

ĮKVĖPTI, PATARTI, PALAIKYTI

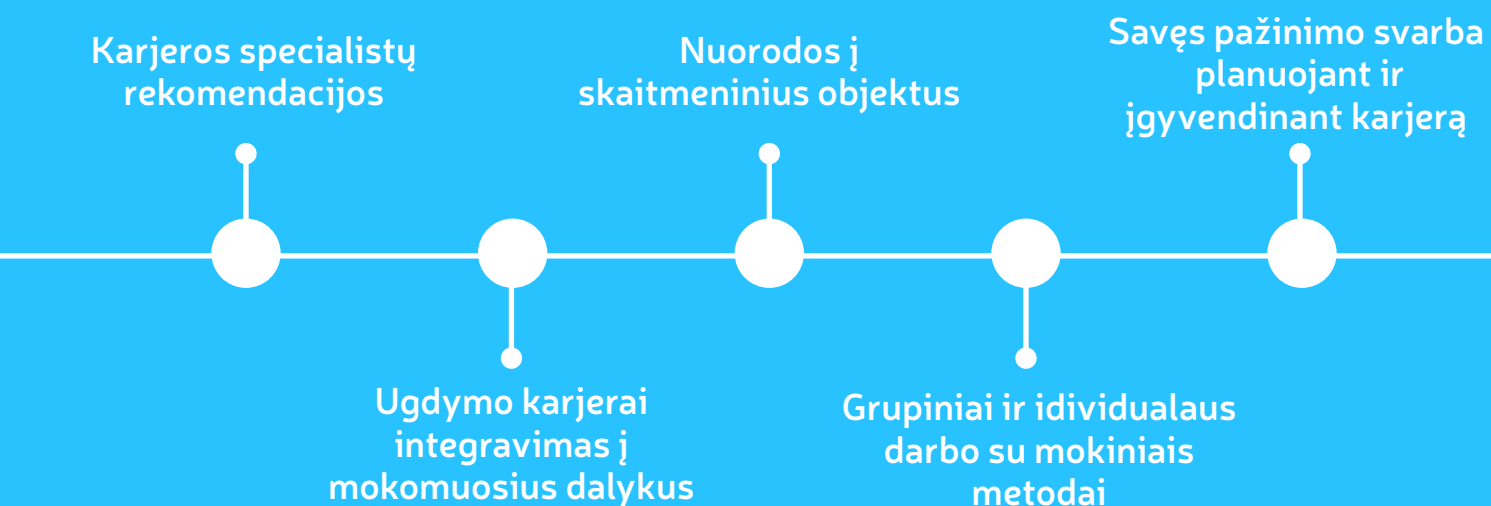
UGDymo KARJERAI GIDAS



Edukatoriai.lt drauge su aktyviausiais Lietuvos karjeros specialistais išsiginčino 3 šiai dienai aktualiausias temas bei parengė metodinį el. leidinį skirtą visiems, kurie susiduria su vaikų karjeros kūrimo, planavimo procesu. Šiame leidinyje rasite interviu su karjeros specialistais, jų patarimus bei metodus, padėsiančius praktiškai įgyvendinti pateiktas idėjas.

Mūsų tikslas yra visiems jauniems ir patyrusiems karjeros specialistams, dalykų mokytojams bei visiems pedagogams, kurie susiduria su vaikų karjeros planavimu padėti atrasti naujų, įkvėpiančių minčių bei darbo su mokiniais metodų. Juk kiekvieno specialisto tikslas yra įkvėpti mokinį, gebėti jam patarti bei palaikyti painiame pasirinkimų kelyje.

SUDĖTIS



Turinys

Karjeros specialistai pataria: Savęs pažinimo svarba planuojant ir įgyvendinant karjerą	4-7
• Pagalba mokiniui, kuriant jo ateities viziją	
• Problema: norai nesutampa su galimybėmis	
• Mokykloje nuskambėjo frazė „iš tavęs matematiko tai jau tikrai nebus“	
• Metodai savęs pažinimui	
• Žinau, ko tikrai nenoriu!	
• Patyriminių vizitų nauda karjeros planavimui	
• Rekomendacija kolegai nr. 1	
• Metodas nr. 1 SSGG analizė	8-9
Karjeros specialistai pataria: Ugdymo karjerai integravimas į mokomuosius dalykus	10-15
• Karjeros planavimo modulis vs. ugdymo karjerai integravimas į mokomuosius dalykus	
• Sėkmingo ugdymo karjerai integravimo į mokomąjį dalyką vizija	
• Ugdymo karjerai veiklų dalykų pamokose pavyzdžiai	
• Kiekvienas specialistas gali prisidėti prie mokinio ateities kūrimo	
• Mokinio ugdymosi plano ir mokinio karjeros plano suderinimas Lietuvos mokyklose	
• Rekomendacija kolegai nr. 2	
• Metodas nr. 2 Temperamento tipo nustatymo testas.....	12-15
Karjeros specialistai pataria: grupiniai ir individualaus darbo su mokiniais metodai	16-21
• Efektyviausi grupiniai darbo su mokiniais metodai	
• Efektyviausi individualūs darbo su mokiniais metodai	
• O ko reikia mokiniams?	
• Netradicinės profesinio orientavimo dienos	
• Pažintis su skirtingų profesijų atstovais	
• Nevalia nuleisti rankų	
• Rekomendacija kolegai nr. 3	
• Metodas nr. 3 Koks aš sau ir kitiems?.....	20
• Metodas nr. 4 Šiuokščių dėžė.....	21
Ugdymo karjerai centras	22

Karjeros specialistai pataria

Savęs pažinimo svarba planuojant ir įgyvendinant karjerą

INGRIDA SAUNORIENĖ,
Šiaulių „Romuvos“ gimnazija



Pagalba mokiniui, kuriant jo ateities viziją

Mokinio ateities vizija turėtų būti kuriama žingsnis po žingsnio. Tai ne vienos dienos, ne vienos savaitės darbas. Reikėtų pradėti veikti nuo mažų dienų ir veikti drauge su komanda – su tėvais, su darželio auklėtojomis, pradinių klasių mokytojais, dalykų mokytojais, pagalbos specialistais, psichologais, socialiniais darbuotojais. Prie pagalbos komandos turėtų prisidėti visi, kurie susiduria su vaiku jo mokymosi kelyje.

Šioje situacijoje karjeros specialistas yra tas žmogus, kuris sudėlioja taškus ant „i“, kuris padeda informaciją, surinktą apie save susidėlioti „į stalčiukus ir lentynėles“. Kyla klausimas, kaip jam padėti? Atsakymas paprastas - kalbėtis,

sudaryti galimybes vaikui pasireikšti, klysti, išeiti iš savo komforto zonos, atrasti, pažinti.

Problema: norai nesutampa su galimybėmis

Visada galima pasiekti to, ko nori. Tik kartais kelias būna trumpesnis arba ilgesnis. Jeigu kalbame apie profesiją, kurios vaikas labai nori, bet jam jos siekti neleidžia, pavyzdžiui, fizinės galimybės arba gebėjimų trūkumas, tai visada galima rasti artimą ir giminingą profesiją, kurioje galima realizuoti save ir visiškai produktyviai dirbti. Kita vertus, kartais pamirštame dar vieną dalyką - visada galima kurti kažką savo. Jeigu galimybės neleidžia studijuoti norimą specialybę, gali kurti verslą. Apibendrinant, visada galima rasti kelią, tik kartais tas kelias būna ilgesnis ir sunkesnis. Tačiau net ir tokiu atveju galima įžvelgti teigiamą pusę. Pasirinkęs sudėtingesnę kelią išmoksi daugiau ir jeigu labai norėsi – tą tikslą pasieksi.

Mokykloje nuskambėjo frazė „iš tavęs matematiko tai jau tikrai nebus“

Pirmiausia, reikėtų taip nesakyti. Juk tai visai nesunku. Galima pasiūlyti alternatyvius dalykus, kur tos matematikos yra, tik šiek tiek mažiau. Reikia kiekvieną vaiką įkvėpti mąstyti pozityviai.

