

METODICKÁ PŘÍRUČKA K TÉMATU ČLOVĚK A SVĚT PRÁCE



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



jihomoravský kraj

ISBN 978 – 80 – 907859 – 0 – 8

AUTOŘI PUBLIKACE METODICKÁ PŘÍRUČKA K TÉMATU ČLOVĚK A SVĚT PRÁCE:

Pavla Frňková
Vít Heinz
Veronika Kirchnerová
Dana Sklenářová
Petra Šnepfenbergová
Miluše Těthalová
Lucie Václavková
Pavlína Vašátová
Pavel Vítek
Václav Vydra

Vydalo: JCMM, z. s. p. o., 2020

Dílo je zveřejněno na webových stránkách:

<https://vzdelavanivsem.cz/pro-skoly/karierove-poradenstvi>

Dílo je povoleno šířit dál a užívat ve výchovně vzdělávací praxi, avšak s odkázáním na jeho autory a se zachováním všech práv citovaných autorů.

ISBN 978 – 80 – 907859 – 0 – 8

Tato příručka vznikla v rámci projektu KaPoDaV - Podpora kariérového poradenství, podnikavosti pro udržitelný rozvoj a dalšího vzdělávání v Jihomoravském kraji”, reg. číslo: CZ.02.3.68/0.0/0.0/16_034/0008211, který je realizován Jihomoravským krajem v rámci Operačního programu Výzkum, vývoj a vzdělávání.

OBSAH

Úvod.....	8
1 Základní stavební kameny.....	10
1.1 Filozofická východiska.....	10
1.2 Pracovní spojení – postoj k žákům ve vztahu	11
1.2.1 Scénář programu se zaměřením na utváření vztahu se žáky.....	12
1.2.2 Shrnutí nejdůležitějších prvků vztahu.....	14
1.3 Příprava před realizací aktivit.....	15
1.4 Aktivity a reflexe	18
1.4.1 Reflektování během aktivit: Jak vést žáky k sebereflexi v procesu učení.....	18
1.4.2 Reflektování po aktivitách: Skupinové reflektivní sezení.....	29
2 Sebepoznání	42
2.1 Sebepoznání: jak poznat sám sebe a své profesní zaměření.....	42
2.1.1 Jak poznám sám sebe? Sebereflexe: Jaké jsou mé vlastnosti a schopnosti?	42
2.1.2 Jak poznat, pro jaké povolání se hodím?.....	54
2.1.3 Komplexní přístup k sebepoznání: Příklad dramaturgie výuky zaměřené na sebepoznání.....	59
2.2 Zpětná vazba	61
2.3 Silné stránky a mapování kompetencí	70
2.3.1 Jak poznat své silné stránky? Sebezkušenostní techniky mapování silných stránek a kompetencí	71
2.3.2. Komplexní přístup k mapování kompetencí pomocí SWOT analýzy	81
2.3.3 Tipy jak rozvíjet silné stránky v rámci kariérového poradenství.....	90
2.3.4 Komplexní přístup k silným stránkám: Příklad dramaturgie výuky zaměřené na silné stránky	91
2.4 Učební styly.....	92
2.5 Motivace	99
3 Sebeprezentace.....	104
3.1 Sebeprezentace	104
3.2 Pracovní portfolio žáků.....	112
3.3 Mapování možností využití sociálních sítí pro kariéru	115
3.3.1 Průzkum při hledání povolání	118
3.3.2 Profese spojené se sociálními sítěmi.....	119
3.3.3 Sebepoznání s využitím sociálních sítí a internetu	121
3.3.4 Portfolio/CV na sociálních sítích.....	123
3.4 Vytvoření profilu na LinkedIn	125
4 Trh práce.....	128
4.1 Trh práce	128
4.2 Prozkoumávání trhu práce.....	156
4.2.1 Projekt – Prozkoumávání trhu práce	156
4.3 Exkurze žáků do firem	164

5 Pedagogové v kariérovém poradenství a kariérovém vzdělávání	172
5.1 Prvky kariérového vzdělávání napříč předměty – hodina přírodopisu	172
5.2 Kariérové poradenství pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami (SVP)	176
5.2.1 Kdo a jakým způsobem poskytuje žákům s SVP kariérové poradenství?	176
5.2.2 Specifika kariérového poradenství pro žáky s poruchou autistického spektra (PAS)	176
5.2.3 Sebezkušenostní techniky pro zprostředkování a přiblížení problematiky žáků s SVP	177
5.3 Možnosti využití psychodiagnostiky v kariérovém poradenství pro pedagogy: proč, kdy a jak diagnostikovat	186
5.3.1 Jak zařadit do KP práci s psychodiagnostickými materiály?	186
5.3.2 Zásady práce s psychodiagnostickými materiály	188
5.3.3 Inspirace v online testech.....	189
5.4 Spolupráce s rodiči.....	190
5.4.1 Aktivity pro žáky bez účasti rodičů	191
5.4.2 Aktivity pro žáky a rodiče – vedení rozhovorů s rodiči a následné stínování/exkurze.....	194
5.4.3 Aktivity pro rodiče	197
6 Tři přístupy k poradenskému rozhovoru	200
6.1 Koučovací přístup	200
6.1.1 Co je koučink?	200
6.1.2 Principy koučinku.....	201
6.2 Oceňující zvědavost	208
6.2.1 Oceňující zvědavost jako postoj	208
6.2.2 Oceňující zvědavost jako nástroj vedení rozhovoru.....	210
6.3 Utváření řešení z obsahu komunikace během rozhovoru	213
6.3.1 Popis modelu PRO	213
6.3.2 Jednotlivé kategorie PRO modelu	214
6.3.3 Na závěr pozvánka	216
7 Jak vytěžit z metodiky pro praxi	218
8 Přílohy	220
Seznam aktivit	238
Seznam pracovních listů	240

ÚVOD

Dostává se vám do ruky metodika, která vznikla v rámci projektu „KaPoDaV”¹. Smyslem metodiky je vás **inspirovat** k tomu, co všechno lze v rámci hodin věnujících se kariérovému poradenství realizovat. Nejde primárně o zmapování všech témat v oblasti kariérového poradenství, ale o seznámení s technikami a aktivitami, které se osvědčily během tříleté realizace projektu.

Uvědomujeme si, že motivovat dnešní generaci k činnosti není vždy jednoduché a děkujeme vám, že se pokoušíte hledat nové a nové způsoby, jak téma kariérového poradenství přiblížit právě dnešním mladým. Někdy je to radostná cesta a jindy cesta strastiplná, která přináší ovoce až později. Metodika vám v tom může sloužit jako inspirace pro vaši každodenní práci. Nabízí celou řadou **nástrojů, metod a konkrétních technik**, jak pracovat s žáky jinak, více kreativně a s důrazem na jedinečnost každého dítěte. A to je v době, kdy se přímo skokově mění svět práce, velmi podstatný atribut a předpoklad, jak v novém a měnícím se světě uspět.

Záleží na vás, jak budete s metodikou pracovat. **Můžete využít celé kapitoly nebo jen části kapitoly**. Předtím než začnete pracovat s aktivitami, je dobré se zamyslet, co chcete žáky naučit, a následně vybrat vhodné aktivity. Sami jistě máte řadu výborných materiálů, takže je můžete propojit s metodikou, kterou máte k dispozici. Nebojte se být tvořiví. Je důležité si uvědomit, že každá třída je jiná, co funguje v jedné, nemusí v druhé.

Úvodní část metodiky, zvaná **Základní stavební kameny**, je tvořena třemi kapitolami. Nejdříve reflektuje naše **filozofická východiska**, následně ukazuje náš pohled na **utváření vztahu se skupinou žáků**. Třetí kapitolou popisuje, jak se lze **připravit na realizaci aktivit** a jak lze během aktivit s žáky **reflektovat jejich proces učení** skrze model E-U-R. Na závěr pak popisuje, jak po realizovaných aktivitách lze **facilitovat skupinové reflektivní sezení** s žáky pojaté holisticky.

Část **Sebepoznání** je složena z pěti kapitol. První kapitola popisuje **sebepoznání** a jak je podporovat u žáků skrze sebereflexi, zaměření na povolání, na zpětnou vazbu, popisuje také příklad dramaturgie výuky. Druhá kapitola ukazuje, jak využívat **zpětnou vazbu** a jaké jsou principy poskytování efektivní zpětné vazby. Třetí kapitola vnímá **silné stránky** jako základní kompetence, jejichž poznání je trvalou oporou v dnešním stále měnícím se světě. Čtvrtá kapitola předkládá **učební styly** jako součást sebepoznání žáků a popisuje, jak je lze zpracovat do projektového dne. Pátá kapitola osvětluje, jak naše **motivy** ovlivňují naše rozhodování a jakými způsoby můžeme s žáky pracovat na uvědomování si vlivů na vlastní rozhodování.

Část **Sebeprezentace** staví na čtyřech kapitolách. V první kapitole nahlédneme na **sebeprezentaci** – jakými způsoby můžeme nacvičit přijímací pohovor či výběrové řízení. Ve druhé kapitole se můžeme dočíst o **pracovním portfoliu** jako důkazu toho, co všechno žáci zvládli. Pracovní portfolio může sloužit nejen zaměstnavateli, ale i žákům pro jejich reflexi a sebevědomí. Ve třetí kapitole se podíváme na využití **sociálních sítí** pro kariéerní příležitosti, kariérový rozvoj a vzdělávání. Ve čtvrté kapitole odkryjeme, jak vytvořit profil na **LinkedIn**, zaměříme se na jeho využití a význam pro utváření sítě kontaktů.

¹ Celý název projektu je Podpora kariérového poradenství, podnikavosti pro udržitelný rozvoj a dalšího vzdělávání v Jihomoravském kraji, reg. číslo: CZ.02.3.68/0.0/0.0/16_034/0008211.

Část **Trh práce** obsahuje tři kapitoly. První kapitolou, zaměřenou na **trh práce**, popisujeme vývoj, zánik a vznik profesí, a také očekávání od průmyslu 4.0. Druhou kapitolou, zaměřenou na **prozkoumávání trhu práce**, sdílíme možnost využití projektových dnů a týdnů tak, aby žáci byli sami aktéry projektů. Třetí kapitolou, zaměřenou na **exkurze**, ukazujeme příležitost propojení znalostí z exkurzí s probíranou látkou v příbuzných předmětech a možnost poskládání exkurze na míru.

Část **Pedagogové v kariérovém poradenství a kariérovém vzdělávání** se skládá ze čtyř kapitol. První kapitola popisuje **kariérové vzdělávání v přírodopisu**, skrze které rozvíjí kompetence k učení, řešení problémů a kompetence komunikativní. Druhá kapitola osvětluje kariérové poradenství pro žáky se **speciálními vzdělávacími potřebami** a individuální přístup k těmto žákům. Třetí kapitola uvažuje, jak „**diagnostikovat**“ v kariérovém poradenství a jak tento nástroj využívat rozumně a s mírou tak, aby nástroj sloužil žákům, ne žáci nástroji. Čtvrtá kapitola ukazuje možnosti **spolupráce s rodiči** ohledně rozhodování o další vzdělávací či profesní dráze žáků.

Metodiku uzavírá část **Tři přístupy k poradenskému rozhovoru** se třemi kapitolami. V první kapitole se dozvíte o **koučinku**, jeho principech včetně otázek, které lze žákům klást. Ve druhé kapitole naleznete informace o **oceňující zvědavosti** jako nástroji vedení rozhovoru i postoji k žákům, kterým lze například zlepšovat vzájemné vztahy. Ve třetí kapitole nabízíme návod, jak se se **žáky zaměřit na řešení a to co nejvíce rozvíjet v rozhovoru** za pomoci specifických otázek a tabulky, kterou lze rozhovor „mapovat“.

Jako celek v metodice vidíme snahu o komplexní pojetí kariérového poradenství pro učitele a jejich žáky. Ke kariérovému poradenství však chceme přistupovat s pokorou. Chceme si být vědomi, že množství, při kterých žáci mohou růst je nespočet. A stejně tak je nespočet množství, jak lze tuto metodiku uchopit a být žákům v jejich růstu oporou.

VYSVĚTLIVKY:



AKTIVITA



REFLEXE



TIP



K ZAMYŠLENÍ
PRO UČITELE



TEORIE

1 ZÁKLADNÍ STAVEBNÍ KAMENY

1.1 FILOZOFICKÁ VÝCHODISKA

Každé uskupení lidí, organizaci či komunitu sdružuje různě velký počet principů, podle nichž lidé dělají svoji práci, případně podle nich i žijí. Často se jedná o nepsané normy a hodnoty, ve které věří. Naše organizace není výjimkou. Na následujících řádcích se pokusím reflektovat některá základní filozofická východiska, okolo nichž se „otáčí“ normy a hodnoty toho, co děláme.

V naší práci věříme, že každý má schopnost si určit směr rozvoje, který je pro něj nejlepší. Věříme v sebeaktualizační tendenci lidí, tedy i žáků, která jim po uspokojení základních potřeb dává chuť rozvíjet se dál. Humanistická psychologie tak jako kompas udává směr našim krokům a na této cestě nás doprovází pozitivní psychologie jako buzola ukazující to pozitivní, to fungující, to silné v nás.

Svět vnímáme konstruktivisticky – každý z nás má svoji realitu, kterou si svým originálním způsobem staví – snažíme se vzájemně naše reality poznávat, abychom způsob stavby mohli rozvíjet k více možnostem, hlubšímu a rozmanitějšímu chápání našich životů.

K práci s žáky přistupujeme skrze koncept zkušenostně reflektivního učení – zkušenost vnímáme jako nezbytnou a neoddělitelnou součást učení, na které každý může stavět. Pouze zkušenost nám však nestačí – skrze reflexi hledáme, rozvíjíme a tvoříme naše úhly pohledu, konstruuje si vědomý pohled na realitu uchovanou ve zkušenosti. Místo abychom předávali hotové znalosti, necháváme samotného žáka vyvstat jako experta. Pomáháme mu, aby si rozvíjel své vlastní teorie (v literatuře někdy pojmenovávané jako teorie s malým t, subjektivní teorie či prekoncepty), aby o těchto teoriích věděl, a následně aby poznával teorie druhých, porovnával je s těmi vlastními a díky tomu se inspiroval.

Slovy v této metodice chceme dosáhnout dvojího. Nejdříve vyvolat vaše zkušenosti a následně vás inspirovat k jejich uvědomování si a rozvíjení. Přejeme si, aby naše práce pro vás byla maximálně užitečná.

1.2 PRACOVNÍ SPOJENECTVÍ – POSTOJ K ŽÁKŮM VE VZTAHU

Vztah s žáky považuji za základ ovlivňující to, jak budou žáci chápat informace proudící mezi učitelem a žákem. Kapitola popisuje, jak ve vztahu utvářet pracovní spojení založené na rovnosti, a přitom komplementární, kdy jeden přináší druhému něco nového.

Nejdříve popisuji, z čeho zkušenostně a znalostně vycházím, taktéž vysvětluji, v čem je pro mne téma důležité, i to, jak je definuji. V další části kapitoly předávám vhled do odlektorovaného programu protkaný čísly, které odkazují k vysvětlivkám mého chování, díky nimž je snazší pochopit záměry stojící za předkládaným chováním. V poslední části shrnuji kapitolu těmi nejdůležitějšími prvky vztahu.

Při práci s žáky navazuji na různé zdroje, ať už se opírám o zkušenosti s lektorováním, nebo se držím teoretických znalostí, které napojuji na praxi. Zkušenostně vycházím z lektorství v rámci projektu, konkrétně roku a půl lektorování modelových programů, také z lektorských zkušeností z různých osobnostně rozvojových kurzů. Teoreticky vycházím z humanistické psychologie ohledně rozhodování a schopností lidí volit si pro sebe to nejlepší - Rogerse (2014), Maslowa (2014) či komunikačních směrů ohledně práce se vztahovou rovinou komunikace, konkrétně Watzlawicka a jeho kolegů (1999). Taktéž navazuji na své znalosti z výzkumu autority u začínajících učitelů (Vydra, 2019).

Téma je pro mne důležité, protože předpokládám, že postoj k žákům ovlivňuje chování učitele k žákům, tudíž i jeho vztah s nimi. Jinými slovy, na základě toho, jak bude vypadat vztah, pravděpodobně bude vypadat spolupráce žáka s učitelem. **Vzhledem k tomu, že v rámci na kariéru zaměřených aktivit se nejedná pouze o předávání určité látky, ale i o osobnostní rozvoj, je třeba vědomě utvářet vztah, ze kterého se žáci také učí a který ovlivňuje, co a jak bude předáno.**

Pracovní spojení či vztah s žáky je v mém pojetí definován:

- Mým chováním a mými reakcemi na reakce žáků
- Příkladem svého chování se snažím určovat normy chování žáků
- Mé chování je projevem mého postoje k žákům (žáci jsou rozumní a schopni se sami rozhodovat)
- Jsem si svého postoje vědom, jedním v souladu s ním, v případě dlouhodobé potřeby jej rozvíjím

Dále popisuji některé aspekty odlektorovaného programu se zaměřením na utváření mého vztahu se žáky. V následujícím textu jsem čísly označil některé projevy mého postoje k žákům, které definují náš vzájemný vztah.

1.2.1 SCÉNÁŘ PROGRAMU SE ZAMĚŘENÍM NA UTVÁŘENÍ VZTAHU SE ŽÁKY

Přicházím před žáky, zdravím je a představuji se. S úsměvem sdílím svoje potěšení (1) z možnosti stát před nimi a něco jim předat. U toho se snažím být v kontaktu s myšlenkou, že díky žákům mohu dělat svoji práci a díky jejich zájmu dávám své činnosti smysl (vzbuzení jejich zájmu je tak pro mne velmi důležité).

Ptám se žáků, jak se mají (2), chvílku trvá, než mi odpoví, potom někteří, spíše holky, odpovídají, že dobře. Jeden až dva kluci říkají, že nic moc, protože je ráno. Se zájmem kývu, a pak po nich opakuji, co říkali (3). Následně sdílím (4) svoji náladu, jak se dneska mám – rád bych ještě spal, zároveň se těším, co tu spolu budeme dělat a jsem trochu zvědavý. K tomu se usmívám. Předpokládám, že tak trochu to žáci budou mít podobně (5).

Říkám v několika větách pravidla našeho společného fungování včetně jejich zdůvodnění. Formuluji je jako prosbu s odkazem na to, že budu velmi rád, když to takhle bude fungovat (6). Následně otevírám prostor pro dotazy. Žádné nejsou.

