

PORADNIA PSYCHOLOGICZNO- PEDAGOGICZNA NR 12



Jak wspierać dziecko w wyborze szkoły?

Anna Sowińska

Doradca zawodowy

Pedagog

Coach kryzysowy

Spis treści

CZĘŚĆ I – Pomagam wybrać dziecku szkołę

Dlaczego ten temat jest ważny.....	1
Z czym kojarzy się doradztwo?	2
Co wpływa na wybory nastolatków	4
3 elementy	7
Możliwości	10
Szkoły - różnice	11
Egzaminy	12
Liceum	13
Technikum / Szkoła Branżowa	14
Rekrutacja	19
Egzaminy dodatkowe	21
Terminy rekrutacji	24
Jak podejmujemy decyzje	25
Rodzic o swojej karierze	26
Czym się kierować przy wyborze	27
Gdzie szukać informacji	28
Jak podjąć decyzję - technika	29
Kontakt.....	30
W czym mogę pomóc	31
Jak wygląda doradztwo	32

Dlaczego ten temat jest ważny?

Pierwszym doradcą dziecka jest **RODZIC**.

Do doradcy zawodowego kierujemy się w momencie wyboru dalszych decyzji edukacyjnych i zawodowych. Proces doradczy jest procesem krótkoterminowym tj. zazwyczaj kończy się na 10 - 20 godzinach wsparcia. Zdecydowanie jest to zbyt mało, by przeanalizować dotychczasowe życie nastolatka.

Rodzic natomiast obserwuje swoje dziecko od samego początku. Widzi dziecko w różnych sytuacjach, co więcej zdanie rodzica jest o wiele bardziej znaczące niż zdanie doradcy. Na pewno korzystna byłaby współpraca rodzica i doradcy we wsparciu nastolatka.

A dlaczego owo wsparcie jest istotne?

- Zmienny rynek pracy. Rynek pracy można opisać poprzez VUCA -
 - V - zmienność (ang. volatility) - rynek pracy nie jest stały
 - U - niepewność (ang. uncertainty); brak przewidywalności, prawdopodobieństwo nieoczekiwanego zdarzenia oraz świadomość i zrozumienie problemów
 - C - złożoność (ang. complexity); nakładanie się różnych problemów, brak efektu przyczynowo-skutkowego
 - A - niejednoznaczność (ang. ambiguity); trudność w zrozumieniu rzeczywistości
- Nastolatek będzie lepiej przygotowany na zmiany życiowe
- Będzie potrafił określać swoje zasoby i kompetencje, dzięki temu
- Może poczuć się pewniej i
- Budować swoją tożsamość

REFLEKSJA

Zanim zaproszę do dalszego zapoznania się z publikacją, zapraszam do zastanowienia się:

Z CZYM KOJARZY SIĘ DORADZTWO ZAWODOWE / DORADZTWO KARIERY?

Doradztwo zawodowe

Doradztwo zawodowe dotychczas kojarzyło się jedynie z **usługą ekspercką**, gdzie doradca jako ekspert wykorzystywał testy do badania i wskazywał zawód.

jako usługa
ekspercka



jako element procesu
wychowawczego
i edukacji całożyciowej

Obecnie odchodzi się od takiego postrzegania, na rzecz doradztwa jako **elementu wychowania**, czyli elementu towarzyszącego przez całe życie. Od najmłodszych lat w codziennych sytuacjach określamy swoje potrzeby, co lubimy, czego nie lubimy. W tym wspiera też rodzic.

Taką **uwagę** możemy przenieść na grunt edukacyjny i zawodowy. Jest to ta sama umiejętność, z tą różnicą, że jest to obszar związany ze ścieżkami edukacyjnymi.

Ponadto od najmłodszych lat możemy kształtować różnego rodzaju kompetencje tylko pozornie nie związane z doradztwem tj. punktualność, sumienność, radzenie sobie ze zmianami itp.

REFLEKSJA

Jak Pan/i myśli:

**CO WPŁYWA NA WYBORY
EDUKACYJNE I ZAWODOWE
NASTOLATKÓW?**

Co wpływa na wybory nastolatków?

