vstup do sveta práce, Poznanie seba samého, Poznávanie sveta práce a svojich kariérnych predpokladov, Individuálne a skupinové poradenstvo, Rozhodnutie, voľba školy, študijného odboru, profesie.*

Cieľom programu je poskytnúť pedagógom, ktorí sa venujú poradenstvu pri výbere budúceho štúdia a povolania, praktickú príručku. Obsah tvoria cvičenia, hry a techniky napomáhajúce rozvoju sociálnych a komunikačných zručností, lepšiemu spoznaniu seba samého i druhých ľudí, poznaniu sveta práce, motivujúceho na preberanie zodpovednosti za svoje rozhodnutia. Zároveň obsahuje informácie o individuálnom poradenstve, ktoré je poskytované každému žiakovi. Pri ňom sa berú do úvahy viaceré aspekty voľby – spoločenská požiadavka, požiadavka trhu práce a praxe, záujem ostatných študentov o žiakom zvolenú školu a študijný odbor, počet prijímaných študentov v rámci prijímacích pohovorov, kritériá prijímania, prospech, študijná úspešnosť, výkonnosť, psychologické a zdravotné predpoklady. Pri individuálnom poradenstve sa tiež zvažuje, do akej miery je preferovaná škola a odbor štúdia rozhodnutím samotného žiaka, rozhodnutím jeho rodičov či výsledkom tlaku zo strany spolužiakov a kamarátov. Zvažuje sa, aké má študent šance dostať sa do školy. Ak existuje riziko, že nebude pri prijímacích pohovoroch alebo počas štúdia úspešný, pripravuje sa spolu s ním aj alternatívne riešenie.

Zdroj: Bělová, L.: Program kariérovej orientácie pre študentov stredných škôl v okrese Skalica. Bratislava: MPC, 2011.

Vďaka prepojeniu činnosti škôl a inštitúcií a profesionálnym intervenciám ich pracovníkov možno dosiahnuť prienik troch typov informácií:

- o žiakoch, ich osobnosti, záujmoch, schopnostiach, zručnostiach, povahových vlastnostiach, ale aj vzdelávacích výsledkoch či zdravotnom stave;
- o vzdelávacej ponuke, typoch stredných škôl, študijných a učebných odboroch, obsahu a formách vzdelávania, požiadavkách na prijatie, podmienkach štúdia a absolvovania;
- o svete práce, profesiách, pracovných činnostiach, podmienkach ich vykonávania, pracovnom prostredí, kvalifikačných požiadavkách, dopyte a ponuke na trhu práce, ako aj o príjmoch či miere nezamestnanosti.

Obmedzené možnosti na učenie sa či prípravu na ďalšie štúdium v mnohých prípadoch kompenzuje činnosť rôznych neziskových organizácií a komunitných centier, v ktorých sa organizujú mimoškolské aktivity, záujmové krúžky, doučovanie aj mentorské či tútorské programy. Tieto organizácie majú možnosť nadviazať bližší kontakt s deťmi, mladými ľuďmi aj dospelými priamo v ich komunitách a získať si ich dôveru. Poskytujú im komplexné vzdelávacie, sociálne a pracovné poradenstvo, organizujú svojpomocné skupiny, kurzy, zážitkové aktivity či denné tábory.

Obce majú okrem zriaďovateľských právomocí voči školám možnosť podporovať terénnu sociálnu a komunitnú prácu či predškolské vzdelávanie, zriaďovať obecné podniky a poskytovať možnosti sociálneho bývania. Môžu taktiež sieťovať rôznych lokálnych aktérov vrátane zamestnávateľov. Infor-

mácie od nich môžu pomôcť odhadovať potreby miestneho trhu práce a žiaduce profily absolventov. Okrem toho môžu ponúkať vzdelávacie a rekvalifikačné kurzy, stáže aj platené praxe.

