

Pomagam dziecku w wyborze zawodu

Planowanie i podejmowanie decyzji

Jeśli dziecko wybiera zawód czy szkołę, to warto zebrać potrzebne informacje, np. o sobie, zawodach, szkołach i przygotować na tej podstawie plan dalszego działania. Wtedy można być pewnym, że przyszłość da się „oswoić”.

Jak pomóc dziecku podjąć trafną, dobrą, racjonalną i odpowiedzialną decyzję?

Przede wszystkim należy:

- słuchać, co dziecko ma do powiedzenia,
- rozważyć z nim wszystkie czynniki, które mogą być kluczowe dla podjęcia decyzji,
- pomóc w przygotowaniu listy możliwych rozwiązań,
- zachęcić dziecko do przeanalizowania „plusów” i „minusów” każdego rozwiązania,
- pomóc dziecku wybrać najlepsze rozwiązanie,
- chwalić za aktywność, wspierać, akceptować i po prostu być z dzieckiem.

Rodzice mogą pomagać swoim dzieciom w podejmowaniu decyzji, ale zarazem, promując ich autonomię i rozwój osobisty, zostawiać im wystarczająco dużo przestrzeni, by ostatecznie to one były tymi, które decyzje podejmują!

Czasami jednak warto poszukać pomocy. Dużym wsparciem mogą być doradcy zawodowi.

Warto sięgać także po różne dostępne narzędzia pomagające określić predyspozycje dziecka do wykonywania konkretnego zawodu.

Jak planować?

Planowanie jest pewnego rodzaju strategią przygotowującą człowieka do podejmowania konkretnego działania. Człowiek planuje i w efekcie określa kroki prowadzące do osiągnięcia zamierzonego celu. Aby plan mógł być zrealizowany, warto zwrócić uwagę przynajmniej na kilka spraw:

- należy ściśle określić cel,

- trzeba dokonać przeglądu zasobów, warunków, środków, z których można korzystać podczas realizacji planu, a więc na drodze do osiągnięcia celu,
- konieczne jest dokładne i terminowe realizowanie zamierzeń zapisanych w planie,
- plan powinien zawierać dokładne określenie działań na jeden dzień (lub tydzień) tak, by można było dokładnie sprawdzić, czy cel na ten dzień/tydzień został osiągnięty,
- należy kontrolować osiągnięte wyniki w poszczególnych etapach realizacji planu, porównywać je z zamierzonym celem,
- gdy pojawia się konieczność dokonywania zmian w planie – reagować,
- trzeba uwzględniać okoliczności, które mogą spowodować konieczność dokonywania zmian w planach.

Podsumowując, warto tworzyć plany, ponieważ dzięki nim możemy zrealizować postawiony cel. Są to swoiste drogowskazy, które pozwolą nam na osiągnięcie pełnego, całościowego oglądu danej sytuacji. Można nawet zaryzykować stwierdzenie, że jeśli nie podejmujemy się opracowania drogi do celu, to z trudnością dostrzeżemy zarówno przeszkody, jak i ułatwienia, które mogą się pojawić podczas jego realizacji.

Jak formułować cele?

Cel jest „tym do czego się dąży, co się chce osiągnąć; punktem, miejscem, do którego się zmierza”. Można powiedzieć, że stawianie celów nadaje sens życiu i przyszłości, także tej zawodowej. Ale nie każdy cel spełnia taką rolę. Jeśli zwykle ktoś mówi „Kiedyś nauczę się pływać”, to może zdarzyć się, że nigdy się tego nie nauczy. Dlaczego? Np. przez to „kiedyś”.

Poprawnie określony cel powinien być:

- **osobisty** – powinien mieć wysoką wartość dla osoby, która go realizuje,
- **pozytywny** – powinien określać stan pożądany zamiast wskazywać, czego chce się uniknąć; nie warto planować tego, czego chce się uniknąć,

- **konkretny** – powinien być powiązany z konkretnymi działaniami, które będą prowadzić do jego osiągnięcia,
- **osiągalny** – powinien być osiągalny przy wykorzystaniu możliwych dostępnych zasobów,
- **realistyczny** – dający szansę na osiągnięcie sukcesu, związany z adekwatną samooceną, o odpowiednim stopniu trudności,
- **mierzalny** – cel i korzyści z jego osiągnięcia powinny być możliwe do zmierzenia,
- **umiejscowiony w czasie** – powinien zawierać daty realizacji poszczególnych etapów.

