



WARSZTAT

Jak podejmuję decyzje - poznaj siebie w działaniu



Centrum
Doradztwa
Zawodowego
dla Młodzieży

POZnań*

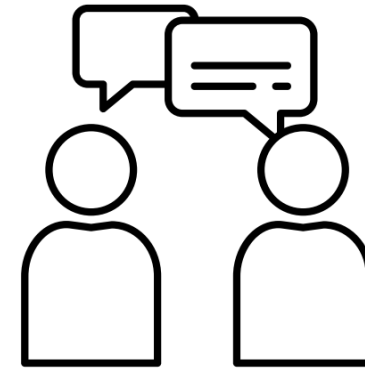
KONTRAKT



Trzymamy się tematu zajęć.



Jeśli coś jest niejasne, zadajmy pytania.



Jedna osoba mówi, reszta słucha.



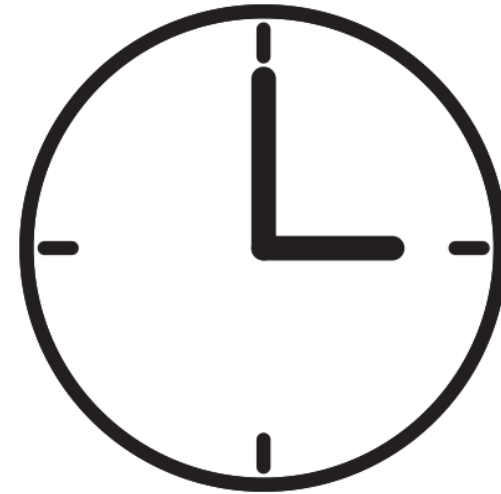
Nie używamy telefonów.



Okazujemy sobie szacunek. Każdy ma prawo do własnego zdania.