Metodai savęs pažinimui

Paprasčiausi ir visiems žinomi metodai yra pokalbiai, diskusijos, praktiniai užsiėmimai – karjeros plano rašymas, testai, praktinės užduotys, projektiniai darbai, įvairios stovyklos.

Mūsų gimnazijoje jau antrus metus vyksta projektinių darbų rašymas. Šių darbų dėka siekiame padėti vaikams apsispręsti.

Kiekvienas trečios klasės mokinys pasirenka sritį, apie kurią rašys praktinio pobūdžio projektinį darbą. Sritis nebūtinai turi būti susieta su mokomuoju dalyku. Tai gali būti teisė, geologija ir kita. Mokinys pasirenka mokytoją, kuris vadovaus projektiniam darbui. Šiame tokį projektinį darbą padedu rašyti trims mokiniams. Viena mokinė nori studijuoti teisę, tad ji pasirinko darbą rašyti apie administracinę teisę. Ji skaitė, gilinosi, rašė teorinę dalį. Praktinei daliai pasirinko paruošti apklausą gimnazijos ketvirtokams tema „Kokius administracinės teisės nusižengimus turi mūsų abiturientai?“. Taip pat dvi dienas ji buvo intensyviame profesiniame veiklinime – teismo stebėjime. Praktinio darbo atlikimo procese jai tampa aišku, ar ji gali rinktis šią kryptį, ar negali. Nori veikti šioje sferoje, ar nenori.

Kita mokinė nori studijuoti kūrybines industrijas, gilinti žinias renginių organizavime. Ji pasirinko rašyti darbą apie kūrybiškumą, jo svarbą. Mokinė apklausė šešis verslininkus apie kūrybiškumo sampratą bei svarbą. Projekto rašymo metu įgyvendino ir praktinę darbo dalį - mokykloje organizavo porą renginių.

Dar gimnazijoje turime DofE programą, kuri prisideda prie mokinio savęs pažinimo. Apie programą skaitykite čia: <https://www.dofe.lt/lt/what-is-dofe-award-participants/>

Taip pat noriu paminėti LEGO® Serious Play® metodiką. Šiame užsiėmime Lego kaladėlių pagalba mokiniai kuria savąjį „aš“, atpažįsta savo baimes, stato savo ateities viziją.



Žinau, ko tikrai nenoriu!

Kai nepavyksta sužinoti kam mokinyas yra gabus, kokios profesijos jis nori, raginu pasižiūrėti iš kitos pusės - ko jis tikrai nenori. Dažnai duodu tokį pavyzdį: kai mama jūsų paklausia, ko norite valgyti, labai dažnai sunku išsirinkti. Dažniausiai pirmiausia pasakote, ko tikrai nenorite. Taigi, atmetus tai, ko nenorite, iš to kas lieka yra žymiai lengviau išsirinkti.

Patyriminių vizitų nauda karjeros planavimui

Patyriminiai vizitai yra naudingi tada, kai abi pusės yra gerai pasiruošusios. Kitaip tariant, tokie vizitai yra naudingi tuo atveju, jeigu mokiniai supranta, kur ir ko jie eina, o įmonė, priimanti į vizitą mokinius suvokia mokinių tikslą, ir savo, kaip priimančios įmonės užduotį bei misiją, mokinių atžvilgiu. Pastebime, kad Lietuvoje mokinius priimančių įmonių supratimo labai trūksta. Apskritai nėra daug įstaigų, kurios iš tikrųjų atvertų duris mokiniams. O kai durys yra atveriamos, įstaigų atstovai labai dažnai neturi žinių, arba nesupranta, ko iš jų

yra tikimasi. Dažnai girdime, kad verslo įmonės skundžiasi darbuotojų stoka, tačiau kai reikia atlikti kokybišką švietėjišką veiklą, kad mokiniai atėję iš tikrųjų susidomėtų bei grįžtų į tą įmonę dirbti, rezultato neturime.

Šiaulių mieste stengiamės parengti darbo rinkos atstovus intensyvaus profesinio veiklinimo užsiėmimams. Šiai akimirkai galiu teigti, kad tobulėjame, siekiame kokybės. Praeitais metais vaikai ėjo į vieną įmonę ir grįžo nusivylę. Po to mes labai rimtai kalbėjomės su tos įmonės atstovais, tad šiemet po susitikimo vaikai grįžo sužavėti. Mes, mokytojai, vaikus suintriguojame, motyvuojame, surenkame grupes, bet labai dažnai apsilankius įmonėse, vaikams būna užduodamas klausimas „tai ką jūs norit sužinoti?“ ir viskas. Manau, kad apsilankymas būtų efektyvus, susidomėjimas turėtų būti abipusis. Verslo sektoriaus atstovai, pas kuriuos svečiuojasi mokiniai turėtų negalvoti, jog užteks tik atidaryti duris ir parodyti kaip viskas veikia. Šiuolaikiniams vaikams to nebeužtenka. Jie nori paliesti, patirti, patys pabūti toje vietoje.

Rekomendacija kolegai nr. 1

Naudojuosi viskuo, ką randu internete, ko išmokstu mokymuose. Noriu paraginti pasigilinti į Design thinking metodą. Išvertus į lietuvių kalbą „mąstymo modeliavimo metodas“. Šis metodas gali padėti išspręsti labai daug problemų ir situacijų. Tai padeda lavinti vaikų kūrybiškumą ir prisidėti prie savęs pažinimo.

Apie metodą: <https://www.interaction-design.org/literature/topics/design-thinking>

Čia galite susipažinti su minėtu metodu:

<https://www.interaction-design.org/courses/design-thinking-the-beginner-s-guide>

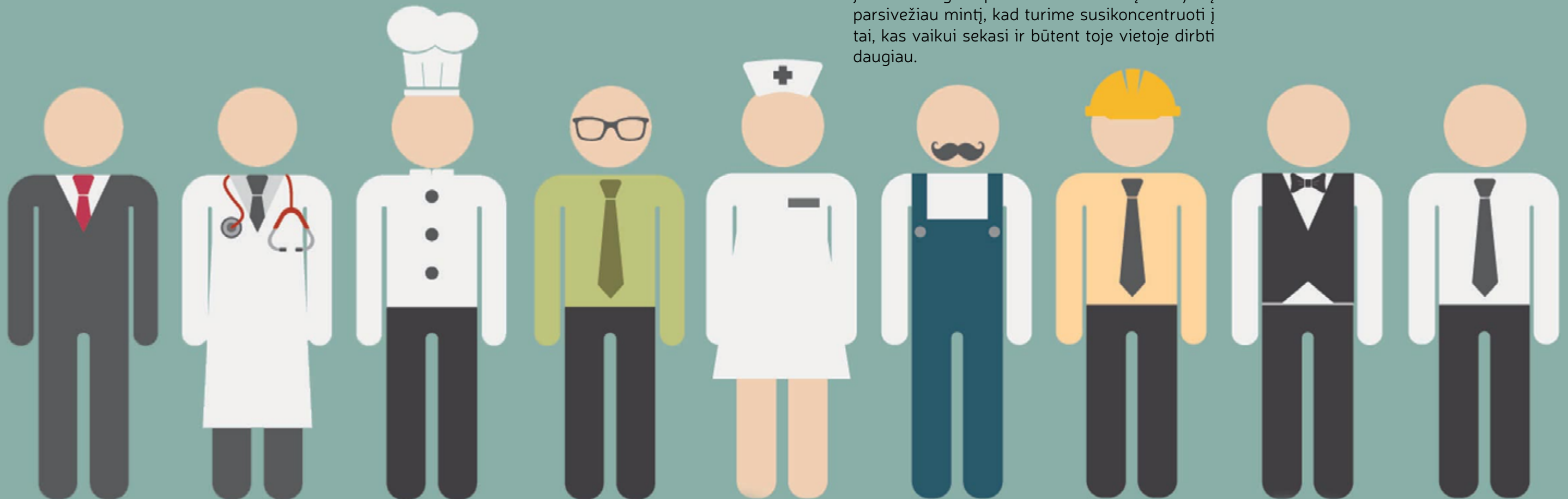
P.S. Puslapyje informacija pateikiama anglų kalba.