Być może pojawiła się myśl:

- moda
- znajomi
- bliskość szkoły

Wg badań przeprowadzonych przez **Krajowy Ośrodek Wsparcia Edukacji Zawodowej i Ustawicznej** (oraz moich obserwacji) wynika, że największy wpływ ma:

- **rodzice oraz tradycje rodzinne następnie**
- grupa rówieśnicza,
- znajomi i koledzy młodego człowieka
- nauczyciel
- wiedza czerpana z Internetu

Tradycje rodzinne są niezwykle kluczowe. Nastolatek dokonuje wyboru zawodu na podstawie tego co zna. Odnosi do posiadanej wiedzy. A tę wiedzę może czerpać z najbliższego otoczenia jakim jest rodzina. Obserwuje rodziców, dziadków i innych członków rodziny. Widzi ich nastawienie do pracy oraz co wykonuje. Na tej podstawie ocenia, czy to mu odpowiada, czy też nie.

Co wpływa na wybory nastolatków?

Dodatkowo dla nastolatków zdanie rodziców jest niezwykle istotne. Nawet jeśli my-dorośli czasami uważamy inaczej biorąc pod uwagę różne relacje z naszymi dziećmi. Abstrahując od relacji, jesteśmy wzorem / lustrem dla naszych dzieci, którzy są w wieku dojrzewania **tworzenia własnej tożsamości** i poszukiwania odpowiedzi **KIM JESTEM?** Paradoksalnie im bardziej burzliwe są relacje, tym ważniejsze jest zdanie dorosłych dla nastolatka. Opierając się na wypowiedzi p. **Marka Kaczmarzyka**:

"Nastolatek przychodzi do rodziców czy opiekunów po radę, nie po to, aby ją zastosować jeden do jednego. Nie oczekuje gotowej instrukcji postępowania. Przychodzi po to, aby poznać zdanie dorosłych na konkretny temat i zbudować m.in. na tej bazie własną strategię postępowania. To absolutnie nie oznacza, że dorośli powinni odpuścić sobie wskazywanie nastolatkom własnych wypróbowanych rozwiązań. Przeciwnie, na jakiejś podstawie przecież muszą powstać te nowe."

więcej:

<https://przekroj.pl/nauka/jak-dojrzewa-mozg-aleksandra-pezda>

3 Elementy

Wspierając w wyborze dalszej ścieżki należy wziąć
3 elementy pod uwagę:



CO MAM - Zasoby, czyli to co mamy w osobistym plecaku/walizce doświadczeń i możemy z tego korzystać.

To obszar związany z tzw. zasobami, czyli:

- Co podpowiadają mi najbliżsi? Kto mnie wspiera i jest dla mnie ważny?
- Co potrafię?
- Na czym się znam?
- Moje mocne strony
- Charakter, temperament i osobowość
- Na co pozwala mój stan zdrowia
- Jakie mam przekonania

3 Elementy

Wspierając w wyborze dalszej ścieżki należy wziąć
3 elementy pod uwagę:



CO CHCĘ - To obszar związany z celami i marzeniami ("gwiazdka z nieba"), czyli:

- Czego chcesz więcej?
- Co chcesz rozwinąć?
- Czego chcesz się nauczyć?
- Co chcesz poznać?
- Jakie masz aspiracje – jak chcesz by twoje życie wyglądało
- Co jest dla Ciebie ważne?
- Jakimi wartościami chcesz się kierować?
- Jaką rolę chcesz pełnić?

3 Elementy

Wspierając w wyborze dalszej ścieżki należy wziąć
3 elementy pod uwagę:



CO MAM
jaki jestem?



CO CHCĘ
do czego dążę
i marzę



MOŻLIWOŚCI
jaki jest rynek
pracy i
edukacji

MOŻLIWOŚCI - To obszar związany z edukacją i rynkiem pracy:

- Jakie są możliwości nauki - rodzaje szkół, długość nauki, możliwe kierunki
- Jak rozwija się rynek pracy, dokąd zmierza
- **Gdzie możesz znaleźć informacje o rynku pracy i edukacji?**
 - www.wynagrodzenia.pl
 - **www.mapakarier.pl** (ścieżki edukacyjne dla uczniów)
 - www.otouczelnie.pl
 - www.wybieramszkole.pl
 - www.waszaedukacja.pl

Możliwości

Pierwszym elementem jaki można rozważyć do pracy to **MOŻLIWOŚCI** - czyli rynek pracy i edukacji.

Jakie są korzyści znajomości rynku edukacyjnego?