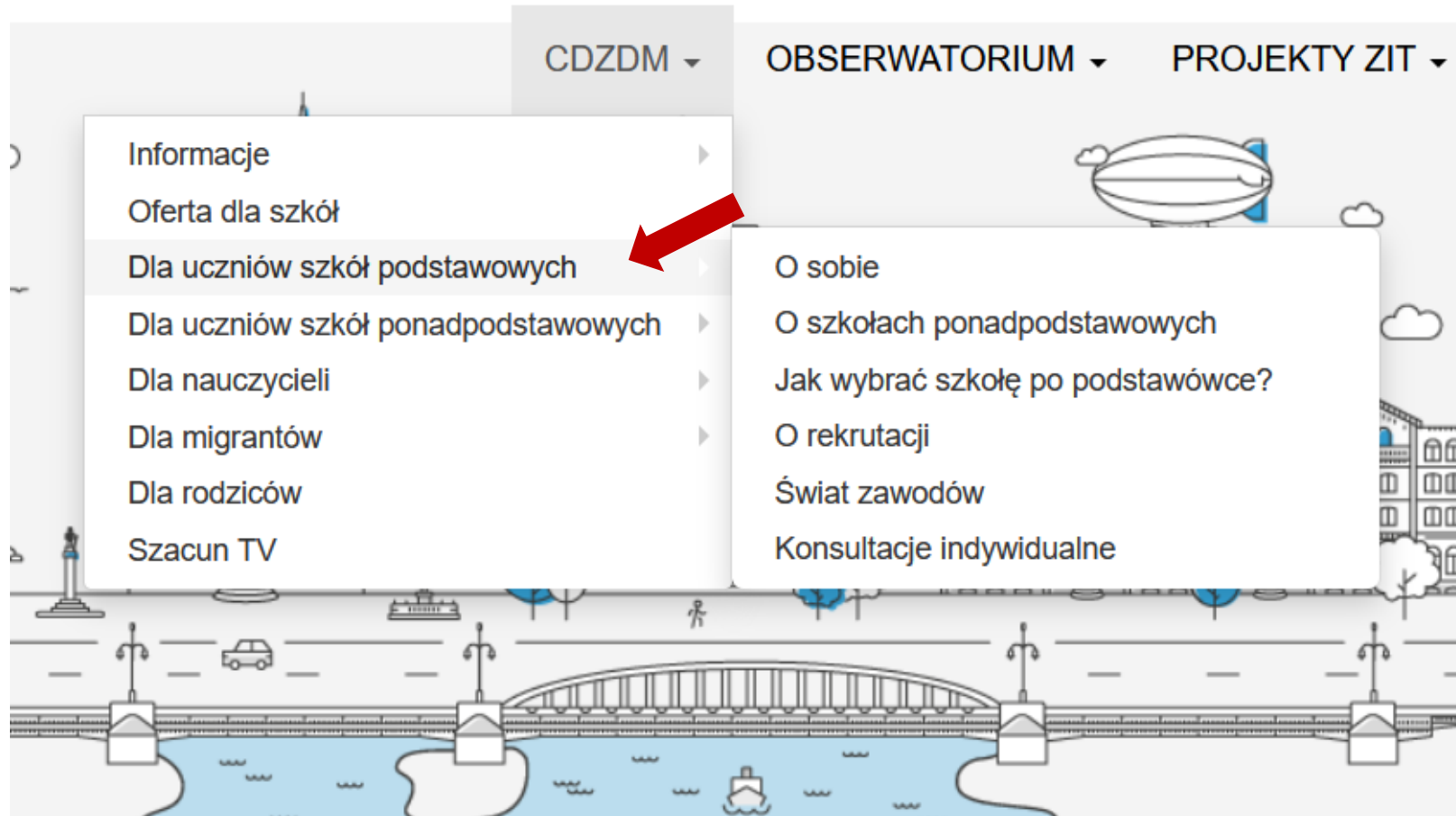


Można pić podczas zajęć.



Punktualność – trzymamy się wyznaczonego czasu.

STRONA CDZDM



Twoja decyzja w ostatnim tygodniu...



Ćwiczenie indywidualne – co wpływa na podejmowanie decyzji



WARTOŚCI



WARTOŚCI

- uczciwość
- zaufanie
- relacje z innymi
- rodzina
- współpraca
- szacunek
- rozwój osobisty
- przyjaźń
- bezpieczeństwo
- wolność
- zdrowie

CECHY



WARTOŚCI

- uczciwość
- zaufanie
- relacje z innymi
- rodzina
- współpraca
- szacunek
- rozwój osobisty
- przyjaźń
- bezpieczeństwo
- wolność
- zdrowie

CECHY

- kreatywna/kreatywny
- otwarta/otwarty
- empatyczna/empatyczny
- cierpliwa/cierpliwy
- komunikatywna/komunikatywny
- spokojna/spokojny
- ambitna/ambitny
- odpowiedzialna/odpowiedzialny

POTRZEBY



WARTOŚCI

- uczciwość
- zaufanie
- relacje z innymi
- rodzina
- współpraca
- szacunek
- rozwój osobisty
- przyjaźń
- bezpieczeństwo
- wolność
- zdrowie

CECHY

- kreatywna/kreatywny
- otwarta/otwarty
- empatyczna/empatyczny
- cierpliwa/cierpliwy
- komunikatywna/komunikatywny
- spokojna/spokojny
- ambitna/ambitny
- odpowiedzialna/odpowiedzialny

POTRZEBY

- zaufanie i dobra atmosfera
- wsparcie od bliskich
- relacje
- jasne zasady i oczekiwania
- możliwość wyboru
- czas na zastanowienie
- praca w grupie lub indywidualnie
- przerwy i równowaga
- poczucie sensu i motywacja

1. Twoja koleżanka/kolega zaprasza Cię w ostatniej chwili na wspólne wyjście po szkole do kina.

A. Zgadzasz się od razu bez zastanowienia, ponieważ bardzo lubisz chodzić do kina.	B. Prosisz o chwilę, żeby to przemyśleć: sprawdzasz plan lekcji na jutro, ustalasz z rodzicami, czy możesz i czy dasz radę z obowiązkami, a dopiero potem podejmujesz decyzję.
Z jakiego powodu?	

2. W szkole odbędzie się dyskoteka i możesz zdecydować, w co się ubierzesz.

A. Sam/a wybierasz strój, kierując się tym, w czym dobrze się czujesz i co ci się podoba.	B. Pytasz koleżankę/kolegę, rodziców albo rodzeństwo o zdanie, a potem wybierasz strój, biorąc pod uwagę ich rady.
Z jakiego powodu?	

3. Masz do wydania swoje kieszonkowe. Widzisz reklamę jednego z nowych modeli słuchawek i stwierdzasz, że właśnie potrzebujesz nowych.

A. Sprawdzasz jakość, dane techniczne, porównujesz, czy faktycznie potrzebujesz nowych słuchawek i czy starczy ci pieniędzy na inne rzeczy. Dopiero wtedy wybierasz.	B. Stwierdzasz, że podoba Ci się ich wygląd, kolor i nie potrzebujesz wiedzieć o nich więcej, kupujesz.
Z jakiego powodu?	