Praėjusią vasarą dalyvavau kursuose Barselonoje „Holistinis ugdymas - kelias į vaiko sėkmę“, kur buvo orientuotasi į prigimtines vaiko savybes. Mokykloje labai dažnai darome vieną klaidą, mes susikoncentruojame į tai, kas vaikui nesiseka. Nuolatos sakome, kad jeigu vaikui sunkiai sekasi, jis turi daugiau padirbėti. Iš minėtų mokymų parsivežiau mintį, kad turime susikoncentruoti į tai, kas vaikui sekasi ir būtent toje vietoje dirbti daugiau.

Pamokantis pasakojimas

Tėvas žydas atėjo į mokyklą pas mokytoją ir paklausė, kaip sekasi jo vaikui. Mokytoja pradėjo pasakoti, kas jo vaikui nesiseka, ką reikia daryti kitaip, kur reikia pasistengti. Tėvas kantriai iš klausė ir paklausė mokytojos, o kas jo vaikui sekasi. Mokytoja atsakė, kad geriausiai sekasi tikslieji mokslai. Tėvas padėkojo mokytojai ir tarė: „puiku! Tiems dalykams ir pasamdysime korepetitorius“.

Taigi, didesnę dėmesį turėtume skirti tam, kas sekasi. Mes kartais atiduodame labai daug laiko ir energijos tiems dalykams, kurie vaikui nepatinka ir nesiseka. Suprantame, kad vaikas to nedarys, tačiau liepiam samdyti korepetitorius, eiti mokytis papildomai. Mano nuomone, tokioje situacijoje reikėtų leisti vaikui nemėgstamoje srityje pasiekti minimumą, o mėgiamoje srityje, kurioje sekasi labiausiai - pasiekti aukštumų. Galų gale, juk gyvenime einame ten, kur mums sekasi, dirbame ten, kur esame geri. Tad kodėl gi nepradėjus nuo mokyklos?



Metodas nr. 1

SSGG analizė

Trukmė: 45 min.
Priemonės: popieriaus lapai ir rašikliai kiekvienam mokiniui.

Šis metodas taikomas individualiam savęs pažinimui.

Visiems gerai pažįstama stiprybių, silpnybių, galimybių, grėsmių analizė yra dažnai pritaikoma bei naudojama verslo įmonių valdymo bei vadybos procesuose. Tačiau šią analizę galime taikyti ir siekiant susipažinti su savo asmeninėmis stiprybėmis bei silpnybėmis, galimybėmis ir grėsmėmis.

Kiekvienas mokinys turi padalinti savo popieriaus lapą į keturias lygias dalis ir vienoje dalyje užrašyti stiprybės, kitoje – silpnybės, trečioje – galimybės, ketvirtoje grėsmės.

Pastaba. Mokiniams galima duoti pildyti jau paruoštus lapus su nubraižyta SSGG lentelė.

Lentelės pavyzdys:

VIDINIAI	Jūsų stiprybės (gabumai, privalumai, kompetencijos)	Jūsų silpnybės (silpnybės, trūkumai, ydos)
IŠORINIAI	Jūsų galimybės (nekontroliuojamos išorinės teigiamos aplinkybės, kurios gali būti naudingos)	Jūsų grėsmės (nekontroliuojamos išorinės neigiamos aplinkybės, kurių poveikį galima sumažinti)

Mokiniams prieš pildant SSGG lentelę siūloma užduoti tikslinius klausimus, kurie padės teisingiau įvardinti stiprybes, silpnybes, grėsmes ir galimybes.

Būtinai klausimai SSGG analizei atlikti:

Stiprybės (gabumai, privalumai, kompetencijos)	Silpnybės (silpnybės, trūkumai, ydos)
- Ką jūs galite atlikti labai gerai? - Kokie yra jūsų privalumai? - Kas paskatino jus apsispręsti dėl mokomųjų dalykų pasirinkimo? - Kokie buvo Jūsų motyvai ir kas šiam pasirinkimui padarė jums įtaką? - Ar šios priežastys yra jūsų įgimtų savybių rezultatas? - Ko jūs tikėtės baigę mokyklą? - Kokie jūsų svarbiausi pasiekimai? - Kam turite būti dėkingas už šiuos sėkmės atvejus? - Kaip jūs matuojate (vertinate) savo sėkmę? - Kokias žinias ir praktinio darbo patirtį jūs galėsite pritaikyti studijuodami/dirbdami? - Ką jūs labiausiai vertinate, kas jums buvo vertingiausia?	- Kas gali būti patobulinta? - Ką jūs atliekate blogai? - Ko jums reikėtų vengti? - Ko jūs nežinote savo mokomuosiuose dalykuose? - Kaip jūsų kompetencijų spragos galėtų veikti jūsų būsimą/norimą veiklą? - Prisiminkite nemalonią situaciją mokymo įstaigoje, susidariusią dėl jūsų asmeninių trūkumų.
Galimybės (nekontroliuojamos išorinės teigiamos aplinkybės, kurios gali būti naudingos)	Grėsmės (nekontroliuojamos išorinės neigiamos aplinkybės, kurių poveikį galima sumažinti)
- Ar jūsų pasirinktoje karjeros srityje yra daug žadančių perspektyvų? - Koks aukščiausias karjeros lygmuo pasirinktoje veiklos srityje? - Kokias pastangas dedate, kad po mokyklos baigimo lengviau įstotumėte į norimą universitetą ir lengviau rastumėte darbą pasirinktoje veiklos srityje? - Kuo galėtumėte papildyti savo pasirengimą, kad galėtumėte geriau pasinaudoti susidariusiomis (esamomis) galimybėmis? - Ar jums praverstų papildomas mokymasis? - Kaip greitai būtų įmanoma padaryti pažangą siekiant karjeros? - Galimybių gali atsirasti dėl: vyriausybės politikos pokyčių, visuomenės, demografinės situacijos, gyvenimo būdo ir kt. pokyčių?	- Su kokiomis kliūtimis neišvengiamai susidursite? - Ar reikalavimai pasirinktoje veiklos srityje dažnai keičiasi? - Ar technologinė pažanga kelia grėsmę Jūsų numatytai veiklai? - Kokios dabartinės darbo rinkos tendencijos vyrauja jus dominančioje specialybėje? - Palyginti su naujai atsiradusiomis sritimis, ar susidomėjimas jūsų sritimi mažėja? - Ar jūsų veiklos sritis priklauso nuo politinių, ekonominių, socialinių konfliktų? - Ar yra rizikos, kad jūsų interesų srityje įvyks pokyčių darbo politikoje? - Kaip ekonominė plėtra paveiktų jūsų darbą ir komandą? - Ar jums reikėtų papildomai dirbant mokytis, kad išlaikytumėte savo konkurencingumą?

Šaltinis: metodu pasidalino Giedrė Valaitienė, Panevėžio Juozo Miltinio gimnazijos karjeros specialistė.

Karjeros specialistai pataria

Ugdymo karjerai integravimas į mokomuosius dalykus

AKVILĖ BUKINIENĖ,
Telšių „Kranto“ progimnazija



Karjeros planavimo modulis vs. ugdymo karjerai integravimas į mokomuosius dalykus

Jeigu įmanoma, naudingiausia būtų turėti abu variantus. Progimnazijoje aktualu būtų karjeros planavimo modulį turėti aštuntoje klasėje. Gimnazijoje, kurioje ugdymo karjerai į mokomuosius dalykus integracija vyksta tinkamai, karjeros planavimo modulį galima turėti tiek jaunesnėse, tiek vyresnėse klasėse. Svarbu paminėti, kad mokykloje yra labai daug

integruojamų dalykų. Savo įstaigoje integruojame ir etninę kultūrą, ir lytiškumą, ir sveiką gyvenseną, ir tuo pačiu karjeros ugdymą. Pastebime didelę naudą – mokiniai ima suvokti mokomo dalyko prasmę, suvokia jų norimai profesijai reikalingas kompetencijas. Karjeros planavimo modulis padeda labiau gilintis į save, suvokti tikslus, planus ir kurti savo ateitį.