Začínám lekci vysvětlením jejího smyslu, následně sdílím smysl první aktivity. Následují instrukce – dávám si pozor, abych jejich vysvětlení předával jako nabídku či mé přání – „mám pro vás takovou možnost/nabídku“, „rád bych udělal x a y/byl bych rád, až řeknu, kdybyste udělali x a y“ (7). Ve chvíli, kdy dávám příkaz, formuluji jej jako prosbu – „teď prosím udělejte“ (8). Po otevření prostoru pro dotazy opět žádné nejsou.

Žáci se pouští do naplnění instrukcí, někteří se do něj přímo vrhají, někteří spíše nejistě a opatrně. Když jejich činnost končí, děkuji jim za energii do činnosti vloženou (9). Po uzavření aktivity poukázáním na její smysl navazuji další aktivitou.

Aktivitu opět otevírám jejím smyslem a instrukcemi, po nichž následuje samotná činnost žáků. Jedna žákyňe se mě ptá, kam si má stoupnout, vzpomínám si, že jsem přesně tuto instrukci před chvílkou říkal, nicméně tuto vzpomínku si nechám pro sebe, poděkuji jí za dotaz (10) a odpovím. Žáci pokračují v činnosti. Chodím mezi nimi, ptám se jich, jak jim to jde, co by potřebovali, a uvádím různé příklady, jak by mohli chápat dané profese, o nichž mají diskutovat (11). Dokončení aktivity opět probíhá shrnutím jejího smyslu a poděkováním za energii do ní vloženou.

V další aktivitě mé interakce s žáky probíhají velmi podobně jako v předchozích. V poslední třetině si však všímám tří kluků, kteří jsou velmi brzy hotovi, tak jdu k nim a ptám se, jak to šlo. Odpovědi jsou pro mě velmi povrchní, připadá mi, že se kluci příliš nezamysleli, ani nediskutovali. Říkám jim, že ještě mají čas a doporučuji (12) jim se do cvičení vrátit a znovu prodiskutovat jejich myšlenky. Z výrazů jejich tváří usuzuji, že mé doporučení nepadlo na úrodnou půdu, ptám se jich tedy, co by potřebovali k tomu, aby se mohli do cvičení vrátit – chtěli si více představit, co pod tím myslím. Dávám jim tedy některé příklady (13) a odcházím podpořit další pracující skupinky. Když se po chvíli dívám, jak kluci pokročili, vidím, že mé doporučení s nimi nijak nehnulo. S vědomím dobíhajícího času nechám klučičí trio v jejich mlčení a zakončuji celou aktivitu (14). Po ní následuje krátká diskuse se shrnutím celé lekce a ukončení lekce.

V následujícím textu popisují význam mého jednání označený čísly výše:

- (1)** Sdílím se žáky svůj příjemný pocit – chci ukázat, že v naší společné lekci je přirozené tyto pocity prožívat. Přidávám úsměv – cítím se s ním lépe, zároveň jím mohu nakazit i žáky.
- (2)** Přímo navazuji vztah s žáky motivovaný zájmem, obsahově však ukazuji, že je důležité i ve chvíli, kdy před nimi stojí cizí lektor, zajímat se o lidskost, tedy vědět, jak se mají – v profesním životě také nebude v práci jen jejich profesní role – budou se v ní projevovat všechny jejich zkušenosti z osobního života a vědět o nich pomáhá se svobodně rozhodovat.
- (3)** Dávám žákům na vědomí, že je se zájmem poslouchám.
- (4)** Ukazuji žákům, že stejně jako já si mohu tvořit obraz o nich, tak mohou i oni o mě.
- (5)** Upevňuji vztah tím, že hledám, co máme společné.
- (6)** Dávám žákům do rukou nástroj, díky kterému se pro ně moje chování může stát předvídatelným.
- (7)** Formulací se snažím dát najevo, že žáci jsou svými pány a ve vztahu se mnou je následování mých instrukcí jejich vlastní volbou. Pokud by se nerozhodli mě následovat, nemohl bych je nutit.
- (8)** Při vyřčení příkazu se snažím vyjadřovat respekt k jejich osobám. Tím chci ukázat, že i když mě poslechnou, jsou stále autonomní.
- (9)** Žáci následovali mých instrukcí, dali do jejich splnění energetický vklad, díky takovému vkladu projevili určitou míru důvěry ve mně, za takové činy se snažím vyjádřit vděk a spokojenost, čímž také potvrzuji svůj slib, že budu rád, když budou následovat mé požadavky, ať už se jedná o pravidla či instrukce (čímž se stávám předvídatelným).
- (10)** Snažím se legitimizovat doptávání žáků, protože tím chci podpořit jejich zájem, hladké fungování aktivity a vstřícnosti náš vzájemný vztah. Nekritizuji je, že něco neví či neumí, nebo nedávají pozor, protože je nechci motivovat pocitem viny.
- (11)** Mým cílem ani tak není žáky kontrolovat, zdali činnost dělají správně, mým cílem je, aby ji dělali co možná nejvíce naplno podle jejich aktuálních možností. Snažím se je tedy v aktivitě podporovat, být jim k dispozici a zajímat se o ně.
- (12)** Chci zůstat v pozici, kdy respektuji jejich rozhodnutí, proto jim pouze doporučuji.
- (13)** Snažím se žáky podpořit v tom, aby se mohli rozhodnout jinak, pokud budou chtít, zároveň myslím na to, že pracuji s celou skupinou.
- (14)** Kluci buď nevěděli, jak dále pokračovat, nebo nechtěli – kdybych měl více času, mohu s nimi prozkoumat, co by jim pomohlo. Z časových důvodů jsem se však rozhodl respektovat jejich rozhodnutí spíše, než je podporovat ve výkonu.

1.2.2 SHRNUÍ NEJDŮLEŽITĚJŠÍCH PRVKŮ VZTAHU

Výše zmíněné projevy stavím na mém postoji k žákům. Postoj k žákům bych definoval jako postoj především k lidem – pod každou rolí (žák, černá ovce, lektor, učitel, drsňák) se skrývá člověk se všemi jeho přáními, pocity, zkušenostmi a vlastním rozhodováním.

V konkrétním prostoru a čase (tady a teď) se vždy nějakým způsobem projevuje celá naše osobnost. Chci si této lidskosti být vědom, chci, aby si jí byli vědomi i žáci – ovlivňuje naše rozhodování.

Žák/skupina jsou předmětem mého zájmu, to se jim také snažím dát upřímně najevo. Díky nim dělám svoji práci a svoji práci dělám pro ně. V konkrétním ohraničeném čase jim chci dát svoji plnou pozornost. Pozornost vnímám jako motivovanou zájmem, proto se ten snažím plně podpořit. Práci s pozorností a zájmem žáků se je snažím motivovat k práci: pozoruji, co žáky v hodině zajímá, s tím se následně snažím pracovat a tím je vtahuji do tématu, které jim přináším. S žáky se postupně poznáváme, předpokládám, že vzájemné poznávání prohlubuje důvěru, a tudíž i bezpečí v daném prostoru a čase. **Důvěru a bezpečí považuji za základní podmínky pro učení.**

I přes to, že naše role jsou asymetrické (lektor a žák), hledám v nich symetrii (člověk a člověk) – čím více stejných pravidel budeme mít, tím symetričtější bude náš vztah (čím více na rovinu spolu můžeme jednat, tím symetričtější vztah vidím; symetrii popisují např. v bodech 3–8) – **já poznávám žáky, oni poznávají mě, tím uvolňuji ze svých rukou moc a část jí dávám do rukou žáků.** Předpokládám, že právě díky tomuto dostanou velkou šanci se naučit sami svobodně rozhodovat. Pokud taková rozhodnutí nebudou rušit ostatní, budu je respektovat, aby pochopili jejich důsledky.

Pokud vnímám, že to žáci mohou pochopit, snažím se jim odkrýt nosné prvky našeho vztahu (důvěra, zájem, respekt, upřímnost, samostatnost, ...), aby věděli, na čem můžeme do budoucna stavět. Předpokládám, že žáci také chtějí funkční a příjemný vztah jako já.

Jako celek bych v postoji k žákům samotné žáky shrnul jako lidi, kteří chtějí fungovat tak, aby jim to přinášelo užitek, chtějí se učit, jsou zvědaví a schopni dělat vlastní rozumná rozhodnutí, pokud pro ně mají dobré podmínky, prostor a čas, které se snažím ovlivnit výše popsáním postojem a chováním.

ZDROJE:

MASLOW, Abraham Harold. *O psychologii bytí*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0618-7.

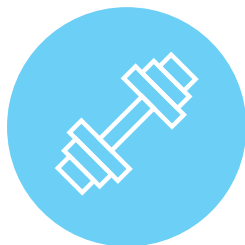
ROGERS, Carl Ransom. *Způsob bytí: klíčová témata humanistické psychologie z pohledu jejího zakladatele*. Přeložil Jiří KREJČÍ. Praha: Portál, 2014. Klasická díla psychologie. ISBN 978-80-262-0597-5.

VYDRA, Václav. *Jak začínající učitelé vnímají svoji autoritu. Použití metody čistého jazyka pro výzkum myšlení začínajících učitelů* [online]. Brno, 2019 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/34bq_autorita. Diplomová práce. Masarykova univerzita. Vedoucí práce Mgr. Roman Švaříček, Ph.D.

WATZLAWICK, Paul, Janet Beavin BAVELAS a Don D. JACKSON. *Pragmatika lidské komunikace: interakční vzorce, patologie a paradoxy*. Hradec Králové: Konfrontace, 1999. ISBN 80-86088-04-9.

1.3 PŘÍPRAVA PŘED REALIZACÍ AKTIVIT

Cílem této kapitoly je popsat prvky, které je vhodné zařadit na začátek jakékoli hodiny či aktivity, která směřuje k sebepoznání, rozvoji kreativity či sebezkušenosti žáků. Jejich využitím může učitel umocnit přínos aktivit pro žáky, neboť jimi vytváří tvůrčí a důvěrné prostředí a podporuje tvorbu vztahů mezi spolužáky.



Uspořádání třídy – půlkruh z židlí

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Časová náročnost: nemusí být žádná, žáci mohou dostat instrukci od učitele nachystat třídu o přestávce před hodinou

Cíl:

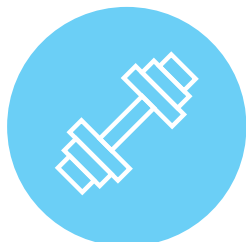
- Vytvořit jiné prostředí, než bývá obvyklé v klasickém vyučování – již tím si žáci uvědomí, že bude „něco jinak“.
- V rámci tohoto uspořádání na sebe všichni vidí a mohou tak na sebe lépe reagovat. To se týká i učitele – vidí dobře na všechny žáky.

Popis aktivity:

Podle toho, jestli učitel potřebuje či nepotřebuje využít tabuli/flipchart/projektor mohou nastat dvě varianty uspořádání třídy:

A. Varianta s tabulí – Žáci vytvoří z židlí půlkruh tak, aby viděli na sebe navzájem a zároveň aby viděli na tabuli a učitele.

B. Varianta bez tabule – Pokud učitel nepotřebuje k aktivitám tabuli, je možné z židlí vytvořit úplný kruh, přičemž učitel může být na jakémkoliv místě – může tím podpořit pocit žáků, že je v rámci této aktivity v jiné roli než obvykle.



Domluva pravidel skupiny

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Časová náročnost: 5 minut

Pomůcky: k zapsání pravidel může, ale nemusí, být využita tabule/flipchart

Cíl: Aktivity popsané v této metodice většinou směřují k poznávání sebe sama, některé informace mohou být pro žáky citlivé. Definování pravidel a vytvoření bezpečného pracovního prostředí poskytuje žákům důvěru, že nebudou informace nijak hodnoceny ani zneužity a více tak sdílejí vlastní poznatky.

Popis aktivity:

Učitel stanoví pravidla pro následné aktivity, vysvětlí jejich význam:

- **Důvěrnost** – aby mohli žáci mluvit otevřeně, poprosí je učitel, aby se o po skončení aktivity nebavili o tom, co říkali spolužáci, s nikým mimo třídu.
- **Mluví vždy jen jeden** – učitel požádá žáky, aby mluvili postupně, aby jim vždy mohl on i spolužáci věnovat plnou pozornost.
- **Nehodnotí se, co kdo řekne** – toto pravidlo umožňuje vytvořit tvůrčí prostředí, kde se žáci nebudou obávat vyjádřit svůj názor nebo říkat své nápady. (Více o pravidlech v kontextu reflexe se dočtete v kapitole Skupinové reflektivní sezení.)

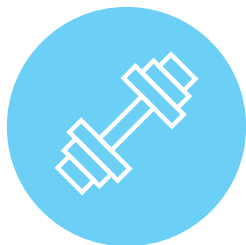


Je potřeba, aby pravidlo nehodnocení dodržoval i učitel a vítal jakékoli názory či nápady žáků k tématu. Pokud jsou názory žáků v rozporu s faktickými informacemi, může je ocenit za jejich nápad a zároveň uvést fakta.

Pokud již v rámci třídy některá pravidla komunikace stanovená jsou, tak je žáci nebo učitel mohou jen připomenout, případně se mohou domluvit, jestli přidat nějaká další.



Řadu lze vytvářet i porovnáním mnoha dalších věcí: délky vlasů, barvy očí od nejsvětlejších po nejtmaší, vzdálenost bydliště od školy/délka dojíždění atd.



Rozdělování do dvojic/skupin

Pro mnoho aktivit může být užitečné, pokud jsou žáci rozděleni náhodně. Víme, že takovýchto aktivit je nepřeberné množství, pro inspiraci uvádíme tři z nich, které se nám osvědčily a jsou pro žáky zábavné.

Cílová skupina: žáci ZŠ i SŠ

Cíl:

- Rozmanitost nápadů ve skupině – pokud se sejdou žáci, kteří mají odlišné názory, může to podnítit diskusi.
- Poznání spolužáků, se kterými se žáci příliš nekamarádí – může pomoci upevňovat třídní kolektiv.
- Aktivace žáků, jejich rozhýbání, zároveň nastartování komunikace mezi nimi.
- Uvolnění atmosféry ve třídě, některé aktivity budou pro žáky humorné.

Provázky

Časová náročnost: 5 min

Pomůcky: pevné provázky dlouhé alespoň 0,5 m, počet provázků je poloviční oproti počtu žáků

Popis aktivity:

- 1) Učitel drží provázky pevně v ruce (v jejich polovině) tak, aby každý z žáků mohl chytit jeden konec provázku a zároveň nebylo poznat, které konce k sobě patří.
- 2) Žáci pevně drží svůj konec provázku, učitel provázky pustí a žáci se začnou rozmotávat tak, aby našli spolužáka na druhé straně svého provázku. Tím vytvoří náhodné dvojice, ty se případně mohou spojit do čtveřic.

Datum narození

Časová náročnost: 5 min

Pomůcky: kruh ze židlí

Popis aktivity:

- 1) Učitel požádá žáky, aby si sedli do kruhu podle data svého narození tak, aby 1. leden byl na jednom konci kruhu, a 31. prosinec na druhém konci – tj. žáci se řadí podle měsíců i dat. Rok narození přitom nehraje roli.
- 2) Poté učitel žáky rozdělí tak, jak potřebuje (dvojice, skupiny).

Velikost ruky

Časová náročnost: 5 min

Pomůcky: žádné

Popis aktivity:

- 1) Učitel požádá žáky, aby si vytvořili řadu, kdy budou seřazení podle velikosti ruky od největší po nejmenší.
- 2) Poté je rozdělí do dvojic/skupin.

1.4 AKTIVITY A REFLEXE

1.4.1 REFLEKTOVÁNÍ BĚHEM AKTIVIT: JAK VÉST ŽÁKY K SEBEREFLEXI V PROCESU UČENÍ

Reflexi chápeme především jako mentální proces jedince, který podporuje učení. Tento mentální proces se děje skrze propojování jazyka a zkušenosti a dávání významu tomuto propojení. Součástí reflexe je uvědomování si toho, co je pro jedince podstatné. Jde o vědomý výstup, který pomáhá zapamatování a procesu učení v jeho celoživotní podobě (Nehyba, 2018).

Jednou z funkcí reflexe je, že umožňuje člověku se vědomě rozhodovat o tom, jaký má ke zkušenosti postoj, jestli díky ní získal všechny informace, které potřeboval, nebo zda by potřeboval ještě i jiné informace. Reflexe je metoda, která nám umožňuje zastavení a pohled zpět, abychom lépe porozuměli souvislostem mezi našimi předchozími zážitky nebo zkušenostmi v minulosti a využili nalezené uvědomění ke změnám do budoucna.

To souvisí i se samotným významem slova reflexe, které v latině (reflecto) původně znamenalo ohýbat, obracet nazpět, odrážet. A tak i reflexe odráží naše předchozí zážitky a pomáhá nám je změnit (ohnout), abychom nemuseli opakovat stejné chyby nebo mohli ve stejných situacích příště reagovat jinak.

Reflektovat můžeme např.:

- vlastní vnímání konkrétního tématu
- vlastní činnost či konkrétní aktivitu
- vlastní kompetence
- část programu
- jak se cítíme ve skupině.²

Během reflexe se střídá „řeč pro sebe“ a „řeč pro druhé“. Jednoduše řečeno, ne vše, o čem přemýšlíme, také řekneme a často to neřekneme stejným způsobem. Přejechy mezi těmito typy řeči jsou pro reflexi důležité, protože mezi nimi dochází k posunu významů zkušenosti či zážitků, které reflektujeme (Nehyba, 2018).

Když někdo nemluví, ještě neznamena, že nereflektuje, protože může jít právě o vnitřní řeč. Nicméně by měl dostat prostor pro to, aby mohl využít i vnější řeči.

Pro skupinové reflektivní sezení jsou hodnotné sdílené osobní názory a prožitky reflektujícího, protože jejich vyslovením je člověk pojmenuje, a také je může konfrontovat s názory a prožitky ostatních. Reflektování je dovednost, kterou se můžeme učit a trénovat ji.

Reflexe tak zvyšuje potenciál k tomu, že se účastníci něco naučí, ale neznamena to, že vždy je potřebná k tomu, aby proběhl proces učení.

Schopnost reflexe je tak podmíněna mnoha faktory, mezi které rozhodně patří i zralost jedince. Starší studenti jsou více reflektivní a nevyžadují tolik vnějších rad od autorit.