4. Masz do wyboru dwie wycieczki wakacyjne, którą wybierasz?

A. Wyjazd zaplanowany, zorganizowany, nocleg w jednym miejscu, każdy dzień według planu co zwiedzacie, gdzie spędzacie czas, gdzie nie musisz się przejmować sprawami organizacyjnymi.	B. Wyjazd spontaniczny i elastyczny, gdzie każdego dnia decydujecie co będziecie robić i wybieracie różne miejsca noclegu.
Z jakiego powodu?	

5. Wyobraź sobie, że dostałeś nagrodę pieniężną lub kieszonkowe i masz do wyboru:

A. Wydać pieniądze od razu – np. na nową grę, słodycze, wyjście z przyjaciółmi.	B. Zaoszczędzić pieniądze – np. odłożyć na wymarzoną rzecz, kurs, wyjazd lub coś, co przyda się w przyszłości.
Z jakiego powodu?	

6. Masz do wykonania projekt lub większe zadanie domowe. Masz dwie możliwości podejścia:

A. Nauczyciel podał dokładny schemat, instrukcje krok po kroku i terminy. Możesz trzymać się tego planu, żeby mieć pewność, że wszystko będzie dobrze.	B. Nauczyciel daje ogólny temat, a reszta zależy od ciebie: jak podejdziesz do projektu, jakie materiały wybierzesz i w jaki sposób przedstawiś wynik.
Z jakiego powodu?	

7. Wyobraź sobie, że musisz podjąć decyzję o swojej dalszej edukacji:

A. Wybierasz szkołę, kierunek, który jest przyszłościowy, gwarantują bezpieczeństwo finansowe i brak większego ryzyka, nawet jeśli nie są Twoją największą pasją.	B. Wybierasz kierunek lub pracę przede wszystkim zgodną z Twoimi zainteresowaniami i marzeniami, nawet jeśli wiąże się to z pewnym ryzykiem i niepewnością w przyszłości.
Z jakiego powodu?	

Historia Kuby

Kuba, uczeń ósmej klasy, od zawsze uwielbiał zwierzęta. W domu ma dwa koty, psa i akwarium pełne rybek. Ze szkolnych przedmiotów najbardziej lubi biologię, ale za chemią nie przepada.

Zawsze był bardzo pomocny i angażował się w różnego rodzaju wolontariaty. Brał udział w sprzątaniu świata.

Jest najlepszym koszykarzem w szkole i dlatego pełni funkcję kapitana drużyny.

Ostatnio zaczął się zastanawiać nad swoją przyszłością.

Zaczął szukać informacji o zawodach związanych ze zwierzętami – może behawiorysta, technik hodowli, weterynarz, opiekun w schronisku, a może fotograf przyrody? Jako sportowiec rozważa też ścieżkę kariery sportowej.

Jego rodzice prowadzą biuro architektów zatrudniające 10 pracowników. Wspominali nie raz, że mógłby kiedyś przejąć po nich ten biznes.

Dylemat pozostał, ale Kuba wiedział jedno – wybór przyszłości to decyzja, którą warto podjąć, mając pełny obraz tego, co go czeka.



Historia Zuzi

Zuzia, uczennica ósmej klasy, od małego kochała rysować. Jej zeszyty pełne były szkiców, a na biurku zawsze leżały kredki, markery i farby. Zawsze pomagała mamie zajmować się roślinami, dzięki czemu nauczyła się dobrze dbać o nie. Odwiedzając kiedyś dziadka w szpitalu obserwowała pracę personelu medycznego. Dziadek ćwiczył sprawność manualną wycinając wzory witraży na zajęciach z arteterapeutką.

Psycholożka dawała dziadkowi wsparcie poprzez rozmowę. Zuzia stwierdziła, że taka forma pomagania innym może dawać sporo satysfakcji.

Poza tym, od jakiegoś czasu koleżanki z klasy i nie tylko przychodzą do Zuzi na makijaż. Chwalą efekty jej pracy przy innych.

Zuzia miała niedawno okazję porozmawiać z uczniami szkoły plastycznej podczas dni otwartych. Zaskoczyło ją, że oprócz rysunku trzeba też uczyć się rzeźby, historii sztuki i... perspektywy technicznej, która wyglądała jak matematyczne obliczenia, których nie lubi. Ma za to dobre oceny z historii, łatwo zapamiętuje wydarzenia i daty.

Zuzia zaczęła się zastanawiać jak połączyć zainteresowania z nauką.