Sėkmingo ugdymo karjerai integravimo į mokomąjį dalyką vizija

Jeigu geografijos pamokoje kalbame apie plunksninius debesis ar apie klimatą, tai lygiai taip pat turime pasikalbėti apie tai, kokios specialybės atstovui reikalinga šita informacija. Kokie žmonės dirba, kiek uždirba, kokių savybių, kompetencijų reikia šios specialybės atstovui. Žinoma, jeigu vaikas žino, dėl ko jis mokosi, koks yra jo tikslas, tai mokslas jam tampa žymiai smagesnis ir naudingesnis.

Kaip mokytojui „įsileisti“ karjeros ugdymą į savo mokomąjį dalyką?

Planuoti ir susitarti. Pasibaigus mokslo metams mes iš karto susiplanuojame, kokias temas į kokius dalykus integruosime, kokiomis temomis kalbėsime ir tada jau einame „į gylį“.

Ugdymo karjerai veiklų dalykų pamokose pavyzdžiai

Į pagalbą galime pasitelkti filmukus, žurnalus, laikraščius, vizitus į įmones, ekskursijas. Jeigu vykstame į su karjera nesusijusią edukacinę išvyką, visada raginu vaikus suskaičiuoti, su kiek skirtingų profesijų atstovų mes šiandien susitikome. Suskaičiavę diskutuojame, kokių

savybių tiems profesijų atstovams reikia. Kai vykstame į įmonę stengiuosi iš anksto paruošti vaikams klausimus, į kuriuos jie turėtų atsakyti. Klausimai ruošiami prieš vykstant į ekskursiją. Taip pat vaikai gauna po užduotį. Įveikus užduotis stengiamės vaikus apdovanoti smulkiomis dovanėlėmis. Tai gali būti pieštukai, tušinukai, saldainiukai ir kita.

Kiekvienas specialistas gali prisidėti prie mokinio ateities kūrimo

Manau, kad kiekvienas specialistas nemaža dalimi prisideda prie mokinio karjeros kūrimo. Pamenu, kai dirbau gimnazijoje mokytoja, didelis procentas vaikų stėjo būtent į tuos universitetus, kolegijas ir profesines mokyklas, kuriose buvome apsilankę. Taip pat kiekvienas mokytojas gali netgi įkvėpti mokinį eiti jo keliu, padėti atrasti savo gebėjimus, savo stipriąsias puses. Todėl, kad dabar kiekvienas mokytojas kartu su mokiniu analizuoja, kokius gebėjimus išsiugdo kiekvienas mokinyss, stebi pažangą. Kai mokykloje vyksta tėvų dienos, pokalbių su tėvais metu mes labai dažnai pasikonsultuojame ir tėvus pakonsultuojame, kuria kryptimi tam vaikui eiti, kokį kelią rinktis, kurią sritį stiprinti. Nes iš tikrųjų vaikus reikia stiprinti toje srityje, kurioje jie jau yra stiprūs. Drauge pastipriname tas sritis ir tada visi kiti dalykai pasitaiso.

Mokinio ugdymosi plano ir mokinio karjeros plano suderinimas Lietuvos mokyklose

Mokykloje mes bendradarbiaujame su klasių auklėtojais ir aš, kaip karjeros specialistė, dabar rengiu aplankus, kuriuose dėliojamės karjeros planus, mokinių tikslus, ir tolimesnį kelią. Manau, kad kiekvienas vaikas prie savo pažangos stebėjimo turėtų turėti ir savo portfolio su visomis savo kompetencijomis, kad būtų aišku, kokiuose konkursuose laimėjo, kokius renginius vedė ir panašiai. Iš to viso išplaukia pasirinkimai ir ateities planai.

Kalbant apie modulių pasirinkimą mokiniui, kuris nežino, ką jis nori veikti ateityje, manau, yra dvi pusės. Iš vienos pusės – tai nenaudinga, nes per tuos du metus labai daug kas gali pasikeisti. Iš kitos pusės – naudą matau. Tai gali būti „stotelė“,

kuomet vaikas turi viską apmąstyti, apgalvoti, į kurią pusę jis kryps. Juk kai neturime tikslo nieko ir nenuveikiame.

Rekomendacija kolegai nr. 2

Kolegoms rekomenduočiau „Mukis“ sistemą, „LAMA BPO“ puslapį, „Euroguidance“ orientavimo karjerai puslapį, „Aikos“ sistemą. Taip pat nevengiu mokiniams rodyti filmukus. Kaip tik šiandien turėjau karjeros pamoką, minėjome ateinančią Motinos dieną ir žiūrėjome filmuką „Pats sunkiausias darbas pasaulyje“ (Nuoroda į filmuką: <https://www.youtube.com/watch?v=5oHlhYG420A>).

Prieš tai su vaikais aptarėme, kaip atrodo darbo pokalbiai, kokie jie būna, kaip turime pasiruošti darbo pokalbiui.

Nuorodos į minėtus puslapius:

„Mukis“ sistema:
<http://www.mukis.lt/lt/pradzia.html>

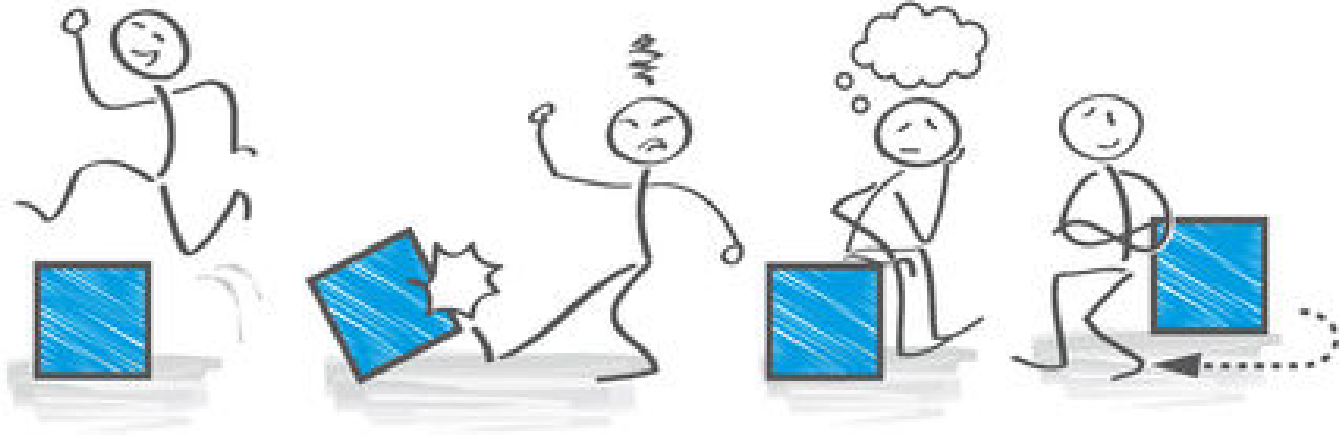
„LAMA BPO“:
<http://bakalauras.lamabpo.lt/>

„Euroguidance“:
<http://www.euroguidance.lt/>

„Aikos“ sistema:
<https://www.aikos.smm.lt/Puslapiai/Pradinis.aspx>

Metodas nr. 2

Temperamento tipo nustatymo testas



Instrukcija:

Išsirinkite iš kiekvieno stulpelio labiausiai Jums tinkantį teiginį ir pasižymėkite raidę, kuria jis pažymėtas.

1.

- A. Jums dažnai tenka aiškintis santykius su bendradarbiais.
- B. Jaučiate pasitenkinimą, atsikratydamas senų daiktų.
- C. Įsigilinęs į darbą vėliau sunkiai nuo jo atsitraukiate.
- D. Jūs nutylite, jeigu ilgą laiką tenka prasėdėti pačioje nepatogiausioje kambario vietoje.

2.

- A. Jeigu gatvėje netyčia Jus stumteli, dėl to darote žmogui pastabą.
- B. Aplinkiniai Jus laiko linksmu ir džiaugsmingu žmogumi.
- C. Prieš pradėdamas dirbti, mėgstate atidžiai perskaityti instrukciją.
- D. Pastebite, kad esant nepažįstamiems žmonėms, Jums sunku susikaupti.

3.