- Dziecko uzyskuje wiedzę nt szkół rynku pracy – dziecko uzyskuje najważniejszą dla niego informację na samym początku
- Większe poczucie spokoju - gdy pozna rodzaje szkół, rynek pracy, wie do czego odnieść swoje predyspozycje
- sam może się „zdiagnozować” - jw. może się odnieść swoje predyspozycje do znanym mu możliwości
- Szybciej podejmie decyzje
- Zna szerszy kontekst - będzie wiedzieć, jakie są możliwości po danej szkole

Jakie są korzyści dla rodzica, że pozna ten obszar?

- wyjaśni dziecku różnice,
- zweryfikuje wyobrażenia dziecka
- podpowie jak dalej może dziecko pokierować karierą dziecka

Szkoły - różnice

LICEUM

- 4 lata nauki
- Przedmioty ogólne
- maks. 4 rozszerzenia
- matura

TECHNIKUM

- 5 lat nauki
- Przedmioty ogólne i zawodowe
- Egzaminy zawodowe + matura
- dyplom można odebrać z suplementem Europass

SZKOŁA BRANŻOWA

- 3 lata nauki
- Przedmioty ogólne i zawodowe
- Egzaminy zawodowe + matura
- dyplom można odebrać z suplementem Europass

Egzaminy

MATURA

Część ustna:

- z języka polskiego (bez określania poziomu)
- z języka obcego nowożytnego (bez określania poziomu)

Część pisemna:

- z języka polskiego (na poziomie podstawowym)
- z matematyki (na poziomie podstawowym)
- z języka obcego nowożytnego (na poziomie podstawowym)
- z wybranego przedmiotu dodatkowego (na poziomie rozszerzonym)

W **2021 r.** zrezygnowano z obowiązku przystąpienia do egzaminu maturalnego z jednego przedmiotu na poziomie rozszerzonym.

EGZAMIN POTWIERDZAJĄCY KWALIFIKACJE (TECHNIKUM I SZKOŁA BRANŻOWA)

Jest to egzamin zewnętrzny. Ilość egzaminów jest tyle ile kwalifikacji wyodrębniono w zawodzie.

- w branżowej szkole I stopnia wyodrębniono jedną kwalifikację w zawodzie - oznacza to jeden egzamin
- w technikum lub szkole policealnej wyodrębnioną jedną lub dwie kwalifikacje - oznacza to jeden lub dwa egzaminy

Po zdaniu egzaminu w zakresie jednej kwalifikacji uczeń będzie uzyskiwał certyfikat kwalifikacji zawodowej.

Po zdaniu wszystkich kwalifikacji wymaganych w danym zawodzie otrzyma dyplom zawodowy

Liceum

Przykładowe rodzaje klas:

Klasy humanistyczne: *j. polski, historia, WOS, historia sztuki*

- Klasy dziennikarskie
- Klasy artystyczne

Klasy biologiczno-chemiczne

- Klasy ratownicze
- Klasymedyczne

Klasy ścisłe: *matematyka, fizyka, chemia, informatyka*

- Klasy matematyczno-informatyczne
- Klasy matematyczno-fizyczne
- Klasy matematyczno-językowe
- Klasy politechniczne

Klasy prawnicze: *matematyka-historia*

Klasy ogólne: *matematyka- geografia, WOS, historia*

- Nowe media
- Klasy psychologiczno-pedagogiczne
- Klasy mundurowe
- Klasy społeczne
- Klasy bankowo-ekonomiczne

Klasy dwujęzyczne / językowe / oddziały wstępne / IB - matura międzynarodowa

Technikum i Szkoła Branżowa

Istnieje ponad 300 zawodów w szkołach branżowych i technicznych

Wybrane zawody gastronomiczne, hotelarskie, turystyczne, ekonomiczne

- Kelner
- Technik żywienia i usług gastronomicznych
- Technik hotelarstwa
- Technik technologii żywności
- Technik obsługi turystycznej
- Technik ekonomista
- Technik handlowiec
- Technik organizacji reklamy
- Technik eksploatacji portów i terminali
- Technik lotniskowych służb operacyjnych
- Technik automatyk – od 2018
- Technik agrobiznesu – od 2018
- Technik logistyk
- Technik spedytor
- Cukiernik– BS I
- KucharzBS I
- Sprzedawca – BS I