DECYZJA

Co jest ważne ?

-

-

-

+

+

+

Pomysł

Pomysł

Pomysł

Decyzja

co jest ważne aby podjąć decyzję

minusy każdego z wyborów

plusy każdego z wyborów

3 pomysły na zawody

Drzewko decyzyjne





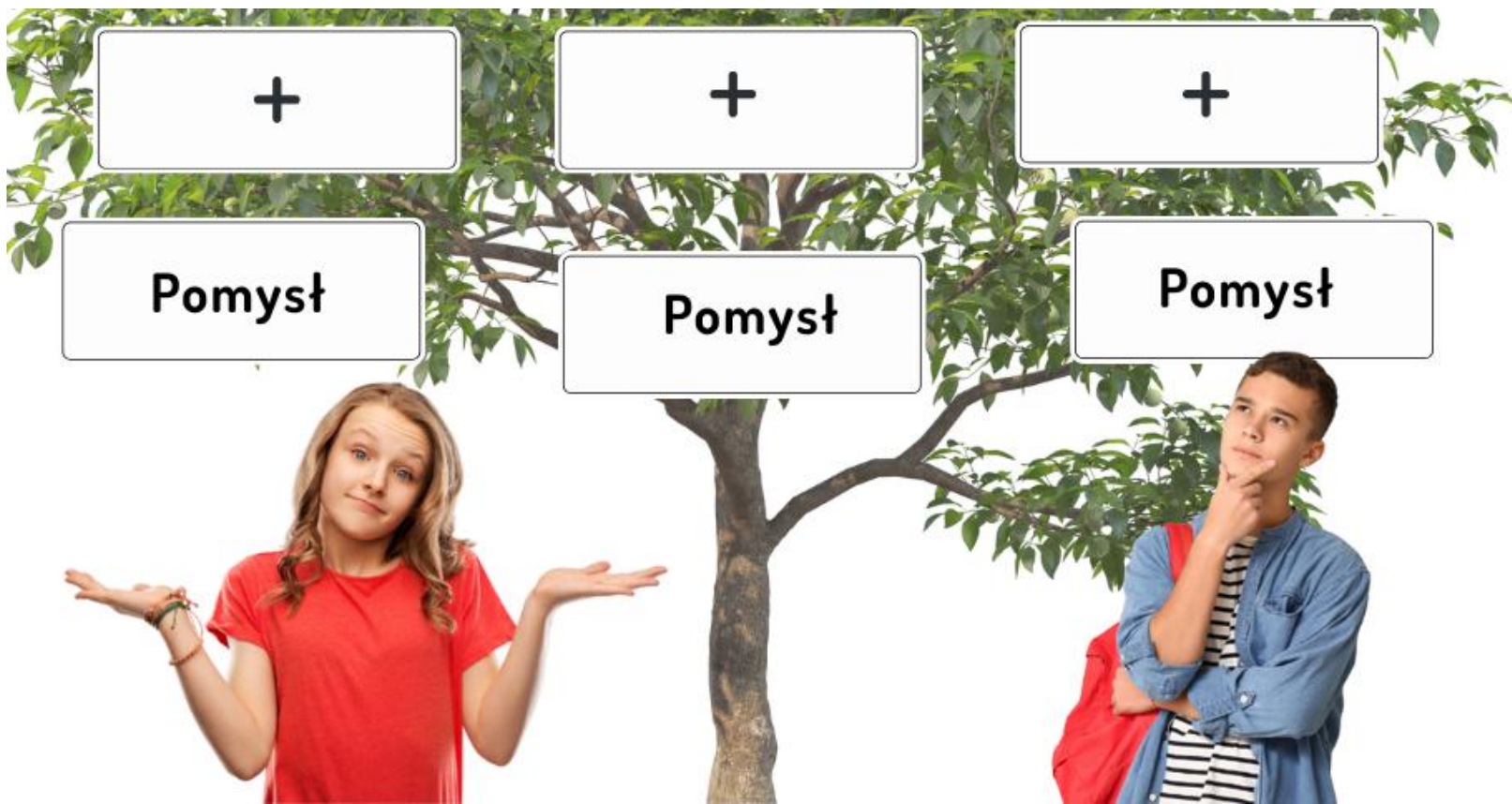
Pomysł

Pomysł

Pomysł