- A. Jus piktina neprotingi žmonės.
- B. Jus dažnai kviečia į svečius ir į įvairias iškilmes.
- C. Galite save vadinti lėtos galvosenos žmogumi.
- D. Jeigu prireikė užkalbinti nepažįstamą žmogų, ilgai galvojate, kaip tai padaryti.

4.

- A. Galite į akis pasakyti gobšiam žmogui apie jo gobšumą.
- B. Mėgstate užbaigti pradėtą darbą.
- C. Jei parduotuvėje daug žmonių, Jūs ramiai išstovite eilėje.
- D. Esate linkęs tikėti lamtingais ženklais

5.

- A. Jeigu žmogus dėl savo kaltės patenka į nemalonią padėtį, laikote reikalinga jam tiesiai tai pasakyti.
- B. Visuotinę nusiminimo minutę galite nelaukiai pralinksminėti savo draugus.
- C. Jūs paprastai kalbate mažiau, negu aplinkiniai ir už plepumą kitus smerkiate.
- D. Jums dažnai įkyri žmonės, todėl tenka ieškoti vienumos.

6.

- A. Likimas taip lėmė, kad pagrindiniu darbu reikia Jums pačiam nuveikti.
- B. Jūs sveikinatės vos peržengęs kabineto ar kambario duris.
- C. Besišnekučiuojant Jūs nejučiomis užsigalvojate ir pastebite, kad pašnekovas Jus paragina.
- D. Manote, kad pastaruoju metu rodoma daug liūdnujų filmų.

7.

- A. Manote, kad žmogui būtina į akis išsakyti jo trūkumus.
- B. Ginčo metu sugebate išsaugoti sveiką nuovoką ir jumoro jausmą.
- C. Nepykdamas galite kantriai išaiškinti vaikui uždavinį ar nurodyti bendradarbiui jo klaidą.
- D. Mėgstate saugoti ir skaityti senus laiškus.

8.

- A. Savo gyvenime esate rizikavęs, ryžtumėtės turbūt rizikuoti ir dabar.
- B. Skaitydamas ar žiūrėdamas detektyvą, dažniausiai atspėjate jo pabaigą.
- C. Jūs turite polinkį laikytis dienotvarkės, t.y. tuo pačiu laiku valgyti, miegoti, vaikščioti.
- D. Mėgstate skaityti tragedijas.

9.

- A. Jūs paprastai negalite suvaldyti savo pykčio.
- B. Galite užmiršti padarytas nuoskaudas ir ateityje palaikyti gerus santykius su Jus įžeidusiu žmogumi.
- C. Nors Jums sako, kad apsirikote, visvien galite užbaigti pradėtą darbą, jeigu tik pats esate įsitikinęs, kad klaidos nėra.
- D. Jums dažnai primena, kad kalbėtumėte garsiau.

10.

- A. Turite daug priešų.
- B. Pastebite, kad su ugnele griebiatės naujovės, po to greit atšalate ir pradėdate veikti ką nors kita.
- C. Labai veiklūs žmonės Jums tikriausiai nelabai patinka.
- D. Jūs tylėdamas pergyvenate, jeigu Jūsų akyse neteisingai įžeidė žmogų.

11.

- A. Jus dažnai prašo neskubėti ir tyliau pasakoti kokį nors labai įdomų dalyką.
- B. Nors dieną Jums atsitiko nemalonumas, tačiau vakare ramiai galite eiti į svečius, teatrą ar kiną ir jausti pasitenkinimą.
- C. Sugebate iš išorės būti ramus, nors Jus nepagrįstai įžeidė.
- D. Dažnai pasimetate ir nepajėgiate apsiginti nuo grubaus ir netaktiško žmogaus poelgio.

12.

- A. Gičydamasis dažnai įsikarščiuojate.
- B. Naujame kolektyve greitai tampate savu žmogumi.
- C. Prieš svarbų pranešimą mėgstate gerai išsimiegoti.
- D. Dažnai gailitės dėl, Jūsų manymu, veltui pragyvento gyvenimo

- 13.
- A. Po ginčo dažnai pagalvojate: “- Na palauk, aš tau tai priminsiu, tai tau taip lengvai nesibaigs”.
 - B. Jeigu Jums užmynė ant kojos, iš įpročio visada atsiprašote.
 - C. Jus būna sunku išprovokuoti ginčiui.
 - D. Jus dažnokai apima pesimistinės nuotaikos.
- 14.
- A. Mėgstate greitai vaikščioti.
 - B. Turbūt pastebėjote, kad dargi mažai pažįstamam žmogui Jūs būnate simpatiškas.
 - C. Jūs mėgstate savo senąjį kostiumą, sienų apmušalus, įprastą stalą.
 - D. Jeigu gatvėje garsiai nusijuokia, Jūs dažnai pamanote, kad juokiasi iš Jūsų.
- 15.
- A. Pastebėjote, kad garsiau nei kit garsiai trenkiate durimis, netyčia užgaunate žmones, kad Jums dažniau negu kitiems kažkas sugenda ar sulūžta.
 - B. Jūs dažnai susižavite žmonėmis, darbu, daiktais ar kompanija.
 - C. Mėgstate vadovautis principu: “Pradėtą darbą reikia baigti”.
 - D. Dažnokai rytais jaučiatės nepatenkintas, lyg sulaužytas.
- 16.
- A. Dažnai būnate patenkintas, nes jaučiate, kad gyvenime pasiekėte to, ko norėjote.
 - B. Mėgstate užkrečiamai juoktis.
 - C. Paprastai Jūs nemėgstate veltis į konfliktus ir aiškintis santykių.
 - D. Aplinkiniai Jus dažnai nepagrįstai įžeidžia.
- 17.
- A. Jaučiatės esąs susijęs savo gyvenimą su tuo vieninteliu žmogumi, kurį mylite.
 - B. Galite užmigti, nors šviesa plieskia į akis.
 - C. Be jokio vargo paprastai greitai atrandate ant savo stalo reikiamą dokumentą.
 - D. Manote, kad geriau apie savo planus nepasakoti pašaliniams, nes dėl to gali nukentėti plano įgyvendinimas.
- 18.
- A. Vaikystėje ir jaunystėje turbūt turėjote daug priešų, kurie Jums daug ką pagadino gyvenime.
 - B. Dėstydamas savo mintį ir supratęs, kad ji neteisinga, galite tuojau pat išdėstyti priešingą nuomonę.
 - C. Nepatogiai jaučiatės su nauju rūbu.
 - D. Stengiatės išvengti triukšmingos kompanijos.
- 19.
- A. Pastebėjote, kad bendradarbiai bei namiškiai dažnai klausinėja, kodėl Jums sugedo nuotaika.
 - B. Ir būdamas blogos nuotaikos, Jūs sugebate elgtis taip, kad niekas to nepastebi.
 - C. Nepertraukdamas žmogaus Jūs galite išklaudyti nepagrįstai Jums primetamus kaltinimus.
 - D.
- 20.
- A. Dažnai norėdamas užbaigti darbą, užmirštate ir papietauti.
 - B. Manote, kad žmogų galima pamilti vien tik iš išorės.
 - C. Aplinkiniai tikriausiai laiko Jus nepaslankiu žmogumi ar net tinginiu.
 - D. Jums dažnai tenka daryti tai, ką savo širdyje laikote neteisinga.

Vertinimas

Suskaičiuokite, kiek pasirinktų teiginių yra pažymėta raide A, kiek raide B, kiek raide C ir kiek raide D. Kurios raidės teiginių surinkote daugiausia, tokiame temperamento tipui save galite priskirti:

- A – Cholerikas,
- B – Sangvinikas,
- C – Flegmatikas,
- D – Melancholikas.