Technikum i Szkoła Branżowa (BS)

Istnieje ponad 300 zawodów w szkołach branżowych i technicznych

Zawody branży budowlanej

- Technik budownictwa
- Technik inżynierii sanitarnej
- Monter zabudowy i robót wykończeniowych w budownictwie – BS1
- Technik renowacji elementów architektury - od 2018

Zawody branży samochodowej

- Technik pojazdów samochodowych
- Lakiernik – BS I
- Elektromechanik pojazdów samochodowych – BS I
- Mechanik pojazdów samochodowych BS I
- Mechanik motocyklowy – BS I
- Blacharz samochodowy – BS I
- Kierowca mechanik – BS I

Technikum i Szkoła Branżowa (BS)

Istnieje ponad 300 zawodów w szkołach branżowych i technicznych

Zawody elektryczne, elektroniczne, mechaniczne, informatyczne

- Technik elektryk
- Technik elektroenergetyki transportu szynowego
- Technik elektronik
- Technik informatyk
- Technik mechatronik
- Technik teleinformatyk
- Technik energetyk
- Technik telekomunikacji
- Technik szerokopasmowej komunikacji elektronicznej
- Technik urządzeń dźwigowych
- Elektryk – BS I
- Elektronik – BS I
- Elektromechanik – BS I
- Elektronik – BS I
- Mechatronik – BS I
- Monter sieci telekomunikacyjnych- BS I

Technikum i Szkoła Branżowa (BS)

Istnieje ponad 300 zawodów w szkołach branżowych i technicznych

Pozostałe

- Technik fotografii i multimediiów
- Technik analityk
- Technik architektury krajobrazu
- Technik awionik
- Technik chłodnictwa i klimatyzacji
- Technik budowy dróg
- Technik gazownictwa
- Technik geodeta
- Technik geolog
- Technik księgarstwa
- Technik mechanik lotniczy
- Technik ochrony środowiska
- Technik ogrodnik
- Technik optyk

Technikum i Szkoła Branżowa (BS)

Istnieje ponad 300 zawodów w szkołach branżowych i technicznych

Pozostałe

- Technik procesów drukowania
- Technik grafiki i poligrafii cyfrowe
- Technik przemysłu mod
- Technik technologii drewna
- Technik usług fryzjerskich
- Technik urządzeń i systemów energetyki odnawialnej
- Technik weterynari
- Technik realizacji nagrań i nagłośnię
- Ogrodnik – BS
- Fotograf – BS1
- Drukarz – BS1
- Fryzjer – BS
- Złotnik – jubiler – BS1
- Optyk - mechanik – BS1

Rekrutacja

Schemat podziału punktów w postępowaniu rekrutacyjnym uczniów ze szkoły podstawowej

Kryteria - świadectwo	Punkty w postępowaniu rekrutacyjnym
Aktywność na rzecz innych osób	3 pkt
Świadectwo ukończenia szkoły podstawowej z wyróżnieniem	7 pkt
Szczególne osiągnięcia	18 pkt
Wynik z języka polskiego	6→18 pkt, 5→17pkt, 4→14pkt, 3→8 pkt, 2→2 pkt
Wynik z matematyki	6→18 pkt, 5→17pkt, 4→14pkt, 3→8 pkt, 2→2 pkt
Wynik z I przedmiotu	6→18 pkt, 5→17pkt, 4→14pkt, 3→8 pkt, 2→2 pkt
Wynik z II przedmiotu	6→18 pkt, 5→17pkt, 4→14pkt, 3→8 pkt, 2→2 pkt

Rekrutacja

Schemat podziału punktów w postępowaniu rekrutacyjnym uczniów ze szkoły podstawowej

Kryteria - egzamin	Punkty w postępowaniu rekrutacyjnym
Wynik z języka polskiego	$100\% \times 0,35 = 35 \text{ pkt}$
Wynik z matematyki	$100\% \times 0,35 = 35 \text{ pkt}$
Wynik z języka obcego na poziomie podstawowym	$100\% \times 0,30 = 30 \text{ pkt}$

Od roku 2022 ósmoklasista będzie przystępował do egzaminu z czterech przedmiotów obowiązkowych, tj.: języka polskiego, matematyki, języka obcego nowożytnego oraz jednego przedmiotu do wyboru spośród przedmiotów: biologia, chemia, fizyka, geografia lub historia.