Można podjąć się próby potrenowania z dzieckiem formułowania celów z uwzględnieniem cech opisanych krótko powyżej. Do takich wspólnych ćwiczeń trzeba wybrać cele, które będą atrakcyjne dla nastolatka. Możemy wtedy być pewni, że trening w formułowaniu celów będzie owocny.

Jak skutecznie dążyć do celu?

Z jednej strony warto odpowiednio formułować cele, z drugiej zaś dobrze jest, gdy zadbamy o skuteczne dążenie do ich realizacji. Stąd propozycja, by wdrożyć przynajmniej kilka zasad:

- należy określić cel – nie tylko to, co zamierzamy osiągnąć (rezultat końcowy), ale także, w jaki sposób to zrobimy,
- przydatne będzie opisanie działań, które prowadzą do celu,
- myśląc o tym, czego pragniemy (stan idealny), uwzględniamy możliwości (stan realny),
- nie planować zbyt dużo naraz, metoda małych kroków nie jest być może tak spektakularna jak zalecają autorzy poradników typu: „odmień swoje życie w weekend”, ale bywa dużo bardziej skuteczna,
- trzeba pamiętać o przejściu odpowiedzialności za swoje dążenia, lepiej wówczas brzmi „chcę”, „mam zamiar”, „taka jest moja decyzja”, zamiast: „muszę”, „powiniennem”,

- warto pamiętać o tworzeniu wielu alternatywnych sposobów realizacji celu – do większości miejsc można dojść wieloma drogami,
- realizacja celu wymaga zasobów (np. emocje, czas, inteligencja, uzdolnienia, umiejętności, poczucie własnej wartości i humoru),
- przydatna jest dbałość o poczucie własnej wartości, u osób z niskim poczuciem własnej wartości porażka powoduje obniżenie samooceny,
- w wyjaśnieniu swoich porażek i sukcesów większą wagę trzeba przykładac do pracy niż do zdolności.

Jak pomóc podjąć trafną decyzję?

Podjęcie decyzji jest trudne. Szczególnie wtedy, kiedy dotyczy ona ważnych spraw. Do takich należy wybór szkoły i zawodu. Podjęcie ważnych decyzji może być wielkim wyzwaniem nie tylko dla nastolatka.

Podjęcie decyzji jest to świadomy wybór jednej z co najmniej dwóch możliwości. Podjęcie decyzji skupiamy się głównie na trzech elementach – celu, konsekwencjach i ryzyku, należy przeanalizować całą sytuację. Warto przy tym zadać sobie pytania: „*Co chcę osiągnąć?*” i „*Jak zamierzam tego dokonać?*”.

Doradca zawodowy może pomóc

Byś mógł odnaleźć się w roli doradcy, możesz Rodzicu szukać wsparcia u specjalisty, który w swojej codziennej pracy zajmuje się doradztwem edukacyjnym i zawodowym. Pewnie wiesz, że w szkole i poza nią istnieją osoby, które profesjonalnie wspierają uczniów w tej kwestii.

Przed wszystkim zadajmy sobie pytanie: „Kim jest doradca zawodowy”? To specjalista, który wspiera i pomaga w dokonaniu wyborów edukacyjnych i zawodowych. Może pracować z dziećmi, młodzieżą oraz osobami dorosłymi.

Jednym z miejsc, w którym Ty i Twoje dziecko może otrzymać pomoc z zakresu doradztwa edukacyjno - zawodowego, jest szkoła. W pierwszej kolejności warto zwrócić się do szkolnego doradcy zawodowego lub nauczyciela, która realizuje zadania z zakresu doradztwa edukacyjno - zawodowego w szkole.

Doradcę zawodowego można znaleźć nie tylko w szkole, ale także w różnych instytucjach oświatowych oraz związanych bezpośrednio z rynkiem pracy.