3 pomysły na zawody

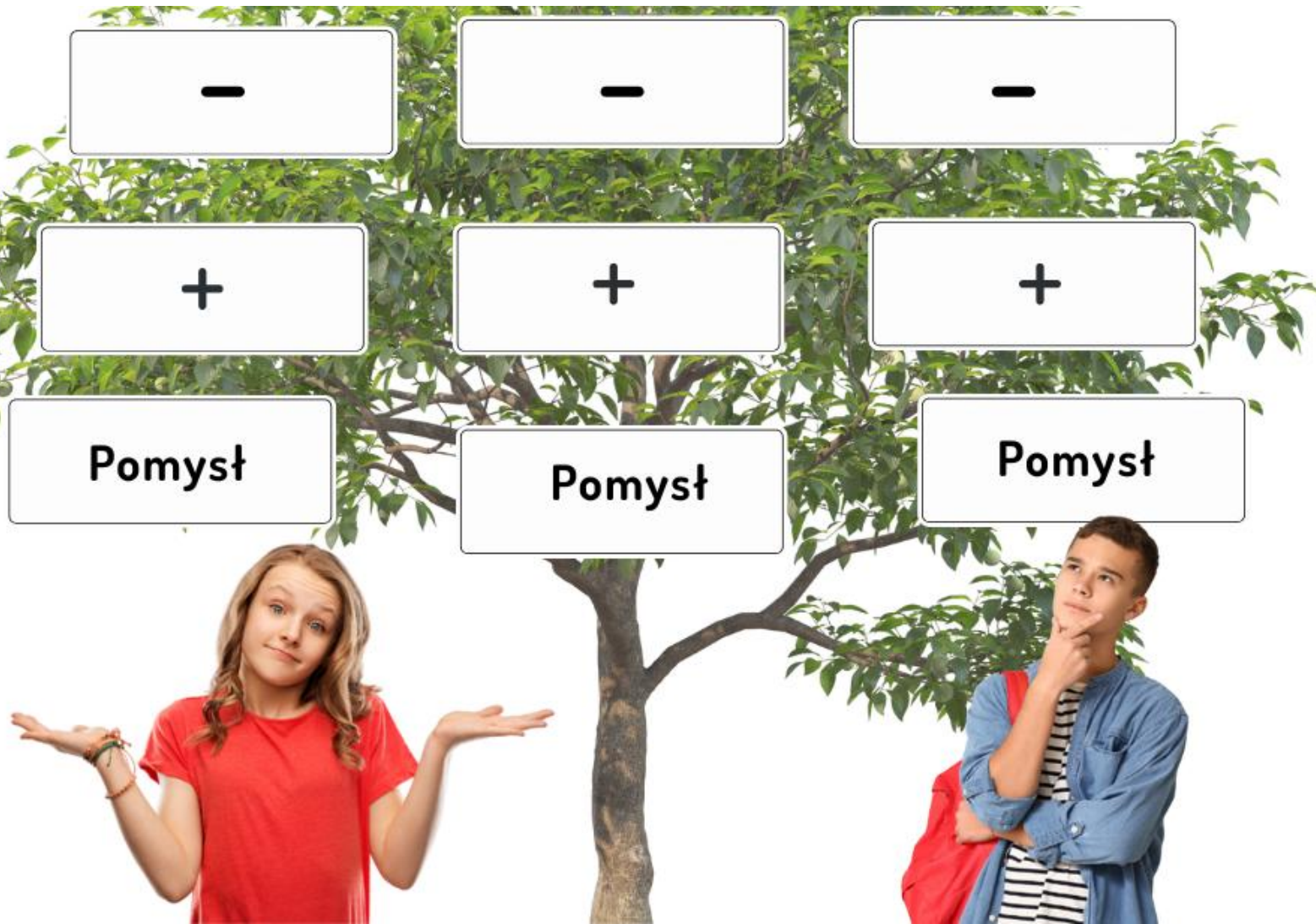
Drzewko decyzyjne



plusy każdego z wyborów

3 pomysły na zawody

Drzewko decyzyjne



minusy każdego z wyborów

plusy każdego z wyborów

3 pomysły na zawody

Drzewko decyzyjne

DECYZJA

Co jest ważne ?