² DZS (2019).

Příkladem schématu, na kterém lze dovednost reflexe trénovat je např. Gibbsův cyklus reflexe (Gibbs, 1988). Je vhodný zejména pro začínající facilitátory reflexí a je vystavěn takto:

Popis situace: Co se stalo?

Pocity: Jaké pocity a myšlenky jsem při dané aktivitě prožíval?

Hodnocení: Co dobrého a špatného si z této situace mohu vzít?

Analýza: Jaký smysl tato situace může mít?

Závěr: Co dalšího mohu udělat?

Akční plán: Pokud se dostanu do této situace znovu, co udělám jinak?

Vedení podle tohoto modelu není konečnou dovedností facilitátora reflexe, zkušení facilitátoři vedou reflexi především s ohledem na aktuální potřeby skupiny a cíle reflexe.

Navíc i pro samotného pedagoga je důležité, aby vnitřně reflektoval, co se děje ve skupině a jak sám vede reflexi a podobně, tedy aby dokázal reflektovat svou roli facilitátora.

DVA KONCEPTY PRO SEBEREFLEXI ŽÁKŮ

Cílem tohoto příspěvku je seznámit učitele se dvěma pedagogickými koncepty, jak vést žáky k sebereflexi v procesu učení. Tyto modely nabízí inspiraci, jak může být strukturována prakticky každá vyučovací hodina, jejíž důležitou součástí je právě reflexe. Můžete nabízené modely či jednotlivé metody vyzkoušet a aplikovat na svou výuku. Tak bude více příležitostí se žáky trénovat reflexi a sebereflexi, kterou považujeme za nezbytný výstup každé aktivity či vyučovací jednotky.

1. TŘÍFÁZOVÝ MODEL UČENÍ (E-U-R)

E-U-R znamená evokace, uvědomění si významu informací, reflexe. Jde o popis průběhu učení pomocí zjednodušujícího modelu. Model E-U-R popisuje proces učení ve třech fázích. Je to model jednoduchý a současně účinný, zachovává maximum rysů přirozeného učení.

Model vychází z pedagogického konstruktivismu a jeho zásad

1. Poznání se utváří až v mysli toho, kdo se učí.
2. Žák o všem něco ví nebo si dokáže představit – má své prekoncepty.
3. Spontánní koncepty jsou velmi silné.

EVOKACE

Ve fázi **EVOKACE** si žák samostatně a aktivně vybavuje, co již ví o tématu, co se jen domnívá, jaké má k tématu otázky. Cílem této fáze je také zaktivizovat žáka a vzbudit jeho vnitřní zájem řešit předložený problém – tedy učit se. Již v této fázi se žáci učí (nejde jen o přípravu na učení).

Příklad:

Nejjednodušší formou evokace je zeptat se přímo žáků, co už o tématu vědí, pak je zásadní ptát se: Proč myslíte...? Jak podle vás...? Zažili jste někdy...? Jak jste se cítili, když...? Uveďte více různých řešení či odpovědí (aby zadání nevyklučovalo ze hry žákovy prekoncepty, ty správné i falešné). A co si myslíš ty? Souhlasíte všichni s návrhem Petra? Proč ano? Proč ne?

Proč myslíte, že je důležité mít maturitu?

Jak podle vás člověk pozná, že si vybral správně?

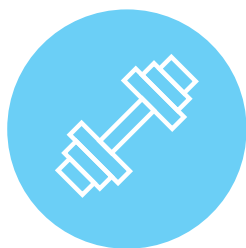
Zažili jste někdy, že jste se nerozhodli správně? Jak jste se cítili? Jak jste situaci řešili?

Pozor, pro žáky je důležité zažít si svůj „aha moment“, nejcennější je, když si na odpověď žáci přijdou sami. Učitelé jsou příliš často v roli vědmy, která se domnívá, že pokud zná správnou odpověď, musí ji žákům sdělit.

Metody pro fázi Evokace:

Brainstorming, Myšlenková mapa, Pětílístek, Alfa Box, Klíčová slova, T-Graf, Kostka, Kooperující bingo

Více k metodám zde: https://bit.ly/3dHB_rvp1

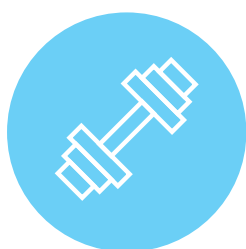
**Metoda Václavák**

1. Učitel připraví na lístečky pojmy z trhu práce např. CV, výběrové řízení, kompetence, HR, rekvalifikace atp.
2. Žáci mají za úkol zjistit a na lísteček zapsat definici/vysvětlení pojmu.
3. Žáci mohou zajít na „Václavák“, kde je spousta lidí (spolužáci) a zeptat se jich na názor.
4. Z lístečků lze dále vytvořit např. myšlenkovou mapu, skládat je do řady dle asociací.

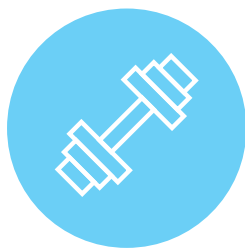
UVĚDOMĚNÍ SI VÝZNAMU

UVĚDOMĚNÍ SI VÝZNAMU informací a zkušeností – v této fázi navazujeme na rozkryté prekoncepty. V této fázi žáci pracují s materiálem (čtený text, zhlédnutí filmu, poslech přednášky, exkurze, pokus atd.), který dodal učitel na základě analýzy jejich vzdělávacích potřeb. Žáci ohledají téma z různých stran a snaží se uvědomit si, které informace vyplňují mezery odhalené v evokaci. Žák si může uvědomit, jaký význam má pro jeho poznání ta která informace, nově chápe nové informace a lépe chápe i své staré informace. Předpokládá to ovšem, že žák je v průběhu této fáze učení aktivní.

Žáci se učí pracovat s textem, aby byli do budoucna kdykoliv schopni nalézt potřebné informace, které už zapomněli nebo jim škola nedala.

**Alfa box**

Více v kapitole 2.4 Učební styly.



Metoda I.N.S.E.R.T.

Pomůcky: Pracovní list: I.N.S.E.R.T.

1. Učitel vybere přiměřený text k požadovanému tématu (internet je plný článků s tematikou světa práce). Učitel představí žákům metodu INSERT resp. systém čtyř značek (+, -, ?, fajfka) a pověsí je na viditelné místo ve třídě.

„fajfka“	– to znám, je to v souladu s mými dřívějšími vědomostmi
+	– informace je pro mě nová, přijímám ji, rozumím jí
-	– informace je v rozporu s tím, co vím z dřívějšíka, nepřijímám ji
?	– informaci nerozumím, je mi nejasná, potřebuji ji rozvést, konkretizovat, abych ji přijal/a
2. Žáci ve stanoveném časovém limitu individuálně pročítají text a opatřují jej značkami.
3. Učitel může stanovit limit pro počet značek na odstavec. Učitel také pracuje a opatřuje text značkami (získá představu o časové potřebě žáků a rozmyslí si své otazníky a minusy).
4. V další fázi žáci doplňují na připravené flipy (jeden flip pro každou značku) to nejdůležitější ke každému symbolu. Pokud už jeho „bod“ někdo zapsal, udělá k němu čárku. Žák zapíše vše, co chtěl, a sedne si do lavice.
5. Učitel pro třídu konstatuje plusy a otazníky. Otazníky a minusy komentuje a ujasní si s pisateli jejich výklad. Některé z otazníků a minusů může učitel zadat ke zjištění jako domácí úkol na příště.

Metody pro fázi Uvědomění si:

Insert, Třífázový rozhovor, ANO/NE, Řízené čtení, Pyramida údajů, Kmeny a kořeny

Více k metodám zde: https://bit.ly/3dHB_rvp1

REFLEXE

REFLEXE je třetí fáze procesu učení, ve které se žák ohlíží za procesem učení, kterým právě prošel, a formuluje si svůj nový obraz tématu nebo problému (co teď o něm ví, co si potvrdil, co si opravil, jaké otázky zůstaly nezodpovězeny, čemu by se chtěl o tématu příště naučit).

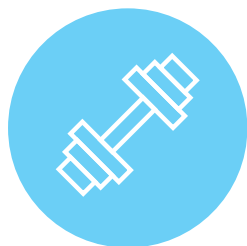
Na reflexi se při výuce často zapomíná, ač je stejně závažná jako ostatní fáze. Během ní si žáci třídí, sjednocují, systematizují vše nové, čemu se naučili, a nové poznatky si upevňují, přetvářejí svá původní vědomostní schémata.

Je důležité, aby se reflexi v hodině věnoval potřebný čas – bez ukončené reflexe zůstává žákovi i učiteli nejasné, co žák doopravdy během učení pochopil. Na zmátek v hlavě se těžko navazuje.

To je důvod, proč reflexi nemůže nahradit učitelovo shrnutí. Završená reflexe přináší důležitou zprávu nejen dítěti, ale i učiteli – jen pokud má možnost si udělat jasno o tom, kam až se jeho žáci s pochopením dostali, může přesně navázat s další výukou (učitel rozpozná zónu nejbližšího žákova vývoje).

Zaměření otázky nebo zadání k reflexi velmi záleží na tom, jaké jsme si stanovili cíle lekce a jak se k cílům hodila evokace a uvědomění.

Doporučujeme, aby také učitel reflektoval svou zkušenost.



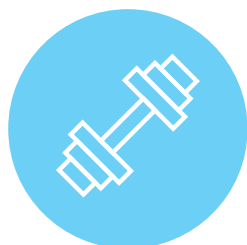
Škála

- 1) Každý žák vybere ze tří výroků na škále od zvládl/a po nezvládl/a.
- 2) Žák okomentuje aktuální stav svého učení (viz otázky v závorce).

Zvládl/a jsem bez problémů.

Zvládl/a jsem, ale mám co zlepšovat (co a jak, co nebo kdo mi pomůže, jaké vidím limity či rizika).

Nezvládl/a jsem a mám výrazné problémy (které a proč, co s tím můžu udělat, kdo nebo co mi pomůže, co mi může bránit to zvládnout).



Otázky ze seznamu

- 1) Učitel připraví 1–3 otázky pro závěrečnou reflexi (podle tématu, forem a metod práce se žáky).
- 2) Žáci si připraví odpovědi a sdílí ve skupině s ostatními, příp. prezentují jednotlivě celé skupině. Následuje seznam možných otázek pro závěrečnou reflexi jako inspirace:



Reflexe učení:

Co nového jsem se naučil/a, dozvěděl/a?
 Co mě nejvíce zaujalo?
 Co mi šlo dobře?
 Co bylo pro mě těžké pochopit/udělat?
 Co jsem dělal/a, abych (lépe) porozuměl/a?



Reflexe skupinové práce (pokud je součástí hodiny/výukového bloku):

Jak probíhala spolupráce?
 Co nám fungovalo?
 Co zachováme pro příště a proč?
 Co můžeme příště zařídit lépe?



Reflexe mých potřeb:

Co dělám raději: Pracuji podle už daných a ověřených postupů nebo raději vymyslím svou cestu, jak dosáhnout cíle (počítám s rizikem, že výsledek je nejistý)?
 Co ještě nevím a potřeboval bych zjistit? Čemu ještě nerozumím a potřeboval bych více probrat?
 Co bych potřeboval příště pro to, abych téma lépe pochopil/více mě bavilo/...?
 Co bych potřeboval od ostatních? Co bych potřeboval od sebe, když téma probírám s ostatními?

Metody pro fázi Reflexe:

Poslední slovo patří mně, Diamant, Sněhová koule

Více k metodám zde: https://bit.ly/3dHB_rvp1

Lze využít upravené metody z fáze evokace, např. Myšlenkovou mapu, Kostku, Alfa box, Vennův diagram, Klíčová slova, Kooperující bingo.

Téma Sebe prezentace v této Metodice zpracováno podle modelu E-U-R. Více v kapitole 3.1 Sebe prezentace.

2. FORMATIVNÍ HODNOCENÍ

Také formativní hodnocení je přístupem, který zahrnuje reflexi, resp. zpětnou vazbu jako nezbytnou součást procesu učení.

Formativní hodnocení je založeno na:

- důrazu na komunikaci mezi žákem a učitelem i žáky navzájem,
- pravidelném a četném vyhodnocování žákovské práce (poskytnutí zpětné vazby – informace o tom, co se podařilo, na co je třeba se zaměřit v budoucnu a jak konkrétně je třeba postupovat),
- stanovení výukových cílů a sledování pokroku každého žáka na cestě k těmto cílům,
- podporování zodpovědnosti studentů za své vlastní učení.

Dylan Wiliam definoval formativní hodnocení pomocí pěti klíčových strategií. V jeho pojetí je formativní hodnocení vlastně sadou aktivit, jejichž účelem je:

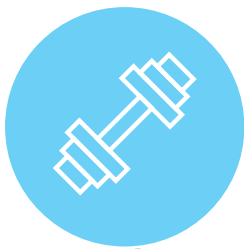
- vyjasnit cíle učení a kritéria úspěchu tak, aby jim žáci rozuměli
- připravit otázky, úkoly a aktivity a efektivně řídit třídní diskuse, otázky a aktivity tak, aby při nich vznikaly důkazy o učení
- poskytovat zpětnou vazbu, která žákům umožňuje posouvat se vpřed
- aktivovat žáky, aby se vzájemně stali zdrojem učení
- aktivovat žáky, aby se stali vlastníky svého učení.

A jakou funkci má zpětná vazba v rámci formativního hodnocení?

Zpětná vazba (více v kapitole 2.2 Zpětná vazba) je jádrem formativního hodnocení. Existují rozmanité ústní i písemné formy poskytování zpětné vazby žákům obsahující informace o míře naplnění stanovených kritérií. Je důležitý také interaktivní charakter zpětné vazby, neboť často až v dialogu se žákem učitel identifikuje mylný myšlenkový postup. Teprve potom může jako součást kvalitní zpětné vazby žákovi předat rady a doporučení, jak se nedopustit podobné chyby v budoucnosti. I učitel získává v procesu formativního hodnocení zpětnou vazbu o efektivitě a vhodnosti použitých vyučovacích postupů a měl by na základě této zpětné vazby flexibilně přizpůsobovat výuku identifikovaným potřebám (Majerová & Albrecht, 2018).

Dejme žákovi dostatek času, aby mohl zpětnou vazbu zapracovat a zkvalitnit podle ní svou práci, jinak zpětnou vazbu neposkytujeme.

Nástroje formativního hodnocení jsou využitelné také v kariérovém poradenství.

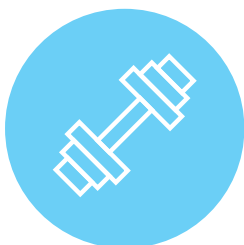


Zeptej se tří a pak mě (C3B4ME See three before me)

Předtím než žák požádá učitele o pomoc při řešení úkolu, musí se zeptat tří spolužáků, jestli znají správné řešení.

Žákovské (učební) portfolio

Bývá často pojímáno jako reprezentační, které má ukazovat nejnovější a nejlepší díla. Takové portfolio přináší doklady k sumativnímu hodnocení. **Formativní hodnocení přidává do portfolia lepší práci k té, která je považována za horší. Žák uvidí, v čem se zlepšil a rozpozná dráhu svého rozvoje, díky čemuž bude pravděpodobně schopen vidět i to, jaké další zlepšení je v jeho možnostech.** Soustředí-li se na zlepšení, zjistí i to, že jeho schopnosti se mohou postupně zvyšovat a že nezůstávají neměnnými.



Záznamy z učení

Pomůcky: Pracovní list: Záznamy z učení

Tato technika spočívá v tom, že žáci na konci výukové lekce vyplní záznam z učení, což jim může pomoci reflektovat jejich učení/posun. Žáci si mohou vybrat tři z nabízených nedokončených vět a odpovědět na ně (promyšleněji reflektovat proces svého učení)⁴:

Dnes jsem se naučil/a ...	Zaujalo mě ...	Nejdůležitější věc, o které se chci dozvědět více ...
Prekvapilo mě ...	Na této lekci se mi nejvíce líbilo...	Po této lekci se cítím ...
Nejužitečnější věci, kterou si z této hodiny odnáším je ...	Jedna věc, o které si nejsem jistý/á ...	Měl(a) bych z této lekce víc, kdybych ...

⁴ Podle Majerová, Albrecht (2018).

ZDROJE:

HAUSENBLAS, Ondřej a Hana KOŠTÁLOVÁ. *Co je E-U-R. Kritické listy* [online]. 2006, 24(4), 67-69 [cit. 2020-05-07]. ISSN 1214-5823. Dostupné z: <http://www.kritickemysleni.cz/klisty/24/komplet.pdf>

KYNCL, Libor. *Materiály pro vzdělávací program Čtením a psaním ke kritickému myšlení*. 2012.

MAJEROVÁ, Jiřina a Petr ALBRECHT. *Materiál pro seminář Formativní hodnocení v práci učitele 1*. 2018.

NEHYBA, Jan. Šest mýtů o reflexi? *Gymnasion: časopis pro zážitkovou pedagogiku* [online]. 2018, 12(1), 24-29 [cit. 2020-05-07]. ISSN 1214-603X. Dostupné z: https://gymnasion.org/wp-content/uploads/2018/05/G22-web_final.pdf

STARÝ, Karel. Sumativní a formativní hodnocení. In: *Metodický portál RVP: inspirace a zkušenosti učitelů* [online]. Národní pedagogický institut ČR, 2006 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/3aJq_rvp2

STEELE, Jeannie L. *Čtením a psaním ke kritickému myšlení*. Praha: Kritické myšlení, 2007, Příručka III.–VIII.

ZORMANOVÁ, Lucie. Výukové metody v pedagogice: Třífázový model učení. In: *Metodický portál RVP: inspirace a zkušenosti učitelů* [online]. Národní pedagogický institut ČR, 2012 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/3dHB_rvp1

KDE HLEDAT DÁL?

NOVOSÁDOVÁ, Monika a Lucie PŘÍŠOVSKÁ. *DŮM ZAHRANIČNÍ SPOLUPRÁCE (DZS). Úvod do neformálního vzdělávání* [online]. Praha, 2019, 82 s. [cit. 2020-05-07]. ISBN 978-80-88153-68-9. Dostupné z: https://bit.ly/2UUM_dzs1

STARÝ, Karel a Veronika LAUFKOVÁ. *Formativní hodnocení ve výuce*. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-1001-6.