Dodatkowe egzaminy wstępne

Próby sprawności fizycznej

Oddziały sportowe, szkoły sportowe, oddziały mistrzostwa sportowego i szkoły mistrzostwa sportowego:

- umożliwiają uczniom godzenie zajęć sportowych z innymi zajęciami edukacyjnymi
- o przyjęcie do pierwszej klasy liceum ogólnokształcącego mistrzostwa sportowego może ubiegać się absolwent szkoły podstawowej, który:
- uzyskał pozytywny wynik z **prób sprawności fizycznej** określonych przez Polskie Związki Sportowe dla danej dyscypliny sportowej
- uzyskał zaświadczenie lekarskie o zdolności do uprawiania sportu wydane przez lekarza POZ, poświadczające bardzo dobry stan zdrowia

Obowiązkowy tygodniowy wymiar godzin zajęć sportowych wynosi:

- w oddziałach sportowych i szkołach sportowych - co najmniej 10 godzin;
- w oddziałach mistrzostwa sportowego i szkołach mistrzostwa sportowego - co najmniej 16 godzin

Dodatkowe egzaminy wstępne

Egzamin praktyczny/sprawdzian uzdolnień kierunkowych

Oddziały artystyczne, plastyczne i inne

W zależności od szkoły egzamin składa się z:

- **egzaminu praktycznego** z przedmiotów artystycznych, rysunku, malarstwa i kompozycji przestrzennej oraz egzaminu ustnego ze znajomości zagadnień związanych z różnymi dziedzinami sztuk plastycznych w zakresie objętym podstawą programową kształcenia ogólnego przedmiotu plastyka dla szkoły podstawowej
- sprawdzianu uzdolnień kierunkowych np. rysunku, śpiewu, aktorstwa

Sprawdzian predyspozycji językowych (klasy wstępne)

Klasy wstępne

Przyjmowani są uczniowie, którzy uzyskają świadectwo ukończenia szkoły podstawowej i pozytywny wynik sprawdzianu predyspozycji językowych

- w klasach wstępnych uczniowie przygotowują się do kontynuowania nauki w **oddziałach dwujęzycznych**. Po ukończeniu klasy wstępnej, uczeń w kolejnym roku szkolnym będzie kontynuował naukę w klasie I oddziału dwujęzycznego w szkole, w której uczęszczał do klasy wstępnej
- nauka w liceum ogólnokształcącym z uwzględnieniem klasy wstępnej trwa 5 lat

Dodatkowe egzaminy wstępne

Sprawdzian językowy

Oddziały dwujęzyczne / IB

Kandydat musi uzyskać **pozytywny wynik** ze **sprawdzianu** kompetencji językowych

- **Oddziały dwujęzyczne** - nauczanie jest prowadzone w dwóch językach: polskim oraz obcym nowożytnym będącym drugim językiem nauczania
- w dwóch językach prowadzone są co najmniej dwa zajęcia edukacyjne wybrane spośród zajęć obejmujących: *biologię, chemię, fizykę, matematykę, część geografii odnoszącą się do geografii ogólnej, część historii odnoszącą się do historii powszechnej*

Terminy rekrutacji

Egzamin ósmoklasisty	Terminy
Język polski – 120 minut	25 maja 2021
Matematyka – 100 minut	26 maja 2021
Język obcy nowożytny – 90 minut	27 maja 2021

Egzamin ósmoklasisty	Terminy
Ogłoszenie wyników egzaminu	2 lipca 2021
Przekazania szkołom wyników i zaświadczeń	do 8 lipca 2021
Wydanie zaświadczeń oraz informacji zdającym	9 lipca 2021

Jak podejmujemy decyzje?

Często zadajemy sobie pytanie **CO WYBRAĆ**.
Toczy się walka pomiędzy SERCEM, a ROZUMIEM



Decyzje podejmuje się na **POZIOMIE EMOCJONALNYM**, czyli kierujemy się **sercem i przekonaniami** - coś jest zgodne z naszym systemem wartości i wyznawanymi prawdami.

Jeśli np. uważamy (np. na podstawie doświadczeń własnych, obserwacji) , że dana szkoła jest np. nieprzydatna - to nie będziemy jej brali pod uwagę.