Príklad dobrej praxe

Príkladom uplatnenia dočasných vyrovnávacích opatrení je program Aj ty máš šancu!, ktorý Ekonomická univerzita v Bratislave (EU BA) začala realizovať v školskom roku 2014/2015. Jeho cieľom je podporiť vzdelávanie Rómov na kvalitných univerzitách dlhodobo a prispievať k zvyšovaniu šancí Rómov pri získavaní zamestnania v lukratívnejších zárobkových pásmach a k odstraňovaniu predsudkov. Program, ktorý vznikol v spolupráci s CVEKom, vychádza síce zo zahraničných skúseností, avšak je šitý na mieru slovenským podmienkam a postaveniu Rómov. CVEK pripravil návrh stratégie programu na základe výsledkov množstva konzultácií, rozhovorov a niekoľkých focusových skupín s rómskymi i nerómskymi študentmi, aktérmi mimovládnych organizácií, ako aj učiteľmi na EU BA.

CVEK oslovil v roku 2013 s návrhom o spoluprácu EU BA z viacerých dôvodov. EU BA je jednou z popredných akademických a vzdelávacích inštitúcií na Slovensku. Je najväčšou a najvýznamnejšou univerzitou na Slovensku s ekonomickým zameraním. Univerzita poskytuje širokú škálu možností štúdia: financie, bankovníctvo, investovanie, ľudské zdroje a manažment, daňovníctvo a daňové poradenstvo, verejná správa a regionálny rozvoj, učiteľstvo praktických ekonomických predmetov, hospodárska politika, sociálny rozvoj a sociálna politika, podnikanie v obchode a cestovnom ruchu, zahraničnoobchodné podnikanie, marketing, medzinárodný obchod, obchodný manažment, manažérske rozhodovanie a informačné technológie, účtovníctvo, operačný výskum, audítorstvo, podnikové financie, ekonomika podniku, finančný manažment, medzinárodné ekonomické vzťahy, hospodárska diplomacia, cudzie jazyky a interkultúrna komunikácia.

Vďaka rozmanitosti študijných odborov umožňuje EU BA svojim absolventom široké uplatnenie vo verejnom a v súkromnom sektore, ako aj v oblasti malého a stredného podnikania, ako napríklad v bankovníctve, poisťovníctve, cestovnom ruchu, IT sektore, audítorských a účtovných firmách. Súčasne univerzita ponúka štúdium aj mimo Bratislavu. Podnikovo-hospodárska fakulta EU v Košiciach, ako aj pracovisko EU v Michalovciach môžu byť zaujímavé najmä pre rómskych študentov pochádzajúcich z východného a zo stredného Slovenska. Na svojich pracoviskách ponúka študijné programy ekonomika a manažment podniku, obchodné podnikanie a finančné riadenie podniku. Nezanedbateľná je pritom aj úspešnosť absolventov pri uplatňovaní sa na trhu práce. Tri fakulty EU BA sa umiestnili v prvej desiatke najžiadanejších absolventov na trhu práce podľa portálu www.profesia.sk. Celkovo EU BA je druhou najžiadanejšou univerzitou na Slovensku z pohľadu zamestnávateľov.

Program sa skladá z viacerých komponentov: cieleňá podpora rómskych stredoškólkov v záujme o štúdium na EU BA, šírenie informácií o tomto programe na stredných školách, prostredníctvom mládežníckych organizácií a v neposlednom rade poskytnutie bezplatných prípravných kurzov na prijímacie skúšky. Rómski uchádzači však musia splniť všetky podmienky na prijatie na Ekonomickú univerzitu. Úspešným rómskym uchádzačom poskytne univerzita počas štúdia asistenciu najmä pri zorientovaní sa v škole a pomoc so štúdiom. Koordinátor programu spoločne so Študentským parlamentom poskytne podporu začínajúcim rómskym študentom najmä pri hľadaní ubytovania, podávaní žiadostí o štipendium a možnosti doučovania. Študentský parlament bude v úvode semestra organizovať orientačné dni.