WILIAM, Dylan a Siobhán LEAHY. *Zavádění formativního hodnocení: praktické techniky pro základní a střední školy*. Druhé revidované vydání. Praha: ve spolupráci s nakladatelstvím Martina Romana a projektem Čtení pomáhá vydala EDUKační LABORatoř, [2016]. ISBN 978-80-906082-7-6.

Pracovní list: Záznamy z učení

Žáci si mohou vybrat tři z nabízených nedokončených vět a odpovědět na ně (promyšleněji reflektovat proces svého učení):

<p>Dnes jsem se naučil/a ...</p>	<p>Zaujalo mě ...</p>	<p>Nejdůležitější věc, o které se chci dozvědět více ...</p>
<p>Překvapilo mě ...</p>	<p>Na této lekci se mi nejvíce líbilo...</p>	<p>Po této lekci se cítím ...</p>
<p>Nejužitečnější věcí, kterou si z této hodiny odnáším je ...</p>	<p>Jedna věc, o které si nejsem jistý/á ...</p>	<p>Měl(a) bych z této lekce víc, kdybych ...</p>

Pracovní list: Metoda I.N.S.E.R.T.

Metoda I.N.S.E.R.T. – aktivizační metoda s využíváním systému značek – mohou se psát do textu nebo se látka ve formě hesel může zaznamenat do tabulky

✓ Co již vím	+ Nová či zajímavá informace	- Informace , v rozporu s tím, co vím	? Neporozumění, otázky

1.4.2 REFLEKTOVÁNÍ PO AKTIVITÁCH: SKUPINOVÉ REFLEKTIVNÍ SEZENÍ

Skupinové reflektivní sezení (SRS) vnímám jako vhodný nástroj učení se potom, co jsme s žáky realizovali komplexnější/delší aktivitu. Smyslem tohoto sezení je utvořit podmínky pro učení ze zkušeností nezaujatě – tedy reflektovat to, co jsme chtěli žáky naučit, zároveň s možností reflektovat i to, co jsme nezamýšleli. Když se nám daří obojí, blížíme se k holistickému pojetí reflexe, kdy podporujeme učení se z co nejvíce aspektů zkušenosti.

SRS můžeme realizovat během 30–90 minut nebo během kratší doby, pokud si vybereme, co z níže popsaných bloků použijeme. Text lze chápat jako „návod“ na vedení komplexního skupinového reflektivního sezení, nebo jej lze využít jako „zásobník“ možností, z něhož si můžete vybrat jen to důležité pro vaši situaci. Získané informace můžete přizpůsobit na míru tomu, co jste s žáky dělali a jaké máte podmínky (čas, prostor, počet žáků, jejich chuť a aktuální dovednosti, stejně tak vaše chuť a aktuální dovednosti).

V následujících odstavcích popisují, jak vnímám SRS v prostoru třídy, ve vztahu k teoretickému kontextu a ve vztahu k aktivitám. Vycházím z vlastních zkušeností. V dalších podkapitolách popisují, jak vnímám reflexi během skupinového reflektivního sezení včetně toho, co ji podporuje, následuje sedm možných bloků skupinového reflektivního sezení, které lze využít jako kostru pro facilitaci takového sezení. Jedná se o Úvodní blok, Ventilační blok, Prožitkově emoční blok, Analytický blok, Různorodý blok, Výstupový blok a Závěrečný blok.

FACILITACE SKUPINOVÉHO REFLEKTIVNÍHO SEZENÍ

SRS je setkání, v kterém se ohlížíme za zkušeností žáků a snažíme se ji vytěžit tak, aby si z ní žáci mohli odnést co nejvíce. Obecně bývá takové sezení nazýváno jednoduše „reflexí“ či „skupinovou reflexí“ a často bývá realizováno v podobě kruhu z židlí, kde žáci a učitel sedí a skrze učitelem facilitovanou diskusi se snaží k něčemu dobrat či něco rozebrat. Skupinové reflektivní sezení tak, jak o něm zde píší, řadím do oblasti osobnostně sociálního rozvoje jedince, protože je zde snaha o rozvíjení co nejvíce aspektů daného jedince.

SRS s žáky také vnímám jako propojení konstruktivismu a sociálního konstruktivismu. Konstruktivismus v SRS spatřuji v tom, že učitel podporuje v diskusi vlastní konstruování úhlu pohledu jednotlivých žáků. Sociální konstruktivismus spatřuji v těch chvílích, kdy si žáci pomáhají s popisem jejich zkušeností (případně učitel pomáhá) a vzájemně se inspirují svými úhly pohledu.

SRS tak, jak o něm zde píší, pojmám jako model **aktivita + reflexe**. Aktivitou může být jakákoli činnost žáků, kterou následně chceme reflektovat. Zde píší o skupinovém reflektivním sezení po aktivitě.

Následující text popisuje jednu z možností, jak realizovat skupinové reflektivní sezení. Je určen především pro učitele a jejich práci s reflexí u žáků. Vycházím ze zkušeností s modelovými programy, z facilitací SRS na VOŠ pro budoucí sociální pracovníky, v kurzech zážitkové pedagogiky, SRS na workshopech, taktéž ze studia Zkušenostně reflektivního učení na FF MU⁵. Teoretickou i praktickou inspirací pro mě byly práce mých učitelů (Kolář, 2012; Nehyba, 2015), i mnohých dalších. Vřele však doporučuji přečíst si krátký a čtivý text o reflexi od Jana Nehyby (Nehyba, 2018).

⁵ Filozofické fakulty Masarykovy univerzity.

REFLEXE VE SKUPINOVÉM REFLEKTIVNÍM SEZENÍ

Reflexi chápu výhradně jako **mentální proces jedince**, který podporuje učení. Tento mentální proces se děje skrze propojování jazyka a zkušenosti a dávání významu tomuto propojení. Součástí reflexe je uvědomování si toho, co je pro jedince podstatné. Pro skupinové reflektivní sezení jsou hodnotné **sdílené osobní názory a prožitky** reflektujícího, protože jejich vyslovením je člověk pojmenuje a také je může konfrontovat s názory a prožitky ostatních. Reflektování je dovednost, kterou se můžeme učit a trénovat ji (Nehyba, 2018).

Reflexe velmi často nastává na základě **zpětné vazby**. Zpětnou vazbu v komunikaci vnímám jako jakékoli vyjádření osoby A vnímané osobou B, ze kterého osoba B čte informaci o sobě samotné. Zpětná vazba tak může pomoci spustit proces reflexe. Pro funkční SRS považuji snahu o **nehodnotící zpětnou vazbu**, která mluví pouze o tom, jak autor zpětné vazby vnímal situaci/osobu/slova. To znamená, že autor to, co řekne, označí za své myšlenky, své pocity, své vnímání. Nehodnotící zpětnou vazbu není snadné se hned naučit, některým skupinám a jedincům to trvá dlouhou dobu, proto je důležité trpělivě žáky vést k tomu, aby mluvili sami za sebe a nehodnotili, jestli se někdo chová, mluví, myslí či prožívá dobře, nebo špatně. K tomu velmi pomáhá, když si facilitátor taková vyjádření sám či s někým natrénuje a dodržuje ve skupině v maximální možné míře (více v kapitole 2.2 Zpětná vazba).



Příklady vyjádření nehodnotící zpětné vazby:

„Ve chvíli, kdy jsem mluvil o pravidlech skupiny a ty jsi mluvil o potřebách jednotlivce, jsem to vnímal tak, že se nedokážeme domluvit, jak budeme pracovat, potom jsem se cítil zmateně, a pak mě to i štvalo. Jak ses cítil ty?“

„Jirko, teď mluvíš o něčem, u čeho nechápu souvislost s naším tématem, mohl bys mi prosím říct, jak to souvisí?“

„Slyším, že moc nemluvíte, tak mám dojem, že se nudíte, jak to vnímáte vy?“

Vyjádření je důležité formulovat, aby obsahovalo **pozorování/popis** toho, co se dělo, můj **dojem/pocit/myšlenku**, která z pozorování vychází, a pokud je to potřebné, tak i nějaké **přání/prosbu** či **ověřující otázku** na ostatní od **autora** zpětné vazby. Zdůraznění toho, že já jsem autorem úhlu pohledu, který druhému sděluji, mi umožňuje převzít zodpovědnost za to, co říkám, stejně tak to umožňuje ostatním převzít zodpovědnost za jejich vyjádření.

Pro funkční SRS také považuji za důležité, aby se učitel staral o **jistotu, bezpečí a důvěru** ve skupině. To se snaží zajistit nehodnocením žáků, péčí o dodržování pravidel, která jsou zmíněna níže, a respektem k úhlu pohledu každého žáka.

Pro respekt k **úhlu pohledu** každého žáka (vnímání žáka) může být velice užitečné oddělování, které probíhá již v mysli toho, kdo facilituje SRS. Osobně mi velmi pomáhá, když ještě předtím, než něco řeknu, si uvědomím, co já si myslím (nebo cítím) o tom, co daný žák řekl, a co vím o tom, jak samotný žák svá slova vnímá. Jedná se tak o neustálé **všímání si dvojího významu** toho, co bylo řečeno. Díky tomu si mohu udržet vlastní integritu během facilitace a zároveň poskytnout svobodu myšlení ostatním žákům.

Co vnímám jako jeden ze základních předpokladů pro facilitátora SRS je jeho **vlastní reflektování** po SRS. Vřele doporučuji si po každém takovém sezení dát od 5 do 20 minut čas pro sebe, popsat pocity a myšlenky, které ze sezení zůstaly a říct si, co by na základě toho bylo dobré udělat příště. Pokud je to možné, můžeme požádat kolegu, aby si s námi o našich dojmech ze sezení promluvil.



Pro krátkou sebereflexi mohou jako struktura pomoci následující otázky:

- Jaké pocity či emoce ve mně zůstaly?
- Jaké myšlenky a uvědomění ze sezení mám?
- Co bych příště udělal/a jinak?

BLOKY SKUPINOVÉHO REFLEKTIVNÍHO SEZENÍ

Následující text je rozdělen do sedmi bloků. Jedná se o sedm částí, z nichž každá má ve svém zorném poli jiné aspekty SRS a má i jiné cíle. Zde popsané bloky mohou sloužit jako kostra pro facilitaci sezení.

Kromě úvodního a závěrečného bloku lze víceméně měnit pořadí bloků během SRS podle potřeb učitele. Také lze některé z bloků vynechat, případně přidat nějaký vlastní. Uvedené otázky v jednotlivých blocích není třeba využít všechny – vždy záleží na čase a cíli SRS. Pokud máme na sezení málo času, doporučuji vždy zvolit jednu až dvě otázky pro každý blok, dát žákům prostor pro odpověď, případně je znovu zopakovat.

ÚVODNÍ BLOK

V úvodním bloku se jedná o samotný začátek SRS. Tento blok vnímám jako započetí zcela specifického časoprostoru fungujícího podle vlastních pravidel. Jeho cíl a úkol lektora pak spatřuji v uvedení žáků do tohoto prostoru. Uvedení dělám skrze sdílení pravidel, časovým a tematickým orámováním prostoru, poděkováním za předchozí aktivitu a popisem předchozí aktivity. Pro skupinové reflektivní sezení doporučuji utvořit v místnosti uzavřený kruh z židlí tak, aby každý viděl na každého.

Důležité body bloku:

- Poděkování
- Rámec
- Pravidla
- Popis předchozí aktivity

Poděkování směřuji k aktivitě, kterou se chystáme reflektovat. K tomu, že do ní žáci šli, investovali do ní svoji energii, případně se snažím „vypíchnout“ nějaký moment, kdy překonali nějakou krizi – ocenit žáky (zde se lze inspirovat kapitolou 6.2 Oceňující zvědavost).

Rámec je především časový, tematický a upozorňující na cíle.

Sdílená pravidla pro reflexi v nezákladnějším podání vidím v pěti bodech:

- Informace o ostatních, které jsem získal v reflexi, nesdílím nikde jinde. Mohu však sdílet informace o sobě.
- Každý názor a úhel pohledu je dobrý, tolerujeme i to, s čím nesouhlasíme. Nehodnotíme, není lepší, ani horší názor, prožitek, úhel pohledu. Všechny jsou si rovné.
- Mluví pouze jeden, ostatní mu dají prostor. Kdo chce mluvit, řekne si o slovo.
- Každý mluví pouze sám za sebe.
- Sdílejte pouze to, co chcete. Sdílení je dobrovolné. Pokud se na něco necítíte, sdílet to nemusíte.

Pravidla není snadné dodržovat od začátku, každá skupina se to postupně učí, někteří žáci rychleji, někteří pomaleji. Čím lépe je s danými pravidly učitel sžitý, tím lépe může jít žákům příkladem. Není třeba se k žákům chovat drsně a sankcionovat je za nedodržení pravidel. Mně se osvědčila trpělivá (vytrvalá) **laskavá přísnost**.

To znamená, že např. ihned při porušení toho, že mluví pouze jeden (asi nejčastější) většinou poprosím to, aby ostatní nemluvili, zdůvodním to tak, že neslyším, což říká ten, který má mluvit a poprosím jej, aby to řekl znovu. Při nedodržení mluvení za sebe a nehodnocení vedu toho, kdo mluví, aby mluvil pouze za sebe a pouze o sobě. Pokud mu to nejde, pokouším se **pomáhat s formulací** tak, aby obsahovala pouze vnímání autora.

Popis předchozí aktivity slouží k tomu, aby si žáci uvědomili, co dělali a zaměřili na to pozornost.

Příklad úvodního bloku:

„Děkuji Vám za to, jak jste se odvážně vrhli do předchozí aktivity a společně jste se bavili o daných povoláních.“

„Máme na sebe přibližně 40 minut, za tu dobu bych se s vámi rád pobavil o tom, co jste zažili v předchozí aktivitě, zajímalo by mě i to, co nového jste si třeba naučili o tom, jaký jste

typ z Hollanda, případně co nového jste se o sobě dozvěděli.“

„Rád bych připomněl, že to, co si tu řekneme, tu také zůstane, nebudeme o tom mluvit jinde, kromě věcí, které zjistíte sami o sobě. O sobě můžete mluvit, jak chcete. Sdílejte jen to, co je pro vás v pohodě sdílet. Nebudu vás hodnotit za to, co řeknete, také se prosím nehodnoťte, není dobrá, ani špatná odpověď. Každý prosím mluvte sám za sebe, pokud mluví jeden, ať nemluví ostatní.“

„Mohl by se prosím někdo ujmout krátkého popisu toho, co jste všechno dělali v předchozí aktivitě?“



Otázky:

Co jste dělali v předchozí aktivitě? Zkuste to prosím někdo popsat.

VENTILAČNÍ BLOK

Ve ventilačním bloku probíhá prvotní sdílení dojmů, pocitů, emocí, myšlenek. Cílem je, aby žáci ze sebe dostali napětí z předchozí aktivity. To jim pomůže k uvolnění a snadnějšímu přemýšlení. Lektorský úkol vidím v podpoře sdílení zážitku, ne však v rozebírání zážitku. Díky tomuto bloku vzniká určité „skladiště materiálu“, které lze využít v pozdějších blocích SRS. Taktéž tímto blokem vykreslujeme první linky toho, jak žáci vnímají proběhlou aktivitu neboli toho, jak se k ní vztahují. Žáci si tak ke zkušenosti reflektovaně utvářejí prvotní vztah.

Důležité body bloku:

- Vztah k zažitému na obecné úrovni
- Ventilace zážitků
- Sdílení prvních a nejsilnějších dojmů

Sdílením žáci kromě ventilace zažitého také mapují svůj **vztah k proběhlé zkušenosti** (hodnocením, vyjadřováním pocitů), většinou sdílí to první, co je napadne, to má tu největší sílu v mysli, a pokud by sdíleno nebylo, může blokovat přemýšlení nad tématem.

Sdílení není třeba příliš strukturovat, ve své podstatě jde převážně o **hromadění**. Sdílení můžeme chápat taktéž jako určitý brainstorming, bereme vše, co přijde, na uklízení přijde čas později. Proto doporučuji žáky podporovat, aby v tomto bloku sdíleli co nejvíce, pouze trochu ohraničovat jejich pozornost. Pokud máme dojem, že žáci mluví o něčem, co s reflektovanou aktivitou či SRS a tématem nesouvisí, prostě jen položme otázku, jaký je vztah mezi tím, co řekl, a tím, co se probírá. Třeba budeme překvapeni.



Otázky:

- Jaké to pro vás bylo?
- O čem to pro vás bylo?
- Co jste zažili?
- Co ještě?
- Jaký je vztah mezi tím, co říkáš, a tématem?
- V čem je souvislost mezi X a Y?

PROŽITKOVĚ EMOČNÍ BLOK

Ventilační blok se může prolínat s prožitkově emočním blokem. Jedná se o prosté pojmenování prožívaných emocí. Pojmenování emocí má hluboký smysl, protože jejich prožívání ovlivňuje to, nad čím a jak přemýšlíme. Pokud emoce pojmenujeme, bývá snazší je přijmout a začít přemýšlet jinak, díky čemuž získáme nové informace. Práci s emocemi vnímám také jako práci s motivací, skrze poznání emocí poznáváme naši motivaci.

Důležité body bloku:

- V uplynulé aktivitě: jaké emoce žáci prožívali, kdy je prožívali
- Během SRS: co je v žácích teď – emoce, pocity, myšlenky
- Empatie lektora
- Nehodnocení, nerozebírání emocí

Mapování: minulost a empatie

Reflexi emocí lze zaměřit na **prožitek žáků v reflektované aktivitě**, tedy na minulost. V takovém případě se doptáváme na prožitky žáků a ptáme se, jaké emoce zde zažívali. Jako důležité zde vnímám pouze se ptát, jaká emoce to byla a v jakou chvíli byla prožívána. Cílem je pouze emoce mapovat. Lektor zde může používat svoji empatii, vnímat, jak by se on sám cítil v dané situaci, a nabídnout to žákovi, pokud on sám si není jistý. Nicméně přednost by vždy mělo mít samotné vnímání žáka.

Mapování: přítomnost a empatie

Reflexe emocí také může být zaměřena na přítomnost, **tady a teď**. Na to, co žák prožívá v ten daný moment, kdy říká to, co říká. Uvědoměním si prožitku v přítomném čase může žák mít přímý přístup k tomu, jaký vliv mají emoce na jeho vnímání tématu. V tuto chvíli lektor může také používat svoji empatii, aby žákovi byl oporou při prozkoumávání svého prožitku.