Temperamentų aprašymai

CHOLERIKAS – nesulaikomas, nepastovus tipas. Būdingi audringi emocijų protrūkiai. Staigi nuotaikų kaita. Kalba nenuosekliai. Bendraudamas su aplinkiniais tiesmukas, nedraugiškas. Nekantrus, nemoka laukti. Pomėgiai ir polinkiai nepastovūs. Cholerikams būdingas polinkis vadovauti, nes turi tam reikalingų savybių: yra ryžtingi, siekiantys tikslo iki galo. Jie dažnai galvoja galintys viską aplink organizuoti ir tvarkyti, be to, mano visada esą teisūs. Dirba nenuosekliai. Bendrauti su cholerikais ištis nėra paprasta. Tam reikalinga ypatinga tolerancija bei gebėjimas atleisti pykčio protrūkius, nes supykęs cholerikas šūkauja, kas tik šauna į galvą, dažnai net skaudžius dalykus. Todėl labai svarbu mokėti tarsi negirdėti to, ką jis šaukia, mat praėjus pykčio priepuoliui, tikėtina, jis net neatsimins, ką sakė, mokėti į tokią aršią jo diskusijos formą reaguoti ramiai.

SANGVINIKAS – gyvas, pastovus. Susitvardantis, išlaiko orientaciją į tikslą esant sudėtingai situacijai. Kalba garsiai, greitai, aiškiai. Bendraujantis, lengvai įsilieja į naują kolektyvą, nesijaučia susikaustęs. Sangvinikui būdingas spontaniškumas: jis pirma pasako, o tik paskui galvoja. Jis plepys, tačiau linksmas, mėgsta pramogauti, yra didelis naujovių entuziastas, tačiau jo susižavėjimai tomis naujovėmis netrunka išblėsti. Dažnai jie pasižymi atsakomybės trūkumu, nes linkę vėluoti ar net pamiršti susitikimus. Sangvinikai linkę nuolat ieškoti nuotykių ir yra gana nepastovūs, tačiau jausmingi ir nepakenčia nuobodulio. Jie greitai įsitraukia į naują veiklą ir lengvai persijungia iš vienos veiklos į kitą. Iniciatyvus, tačiau gali sunkiai priimti sprendimus.

FLEGMATIKAS – pastovus, nejudrus tipas. Emocijos pastovios, išreikštos silpnai. Atsargus ir apgalvojęs. Mažai judrus, inertiškas. Flegmatikui reikėtų sugebėti atleisti tai, kad jis nemoka entuziastingai džiūgauti jūsų pasiekimais ar sumanymais. Reikėtų išmokti tokį žmogų nuolat pastūmėti kokiai nors veiklai, nes patys flegmatikai dažnai pritrūksta stimulo ir visada laukia iki paskutinės minutės. Flegmatikai paprastai pasižymi tolerancija ir kantrybe. Nuosaikiai bendraujantis. Laikosi griežtos tvarkos savo darbo vietoje. Pomėgiai ir polinkiai pastovūs, lėtai įsitraukia į naują veiklą, lėtai persijungia iš vienos veiklos į kitą.

MELANCHOLIKAS – nepastovus, nejudrus tipas. Visas emocijas laiko savyje, dažniausiai tai jo išgyvenimai. Labai jautrus, neryžtingas, netikintis savo jėgomis. Melancholikai linkę į pedantizmą, jie tvarkos gerbėjai. Su šiais žmonėmis reikia bendrauti itin atsargiai, jie labai jautrūs ir net maža smulkmena gali sugadinti jiems nuotaiką. Linkę į vienatvę, uždarumą, sunkiai užmezga kontaktus. Pastovus savo pomėgiuose ir polinkiuose. Pasikeitus aplinkybėms ir veiklai nepasimeta. Puikiai susitvarko monotoniškose ir ilgą laiką vienodose veiklose.

Šaltinis: metodu pasidalino Panevėžio Juozo Miltinio gimnazijos karjeros specialistė Giedrė Valaitienė

Karjeros specialistai pataria

Grupiniai ir individualaus darbo su mokiniais metodai

EDITA MAČIULSKĖ, Klaipėdos licėjus



Efektyviausi grupiniai darbo su mokiniais metodai

Efektyviausi metodai yra tie, kurie susiję su patirtimi - patirtiniai grupiniai metodai. Tokie, kuriuos turi išbandyti čia ir dabar.

Tai tokie metodai, kurie pasižymi žaismingumu, dinamika, judesiu, lankstumu, kuomet reikia judėti, o ne vien tik sėdėti. Dažniausiai dirbu su visa klase, kuomet užsiėmime dalyvauja 15 ar 20 mokinių. Tai ir yra grupė. Mano užsiėmimuose nėra vien tik sėdimos veiklos, mąstymo, rašymo. Yra ir judesio, ir šokio, ir muzikos ir apsikabinimų, ir prisilietimų, ir nepatogių būsenų.

Šiandien su klase taikiau vieną iš patirtinių grupinių metodikų – savęs pažinimo. Mokiniai

turėjo ant nedidelio popieriaus lapo užrašyti penkias savo pozityvias, teigiamas, išskirtines savybes, tą lapą užversti ir judėdami klasėje labai greitu būdu prieiti prie kiekvieno klasės draugo, pasakyti savo savybes ir išgirsti, išklaudyti kito savybes. Ir žinoma tai daryti labai greitai. Ką tai duoda? Tokiu būdu yra tobulinami bendravimo, klausymosi įgūdžiai. Taip plečiasi žodynas, vystosi savęs ir klasės draugų pažinimas. Mokiniais smagu judėti, jiems nesinori sėdėti, o ypač, kai už lango šiltas oras, saulėta diena. Užduoties metu pastebėjau, kad kai kalbėjo vienas laikė ranką, kiti stovėjo apsikabinę, kažkas kuždėjo į ausį – kiekvienas atranda būdą, kurio dėka jaučiasi drąsiau. Atlikus užduotį aptarėme ir kūno kalbos elementus. Vaikai pasidalino savo įžvalgomis, praplėtė žodyną. Kai vyksta aktyvi veikla, klasėje būti smagiau. Tokia veikla nuteikia pozityviai. Po mano užsiėmimo vaikai su šypsenomis išėjo rašyti matematikos kontrolinio.

Mūsų nusiteikimas priklauso nuo mūsų. Jeigu mes ateiname su gera, pozityvia nuotaika, ją užkrečiame ir mokinius. Jie gera nuotaika užkrečia draugus ir kitus mokytojus. Mes keičiamės teigiama energija, norime to ar ne. Ir visai nesvarbu – pasiseks tas kontrolinis ar ne. Galbūt tai bus vienintelis geras dalykas, kuris tam vaikui suteikė pozityvumo, įsimintinų akimirkų, gerų emocijų.

Mano grupiniuose užsiėmimuose labai svarbus emocinis intelektas. Dabar labai daug kalbama apie emocijas, ką jaučiame, kaip atpažįstame savo būseną, su kokia emocija išeiname. Dirbdami grupėje aptariame ne tik įgytus įgūdžius, bet ir tai, kokią emociją išsinešame. Tai yra emocinio intelekto lavinimo dalykai. Kiekvienoje klasėje pasitaiko vaikų, kurie yra nedrąsūs, kuklūs, susigūžę. Tokių užduočių dėka jie įgauna šiek tiek drąsos.

Labai daug dėmesio šiais metais mūsų mokykloje skiriame vertybių temai: darbo, karjeros vertybėms, bendrumui. Su mažesniais mokiniais, penktokais, aiškinamės, ką tos vertybės reiškia, kaip jas nustatyti ir su kokiomis vertybėmis jie atkeliauja iš šeimų. Vaikams klasėje yra duodami 2 sąrašai – bendrųjų vertybių sąrašas ir karjeros vertybių sąrašas, viso penkiasdešimt vertybių. Mes aptariame nežinomus žodžius ir išsiaiškiname, ką kiekviena vertybė reiškia. Tada ant nedidelių lapelių mokiniai turi išrašyti penkias kiekvienam mokiniui individualiai svarbiausias bendrąsias vertybes ir penkias karjeros vertybes, kurios jiems atrodo svarbios. Tuomet vaikai turi atrinkti po dvi mažiau svarbias vertybes iš kiekvienos krūvelės ir man jas atiduoti. Kyla be galo daug klausimų apie tai, kurias vertybes galima atiduoti, juk visos jos yra vertingos! Labai svarbu yra neatskleisti tų, kurias atiduodame, tiesiog reikia leisti mokiniams patiems priimti sprendimą, kurias vertybes jie gali atiduoti iš kiekvienos krūvelės. Toliau, kai surenku visas vertybes, aš labai griežta poza pasistatau šiukšlių dėžę, atiduotas vertybes suplėšau ir išmetu.