Implementácia samotného programu sa začala v školskom roku 2014/2015. V spolupráci s CVEKcom, EU BA informovala o programe aj prostredníctvom videa šíreného na sociálnych sieťach. Informáciu o programe pomohol distribuovať Rómsky vzdelávací fond svojim štipendistom na stredných školách, ktorí končia štúdium s maturitou. Študenti, ktorí sa prihlásili, mali možnosť otestovať svoje schopnosti z matematiky na stretnutí v januári 2015 v Košiciach. Keďže väčšina záujemcov a záujemkýň o štúdium bola z východného Slovenska, v spolupráci s Bratislava Business School CVEK pripravil sériu dvojdňových intenzívnych víkendových kurzov z matematiky, z anglického jazyka a z ekonómie v Bratislave. Program navštevovali štyria študenti. Všetci štyria úspešne zvládli prijímacie pohovory na fakulty EUBA v Bratislave a v septembri 2016 nastúpili do prvého ročníka.

Doterajšia skúsenosť poukazuje najmä na dôležitosť individuálnej podpory a konzultácie so študentmi a v niektorých prípadoch aj rodičmi. V novembri 2015 spustil CVEK v spolupráci s EUBA program pre školský rok 2015/2016.

Zdroj: Lajčáková, J.: Prijímanie dočasňých vyrovnávacích opatrení. Bratislava: Centrum pre výskum etnicity a kultúry, 2015.

Záver

Čo môžeme urobiť pre to, aby viac detí zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia a viac rómskych detí získalo stredoškolské vzdelanie primerané ich záujmom, schopnostiam a predpokladom?

1. Pomoc, podpora a poradenstvo mladým ľuďom by mala viesť k tomu, aby žiak otázku svojej budúcnosti prijal za svoju osobnú výzvu, bol motivovaný ďalej sa vzdelávať, aktívne vyhľadával informácie a posudzoval rôzne možnosti a sám sa rozhodol, čo chce študovať a aké povolanie chce v budúcnosti vykonávať.
2. Cieľom podpory je nielen poskytnúť mladému človeku informácie o dostupných vzdelávacích možnostiach a rôznych povolaniach, ale podporiť ho v sebapoznávaní a sebahodnotení, aby bola jeho študijná a profesijná voľba informovaná a v súlade s jeho záujmami, schopnosťami a predpokladmi.
3. Obsah vzdelávania by mal žiakovi poskytnúť nielen orientáciu v možnostiach ďalšieho štúdia a vo svete práce, ale ho aj motivovať na učenie sa, osobnostný rozvoj a premýšľanie o svojej budúcnosti.
4. Podpora žiakov pri profesijnej orientácii má byť šitá na mieru ich potrebám a nemala by byť ovplyvnená skupinovým nazeraním na žiakov pochádzajúcich z podobných sociálnych prostredí.
5. Základné školy môžu pri rozhodovaní žiakov zohrať významnú úlohu len vtedy, ak je kvalitné poradenstvo podporované vedením školy a okrem výchovného poradcu sa mu venuje celý tím pedagógov a odborných zamestnancov v spolupráci s rodinami a poradenskými zariadeniami.
6. Účinná podpora počas štúdia si vyžaduje vytvorenie dostatočného priestoru v obsahu vzdelávania rôznych ročníkov informáciami, aktivitami a postupmi zameranými na podporu študijnej a profesijnej orientácie žiakov.
7. Profesionálna pomoc poskytovaná poradenskými zariadeniami je účinná len vtedy, ak zohľadňuje individuálne potreby žiaka a nadväzuje na vzdelávacie aktivity a osobnostný rozvoj počas celého druhého stupňa základnej školy.
8. Stredné školy môžu žiakom pomôcť v správnej voľbe nielen tým, že žiakom a rodičom poskytnú písomné informácie, ale aj osobnými konzultáciami a rôznymi podujatiami vrátane búrz stredných škôl a dní otvorených dverí, ktoré sú spojené s praktickými ukážkami, so zdieľaním skúseností so staršími žiakmi a s príležitosťami na získavanie ďalších informácií.
9. Na zabezpečenie kvalitného poradenstva a informovanej voľby žiakov je potrebné zintenzívniť komunikáciu a spoluprácu škôl s ďalšími inštitúciami vrátane úradov práce, komunitných centier, obcí a zamestnávateľov.
10. Kariérové poradenstvo by malo byť k dispozícii nielen rodičom, ktorí sa zaoberajú otázkou ďalšieho štúdia svojich detí, ale v spolupráci s terénnymi a komunitnými pracovníkmi je potrebné proaktívne oslovovať aj rodičov, ktorí sa týmito otázkami z rôznych dôvodov nezaobierajú.