Najpopularniejsze przekonania dotyczące edukacji:

- Do zawodówki (szkoły branżowej) idą uczniowie, którzy nie lubią się uczyć.
- Technikum jest lepsze niż liceum, ponieważ po jego ukończeniu ma się i zawód, i maturę.
- Do liceum idą te osoby, które jeszcze nie mają pomysłu na swoją przyszłość.
- Szkoły, które są wysoko w rankingu, są najlepsze.
- Profile „ściste” są bardziej przyszłościowe niż humanistyczne.
- W technikum jest mniej nauki niż w liceum.
- Warto mieć dobre oceny ze wszystkich przedmiotów, nawet tych, które mnie nie interesują.
- Praca fizyczna powinna być gorzej opłacana niż praca umysłowa.
- Wybierając szkołę ponadpodstawową należy kierować się przede wszystkim sytuacją na rynku pracy
- Na studia powinno się iść od razu po maturze.

Rodzic o swojej karierze

Jak widać są to powszechni funkcjonujące prawdy.

Jako Rodzic **zapytaj**:

- *jakie ma zdanie o szkołach?*
- *Skąd czerpiesz wiedzę?*
- *Skąd wiesz, że tak jest?*
- *Jakie masz dowody na to, że tak jest?*

Celem tych pytań jest weryfikacja wiedzy, zatrzymanie się i zastanowienie, poszerzenie perspektywy.

Rodzicu, przyjźy się tez własnym przekonaniom:

- *Co sądzi Pan_i o swojej edukacji? Co by Pan_i zmienił_a?*
- *Co Pan_i myśli o swojej karierze?*
- *Kiedy Pan_i przychodzi do domu po pracy - i wspomina domownikom o dniu pracy - co Pan_i mówi? Co słyszy dziecko?*
- *Jaki wizerunek pracy, kariery może się kreować w jego głowie? Czy ten wizerunek jest zagrażający, czy wspierający?*

Pewne przekonania nabywamy poprzez to co mówią nam najbliżsi. Dziecko słysząc pewne prawdy tworzy wizję świata. Jest ona oparta na doświadczeniach bliskich osób, ale czy jest to bezwzględne?

Pamiętajmy, że wybieramy to co daje:

- **Prestiż** - wskazuje na naszą ambicję
- **Akceptację innych** - u nastolatków często są to rodzice. Jeśli wizja świata dziecka różni się od wizji świata Rodzica - nastolatek wtedy przeżywa napięcie.
- **Podniesiemy swój status** (stąd też niechęć do szkół branżowych) - wiąże się z akceptacją innych także wśród rówieśników.

Czym się kierować przy wyborze szkoły?



Co można wziąć pod uwagę:

- Dojazd do szkoły
- Zdawalność
- Ofertę dodatkową
- Zespół specjalistów
- Współpracę z uczelniami / wyjazdy zagraniczne
- Typ szkoły tj. cel - czyli czy jest to technikum, liceum, szkoła branżowa
- Ranking - tutaj spora ostrożność
- Liczebność klas

Na podstawie moich doświadczeń, młodzież najczęściej bierze pod uwagę:

- Zawód / Co mam po szkole
- Zgodność z zainteresowaniami
- Dojazd
- Języki obce
- Wyjazdy / Wycieczki
- Zajęcia dodatkowe
- Akceptację innych
- Atmosfera i relacje uczniów - nauczyciel

Gdzie szukać tych informacji?

www.jakdojade.pl

www.waszaedukacja.pl

www.takzdam.pl

www.perspektywy.pl

www.brp.edu.pl

- **www.jakdojade.pl** - sprawdzimy dojazd do szkół
- **www.waszaedukacja.pl** - znajdziemy opisy szkół ponadpodstawowych, średnich, zdawalność na maturze, wymagania rekrutacyjne do szkół, punkty
- **www.takzdam.pl** - kalkulator punktów
- **www.perspektywy.pl** - rankingi szkół
- **www.brp.edu.pl** - informacje o szkołach w Warszawie
- **www.otouczelnie.pl** - wyszukiwarka liceów i techników