K empatii je však důležité říct, že se **nejedná o podsouvání** emocí. Pokud žák ví, co prožíval, netřeba mu sdílet naše vnímání (pokud však neusoudíme, že by to mohlo být prospěšné). Jestliže však žák neví nebo si není jistý, nebo je tam ještě něco, můžeme sdílet, jak to vnímáme pouze my, ovšem s vědomím, že se jedná o pouhou nabídku a je v pořádku, když bude odmítnuta.

Mapování: neanalýza, nehodnocení

Mapování emocí je v podstatě popis, **analýza emocí** a jejich důvodů **nemá místo** v tomto typu skupinového reflektivního sezení. Doporučuji neptat se žáků, proč zrovna v takových situacích daný žák prožívá tohle. Zobecnění emocí a další hledání příčin dle mého názoru spadá do seberozvojových a sebezkušnostních terapeutických skupin.

V žádném případě zde **nemá prostor hodnocení emocí** – nejsou emoce lepší či horší, prostě jsou. Ale můžeme je dělit na příjemné a nepříjemné.

Pokud máme dojem, že je někdo v danou chvíli svými **emocemi** příliš **zahlcen**, můžeme se zeptat, co by pro sebe v tu chvíli potřeboval udělat, aby byl v pohodě a v klidu a nechat jej se o sebe postarat.

**Otázky:**

- Jaké emoce jste během aktivity prožívali? (radost, smutek, strach, hněv, stud, zvědavost, láska, nenávisť, zmatek, nuda, zaujetí, klid)⁶
- Ve které chvíli jste je prožívali?
- Co je ve vás teď?
- Bylo to příjemné, nepříjemné?
- Co bys pro sebe potřeboval udělat, abys byl v klidu/abys mohl pokračovat?

⁶ Inspirováno Nakonečným (2000).

ANALYTICKÝ BLOK

V analytickém bloku se již přímo pohybujeme v tématu zažité aktivity. Během tohoto bloku se snažím být si vědom, co bylo cílem aktivity, jaký jsem měl záměr, a mapuji myšlenkovou a vyhodnocovací oblast vnímání žáků. To znamená, že zjišťuji, jaký dopad na přemýšlení žáků aktivita měla.

Důležité body bloku:

- V rámci tématu aktivity rozebíráme to, o čem pro žáky aktivita byla, jak oni sami to mají, co si o tom myslí
- Uvažujeme nad tím, k čemu by žákům mohlo být to, co zažili
- Prohlubujeme a rozšiřujeme úhly pohledu otázkami

V rámci tématu aktivity se jedná o mapování toho, jak **aktivita ovlivnila přemýšlení** žáků nad tématem a jak se téma vztahuje k jejich běžnému životu. K takovému mapování si můžeme připravit otázky mířící přímo na důležité body tématu. Tím prohloubíme a rozšíříme přemýšlení nad daným tématem.

Cílem je to, aby si žáci uvědomili, jak u nich samotných téma funguje. V diskusi pak jde o **zjišťování názorů žáků**. Například v tématu jak povolání rodičů ovlivňuje volbu povolání jejich dětí žákyně jménem Anna přijde na to, že některý z rodičů chce, aby dělala to, co rodič sám nemohl (promítá do ní svá nesplněná přání).

Když nashromáždíme různá uvědomění, hledáme cesty, k čemu by **uvědomění** žákům mohla v **životě být**, např. „Aničko, k čemu by ti třeba mohlo být dobré, že víš, že máma po tobě chce, abys šla studovat medicínu, protože ona sama nemohla?“ Zde by bylo možné navázat utvářením řešení z kapitoly 6.3 Utváření řešení z obsahu komunikace během rozhovoru.



Otázky:

- Věděli jste, že...?
- Co si myslíte o X?
- Jaký máte názor na Y?
- Jak vnímáte X?
- Co z ABC je pro vás důležité? Co je méně důležité?
- Potkáváte se s tím ve svém běžném životě? Jak?
- Co byste si z toho mohli do života odnést?
- K čemu by vám to mohlo být v životě dobré?

RŮZNORODÝ BLOK

Různorodý blok se překrývá s blokem analytickým a po nějaké chvíli běží spolu s ním. V tomto bloku se dívám především na sociální aspekt reflexe. Cílem je dát různé úhly pohledu žáků na jednu věc vedle sebe, aby se žáci vzájemně mohli inspirovat.

Důležité body bloku:

- Překrývá se s analytickým
- Vynesení na světlo mnoha názorů a udržení jich v jedné rovině
- Propátrávání a přidávání (když si představíme úhel pohledu žáka jako kužel světla baterky ve tmě svítícím na dané téma, chceme, aby dále svítil, ale zároveň aby začal svítit na téma i další kužel světla, úhel pohledu dalšího žáka)
- Ochrana jednotlivých názorů
- Vzdát se soudce pravdy
- Inspirace

Názory a informace z analytického bloku chápu jako úhly pohledu – každý žák má svůj úhel pohledu. **Úhly pohledu** se snažím **stavět vedle sebe**, ovšem bez porovnávání toho, co je dobré a co je špatné. Můžeme mapovat výhody a nevýhody, ale vždy musíme mít na paměti, že každý úhel pohledu má své výhody a své nevýhody.

Jako užitečné vnímám **ochraňovat každý** přinesený **názor** – nemusím všemu rozumět, důležité je, že ostatní žáci budou mít příležitost se inspirovat. Mým lektorským cílem je tak v tomto bloku „vymodelovat“ co nejvíce úhlů pohledu tak, aby stály všechny vedle sebe v jedné rovině.

Po určité době modelování nechám být a začnu se ptát žáků, kterým úhlem pohledu by se chtěli **inspirovat**, které názory ostatních se jim líbí, se kterými souhlasí a k čemu by inspiraci ostatními mohli použít.

Někdy může být pro lektora svůdné a atraktivní se k některým názorům také více klonit. A také s některými názory nesouhlasit. Doporučuji však **zůstat nestranný**, svůj příklon či nesouhlas nesdílet či sdílet minimálně. I názor, který nám nebo ostatním může přijít nesmyslný či zbytečný, má mezi ostatními své místo a svým nesouhlasem můžeme zamezit sdílení daného žáka.



Otázky:

- Otázky z analytického bloku + kdo to má podobně? Kdo to má jinak? V čem?
- Čím byste se chtěli inspirovat?
- Který úhel pohledu je vám blízký? Čím?
- Shrnování různých úhlů pohledu, snaha o různorodost

VÝSTUPOVÝ BLOK

Výstupový blok formálně situuji těsně před konec reflexe, ale reálně může probíhat kdykoli během reflexe a v podstatě i probíhá, jen na něj nemusíme mít přímo zaměřenou pozornost. Před koncem reflexe na něj však pozornost zaměřuji přímo, aby byl vědomý. Cílem tohoto bloku je uvědomit si výstupy z učení.

Důležité body bloku:

- Co nového se žáci naučili z diskuse?
- K čemu by to nové mohlo být?
- Diskuse jako celek

Ve výstupovém bloku se již nezaměřuji na aktivitu, kterou celou dobu reflektujeme, ale na **reflexi samotnou** (i když neodmítám, když někdo přijde na něco nového ještě ze samotné aktivity).

Snažím se účastníky vést k tomu, co **nového se naučili** o sobě, ostatních či tématu a jak by to ve svém **životě** mohli **využít**. Ptám se také na pocity, které si odnášejí.

Pokud je skupina dostatečně zralá, pro integraci zážitku z celého SRS se ptám, k čemu by žáci SRS přirovnali. Jakou **metaforu** by zvolili. Následně je nechám postupně sdílet jejich metafory. Pokud je skupina méně zralá nebo je méně času, rád používám **obrázkové karty s otázkou**, ke které kartě by dnešní SRS žáci přirovnali. Poměrně úspěšně lze použít obrázkové karty Pestrý svět, nebo ze hry Dixit.



Otázky:

- Co nového jste se naučili?
- Co nového jste se dozvěděli?
- Co nového jste si vyzkoušeli?
- Kterým názorem jste se nechali inspirovat?
- Co pro vás bylo nejdůležitější?
- Jaký pocit/jaké pocity si odnášíte?
- Co z toho už znáte ze svého života?
- Co byste si chtěli odnést z celé reflexe?
- K čemu vám to, co si ze dneška odnesete, může být užitečné ve vašem životě?
- K čemu byste dnešek přirovnali?
- K jaké kartě byste dnešek přirovnali?

ZÁVĚREČNÝ BLOK

V závěrečném bloku jde o uzavření SRS. V takovou chvíli velmi rád **poděkuji** za snahu a energii, kterou každý žák investoval do SRS. Také připomenu, aby **informace**, které zjistili o ostatních, **nesdíleli** s nikým, kdo nebyl přítomen, aby sdíleli pouze informace o sobě.

Pokud se jedná o skupinu s více reflektivními setkáními, rád zakončuji nějakým **rituálem**, např. společným tlesknutím, společným sfouknutím svíčky, bojovým pokřikem. Pokud se jedná o jednorázové setkání, postačí poděkovat a popřát hezký den.

Důležité body bloku:

- Připomenutí diskrétnosti
- Zatleskání/poděkování
- Rituální ukončení



Jako facilitátoři (nebo například kdybychom byli jako pozorovatelé na náslehu u kolegy) můžeme zkoušet sledovat, jestli a jak se výše zmíněné bloky objevují v reflektivním sezení nehledě na to, na který blok je facilitátor–učitel zrovna zaměřený. Například můžeme zkusit, jestli se ve výseku pěti minut z reflektivního sezení objevily všechny bloky v komunikaci žáků a jakou měly podobu.

ZDROJE:

KOLÁŘ, Jan. *Skupinová reflexe u lektorů osobnostně sociálního rozvoje* [online]. Brno, 2012 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://is.muni.cz/th/a7lqf/Disertacni_prace.pdf. Disertační práce. Masarykova univerzita. Vedoucí práce doc. Mgr. Petr Novotný, Ph.D.

NAKONEČNÝ, Milan. *Lidské emoce*. Praha: Academia, 2000. ISBN 80-200-0763-6.

NEHYBA, Jan. *Reflexe mezi diskurzy: Hledání atributů reflexe pro pedagogickou vědu* [online]. Brno, 2015 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://is.muni.cz/th/kbdpz/Disertace_Nehyba_Reflexe_mezi_diskurzy.pdf. Disertační práce. Masarykova univerzita. Vedoucí práce Doc. PhDr. Bohumíra Lazarová, Ph.D.

NEHYBA, Jan. Šest mýtů o reflexi? *Gymnasion: časopis pro zážitkovou pedagogiku* [online]. 2018, 12(1), 24-29 [cit. 2020-05-07]. ISSN 1214-603X. Dostupné z: https://gymnasion.org/wp-content/uploads/2018/05/G22-web_final.pdf

2 SEBEPOZNÁNÍ

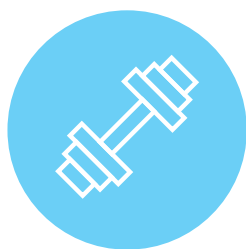
2.1 SEBEPOZNÁNÍ: JAK POZNAT SÁM SEBE A SVÉ PROFESNÍ ZAMĚŘENÍ

Sebepoznání – poznávání a uvědomování si sebe sama je celoživotní proces a úkol. Sebepoznání je proces, který nám pomáhá pojmenovat naše schopnosti, zájmy, hodnoty, silné a slabé stránky a díky tomu pochopit vlastní životní role, poslání a priority.

Čím lépe se známe, tím jsou všechna naše rozhodnutí vědomější a svobodnější. Sebepoznání je základem rozvoje člověka, cestou svobody, pravdy a směřováním k moudrosti.

V následujícím textu vám chceme poskytnout materiál, díky kterému můžete podpořit proces sebepoznávání u svých žáků. Můžete jim pomoci dosáhnout takového stupně sebepoznání, aby byli schopni rozhodování v souvislosti se svojí vzdělávací cestou a budoucím pracovním uplatněním.

2.1.1 JAK POZNÁM SÁM SEBE? SEBEREFLEXE: JAKÉ JSOU MÉ VLASTNOSTI A SCHOPNOSTI?



Individuální sebereflexe

Nabízíme dvě aktivity ke strukturované sebereflexi pomocí pracovních listů. Aktivity lze využít jako prostor k zamyšlení o své budoucí profesi a rovněž mohou posloužit coby příprava žáka pro individuální konzultaci kariérového poradenství.

Cílová skupina: žáci ZŠ/SS

Časová náročnost: 10–30 min

Pomůcky: Pracovní list: Zamysli se, Pracovní list: 5 otázek na cestě k volbě povolání

Cíl aktivity:

- Žáci si pomocí dané struktury mají možnost promyslet a nasměrovat své úvahy ohledně profesní volby.
- Schopnost formulovat své dispozice, záměry a cíle je důležitá kvalita ověřovaná a požadovaná nejen při ucházení se o pracovní pozice.

Popis aktivity:

- 1) Vyučující rozdá žákům pracovní listy.
- 2) Žáci si pracovní listy samostatně vyplní (ve výuce či doma).
- 3) Následuje diskuse a reflexe – individuální či skupinová. Co jsem se dozvěděl? Co jsem si mohl uvědomit? Co pro mne byla snadná/ obtížná otázka? V čem vidím smysl aktivity?



Aktivitu je možné využít jako podklad a přípravu pro individuální konzultaci kariérového poradenství.

Pracovní list: Zamysli se

Žáci si mohou vybrat tři z nabízených nedokončených vět a odpovědět na ně (promyšleněji reflektovat proces svého učení):

ZAMYSLI SE...

CO NA MNĚ OCEŇUJÍ OSTATNÍ?	CO MĚ BAVÍ V ŽIVOTĚ?	CO MI JDE VE ŠKOLE?

ZAMYSLI SE...

představ si, že každá část Tvého těla je symbolem pro nějakou Tvoji kvalitu, schopnost nebo dovednost. Zkus k jednotlivým částem těla vymyslet dle zadání to, co pro Tebe platí.

ÚSTA: co se mi daří v komunikaci?

HLAVA: čemu rozumím a co znám?

SRDCE: jaké mám hodnoty?

RUCE: co se mi v životě povedlo?

NOHY: co jsou moje zdroje, o které se můžu opřít?



Pracovní list: 5 otázek na cestě k volbě povolání**1. Co bys rád/a v životě dělal/a, aby tě to naplňovalo a dávalo ti to smysl?**

– A co bys dělal/a, kdybys neměl/a žádné limity a omezení?

– Co je pro tebe důležité?

– Jaké máš sny a plány?

Dej své fantazii úplnou svobodu, ať si můžeš vysnit přesně takový život, jaký se ti líbí. Cílem je brainstorming představ o svém budoucím uplatnění.

2. Co tě baví ve škole?

– Co ti jde snadno, bez učení a námahy? Z čeho máš nejhorší známku a proč?

3. Co rád/a děláš ve volném čase? Jaké máš kroužky/volnočasové aktivity?

Co nejraději děláš, když máš úplně volno a nic nemusíš?

– Co se ti daří?

– Jaké činnosti tě nabíjí energií? Při kterých činnostech zapomínáš na čas?

– Pro co máš nadání?

4. Jak si představuješ svůj pracovní den? Popiš ho!

– Jaké je tvé životní tempo? Jak se tvůj životní styl může odrážet v běžném pracovním dni?

– Co chceš v práci zažívat?

5. Co je pro tebe ve vysněné práci důležité?

Zamysli se nad tím, na jakém místě se v rámci škály se svými potřebami nacházíš. Která z hodnot je pro tebe důležitější a jak moc?

Materiální zabezpečení (hodně vydělat) ←.....→ aby práce měla smysl, přesah; sdílení hodnot

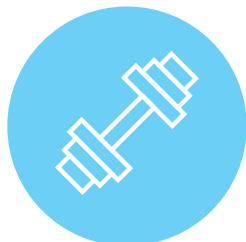
Pracovat v týmu, kolektivu ←..... → individuálně, sám doma, ...

Pracovat podle zadání ←...→ samostatně, kreativně, vytvářet si vlastní plán a náplň práce

Pevná pracovní doba ←.....→ flexibilita

Práce v kanceláři ←.....→ v dílně, zahradě, řemeslo, ...

Práce s pomůckami, materiály ←.....→ s idejemi, abstraktními tématy



Činnosti

Cílová skupina: žáci ZŠ/SSŠ

Časová náročnost: 10–30 min

Pomůcky: Pracovní list: Činnosti

Cíl:

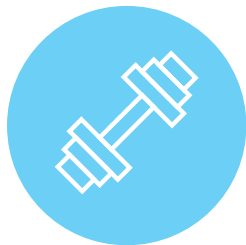
- Uvědomění si toho, jaké činnosti žák dělá rád, přinášejí mu energii
- Zjistit, co z toho může žák využít pro svoji profesní volbu
- Žáci získají přehled o aktivitách, které dělají, a mají prostor si uvědomit, co je na tom pro ně naplňujícího. Důležité je také rozpoznat a pojmenovat své dovednosti, případně pracovní a volnočasové aktivity, kterým se věnují a které mohou mít vliv na jejich budoucí uplatnění na trhu práce.

Popis aktivity:

- 1) Učitel instruuje žáky, aby se zamysleli a zapsali do pracovního listu „Činnosti“ k jednotlivým dnům všechny aktivity, které dělají (i nepravidelně) – např. *sportuji (jaký sport), vynáším koš, jsem skaut atd.*)
- 2) Poté, co si žáci zapíší všechny aktivity, které dělají, vyberou si z nich ty, které je baví nebo je dělají rádi a podtrhnou je.
- 3) Učitel vybídne žáky, aby se zkusili zamyslet nad tím, co mají rádi na těchto aktivitách a co se díky nim naučili. Jaké dovednosti díky těmto aktivitám rozvíjejí?