Použitá literatúra

Atlas rómskych komunít na Slovensku 2013. Bratislava: UNDP, 2014.

Balážová, Z.: Elokované pracoviská stredných odborných škôl pri marginalizovaných rómskych komunitách. Bratislava: CVEK, 2015.

Beková, L. a kol.: Kariérové poradenstvo v Slovenskej republike. SAAIC: Bratislava, 2014.

Bélová, L.: Program kariérovej orientácie pre študentov stredných škôl v okrese Skalica. Bratislava: MPC, 2011.

Hargašová, M. a kol.: Úvod do sveta práce. Učebnica pre stredné školy. Bratislava: Expol Pedagogika, 2006.

Hlaďo, P.: Příručka k volbě povolání aneb Co by měl znát výchovný poradce na základní škole. Jihlava: Vysočina Education, 2014.

Hlaďo, P.: Rozhodování žáků absolventských ročníků základních škol o další vzdělávací a profesní dráze. Brno: Mendelova univerzita, 2013.

Informačná príručka k voľbe povolania pre žiakov zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia. Bratislava: Raabe a VÚDPaP, 2015.

Kariérové poradenstvo. Príručka pre tvorcov koncepcií. Bratislava: Slovenská akademická asociácia pre medzinárodnú spoluprácu – Euroguidance 2005.

Správa o životných podmienkach rómskych domácností na Slovensku 2010. Bratislava: UNDP, 2012.

Šuláková, L. a Hůle, D. (eds.): Metodika programu Kariérní poradenství. Praha: Člověk v tísni, 2012.

Vendel, Š. a kol.: Výskum školskej a profesijnej orientácie žiakov: výsledky Slovenska s dôrazom na mimobratislavské regióny. Bratislava: ŠPÚ, 2007.

Odporúčaná literatúra a ďalšie zdroje

C'est la vie. Spoločenská hra. Praha: Člověk v tísni (slovenská verzia vydaná Nadáciou Milana Šimečku).

Drahoňovská, P. a Šťastnová P.: Jak žáci základních a středních škol vybírají svou další vzdělávací nebo pracovní kariéru. Praha: Národní ústav pro vzdělávání, školské poradenské zařízení a zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků, 2012.

Herich, J.: Uplatnenie absolventov stredných škôl v praxi. Bratislava: ÚIPŠ, 2013.

Hlaďo, P. a Michalicová, J.: Kroky k povolání. Praktické náměty pro výchovné a kariérové poradce na základních školách. Praha: Raabe, 2014.

Hlaďo, P.: Rozhodování žáků absolventských ročníků základních škol o další vzdělávací a profesní dráze. Brno: Mendelova univerzita v Brně, 2013.

Hlaďo, P. a Drahoňovská, P.: Rozhodování žáků základních a středních škol o dalším studiu a práci v pohledu žáků i jejich rodičů. Praha: Národní ústav pro vzdělávání, školské poradenské zařízení a zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků, 2012.

Kariérové poradenstvo. Príručka pre tvorcov koncepcií. Bratislava: SAAIC – Euroguidance centrum, 2005.

Keen, E.: Mirrors – Manual on combating antigypsyism through human rights education. Budapest: CoE, 2015.

Kroky k povolaniu. Motivačný program pre skupinu. Námestovo: CPPPaP, 2008.

Lepeňová, D. a Hargašová, M.: Kariéra v meniacom sa svete. Kariérová výchova a kariérové poradenstvo pre žiakov. Bratislava: MPC, 2012.

Mezera, A.: Pro jaké povolání se hodím. Brno: Computer Press, 2008.

Mezinárodní příručka o metodách profesní orientace. Praha: Dům zahraničních služeb, 2013.

Průvodce kariérou pro školy. Zpráva o efektivním kariérovém poradenství. Praha: Dům zahraničních služeb, 2012.

Šikulová, R. a kol.: Pomáháme žákům s výběrem vzdělávací a profesijní dráhy. Most: Hněvín, 2007.

Vendel, Š.: Kariérní poradenství. Praha: Grada, 2008.