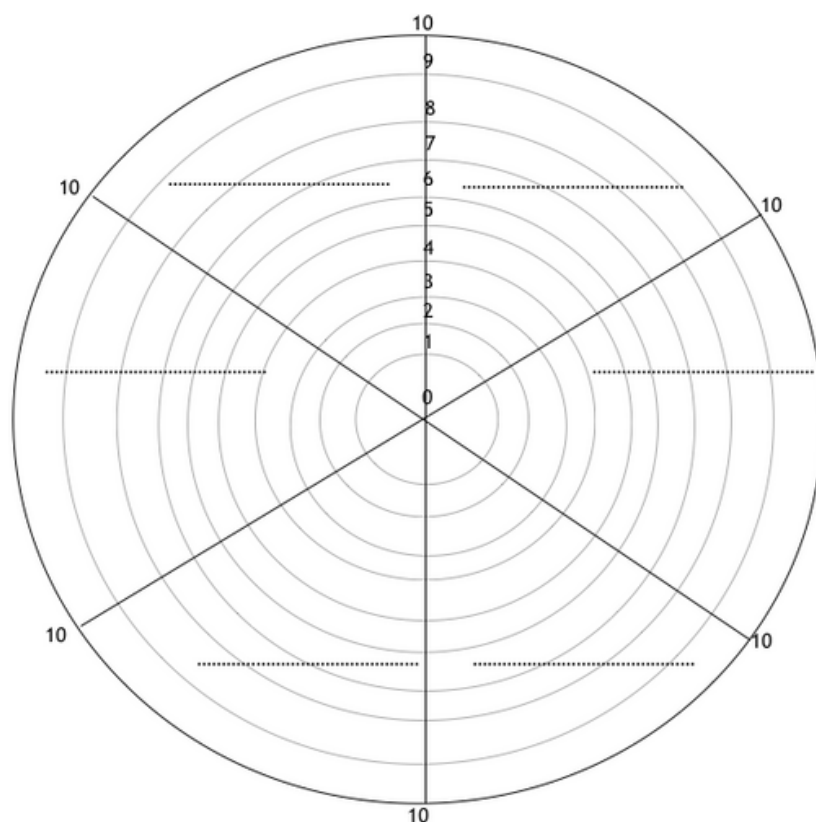
Ćwiczenie - jak podjąć decyzję?

Często zastanawiamy się, którą szkołę wybrać zwłaszcza, gdy mamy kilka szkół "na oku".

Spróbujmy z kołem coachingowym.

Porozmawiaj z dzieckiem, co dla Was jest ważne przy wyborze szkoły.

1. Wybierzcie 6 kryteriów, którymi chcecie się kierować przy wyborze.
2. Oceńcie na ile to jest dla Was istotne (w skali 0-10; gdzie 0 oznacza nie ważne, 10- bardzo ważne).i zaznaczcie na osi koła
3. Zróbcie listę szkół, które spełniają najwięcej kryteriów



Kontakt

Drogi Rodzicu,

Mam nadzieję, że dzięki tej publikacji łatwiej będzie dokonywać wyborów edukacyjno-zawodowych. Możesz nie tylko podpowiedzieć dziecku, gdzie szukać wiedzy, ale także co wziąć pod uwagę.

W razie pytań i wątpliwości - zapraszam do kontaktu.

mgr Anna Sowińska

Doradca zawodowy, pedagog, coach

Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna nr 12

(22) 636 66 99

asowinska@ppp12.waw.pl

Anna Sowińska - pedagog specjalny, dyplomowany doradca zawodowy, coach kryzysowy. Doświadczenia zawodowe zdobywała na różnych stanowiskach związanych z branżą kreatywną, tłumaczeniową, szkoleniową i pomocową.

Od 2009 wspiera młodzież i dorosłych w decyzjach edukacyjnych i zawodowych oraz szkoli specjalistów w zakresie doradztwa zawodowego. W pracy wykorzystuje metody poznawczo-behawioralne zwłaszcza: dialogu motywującego, terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach, czy ACT.

W obszarze zawodowym interesuje się decyzjami życiowymi, reorientacją zawodową, budowaniu kariery w oparciu o kompetencje, wypaleniem zawodowym. Prywatnie interesuje się językami obcymi oraz aktywnym podróżowaniem. Po tysiącach kilometrów spędzonych w drodze, w różnych warunkach uważa, że tak w podróży, jak i w życiu największą wartością są inni ludzie. I to właśnie oni są inspiracją.

W czym mogę pomóc

Komu pomagam

Rodzicom

Młodzieży

Co robię

Sesje ind.