Man tai yra viena nemaloniausių situacijų. Įsivaizduokite jų emocijas, veidus, reakcijas, kai į šiukšliadėžę keliauja tokios vertybės kaip šeima, Lietuva, laisvė, sąžiningumas, tiesa. Mokiniai pyksta, apsiverkia, būna šoko būsenoje, kiti netgi pradeda šaukti. Kuo vaikai mažesni, tuo labiau transliuoja savo emocijas. Po to kartojame procesą. Iš kiekvienos krūvelės jie turi išsirinkti dar po vieną vertybę ir ją atiduoti. Tada kyla dar didesnis pasipriešinimas, pyktis, nes jie jau žino, ką darysiu. Pagrindinis klausimas yra „kaip jūs jautėtės, kai kažkas trypia Jūsų vertybę, glamžo, plėšo ir meta į šiukšlių dėžę?“. Mes dažnai taip pasielgiame su kito žmogaus vertybėmis – pasišaipome, pasakome kažką neprotingo, įžeisdami, įskaudindami kitą ir jo vertybes. Atlikę užduotį diskutuojame, kodėl atiduodame tai, kas mums yra svarbu. Juk vertybių nenusipirksi, parduotuvėje ant lentynos nerasi. Turime saugoti tai, kas mums yra vertinga. Tai yra šokiruojanti užduotis ir man, ir mokiniams. Šios užduoties tikslas yra paskatinti mokinius priimti sprendimą, nes kartais iš tiesų tenka priimti nepatogius sprendimus.



Efektyviausi individualūs darbo su mokiniais metodai

Aš manau, kad pats efektyviausias metodas yra atviras, nuoširdus pokalbis ir tinkamai užduodami klausimai. Labai svarbu kalbėtis nuoširdžiai. Kartais konsultacijos karjeros klausimais pasibaigia asmeniniais ar net psichologiniais klausimais. Tai atviras, nuoširdus, konfidencialus ir patikimas pokalbis su tiksliniais klausimais. Taip pasireiškia konsultanto profesionalumas – kokius klausimus užduoti, link kur tą mokinį vesti, galiausiai suprasti, kokių tikslų jis ateina į individualią konsultaciją. Mano tikslas yra padėti mokiniui išsiaiškinti jo tikslą ir vesti mokinį to tikslo link. Tačiau pavyksta ne visada. Kartais vaikas nėra nuoširdus ir atviras sau, man, tuomet rezultato nebūna. Jeigu vaikas pasitiki manimi ir nuoširdžiai, atvirai bendrauja, tai mes visuomet pasiekiamo rezultatą. Kartais po individualaus konsultavimo duodu jiems krūvą namų darbų, kad vyktų tęstinumas. Žinoma, pasitaiko tokių, kurie namų darbų neatlieka. Jie yra paaugliai, mėgsta patingėti, viską daryti paskutinę minutę, kartais „praslysti“. Tokiu atveju aiškinamės, kaip galėčiau jam padėti. Galbūt jam reikia nuorodos, galbūt jį reikia padrąsinti. Kartais tenka paprašyti, kad ateitų ir tėveliai. Pasitaiko, kad konsultacijos reikia ne vaikui, o tėveliams. Iššūkiai iš tiesų nemenki, tačiau kiekvienas pokalbis įdomus, kitoks. Mano tikslas įkvėpti, padrąsinti. Tada jie viską padaro patys. Tačiau kartais reikia „pakvėpuoti į nugarą“, kad darbas būtų atliktas iki galo.

O ko reikia mokiniams?

Dirbdama su vaikais stengiuosi, kad jie išeitų iš komforto zonos. Tuomet vyksta tobulėjimas, atradimai. Mano nuomone, svarbi karjeros ugdymo dalis yra savęs pažinimas – tai ugdymo karjerai pamatas. Jeigu nepažinosi savęs, kaip suprasi link kur gali eiti, link kur nori eiti. Kartais mokiniams duodu mąstymo užduotis, apie save, savo savybes, vertybes, tikslų formulavimą. Vaikai nenoriai žiūri į tas užduotis, bet kai pamato rezultatą nuomonė pasikeičia. Būna dienų, kai tingisi judėti ir kaip tyčia gauna užduotį, kur reikia laikytis už rankų, apsikabinti 10 savo klasės draugų ir pasakyti komplimentą. „Kvailesnės užduoties nesugalvosi“ – pasako jie. Na, o po to

išeina smagiai nusiteikę, supranta, kad buvo visai ne sunku, visai smagu ir visai gerai – išgirdo malonių komplimentų.

Netradicinės profesinio orientavimo dienos

Mūsų veiklos per profesinio orientavimo dienas visuomet būna netradicinės. Kadangi pati taikau netradicinius ugdymo metodus, tai ir mūsų dienos būna ne dienos, o naktys. Mūsų mokykloje vyksta „Karjeros naktys“ ir profesijų pasaulio pažinimo dienos. Profesijų pasaulio pažinimo dienos dažniau skiriamos 5-8 klasių mokiniams. Siekiame, kad jie ugdytų savo profesinį pažinimą.

Na, o vyresniems suteikiame galimybę padūkti naktį, bet labai tikslingai. Į karjeros naktį kviečiame lektorius, svečius, kurie dalinasi savo sėkmės arba nesėkmės istorijomis. Atradome naują būdą, kad kartais nesėkmė išmoko daugiau, negu sėkmė. Praėjusių metų „Karjeros naktų“ baigiamasis renginys buvo paremtas nesėkmių istorijomis. Būna svečių tėvų, svečių iš verslo pasaulio, teisininkų, gydytojų. Jie dalinasi savo didžiausiomis nesėkmėmis. Pastebėjome ir nustebome, kad nesėkmės mokinius labai intriguoja, ypač, kai jomis dalinasi suaugusieji. Paaugliui tai padeda suvokti, kad tobulų žmonių nėra. Tuomet pasipila klausimų „lavinos“ apie emocijas, finansinius reikalus. Prieš kviečiant lektorius darome apklausą, kokių svečių patys mokiniai norėtų. Žinoma, stengiuosi kviesti lektorius, kuriuos esu girdėjusi. Tai būna ir viešojo kalbėjimo, ir kūrybiškumo, ir lytiškumo, ir emocinio intelekto lavinimo specialistai. Taip pat dalyvauja aktoriai su įvairiais kūno pratimais, vienais metais turėjome juoko jogą. Mokinių pageidavimu esame turėję nuotolinę konferenciją su broliais Vizbarais, lazerinės fizikos atstovais, nes jie tuo metu buvo ne Lietuvoje. Konferencija tą kart vyko puse keturių ryto.

Pažintis su skirtingų profesijų atstovais

Į karjeros ugdymą stengiamės įtraukti ir tėvelius. Mokykloje vyko „Nacionalinė karjeros savaitė“, kurios metu, 5-8 klasių mokiniams, kiekvienai klasei turėjome po keletą svečių. Mokiniams buvo pristatytos pačios įvairiausios profesijos su parodomąja medžiaga – nuo sveikos mitybos

specialisto, fotografo, gydytojo iki dizainerio, mokslininko, genetiko. Į šią veiklą įtraukėme klasių vadovus. Vieni buvo pasikvietę po du tėvelius, kiti – dar daugiau. Šių metų tikslas buvo traukti vaikų tėvus į bendruomenės veiklą. Ir į šią iniciatyvą jie žiūrėjo labai geranoriškai. Džiugu, kad tėvai negaili nei priemonių nei laiko.