Pracovní list: Činnosti

Den v týdnu	Činnosti
Pondělí	
Úterý	
Středa	
Čtvrtek	
Pátek	
Sobota	
Neděle	
Další činnosti	



Domino

Cílová skupina: žáci ZŠ/SS

Časová náročnost: 10 min

Pomůcky: list papíru (pokud zařazujeme aktivitu samostatně); Pracovní list: Sebepoznání 2 (pokud je součástí níže navrhovaného bloku)

Cíl:

- Žáci si uvědomí své zájmy a dovednosti/kompetence, které pomocí nich rozvíjejí.
- Současně zjišťují informace o svých spolužácích.
- Být si vědom svých silných stránek a kompetencí podporuje sebedůvěru a pomáhá při získávání uplatnění na trhu práce.
- Volnočasové aktivity a koníčky mohou být zdrojem dovedností a inspirací pro volbu povolání. Uvědomění pomáhá s odpovědí na otázku „Co mě baví?“

Popis aktivity:

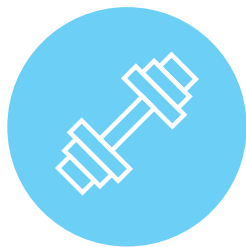
1. Učitel vyzve žáky, aby si vzpomněli na 2 činnosti/aktivity/hobby, které je baví.
2. Následně učitel vyzve jednoho z žáků, aby jmenoval své aktivity a skupina poslouchá. Pokud některý žák má stejný koníček, tak zareaguje (předem domluveným signálem – např. přihlásí se) a sám přidá další aktivitu, která jej baví (ale je jiná než ta předchozí). Vytváří se tak „dominový efekt“.
3. Pokud se ve skupině nenajde nikdo, kdo by měl stejnou zálibu/koníček/aktivitu, musí žák říci jinou. Pokud se ozve více spolužáků, tak pokračuje ten, kdo se ozval jako první.
4. Vystřídají se všichni žáci.
5. Žáci se zamyslí nad tím, jaké dovednosti či znalosti si díky svým zájmům rozvíjí a zapíše si výstup do pracovního listu.

Pohybová varianta:

Žáci sedí v kruhu, židlí je o jednu méně než žáků. Zbývající židle stojí uprostřed kruhu. Na ni si sedne žák, který jako první „vykopne“ svou oblíbenou aktivitu, zvednou se všichni ostatní žáci, kteří aktivitu se spolužákem rovněž sdílí a snaží se mezi sebou vyměnit si místa. Komu se místo najít nepodaří, usedne doprostřed a pokračuje jmenováním svého koníčku.

Pracovní list: Domino

Co mě baví, v čem jsem dobrý	
O školách	Informace O povolání
Jak mne vidí druzí	
Jaký jsem typ	Charakteristika typu
	Povolání
	Povolání



Mandala polarit aneb Moje „protipóly“

Cílová skupina: žáci ZŠ/SS

Časová náročnost: 15 min

Pomůcky: Pracovní list: Mandala polarit

Cíl:

- Zamyslet nad svými vlastnostmi, jak kladnými, tak i těmi obtížně přijatelnými.
- Možnost nahlédnout na celistvost sebe sama v různých polaritách bez hodnocení kladných a záporných vlastností.
- Nehodnotící mapování svých dispozic a charakteristik je důležitým prostředkem k rozšiřování přijetí sebe sama a následně umožňuje větší svobodu v jednání („Za některých okolností jsem...“ „Za jiných se chovám...“ X „Já vždycky...“ „Já nikdy...“).

Popis aktivity:

- 1) Vyučující rozdává žákům pracovní listy s kruhem. Do výsečí jedné poloviny kruhu si žáci napíší všechny své vlastnosti či charakteristiky, kterých jsou si u sebe dobře vědomi.
- 2) Po ukončení práce na první polovině kruhu dostanou žáci za úkol doplnit do protilehlých výsečí kruhu protiklady vlastností uvedených na protější výseči, tedy to, co vnímají jako opačné k daným charakteristikám. Nemusí se jednat přímo o antonyma, spíše hledáme vlastní protipól té které vlastnosti, jak je každý vnímáme subjektivně (protikladem „milý“ může být jak „zlý“, tak i „nevrlý“). Protikladné vlastnosti můžeme také hledat v odpovědi na otázku „Jak to dělám, když si chci od – např. empatie – odpočinout?“.
- 3) Po vyplnění výsečí celého kruhu si žáci znovu projdou všechny sepsané charakteristiky. Všechny charakteristiky, ve kterých se žák pozná, si může zakroužkovat. Pokud jsou v kruhu uvedeny některé z charakteristik, se kterými se žák neidentifikuje a má pocit, že se je vůbec netýkají, může je škrtnout.
- 4) Charakteristiky zjištěné v polaritách si mohou žáci zkusit vložit do věty: „Za některých okolností jsem...“ „Za jiných se chovám...“ (např. „Za některých okolností jsem empatická, jindy se ale nechci s nikým bavit.“ Pozorujte, jak vám který výrok zní a jaké to ve vás vyvolává pocity.) (podle Kuneš, 2009).



Jaká pro vás aktivita byla? Dozvěděli jste se o sobě něco nového a případně co? Překvapilo vás něco?

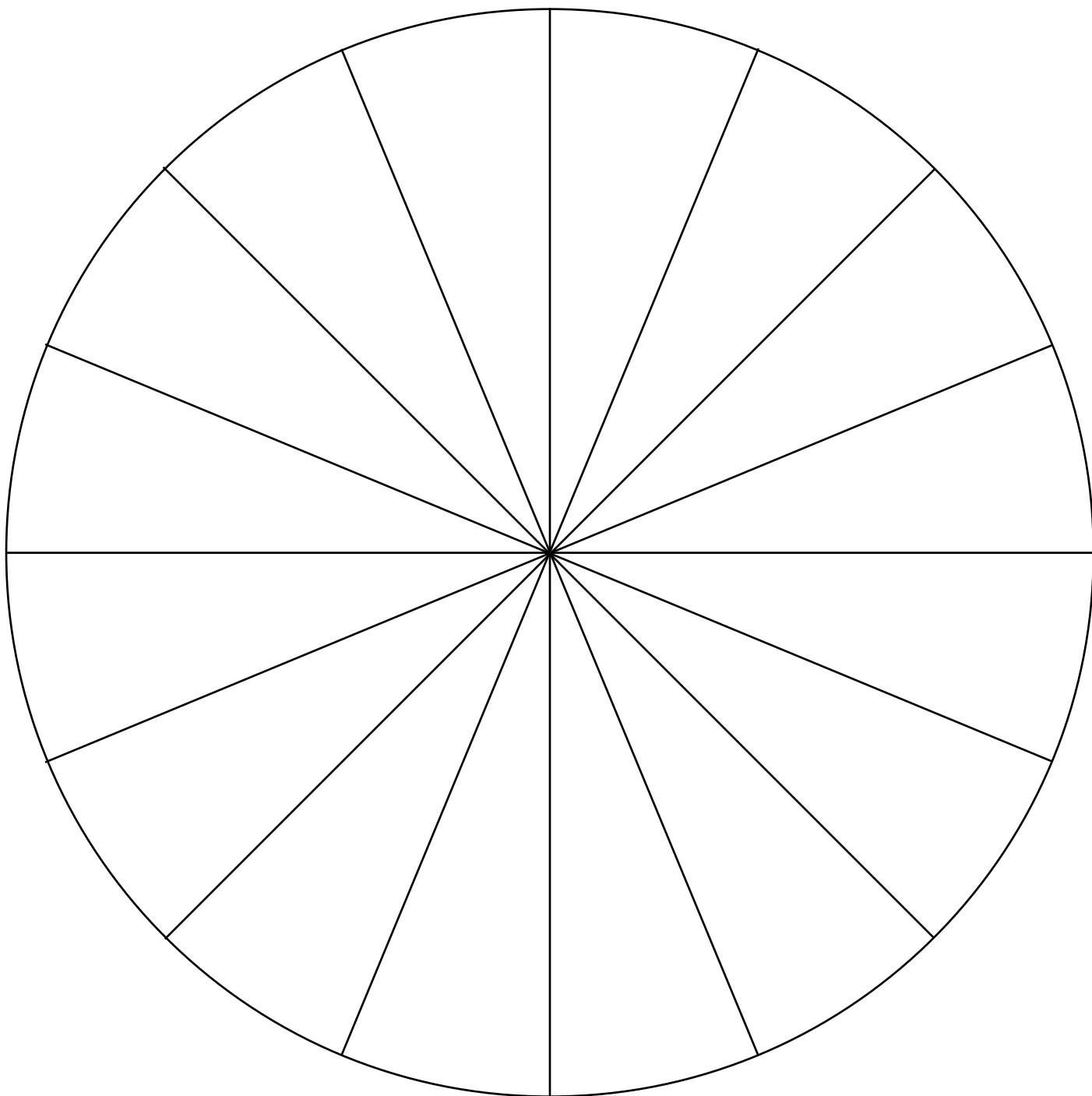
Jak se konkrétní vlastnost či schopnost, kterou jste o sobě zjistili, ve vašem životě projevuje?

Co můžete zítra udělat nového, abyste tuto svou vlastnost/schopnost/dovednost dokázali využít novým způsobem?



Technika nemusí nutně začínat soupisem kladných vlastností, spíše je vhodné zaznamenat ty své charakteristiky, které si zrovna uvědomujete. Pro některé žáky může být těžké popisovat, byť i jen sami před sebou, své kladné stránky, a naopak je pro ně velmi objevné, když ve svých uvědomovaných „nedokonalostech“ mohou najít polaritu vlastních kladných charakteristik.

Pracovní list: Mandala polarit



2.1.2 JAK POZNAT, PRO JAKÉ POVOLÁNÍ SE HODÍM?

Jednou z možností, jak poznat, která profesní oblast by nám nejvíce vyhovovala, je zorientovat se v profesní typologii J. L. Hollanda a najít si profesní typy, které odpovídají vlastním osobnostním potřebám a schopnostem.

Profesní typologii je vhodné realizovat jako další krok následující po důkladné sebereflexi (viz návrh dramaturgie lekce).

Teoretické pozadí typologie RIASEC⁷:

John Lewis Holland (1919–2008), americký psycholog a výzkumník vytvořil teorii, která odpovídá na řadu otázek, jak a proč si většina lidí volí povolání. Holland předpokládá, že lidé mají sklon vybírat si zaměstnání, které odpovídá jejich vlastnostem, schopnostem, dovednostem, znalostem a hodnotám a tomu, co chtějí. Každý z nás má sklon preferovat povolání patřící do jedné či více oblastí z šesti velkých skupin pracovního prostředí (R – motorické – řemeslné prostředí, I – intelektuální prostředí, A – estetické prostředí, S – podpůrné prostředí, E – přesvědčující prostředí, C – konformní prostředí).

Rozlišujeme tedy šest typů osobností podle pracovního prostředí, které odpovídá jejich zaměření. Označujeme je písmeny RIASEC.

Hollandova teorie ve 4 tvrzeních:

1. Osobnost jednotlivce můžeme popsat kombinací 6 typů: realistický, badatelský, umělecký, sociální, podnikatelský a konvenční.
2. Prostředí (pracovní místa, studijní programy a volnočasové aktivity) můžeme rovněž popsat těmito typy.
3. Pro osobnost určitého typu jsou přitažlivá prostředí, která jsou stejná nebo podobná jako její typ.
4. Pokud je jedinec v prostředí stejného nebo velmi podobného typu, je spokojený a zůstává v tomto prostředí. Zároveň je pro dané prostředí přínosem.

6 osobnostních typů podle Hollanda

Realistický (Realistic – R)

Rád pracuje s nástroji, stroji nebo zvířaty. Rozvíjí se manuálně, mechanicky. Rád pracuje v hospodářství. Dává přednost povoláním, která obsahují tvorbu nebo opravu věcí. Má sklon držet se při zemi a je praktický.

Badatelský typ (Investigative – I)

Má rád činnosti, které se týkají biologických nebo fyzikálních věd. Rozvíjí matematické a vědecké schopnosti. Preferuje povolání v oblasti vědy a medicíny. Má sklon být zvědavý. Rád se učí a je nezávislý.

⁷ Více o teorii RIASEC najdete např. zde:

- https://bit.ly/3dL1_riasec1
- https://bit.ly/2UC2_karierozvoj
- https://bit.ly/39Ja_riasec2

Umělecký (Artistic – A)

Má rád kreativní metody a aktivity, které nejsou stereotypní. Rozvíjí jazykové, umělecké, hudební nebo dramatické dovednosti. Preferuje povolání, kde může využívat svoje talenty. Má silný sklon k tvořivosti a svobodomyšlnosti.

Sociální (Social – S)

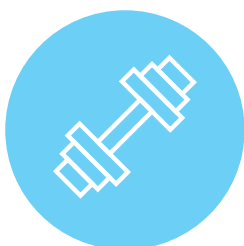
Má rád činnosti, které obsahují informace, učení a pomoc jiným. Rozvíjí si schopnosti pracovat s lidmi. Má sklon pomáhat jiným a být přátelský.

Podnikatelský (Enterprising – E)

Má rád činnosti, které mu umožňují vést nebo ovlivňovat jiné lidi. Rozvíjí si vůdcovské a přesvědčovací schopnosti a další dovednosti charakteristické pro tuto oblast. Dává přednost povolání, kde se vytvářejí produkty a vedení lidí. Má sklon být ambiciózní, soutěživý, energický a sebevědomý.

Konvenční (Conventional – C)

Má rád činnosti, které mu umožňují organizovat informace přehledných a jasným způsobem. Rozvíjí organizační, úřednické dovednosti. Preferuje povolání zaměřené na uchovávání záznamů, výpočty aj. Má sklon k zodpovědnosti, závislosti a je orientovaný na detaily.

**Holland párty – Pro jaké povolání se hodím?**

Následující aktivita se hodí pro práci ve skupině, lze ji však využít i v rámci individuální praxe, kdy před žáka předložíme jednotlivé typy a vysvětlíme mu, co představují. Diskuse pak probíhá mezi žákem a kariérovým poradcem.

Cílová skupina: žáci ZŠ/SS

Časová náročnost: 20 min

Pomůcky: Pracovní listy: Holland párty viz kapitola 8 Přílohy, Pracovní list: RIASEC graf

Cíl:

- Aktivita stojí na principu Dotazníku volby povolání dle Hollanda (DVP).
- Podle této teorie je dobré zmapovat tři dominantní typy osobnosti pro zjištění vhodného pracovního uplatnění.
- Zároveň směřuje k tomu, že je nutností znát sám sebe pro dobré rozhodnutí.

Popis aktivity:

Aktivita začíná seznámením se s teorií RIASEC.

1. V místnosti na zem vyučující rozmístí karty s názvy 6 osobnostních typů.
2. Vyučující sdělí žákům zadání: *Představte si, že jste na párty. Jak bývá na párty obvyklé, tvoří se tam skupinky lidí, které jsou podobné šesti Hollandovým typům. Vy se mezi hloučky procházíte a pozorujete, co mají na sobě, jaká je atmosféra, o čem se mluví. Všimáte si, co vás na které skupině přitahuje. Přidejte se k jedné skupině podle toho, kam vás to nejvíc táhne.*
3. Je důležité, aby v každé skupině byli minimálně 2 lidé, aby mohla probíhat diskuse. Pokud je to možné, může se přidat učitel v případě, že je někde pouze jeden žák. Pokud ne, zeptáme se: Jaká by byla vaše druhá volba?
4. Následuje diskuse ve skupině cca 8 minut. Měly by zaznít tyto otázky: *Co vás do této skupiny přivedlo? Jak tento typ vnímáte ve svém životě? Proč je pro vás důležitý? Jak se daný typ propojuje s vaší profesní a osobní oblastí?*
5. Učitel může vyzvat žáky z jednotlivých skupin ke shrnutí závěrů, ke kterým dospěli v rámci skupinové diskuse.
6. Učitel sdělí žákům: *Jak už to na párty bývá, odešli jste si pro drink. Když se vrátíte, vaše skupina už neexistuje. Zase se procházíte a hledáte, ke komu vás to přitahuje nyní.*
7. Opět následuje diskuse.
8. Celý proces se ještě jednou opakuje.
9. Cílem je, aby se každý žák během skupinové aktivity dokázal přiřadit ke 3 typům, které odpovídají Hollandově typologii. Tyto 3 typy mohou odkrýt zdroje, názory na svět práce a věci, které jsou pro účastníky důležité, jejich vlastní kvality atd.



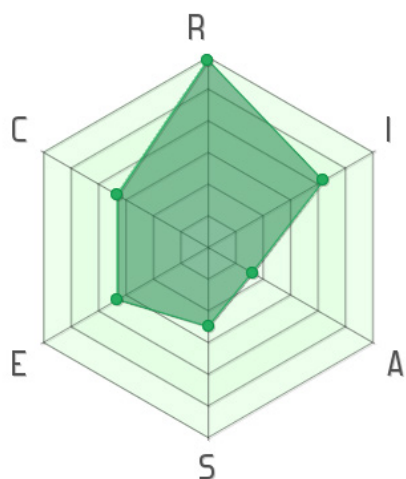
Jaká pro vás aktivita byla? Co nového jste se o sobě dozvěděli? Co vyplynulo z diskuse ve skupině?



Reflexe může probíhat po každé skupinové párty. Je vhodné, když žáci shrnou své závěry a reflektují svou volbu. Touto aktivitou se podpoří uvědomění, proč si žák vybral danou skupinu.