Webinary

Jako doradca zawodowy wspieram **młodzież** w:

- skutecznym planowaniu zadań
- rozwijaniu umiejętności skutecznej nauki
- wsparcie w podjęciu decyzji edukacyjnej
- ocenę potencjału
- rozwoju umiejętności osobistych np. radzenie sobie ze stresem zw. z edukacją i egzaminami

Jako doradca zawodowy wspieram **Rodziców** w:

- skutecznej komunikacji dot. zasobów dziecka
- poszerzaniu wiedzy o rynku pracy i edukacji
- jak rozmawiać z dzieckiem o wyborach edukacyjnych i zawodowych
- Jak wspierać dziecko w zmianach
- Jak określać predyspozycje i potencjał nastolatka

Jak wygląda spotkanie doradcze?

Wiele osób pyta czym jest doradztwo kariery?

Zazwyczaj odpowiadam, czym nie jest? **Nie jest psychoterapią**, czyli nie analizujemy, ani nie wglębiamy się we wrażliwe obszary osoby radzącej się. Czasami się zdarza, że dotykamy rzeczy ważnych mających rozwojowy, odkrywczy charakter (np. rozmawiamy o wartościach lub zauważamy pewne strategie działania) lecz nie analizujemy tego dogłębnie. Poruszamy się tak głęboko na ile mamy na to chęć. Doradztwo to proces krótkoterminowy.

Jaki jest mój styl pracy i jaki jest cel doradztwa?

Pracuję w oparciu o nurt BSFT (TSR - terapia skoncentrowana na rozwiązaniach) z wykorzystaniem podejścia ACT (nurt uważności i zaangażowania) oraz CBT (praca z przekonaniami). Głównym źródłem pracy doradczej jest tzw. praca na zasobach. Często doradca kojarzony jest jako ta osoba, która po zebraniu informacji mówi: "**Będziesz (dowolny zawód)**" lub "**Idź do szkoły (dowolny typ szkoły)**". Nie, to nie jest mój styl pracy. Owszem bywa, że wskazuję pewien obszar, który można wziąć pod uwagę lub źródła wiedzy, natomiast decyzja należy do osoby radzącej się i to ona poszukuje możliwości najlepszych dla siebie. Zależy mi, aby osoba, która zdecyduje się na doradztwo miała taką wiedzę o sobie i takie narzędzia, aby w przyszłości podobne decyzje mogła podejmować samodzielnie.



Jak wygląda spotkanie doradcze?

Czego można się spodziewać? Jak wygląda proces doradczy?

Proces składa się z kilku etapów.

- 1. Kontakt z rodzicem** - Jeśli uczeń jest niepełnoletni, wówczas wcześniej kontaktuję się z rodzicem np. mailowo. Wysyłam tzw. kartę rodzica, gdzie proszę o odpowiedź na kilka-kilkanaście pytań dotyczących, mocnych stron dziecka, dotychczasowej edukacji.
- 2. Konsultacja wstępna** - Konsultacja wstępna ma na celu wspólne poznanie się, zbadanie potrzeb i punktu do którego dążymy.
- 3. Sesje doradcze** - Wspólnie pracujemy nad celem. W pracy korzystam przede wszystkim... z rozmowy, ale także z metafor, figurek, karty pracy.
- 4. Podsumowanie** - Podczas tej części (na oddzielnej lub pod koniec danej sesji) dokonujemy podsumowania.
- 5. Monitoring** - Pozwalam sobie wówczas na kontakt z osobą radzącą się o krótkie podzielenie się, co się zmieniło od ostatniego spotkania.

Jak długo trwają sesje?

Sesja trwa ok 45 min

Ile jest spotkań?

Doradztwo jest procesem krótkoterminowym. Nie umawiam się na daną ilość spotkań. Pod koniec sesji pytam się o potrzebę następnej sesji. Zazwyczaj proces doradczy kończy się w 10 spotkaniach (na ogół trwa od 3 - 6 sesji).

Jak często są spotkania?

Początkowo częściej np. 1 raz na tydzień lub 2 tygodnie, potem może być rzadziej.

Jak umówić się spotkanie?

Mailowo asowinska@ppp12.waw.pl lub telefonicznie **22 636 66 99**



POWODZENIA!

Anna Sowińska

Doradca zawodowy, pedagog, coach