Vendel, Š. a kol.: Výskum školskej a profesijnej orientácie žiakov: výsledky Slovenska s dôrazom na mimobratislavské regióny. Bratislava: ŠPÚ, 2007.

VŠaK. Voľba školy a kariéry. Sebareflexívne portfólio žiaka. Bratislava: VÚDPaP a Raabe, 2015.

Informačné portály

Aktuálne analýzy nezamestnanosti absolventov stredných škôl: <http://www.uips.sk/regionalne-skolstvo/nezamestnanost-absolventov-strednych-skol>

Budoucnost profesí: <http://budoucnostprofesi.cz/>

Čadčiansky model interaktívneho profesijného poradenstva: <http://camip.sk/>

Časopis Kariérové poradenstvo v teórii a praxi: http://web.saaic.sk/nrcg_new/kpj/index.html

Eurodesk: <http://www.iuventa.sk/sk/Eurodesk/Home.alej>

Euroguidance centrum: www.saaic.sk/euroguidance/, <http://www.euroguidance.cz/>, <http://euroguidance.eu/>

Internetový sprievodca trhom práce: <http://istp.sk/>

Kariéra: <http://kariera.zoznam.sk/>

Katalóg pracovných pozícií: <http://www.pozicie.sk/>

Komplexný poradenský systém: <http://www.komposyt.sk/>

Mapa regionálneho školstva: <http://mapaskol.iedu.sk/>

Mají na to! Jak podpořit sociálně znevýhodněné děti na ZŠ: <http://majinato.cz/>

Národná sústava kvalifikácií: <http://www.kvalifikacie.sk/>

Národná sústava povolání: <http://www.sustavapovolani.sk/>

Počítačová diagnostika študijno-profesijných predpokladov COMDI: <http://comdi.sk/>

Prechod žiakov zo základnej na strednú školu: <http://www.svs.edu.sk/proforient.aspx>

Profesia: <http://profesia.sk/>

Program Varianty: <http://varianty.cz/>

Rómske mediálne centrum: <http://www.mecem.sk/>

Sprievodca svetom povolání: <http://www.occupationsguide.cz/sk>

Uplatnenie absolventov vysokých škôl: <http://www.uips.sk/vysoke-skolstvo/uplatnenie-absolventov-vysokych-skol>

Zoznam stredných škôl: <http://www.stredneskoly.sk/>, <http://stredneskoly.eu/>

Verejné inštitúcie

Centrá pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie:
<http://www.vudpap-projekt.sk/odborne-poradne>

Centrum vedecko-technických informácií SR: <http://www.cvtisr.sk/>

Iuventa – Slovenský inštitút mládeže: <http://www.iuventa.sk>

Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR: <http://www.employment.gov.sk/>

Ministerstvo školstva, vedy, výskumu a športu SR: <https://www.minedu.sk/>

Národný ústav celoživotného vzdelávania: <http://nuczv.sk/>

Školské výpočtové strediská: <http://www.svs.edu.sk/>

Štátny inštitút odborného vzdelávania: <http://www.siov.sk/>

Štátny pedagogický ústav: <http://www.statpedu.sk/>

Ústredie práce, sociálnych vecí a rodiny: <http://www.upsvar.sk/>

Výskumný ústav detskej psychológie a patopsychológie: <http://www.vudpap.sk/>

Neziskové organizácie a profesijné združenia

Asociácia výchovných poradcov: <http://www.asociaciavp.wbl.sk/>

Centrum pre výskum etnicity a kultúry: <http://cvek.sk/>

Človek v tísni Slovensko: <http://www.peopleinneed.sk/>

EPIC: <http://epic-org.eu/>

ETP Slovensko: <http://etp.sk/>

Informačné centrum mladých: <http://www.icm.sk/>

Nadácia Milana Šimečku: <http://nadaciamilanashimecku.sk/>

Rómske mediálne centrum: <http://www.mecem.sk/>

Združenie mladých Rómov: <http://www.youngroma.sk/>

Združenie pre kariérové poradenstvo a rozvoj kariéry: <http://rozvojkariery.sk/>



SLOVENSKO PRE
Všetkých

ISBN 978-80-972069-1-8



9 788097 206918