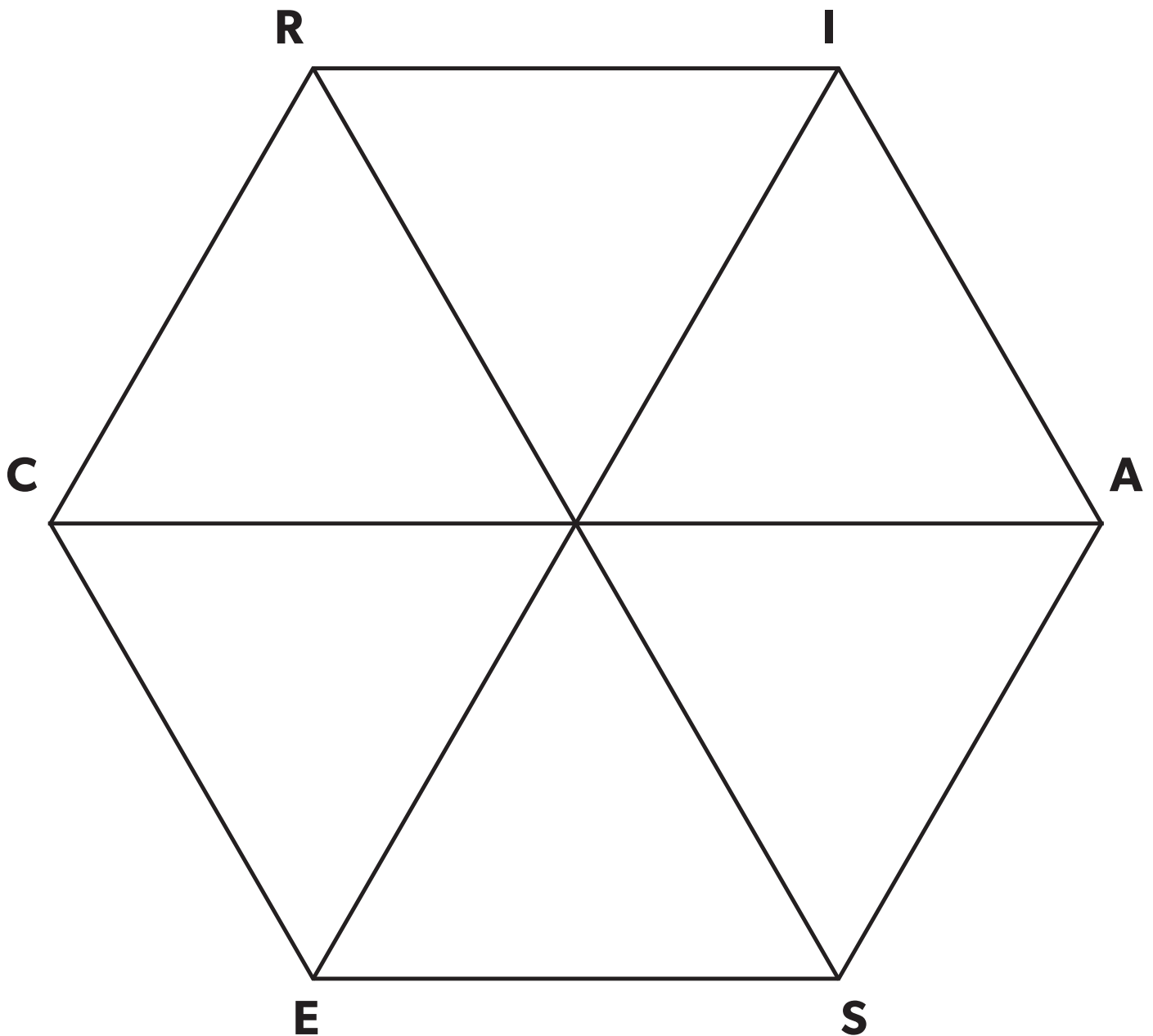
10. Na závěr k jednotlivým typům přidáme možná povolání (tabule Holland – seznam profesí) a vyzveme žáky, aby si zapsali ta, která je zaujmou.
11. Po skončení aktivity si žáci mohou pro větší názornost zanést svou volbu a míru preference každého z osobnostních zaměření do grafu v pracovním listě RIASEC graf.

Příklad vyplnění grafu:



Pracovní list: RIASEC graf

Do grafu si na přímky k jednotlivým písmenům (osobnostním typům) vyznačte místo, nakolik vás tento typ vystihuje, přičemž u středu je 0 % („vůbec se mne to netýká“), u písmene je pak 100 % („ano, to jsem přesně já“). Svou míru souhlasu (značku) si vyznačte u všech typů, všech 6 kvalit totiž ve svém životě do nějaké míry využíváme, každou však jinou měrou. Získáme tak názorný vhled do toho, jaké činnosti a zaměření jsou pro nás v životě důležité a co preferujeme.



2.1.3 KOMPLEXNÍ PŘÍSTUP K SEBEPOZNÁNÍ: PŘÍKLAD DRAMATURGIE VÝUKY ZAMĚŘENÉ NA SEBEPOZNÁNÍ

Sebepoznání – Struktura lekce

Čas	Název aktivity	Typ aktivity	Pomůcky
5 minut	Domluva pravidel skupiny	Skupinová	
10–15 minut	Brainstorming na otázku: <i>Co potřebuji vědět, abych se rozhodl o svém budoucím povolání?</i> <i>(Rozdělení nápadů do skupin: Informace o mně – info o škole – info o povolání)</i>	Skupinová	Post-it lístečky, flipchart/tabule
10 minut	Domino	Skupinová	Pracovní listy Sebepoznání 2
10-15 minut	Zpětná vazba od spolužáků (viz kapitola 2.2 Zpětná vazba)	Skupinová	Lístečky, pracovní listy Sebepoznání 2
20-30 minut	Holland párty	Skupinová/ individuální	A4 s názvy typů Pracovní listy Sebepoznání 2 Seznam povolání, která odpovídají jednotlivým typům
15 minut	Reflexe práce	Skupinová	

ZDROJE:

JCMM, Z. S. P. O. *Sebepoznání* [online]. Brno, 2019 [cit. 2020-05-07].
Dostupné z: https://bit.ly/2wPH_sebepoznani

KUNEŠ, David. *Sebepoznání*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-541-7.

KDE HLEDAT DÁL?

GIKOPOULOU, Nora. *Průvodce kariérou pro školy: zpráva o efektivním kariérovém poradenství* [online]. Praha: Dům zahraničních služeb pro Centrum Euroguidance, 2012 [cit. 2020-05-07]. ISBN 978-80-87335-40-6. Dostupné z: https://bit.ly/347q_pruvodce

MOSBERGER, Brigitte, Karin STEINER a Franziska HAYDN. *Mezinárodní příručka o metodách profesní orientace: pro skupinová školení*. Praha: Dům zahraničních služeb pro Centrum Euroguidance, 2013 [cit. 2020-05-07]. ISBN 978-80-87335-50-5. Dostupné z: https://bit.ly/3dQI_profiorient

KOŠŤÁLOVÁ, Hana, Markéta CUDLÍNOVÁ a Lenka NĚMCOVÁ. *Spokojený kariérový poradce*. Praha: EKS, 2018. ISBN: 978-80-87993-05-7.

2.2 ZPĚTNÁ VAZBA

Tato kapitola je věnována možnostem využití zpětné vazby (tj. pohledu ostatních lidí na schopnosti či dovednosti žáků) v rámci aktivit zaměřených na sebepoznání. Zpětná vazba často obohacuje sebepoznání žáků o skutečnosti, které by je samotné nenapadly.

Kapitola popisuje jak principy poskytování efektivní zpětné vazby, tak i konkrétní aktivity, které ji využívají. V rámci kapitoly si můžete odpovědět na několik otázek, které mohou prohloubit vaše porozumění principům zpětné vazby díky jejímu propojení s vašimi vlastními zkušenostmi a názory.

Co je zpětná vazba?

Zpětnou vazbu můžeme obecně chápat jako reakci ostatních lidí na chování jednotlivce. Zpětnou vazbu v mezilidské komunikaci získáváme i dáváme víceméně neustále – ať už se jedná o úsměv či zamračení, pochvalu či pokárání.

V rámci této kapitoly pojetí zpětné vazby zúžíme a budeme popisovat **způsoby, kterými mohou žáci získat pohledy či názory ostatních lidí na sebe samého**, což může být velmi důležitá součást sebepoznání při hledání budoucího povolání.



K získání zpětné vazby je možné využít jak **vrstevníky žáků** – spolužáky či kamarády, tak **dospělé, kteří žáka znají** a kterým žáci důvěřují – rodiče či jiné rodinné příslušníky, vedoucí zájmových útvarů či učitele. Obecně lze říci, že význam zpětné vazby závisí na tom, jaký mají žáci s konkrétním člověkem vztah a zda si jeho názoru váží.



Jaké si myslíte, že jsou výhody a nevýhody získání zpětné vazby od vrstevníků žáků?

Jaké mohou být výhody/nevýhody získání zpětné vazby od dospělých?

Obecné principy používání zpětné vazby

Aby byla zpětná vazba konstruktivní, je třeba se při jejím poskytování držet určitých pravidel:

- **konkrétnost** (o jakém konkrétním chování mluvíme, případně co z něho vyvozujeme); neurčitá zpětná vazba žákům většinou moc nedá (např. je hodný)
- **převažující pozitivní zpětná vazba** (minimálně poměrem 3:1 vůči negativní) – takováto zpětná vazba má tendenci žáky povzbudit a motivovat.

Tato pravidla poskytování zpětné vazby vždy žákům zopakujeme při zadávání jednotlivých technik.



Vzpomeňte si na dvě situace, ve kterých jste získali zpětnou vazbu (tj. názor někoho jiného na vaše chování, schopnosti či dovednosti).

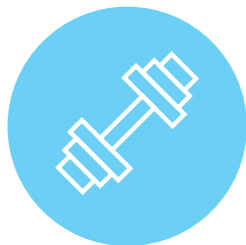
Jako první vyberte situaci, která vás dokázala motivovat. Jaké měla zpětná vazba rysy?

Jako druhou vyberte situaci, o které si myslíte, že vás nikam neposunula, naopak vás demotivovala. Jakou měla zpětná vazba podobu?

Získáním zpětné vazby můžeme **doplnit jednotlivé metody** zaměřené na sebepoznání, techniky získání zpětné vazby přitom upravujeme podle toho, co potřebujeme zjistit. Kromě toho mohou techniky zaměřené na získání zpětné vazby pomoci **zlepšit třídní klima**.



Při zadávání všech technik zaměřených na získání zpětné vazby zdůrazníme, že se **jedná pouze vyjádření o názorů druhých lidí, které nemusí odpovídat realitě**. Žáky vyzýváme k tomu, aby si ze zpětné vazby vybrali pouze to, co je osloví, a zbytek mohou zapomenout.



Můj úspěch

Cílová skupina: žáci 2. stupně a výše

Časová náročnost: 45 min (i s úvodem a reflexí aktivity)

Pomůcky: Pracovní list: Můj úspěch, psací potřeby

Cíl:

- Technika vede žáky k uvědomění konkrétních kroků, které podnikli směrem k události, kterou vnímají jako úspěšnou.
- Dalším cílem je naučit žáky z takovýchto událostí odvodit své dovednosti či vlastnosti a zároveň své sebeuvědomění prohloubit získáním zpětné vazby od spolužáků.
- Může sloužit jako nácvik sebeprezentace potřebné např. u pracovního pohovoru nebo ústních přijímacích zkoušek na vyšší stupeň školy.

Popis aktivity:

1. Učitel žákům rozdá pracovní listy „Můj úspěch“. Žáci vyplní odpovědi na obě otázky. Poté se rozdělí do skupin (viz kapitola 1.3 Příprava před realizací aktivit)
2. Ve skupinách jeden po druhém vypráví či čtou odpovědi na otázky č. 1.
3. Ostatní žáci pozorně naslouchají a poté nahlas zkouší odvodit silné stránky, dovednosti či pozitivní charakterové vlastnosti žáka. Při odvozování charakterových vlastností je dobré zadat, aby spolužáci formulovali zpětnou vazbu jako svůj názor, tj. „Myslím si, že...“, „Připadá mi, že...“ atd. Před podáváním zpětné vazby je možné udělat nácvik, kde si formulaci zpětné vazby žáci nacvičí na modelových příkladech.
4. Žák, kterého se to týká, si do pracovního listu k otázce č. 2 dopisuje vlastnosti či dovednosti, které jeho samotného nenapadly, zazněly od spolužáků a jemu připadají relevantní.



Jak se po aktivitě cítíte? Bylo lehké/těžké odpovědět na otázky?

Co jste si uvědomili? Co využijete? Zarazilo vás něco?

Pracovní list: Můj úspěch

1. Popiš nějakou událost, kterou vnímáš jako svůj úspěch. Může to být cokoli, co jsi udělal, rozhodnutí, které jsi učinil, nějaký „zlepšovák“ apod. Odpověz na následující otázky:

– Co přesně jsi udělal/a?

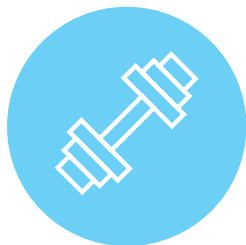
– Proč jsi to udělal/a?

– Jaké kroky jsi k tomu podnikl/a?

– Jaká byla tvoje role v této události?

– Jaký byl výsledek toho, co jsi udělal/a?

2. Jaké znalosti, dovednosti a vlastnosti jsi potřeboval/a k dosažení tohoto úspěchu?



Lístičky

Cílová skupina: žáci 2. stupně a výše

Časová náročnost: 15 — 20 min

Pomůcky: proužky papíru (počet žáků × 4), psací potřeby

Cíl:

- Technika pomáhá uvědomit si silné stránky žáků a tím zlepšuje jejich sebedůvěru.
- Má velmi příznivý vliv na vzájemné vztahy všech, kteří se techniky účastní.
- Technika může podnítit navazování nových vztahů ve třídě či skupině, protože si žáci mnohdy uvědomí, že o některých svých spolužácích toho mnoho nevědí – je pro ně těžké vymyslet jejich dobrou vlastnost.

Popis aktivity:

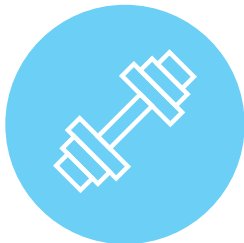
1. Žáci se rozdělí do skupinek po 4–5 (viz kapitola 1.3 Příprava před realizací aktivit).
2. Každý z žáků napíše na papírek jednu dobrou vlastnost ostatních žáků ve skupině – každou na jeden papírek (tj. ve skupince 5 žáků napíše každý 4 vlastnosti).
3. Žáci smíchají papírky ve skupině dohromady. Potom je otočí popsanou stranou nahoru, aby byly čitelné a vytvořily seznam dobrých vlastností.
4. Žáci si přečtou názvy vlastností a poté si zapíší ty, které si myslí, že jim odpovídají.



*Jak těžké pro vás bylo přemýšlet nad dobrými vlastnostmi spolužáků?
Dokázali jste si ze sepsaných vlastností vybrat takové, které vám odpovídají?
Co jste si díky aktivitě uvědomili? Lze to využít při volbě budoucí profese/
školy?*



Může být užitečné, pokud učitel mezi žáky prochází a zpětnou vazbu pročítá. Ze zkušenosti totiž víme, že i když zadání zní „dobrá“ vlastnost, někdy dochází k napsání ne zrovna pozitivních vlastností. V takovém případě je vhodné se nad tím společně s celou třídou pozastavit a doptávat se, jak by zněla tato vlastnost, kdyby měla být formulovaná pozitivně: např. „třídní šašek“ – má smysl pro humor, rád baví ostatní, nebojí se mluvit před skupinou atd.



Pozitivní klevetění⁸

Lze využívat v práci ve skupině i při konzultaci s přítomností rodičů.

Cílová skupina: žáci ZŠ, SŠ i VOŠ

Časová náročnost: cca 45 min (i s úvodem a reflexí aktivity) – odvíjí se od počtu žáků

Pomůcky: psací potřeby a papír, pokud si žáci chtějí zpětnou vazbu ostatních zapisovat (viz níže)

Cíl:

- Technika pomáhá uvědomit si silné stránky žáků a tím zlepšuje jejich sebedůvěru.
- Zlepšuje atmosféru v kolektivu, má velmi příznivý vliv na vzájemné vztahy všech, kteří se techniky účastní.

Popis aktivity:

1. Celé třídě/rodičům popíšeme průběh aktivity, zdůrazníme, že se bude jednat o podávání pozitivní zpětné vazby. Na modelovém příkladu můžeme vysvětlit, co je pozitivní zpětná vazba.
2. Jeden z žáků se k ostatním otočí zády (příp. žák k rodičům) a skupina se baví o tom, co má na tomto konkrétním člověku ráda, co podle jejich názoru dobře umí, co jsou jeho přednosti/silné stránky.
3. Ten, kdo sedí zády, dostane instrukci, aby si všímal jenom toho, co mu bude připadat zajímavé či užitečné, ostatní může vypustit. Pokud chce, může si psát poznámky.
4. V roli poslouchajícího se postupně všichni prostřídají.

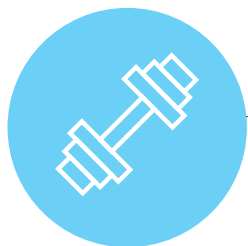


*Jaké pro vás bylo přemýšlet nad dobrými vlastnostmi spolužáků?
Jaké pro vás bylo slyšet od spolužáků o svých dobrých vlastnostech?
Můžete to, co jste slyšeli, nějak využít při volbě školy/povolání či jinde?*



U představení této techniky zaznívají někdy od pedagogů obavy, jestli bude v jejich třídě fungovat. My jsme se v praxi zatím nesetkali s tím, že by se tato technika „nefungovala“, jen je někdy potřeba více připomínat, že se jedná o pozitivní zpětnou vazbu, případně z původně negativních vlastností odvodit pozitivní (viz TIP u techniky Lístečky). Pokud u někoho ze třídy spolužákům nejde přijít na dobré vlastnosti, může začít pedagog – ideálně s nějakým konkrétním dobrým zážitkem či situací, a to většinou pomůže „nastartovat“ přemýšlení žáků.

⁸ Pozn. aut.: Tuto aktivitu jsem se naučila v roce 2015 v DALET institut s.r.o. (CZ, <http://www.dalet.cz/>), kam se přes Co/Man, 1. systemická, spol. s r.o. (SK, <https://www.kouc.sk/>) dostala ze Solutionsurfers® (CH, <https://www.solutionsurfers.com/>).



Co si o mně myslí ostatní?

Cílová skupina: žáci 2. stupně a výše

Časová náročnost: 2x 15 min

Pomůcky: Pracovní list: Co si o mně myslí ostatní (2–4 kopie pro každého žáka), psací potřeby

Cíl:

- Žáci se učí odvodit pozitivní vlastnosti či silné stránky z konkrétních situací (nebo naopak silné stránky na konkrétních situacích doložit).
- Takto podaná zpětná vazba je velmi konkrétní a tudíž pro žáky často velmi cenná.
- Na rozdíl od předchozích aktivit nechybí ani negativní zpětná vazba, která má poměrně snesitelnou formu a je početně vyvážená vůči pozitivní zpětné vazbě – 1:3 (jedná se o obecně doporučený poměr, pokud se rozhodneme s negativní zpětnou vazbou pracovat).

Popis aktivity:

1. Učitel žákům rozdává pracovní listy „Co si o mně myslí ostatní?“ – každému 2–4 kopie.
2. Žáci jsou požádáni, aby jednu z kopií vyplnili sami a další aby za domácí úkol dali vyplnit rodičům/kamarádům/příbuzným, kterým důvěřují.
3. V následující hodině žáci porovnají tabulku, kterou vyplňovali oni sami s tabulkami, které vyplňovali jejich blízcí.



V čem se tabulky shodují? V čem se liší?

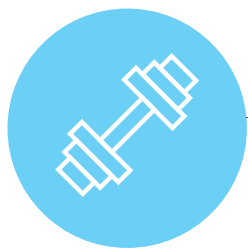
Co to znamená pro volbu vaší budoucí profese/školy?