Najbardziej znane miejsca pracy doradcy zawodowego:

- poradnia psychologiczno-pedagogiczna,
- Ochotnicze Hufce Pracy: Centrum Edukacji i Pracy Młodzieży, Młodzieżowe Centrum Kariery, Mobilne Centrum Informacji Zawodowej, Młodzieżowe Biuro Pracy, Punkt Pośrednictwa Pracy,
- Powiatowy Urząd Pracy oraz działające w nim Kluby Pracy,
- Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej (głównie pomaga osobom bezrobotnym, ale młodzież planująca swoją przyszłość edukacyjną, zawodową czy wchodząca na rynek pracy może tam także liczyć na wsparcie),
- Akademickie Biuro Karier (przy uczelniach).

Gdzie znaleźć te osoby w najbliższej okolicy? Możesz zapytać w szkole, np. wychowawcę czy pedagoga szkolnego lub wraz z synem lub córką poszukać informacji w Internecie.

W Internecie dostępne są różne **narzędzia** wspierające badanie osobistych predyspozycji zawodowych oraz poradniki dla uczniów i rodziców między innymi:

- DIAPREZAMUS – pakiet diagnostyczno - metodyczny wspierający proces orientacji zawodowej dzieci i młodzieży;
- Labirynt zawodów, czyli niewerbalny test predyspozycji i zainteresowań zawodowych uczniów;
- Wybieram Zawód- pakiet poradników dla uczniów i rodziców oraz filmy;
- Vademecum talentu,
- Rozpoznawanie predyspozycji i zainteresowań gwarancją życiowego sukcesu – pakiet edukacyjny,

(Narzędzia te są dostępne na stronie www.scholaris.pl).

Sposoby zbierania informacji o zawodach

W jaki sposób można pomóc dzieciom zbierać informacje o zawodach? Jako rodzice możecie:

- . zaproponować dzieciom sięgnięcie do czasopism młodzieżowych, w których

można

znaleźć informacje o zawodach i ich opisy,

- . odwiedzać strony www szkół ponadgimnazjalnych,
- . zachęcić dzieci, by rozmawiały z rodziną, znajomymi o zawodach, które oni wykonują,
- . brać udział w targach edukacyjnych, targach pracy,
- . uczestniczyć z dziećmi w drzwiach otwartych szkół, akcjach promocyjnych szkół ponadgimnazjalnych,
- . sięgać do informatorów szkolnych, broszur i ulotek,
- . zajrzeć do internetu, odwiedzić strony z katalogami zawodów,
- . wykorzystywać tzw. „pocztę pantoflową”.

Jak widać, sposobów szukania informacji o zawodach jest wiele. Warto wybrać te, które uznamy za ciekawe i przydatne.

Co warto wiedzieć o zawodach?

Poszukiwanie wiadomości o zawodach jest bardzo ważnym krokiem w procesie podejmowania decyzji edukacyjnych i zawodowych. Ryzykowne jest wybieranie zawodu bez rzetelnej, aktualnej i wyczerpującej informacji o nim.

Jeśli Twoje dziecko jest zainteresowane jakimś konkretnym zawodem, to dobrze jest dowiedzieć się o nim jak najwięcej. Jakich informacji szukać? Na co zwrócić uwagę?

Przede wszystkim dobrze będzie, jeśli dziecko (rodzic także) dowie się:

- jakie czynności zawodowe wykonuje osoba w danym zawodzie,
- jakie są wymagania wobec osób zainteresowanych określonym zawodem,
- w jakich warunkach wykonuje się pracę w danym zawodzie,
- jakie są przeciwwskazania do pracy w danym zawodzie (kto nie powinien wykonywać tego zawodu głównie ze względu na stan zdrowia),
- jakie trzeba mieć wykształcenie, by zdobyć kwalifikacje zawodowe,
- jakie są możliwości doskonalenia zawodowego, poszerzania zakresu kompetencji w zawodzie,
- jakie są szanse na znalezienie pracy,

Zdobycie aktualnej, rzetelnej informacji o zawodach to krok do wyboru profesji, która dziecka nie rozczaruje. Jeśli nastolatek wybierze zawód na podstawie wiedzy o sobie i swoich możliwościach, funkcjonujących zawodach oraz rynku pracy, istnieje duża szansa na to, że wybrany zawód okaże się jego pasją. Rozmowy o zawodach można zacząć od rozmów z rodziną i znajomymi albo od poszukania informacji w różnych publikacjach czy Internecie.