Nevalia nuleisti rankų

Efektyviausius įrankius atrodome vieninteliu – bandymu būdu. Turiu pakankamai drąsos bandyti. Grįžusi po seminarų ar mokymų, tiesiog bandau pritaikyti įgytas žinias praktiškai. Ar man visada viskas sekasi? Tikrai ne. Bet jei matau, kad kažkas nepavyko, nenuleidžiu rankų – analizuoju, bandau pritaikyti kitaip. Man labai svarbi nuojauta ir empatija. Atėjusi į klasę jaučiu, ar galiu su mokiniais taikyti tam tikrus metodus, ar dar ne laikas. Vieniems galiu taikyti kažkurį metodą, kiti dar būna nepasirengę. Vieni vaikai atviresni, su jais galiu eksperimentuoti, o kiti labiau akademiškai – jiems labiau norisi diskusijų. Tad po truputį, neskubant vedu juos link judesio, link drąsos.

Kalbant apie minėtąjį vertybių metodą, aš ilgai galvojau kaip jį pateikti vaikams. Juk platus pristatymas apie vertybes yra neįdomus,

nuobodus. Matydavau, kaip jie neišlaiko dėmesio jau po 15-os pranešimo minučių. Taigi, ieškojau būdų kaip juos įtraukti, kad jie būtų aktyvesni. Išbandžiau keletą būdų, tačiau kažko vis trūko. Vieną dieną darbo su jaunimu metodikoje perskaičiau, kad tiesiog reikia ryžtis labai nemaloniems dalykams ir nepabijoti suteikti mokiniams neigiamų emocijų. Šiuo atveju, plėšyti jų vertybes. Ir tik tada šis užsiėmimas įgavo prasmę. Mokiniai išėjo suglumę, pikti, nuliūdę, jie pradėjo dalintis su tėvais, klasių vadovais ir aš iš aplinkos gavau grįžtamąjį ryšį, kad jiems užsiėmimas labai įsiminė, kad tai juos palietė.

Rekomendacija kolegai nr. 3

Rekomenduoju kolegoms eiti į patirtinio ugdymo seminarus, kur mokomasi per žaidimą ir patyrimą. Verta važiuoti, mokytis ir gilintis, nes būtent tokių seminarų ir mokymų metu parsivežu įvairios naudingos medžiagos ir metodų. Taip pat rekomenduoju „BŪSIU“ platformą. Ten galima rasti įvairių vaizdo pamokų. Žinoma, kartais reikėtų skirti laiko „Google“ paieškai. Ieškant įmanoma rasti įvairių žaidimų, leidinių, pratimų. Jų yra, tiesiog jie nesudėti į vieną platformą. Tiesiog reikia atsisėsti ir paieškoti.

Nuoroda į „Būsiu“ platformą: <https://busiu.eu/>



Metodas nr. 3

Koks aš sau ir kitiems?

Trukmė: 45 min.

Priemonės: Nedideli popieriaus lapeliai bei rašymo priemonės.

Žaidimo tikslas – analizuoti savo asmenybę ir ugdyti savęs pažinimą bei mokytis pristatyti savo savybes ir ugdyti klausymosi įgūdžius.

Mokiniamis išdalunami nedideli popieriaus lapeliai bei rašymo priemonės. Ant lapelio mokiniai turėdami 2-3 min laiko, užrašo 5 savo pačias išskirtiniausias, pozityviausias asmenines savybes. Užrašę, popieriaus lapelį užverčia. Kai visi klasės mokiniai užrašo vertybes, tuomet prasideda mokinių bendravimas tarpusavyje. Mokiniai eina ratu vienas prie kito, pristato savo 5 savybes ir išklauso 5 draugo savybes. Vienas mokinyš eidamas ratu turi pabendrauti su kiekvienu klasės draugu.

Labai svarbu šio užsiėmimo metu palaikyti greitą tempą, pavyzdžiui, informacijos pasidalinimui skiriant po kelias minutes.

Žaidimo metu lavinami savęs ir kitų pažinimo įgūdžiai, aktyvus klausymosi ir bendravimo įgūdžiai. Pristatant save ir išklausan kitą galima laikyti už rankų (šiek tiek ne komfortiška), tada galima diskusija apie kūno kalbą bendraujant.

Diskusija:

- Ar be lapelyje užrašytų savybių draugui pritačiau ir kitas naujas savybes?
- Kaip manote kodėl?
- Kas lengviau - klausyti kito žmogaus ar pristatyti save?
- Kodėl būna sunku užrašyti 5 savybes?

Šaltinis: metodu pasidalino Klaipėdos licėjaus karjeros konsultantė Edita Mačiulskė



Metodas nr. 4

Šiukšlių dėžė

Trukmė: 45 min.

Priemonės: Po 10 nedidelių popieriaus lapelių kiekvienam klasės mokiniui, sąrašas bendrųjų ir karjeros vertybių, rašikliai, šiukšlių dėžė.

Šis metodas taikomas grupiniams klasės užsiėmimams.

Grupinio metodo tikslas - padėti mokiniams plėsti suvokimą apie vertybes, išsiginant svarbiausias savo vertybes.

Klasės mokiniams išdalinama po 10 nedidelių popieriaus lapelių bei sąrašas bendrųjų ir karjeros vertybių. Iš sąrašo mokiniai turi išsirinkti po 5 jiems reikšmingiausias bendrąsias ir karjeros vertybes ir užrašyti kiekvieną vertybę ant atskiro lapelio. Taip turi susidaryti dvi krūvelės vertybių: bendrųjų vertybių ir karjeros vertybių. Tuomet iš kiekvienos krūvelės mokiniai turi išsirinkti po dvi vertybes ir atiduoti jas mokytojui. Mokiniai gali klausti, kokias vertybes reikia atiduoti: ar svarbiausias, tačiau mokytojas negali komentuoti ir turi leisti patiems mokiniams nuspręsti, kokias vertybes atiduoti.

Kai visi mokiniai atiduoda savo vertybių lapelius (po dvi vertybes iš kiekvienos krūvelės), mokytojas ant stalo visiems matomoje vietoje pasideda šiukšlių dėžę ir skaitydamas garsiai po vieną lapelį su vertybe, jį suglamžo ir meta į šiukšlių dėžę. Užduotis gali iššaukti įvairių emocijų, pasipriešinimo, komentarų.

Mokytojui garsiai perskaičius visas vertybes ir jas išmetus į šiukšlių dėžę, mokinių prašoma atrinti dar po vieną vertybę iš kiekvienos krūvelės ir jas atiduoti mokytojui. Mokytojas vėl garsiai perskaito užrašytas vertybes, jas suglamžo ir išmeta į šiukšlių dėžę.

Svarbu. Jei taikant šį metodą mokiniams iškyla vertybių sąvokos klausimas - būtina išsiaiškinti ir aptarti.

Diskusija:

- Kaip jautėtės, kai buvo plėšomos jūsų vertybės?
- Kodėl jas noriai atidavėte?
- Kaip jaučiasi tie, kai jūs komentuoju ar kitais savo veiksmais trypiate/glamžote, tai kas jiems svarbiausia gyvenime?
- Ar yra svarbesnės ar mažiau svarbios vertybės?
- Kodėl būtina žinoti savo šeimos, mokyklos, Lietuvos, karjeros vertybes?
- Perskaitykite likusias savo vertybes ant lapelio. Ar jos iš tikrųjų tos, kurių neįsigysite už jokių pasaulio pinigų?

Šaltinis: metodu pasidalino Klaipėdos licėjaus karjeros specialistė Edita Mačiulskė

Kviečiame apsilankyti UGDYMO KARJERAI CENTRE

Kas tai ir kam to reikia?

Puslapio idėjos autorė ir administratorė, karjeros specialistė Giedrė Valaitienė teigia, jog internete informacijos apie savęs pažinimą ir ateities karjeros projektavimą yra tikrai daug. Tačiau tai ne tik privalumas, bet ir trūkumas: sudėtingiau atsirinkti patikimas platformas, sugaištama daug laiko.

Čia surinktos svarbiausios nuorodos tiek mokiniams, tiek profesinio orientavimo specialistams.

Spustelėjus “pradėti” rasite įvairias naudingas skiltis, savęs pažinimo testus virtualioje erdvėje. Skiltyje informacija apie specialybes susipažinsite su vaizdo medžiaga apie profesijas, rasite profesijų aprašus.

Pasirinkę “biblioteka” – galėsite rinktis iš gausybės elektroninių leidinių karjeros specialistams.

Nuoroda į puslapį: <https://bit.ly/2Vb3OE3>