-

-

-

+

+

+

Pomysł

Pomysł

Pomysł

Decyzja

co jest ważne aby podjąć decyzję

minusy każdego z wyborów

plusy każdego z wyborów

3 pomysły na zawody

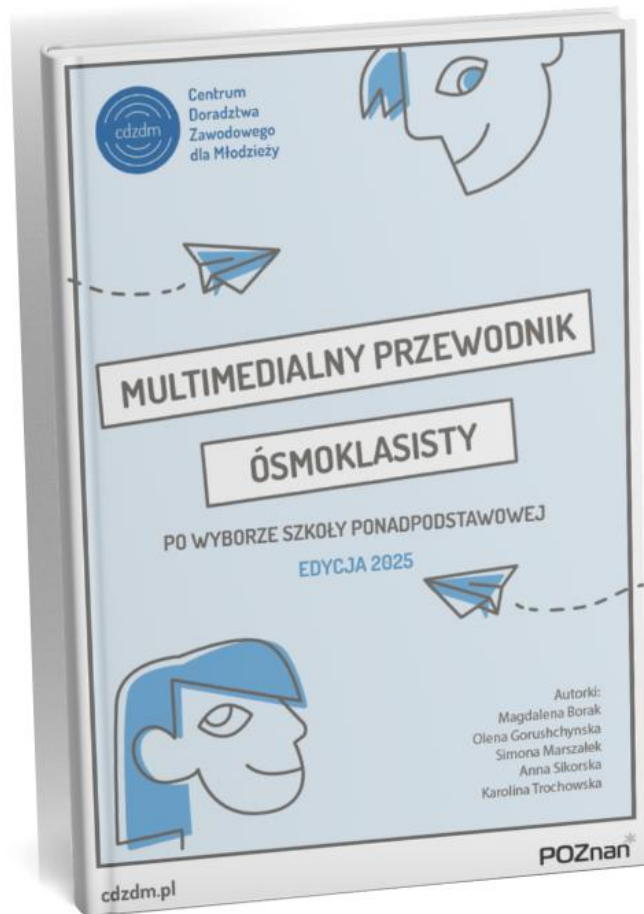
Drzewko decyzyjne



Dlaczego podjęliście właśnie taką decyzję?

- Co sprawiło, że wybraliście właśnie to rozwiązanie?
- Czy cała grupa była jednomyślna?
- Czy kolejne etapy działania pomogły Wam w podjęciu decyzji, czy były dodatkowym utrudnieniem?
- Jakie mogą być konsekwencje waszej decyzji?





MULTIMEDIALNY PRZEWODNIK ÓSMOKLASISTY

Podejmij pierwsze kroki
w kierunku wyboru
szkoły ponadpodstawowej:

- POZNAJ SIEBIE
- POZNAJ ZAWODY
- POZNAJ SZKOŁY
- POZNAJ ZASADY REKRUTACJI

KROK 1: POZNAJ SIEBIE

 <https://www.cdzdm.pl/PL-H486/o-sobie.html>

Obszar wiedzy o sobie jest punktem wyjścia do trafnego wyboru szkoły ponadpodstawowej.

Nie wiesz, od czego zacząć? Zainspiruj się naszymi krótkimi filmami z serii „Jak poznać siebie”. Zapraszamy w nich do przyjrzenia się sobie i wykonani ćwiczeń, dzięki którym określisz swoje wartości, poznasz swój typ temperamentu i dowiesz się, jak budować samoocenę w oparciu o mocne strony.



Kliknij grafikę,
by obejrzeć wideo.



 https://youtu.be/iz4ZjC_zY8k



 <https://youtu.be/votWmwHN53E>

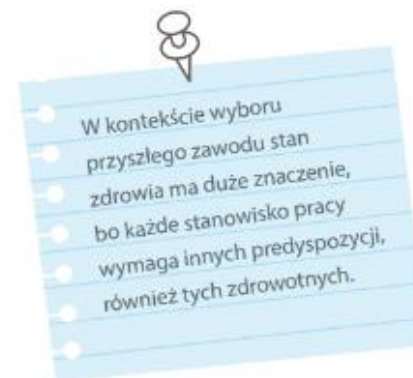


 <https://youtu.be/-8ck4BTzMtg>

POZNAJ SWÓJ STAN ZDROWIA

Konieczne jest, abyś знаła/znał swój stan fizyczny i zdrowotny, przebyte choroby oraz skłonności do nich. By się tego dowiedzieć, skontaktuj się z lekarzem rodzinnym, a w dalszej kolejności z lekarzem medycyny pracy.

 <https://www.cdzdm.pl/PL-H491>



**Multimedialny
Przewodnik
Ósmoklasisty**





Dziękujemy



Centrum
Doradztwa
Zawodowego
dla Młodzieży

POZnań*

Opracowanie:
Zespół pracowników ds. uczniów szkół podstawowych
Centrum Doradztwa Zawodowego dla Młodzieży
ul. Działyńskich 4/5, 61-727 Poznań