Źródła informacji o zawodach

Aby mieć aktualną, rzetelną i wiarygodną wiedzę o zawodach, warto sięgnąć do profesjonalnych źródeł informacji zawodowej. Znajdziemy w nich opisy poszczególnych zadań zawodowych, warunków pracy w danym zawodzie oraz kompetencji, jakie są wymagane, do jego wykonywania.

Istnieje wiele źródeł informacji o zawodach, w których można się kształcić na poziomie szkoły ponadgimnazjalnej. Warto z nich skorzystać w celu uzyskania szczegółowych informacji o interesującym nas zawodzie.

Dobrymi przykładami takich materiałów są **Informatory i przewodniki po zawodach:**

- *Przewodnik po zawodach* wydany przez Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej,
- *Informator o zawodach szkolnictwa zawodowego* wydany przez Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej i Ustawicznej.

Na wybór zawodu wpływ ma wiele czynników, które podzielić można na dwie grupy

- wewnętrzne
- zewnętrzne.

Do czynników zewnętrznych, którymi kierują się uczniowie – nie zawsze to sobie uświadamiając – należą nie tylko:

- opinie rodziców i krewnych, ich edukacyjne i zawodowe doświadczenia – sukcesy i porażki;
- opinie nauczycielek i nauczycieli, ich dotychczasowe doświadczenia edukacyjne, osiągnięcia i niepowodzenia;

- opinie rówieśników – przyjaciół, koleżanek i kolegów;
- moda;
- sytuacja finansowa rodziców;
- ogólna sytuacja społeczno-ekonomiczna w regionie i w kraju (koniunktura);
- rynek pracy – zawody poszukiwane (deficytowe) i takie, w których bardzo trudno znaleźć pracę (nadwyżkowe);
- ich wiedza o zawodach: jakie są, czy decydując się na któryś z nich, trzeba spełniać określone kryteria zdrowotne, mieć konkretne predyspozycje itd.;
- oferta edukacyjna – istniejące w pobliżu szkoły.

Natomiast wśród czynników wewnętrznych, powinni wziąć nie tylko pod uwagę zainteresowania, predyspozycje, zdolności, umiejętności, cechy charakteru, możliwości intelektualne czy stan zdrowia. Równie duży wpływ na przyszłość zawodową dzisiejszych gimnazjalistów będą miały ich przekonania i wartości oraz postawa wobec problemów współczesnego świata. Relacje między tymi dwiema grupami czynników nie zawsze dają się zaobserwować na pierwszy rzut oka.

W dzieciństwie i pierwszych latach edukacji to rodzice najczęściej podejmują decyzje, niekiedy robią to wspólnie z dziećmi – częściej sami: doradzają wybór szkoły, wspierają zainteresowania, pomagają w rozwijaniu uzdolnień, wysyłając na dodatkowe zajęcia lub kursy. To oni także mają znaczący wpływ na postawy i poczucie wartości swoich synów i córek, na to, jakie są ich życiowe oczekiwania, formy spędzania wolnego czasu, marzenia o przyszłej pracy i zawodzie.

Między innymi dlatego wybór szkoły ponadgimnazjalnej jest taki ważny i trudny. Stanowi bowiem pierwszy krok do samodzielności:

- Zamyka okres dzieciństwa i nauki w szkole ogólnokształcącej – takiej samej dla wszystkich, co powoduje, że młodzi ludzie przejmują role zarezerwowane dotychczas dla dorosłych. Z procesem tym wiąże się potrzeba uznania oraz poczucie stawania się dojrzałym członkiem społeczności. Od tej chwili celem większości młodych ludzi będzie samodzielne kształtowanie swojego życia i dawanie sobie w nim rady niezależnie od innych.
- Oznacza konieczność odnalezienia się w podzielonym i

zinstytucjonalizowanym społecznym systemie, najpierw odnalezienia oferty edukacyjnej najlepiej odpowiadającej indywidualnym potrzebom, a następnie na rynku pracy.

Dlatego tak ważne decyzje warto podejmować wspólnie. Rozmawiając, poznając siebie, szukając informacji, analizując je.