Pracovní list: Co si o mně myslí ostatní?

Kdo vyplňuje.....

MOJE SILNÉ STRÁNKY	Příklady a situace, kdy se tyto silné stránky projeví:
1. Například: cílevědomost 2. 3. 4. 5. 6.	1. Například: Cílevědomost se projeví, když... 2. 3. 4. 5. 6.
CO BY BYLO DOBRÉ ZLEPŠIT	Příklady a situace, kdy se potřeba zlepšení projeví:
1. Například: Psaný projev 2.	1. Například: Kdybys měl/a lepší psaný projev, mohl/a bys... 2.

Co to znamená pro volbu mé budoucí profese/školy:



SMS

Cílová skupina: žáci 2. stupně a výše

Časová náročnost: 5 min na odeslání zprávy, 10 min na sdílení příchozích odpovědí (viz níže)

Pomůcky: mobilní telefony žáků

Cíl:

- Získání zpětné vazby od lidí blízkých žákům.
- Tuto techniku využíváme spíše jako doplňkovou, většinou slouží k dokreslení informací o žákovi v rámci nějaké komplexnější aktivity.
- Může sloužit k rozprůdění rozhovoru ohledně budoucí kariéry žáků u nich v rodině či s kamarády (když po škole vysvětluje, proč SMS posílal).
- Aktivita je pro žáky často atraktivní tím, že zapojí do výuky mobilní telefony

Popis aktivity:

1. Žáci dostanou od učitele instrukci, aby ze svých telefonů odeslali SMS (případně zprávu přes Messenger, WhatsApp atd.) někomu blízkému (rodiče, kamarád, přítelkyně/přítel). Může se zeptat jednoho či více lidí – podle toho, co je naším záměrem. Zpráva, kterou posílají, se odvíjí od toho, co chceme zjistit, může se jednat o otázky typu: Jaká je podle tebe moje dobrá vlastnost? V čem si myslíš, že jsem dobrý? Jaké jsou podle tebe mé silné stránky? atd.
2. Učitel může stanovit časový limit na odeslání otázky a poté může stanovit, kdy se podívají na příchozí odpovědi (může to být na konci hodiny nebo další den), aby další program/vyučování nenarušovalo koukání žáků na mobilní telefony.
3. Žáci si přečtou příchozí odpovědi a mohou je ve skupině sdílet.

KDE HLEDAT DÁL?

REITMAYEROVÁ, Eva a Věra BROUMOVÁ. *Cílená zpětná vazba: metody pro vedoucí skupin a učitele*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-317-8.

2.3 SILNÉ STRÁNKY A MAPOVÁNÍ KOMPETENCÍ

V měnícím se světě, ve kterém žijeme, je změna jedinou jistotou. To, co nám nabízí pevný bod v oblasti našeho pracovního života, může být vědomí sebe sama, svých dispozic, kvalit, silných stránek. Pokud totiž víme, jaké jsou naše kompetence, kvality a silné stránky, můžeme je rozvíjet v mnoha různých odvětvích a profesích.

Co nám pomůže připravit se na profese, ve kterých budeme pracovat za 20 let, když dnes tato povolání ještě neexistují a existující nahradí roboti?

V současnosti se jeví, že mezi základní kompetence, které budou v budoucnu zapotřebí, patří dobře znát sám sebe a své silné stránky⁹.

Co to jsou silné stránky?

Silné stránky jsou stěžejním pojmem pozitivní psychologie osobnosti. Pozitivní psychologie obrací pozornost na pozitivní aspekty života a osobnosti. Silné stránky jsou dispozice, které nám jsou vrozené, jejich uplatňování nám přináší radost a úspěch. Silné stránky vytváří to, kým skutečně jsme a díky nim lze být sám/sama sebou. Silné stránky jsou takové kvality jako komunikace, organizační schopnosti, kreativita, flexibilita, proaktivita, práce se změnou, orientace v informacích, v příležitostech atd.

Proč se zaměřovat na silné stránky?

Silné stránky jsou pozitivní složkou naší osobnosti. Mnohem výhodnější strategií osobnostního růstu je rozvoj silných stránek namísto soustředění se na odbourání slabín. Více o silných stránkách a jejich klasifikaci naleznete např. v knize M. Seligmana „Vzkvétání“ nebo na webové stránce institutu pro výzkum silných stránek¹⁰ (VIA Institute on Character).

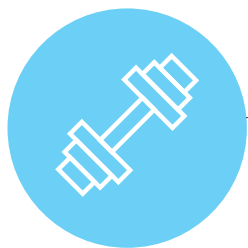
⁹ Více např. zde:

• Stop Calling Them Soft Skills; They're Essential Skills: https://bit.ly/3e17_skills

• 9 Reasons Talented Millennials Get Fired: https://bit.ly/2R9U_millennials

¹⁰ VIA Institute on Character: <https://www.viacharacter.org/>

2.3.1 JAK POZNAT SVÉ SILNÉ STRÁNKY? SEBEZKUŠENOSTNÍ TECHNIKY MAPOVÁNÍ SILNÝCH STRÁNEK A KOMPETENCÍ



Na rozezhřátí

Cílová skupina: žáci ZŠ/SSŠ

Časová náročnost: 15 min

Pomůcky: papíry

Cíl:

- Brainstorming možností a přání.
- Vytváření slovníku kompetencí a silných stránek, zvědomování, úvod do tématu a práce.

Popis aktivity:

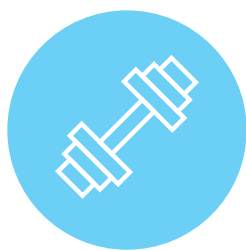
1. Vyučující uvede aktivitu otázkou:
Co je to, co by vás mohlo žít (co byste měli k dispozici), kdybyste se bez prostředků přesunuli na druhý konec světa? Otázku je vhodné napsat přímo na tabuli nebo rozdat vytištěnou žákům na papírech.
2. Vyučující vybídne žáky k zamyšlení a odpovědi na otázku – samostatně ve výuce či doma.
3. Následuje diskuse a reflexe. V rámci diskuse vyučující objasní žákům téma a kontext silných stránek a jejich význam pro 21. století (viz výše).



*Co jste si mohli uvědomit (o sobě)? Jaké jsou vaše silné stránky?
A k čemu je dobré je znát?*



Aktivitu je možné využít i v rámci individuálních konzultací kariérového poradenství.



Co všechno umí...?

Cílová skupina: žáci ZŠ/SS

Časová náročnost: 15 min

Pomůcky: kartičky s obrázky hrdinů (podle počtu žáků k rozlosování do skupin), papíry, prezentační technika, Pracovní list: Co všechno umí...?

Cíl:

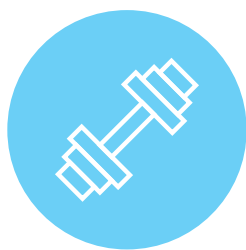
- Trénink v popisování a identifikaci kompetencí.
- Vytváření slovníku silných stránek, procvičování a zvědomování.

Popis aktivity:

1. Pro začátek je snadnější naučit se popisovat kompetence a silné stránky „v bezpečném prostředí“, např. na hrdinech animovaných filmů (Máša a medvěd, Bořek stavitel, Prasátko Peppa, Pat a Mat, Ovečka Shaun). Pro tuto příležitost lze využít jakýkoliv animovaný film s oblíbenými hrdiny.
2. Žáci si nejprve vylosují lísteček s postavou, kterou ve filmu budou sledovat, čímž se rozdělí na skupiny (ideální je sledovat film alespoň se 3–4 postavami, aby se žáci mohli rozdělit do skupin po 4–5). Následně se pustí krátký film a žáci mají za úkol společně sledovat a zapisovat činnosti, které u vybrané postavy pozorují.
3. Žáci následně ve skupince hledají k popisu činností odpovídající kompetence/dovednosti/silné stránky vybraného hrdiny. Všímají si především, jaké kdo má pozitivní vlastnosti/silné stránky.
4. O svých zjištěních společně diskutují ve skupince, závěry prezentují hromadně, následuje diskuse o kompetencích a silných stránkách.

Pracovní list: Co všechno umí...?

Postava, kterou sledujeme:	
Co dělá? – popis činností:	Co umí? – popis kompetencí:



Co všechno umím?

Cílová skupina: žáci ZŠ/SSŠ

Časová náročnost: 10 min

Pomůcky: pracovní list: Co všechno umím?

Cíl:

- Uvědomění si toho, jaké všechny činnosti dělám a co mi přináší za kompetence, co z toho můžu využít pro svoji profesní volbu.
- Být schopen popisovat svoje kompetence a identifikovat své silné stránky je důležitou schopností na trhu práce např. při výběrovém řízení.

Popis aktivity:

1. V pracovním listu „Co všechno umím?“ žáci individuálně sepíší do sloupce „Všechny činnosti, které dělám“ seznam všech činností, které ve svém životě vykonávají/umí/zvládnou/dělají, ...
2. Po dokončení prvního úkolu si následně na druhou stranu do sloupce „Kompetence, které uplatňuji“ ke všem činnostem uvedeným vpravo sepíší kompetence, které při uvedené činnosti uplatňují.
3. Ve výsledném seznamu si žáci mohou projít seznam všech svých kompetencí a podtrhnout si v něm ty, které považují za své silné stránky. Následuje společná diskuse a reflexe. *Které z kompetencí jsou silnými stránkami? Proč?*
4. O svých zjištěních společně diskutují ve skupince, závěry prezentují hromadně, následuje diskuse o kompetencích a silných stránkách.

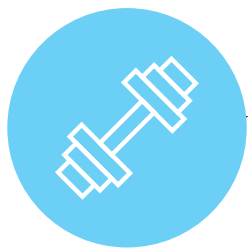


Pro následnou inspiraci a srovnání je zajímavé využít např. seznam profesních kompetencí ¹¹.

¹¹ Centrální databáze kompetencí – autonomní systém pro správu znalostí, dovedností a měkkých kompetencí: https://bit.ly/3_kompetence.

Pracovní list: Co všechno umím?

Co všechno umím?	
Všechny činnosti, které dělám	Kompetence, které uplatňuji



Karty nikdy nelžou... aneb silné stránky podle karet

Cílová skupina: žáci ZŠ/SS

Časová náročnost: 15 min

Pomůcky: karty Pestrý svět, příp. karty typu Dixit, pexeso (např. večerníčky, zvířata ap.), karty s příběhy, obrázky zvířat apod.

Cíl:

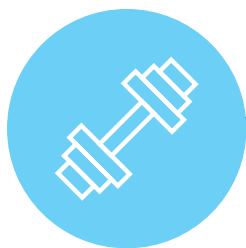
- Trénink ve zvědomování, popisování a pojmenování silných stránek.
- Být si vědom svých silných stránek a kompetencí podporuje sebedůvěru a pomáhá při získávání uplatnění na trhu práce.

Popis aktivity:

1. Žáci sedí v kruhu, vyučující doprostřed kruhu rozprostře balíček karet s obrázky/obrázky zvířat/komiksových figurek apod.
2. Žáci jsou vyzváni, aby si karty dobře prohlédli a vybrali obrázek, který symbolizuje jejich silné stránky.
3. Žáci si navzájem prezentují svou volbu, zdůvodní ji a představí své silné stránky na obrázcích. Vhodné je, když ke své silné stránce jmenují i nějaký „důkaz“ – konkrétní situaci, na které silnou stránku dokumentují, prokáží.



Aktivitu můžeme obměnit tak, že využijeme zpětné vazby a žák může vybrat jednu kartičku/silnou stránku pro souseda např. nalevo a jednu pro sebe.



Silné stránky a talent

Cílová skupina: žáci ZŠ/SS

Časová náročnost: 15 min

Pomůcky: Pracovní list: Talent

Cíl:

- Uvědomit si rozdíl mezi talentem, silnou stránkou a investicí.
- Dokázat si stanovit, co může být investicí pro dobrý rozvoj talentů.

Popis aktivity:

1. Učitel vysvětlí uvedené pojmy.

Nadání: Pod nadáním rozumíme přirozený způsob chování, myšlení, cítění a jednání.

Silná stránka: Schopnost podávat v čase v dané oblasti stabilní výkon.

Investice: Aby se z nadání stala silná stránka, je potřeba do něj investovat.

2. Po vysvětlení pojmů učitel žáky vyzve k brainstormingu nad otázkou: *V čem všem může být člověk nadaný?*
3. Cílem je mít burzu všech možných způsobů „nadání“ jako je komunikativnost, rozhodnost, hudební nadání, analytické myšlení, technické nadání apod. před následující částí aktivity, kdy žáci budou hledat možnosti, jak nadání rozvíjet.
4. Vyučující následně vysvětlí a napíše uvedený vzorec na tabuli.

Nadání × Investice (návštěva kurzů, přečtení knihy, reflexe od kamaráda, setkání s poradcem aj.) = silná stránka

5. Nejprve celá třída pracuje na tomto modelovém příkladu, který učitel přečte a napíše na tabuli.

Modelový příklad: Pokud má např. Adéla nadání komunikativnost, zkuste jí navrhnout možné způsoby investice do talentu, aby jej rozvinula.

Komunikace × = silná stránka

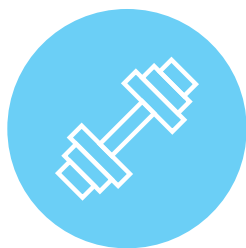
6. Učitel vede reflexi aktivity ve skupině a píše, co žáci vymysleli jako investici pro Adélu.
7. Následně učitel vyzve žáky, aby si ve skupině 4 lidí vybrali jedno nadání z úvodního brainstormingu z „burzy nadání“ a vymysleli pro něj vhodné investice.
8. Učitel poté vyzve žáky, aby si vybrali svoje nadání a každý sám si jej dosadil do vzorce a hledal vlastní investice.

Moje nadání..... × Investice..... = silná stránka

Pracovní list: Talent

Moje nadání..... × Investice..... = silná stránka

NADÁNÍ	INVESTICE	SILNÁ STRÁNKA



Slabá stránka jako výhoda pro některá povolání

Cílová skupina: žáci ZŠ/SS

Časová náročnost: 15 min

Pomůcky: : Pracovní list: Slabé stránky výhodou

Cíl:

- Zamyslet se nad tím, zda jsou nějaké slabé stránky, které mohou být pro určité profese výhodou.
- Klíčové je zdůrazňovat silné stránky, ale i vědomí slabých je pro trh a volbu povolání rovněž důležité.

Popis aktivity:

Silné stránky, které jsou výhodou	Slabé stránky, které jsou výhodou	Zdůvodnění
Obchodník – komunikativnost, přesvědčovací argumenty	Malý zájem o to pracovat v týmu Neochota domluvit se	Malý zájem o to pracovat v týmu Neochota domluvit se
Lékař – rozhodnost, rychlost	Potřeba stát si za svým rozhodnutím	Někdy lékař musí prosadit svůj názor, jelikož pacient nedokáže posoudit všechny možnosti
Pracovník v elektrárně – disciplína, radost z rutiny	Nekreativnost, Pomalost	Je nutné mít zde analytické myšlení a postupovat s rozvahou.

- 1) Vyučující se společně s žáky ve skupinové diskusi snaží pojmenovat a popsat výhodné a potřebné silné i slabé stránky nejrůznějších profesí. Jako příklad si může vzít profese zmíněné v tabulce, které napíše na tabuli. Volba profesí záleží na učiteli.
- 2) Variantou může být práce ve skupinách, kdy si každá skupina vybere k analýze jednu profesi a následně své nápady prezentují a sdílí společně

Pracovní list: Slabé stránky výhodou

Název pozice	Silné stránky, které jsou výhodou	Slabé stránky, které jsou výhodou	Zdůvodnění

2.3.2. KOMPLEXNÍ PŘÍSTUP K MAPOVÁNÍ KOMPETENCÍ POMOCÍ SWOT ANALÝZY

Z čeho vycházíme

Technika SWOT analýzy už dávno překročila hranice marketingu a je užitečným nástrojem také v osobním rozvoji.

SWOT analýza je jednou ze základních technik, která nám pomáhá zamýšlet se komplexně nad tématem/problémem z různých úhlů pohledu, pomáhá zhodnotit **silné** a **slabé** stránky, **příležitosti** a **hrozby**. Technika SWOT analýzy nabízí strukturu, podle které si lze utřídit myšlenky a zmapovat možnosti.

Zkratka **SWOT** je odvozena od anglických názvů: **Strengths** (silné stránky, přednosti, výhody, „Co je na nás dobré“), **Weaknesses** (slabé stránky, nedostatky, slabiny, „Čím se sami ohrožujeme“), **Opportunities** (příležitosti, možnosti, „Co se nám nabízí“) a **Threats** (hrozby, nežádoucí ohrožení, „Co by nás mohlo blokovat“). Tyto kvality jsou znázorněny jako 4 kvadranty tvořící celek.

SWOT ANALÝZA



Příležitosti a hrozby mají **původ ve vnějších vlivech**, např. v prostředí, **silné a slabé stránky** se vztahují k vnitřnímu prostředí – **týkají se jedince a jeho „já“**. **Do levé poloviny** matice se zaznamenávají faktory, které nesou **pozitivní kvalitu**, na kterých lze stavět. **Pravá část** naopak zobrazuje **negativní skutečnosti**, které je potřeba zpracovat nebo být připraven na jejich důsledky.

Podrobnosti k technice SWOT analýzy jsou snadno dohledatelné na internetu.

V následujících 4 kapitolách nabízíme aktivity pro žáky, aby mohli sbírat podněty pro doplnění 4 částí SWOT analýzy (silné stránky, slabé stránky, příležitosti a hrozby).

Pracovní list: SWOT analýza

	S SILNÉ STRÁNKY	W SLABÉ STRÁNKY
JÁ		
	O PŘÍLEŽITOSTI	T HROZBY
PROSTŘEDÍ		

1. MAPOVÁNÍ SILNÝCH „S“ STRÁNEK

Otázky na silné stránky obecně: Co dělám dobře? Co dělám lépe než ostatní? Jaké mám jedinečné schopnosti a talenty? Co ostatní vnímají jako moje silné stránky? Na co jsem hrdý/á, co na sobě mám rád/a, co mě baví?

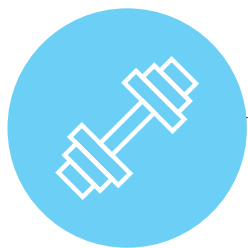
Cílová skupina: žáci SŠ

Časová náročnost: 30 min

Pomůcky: Pracovní list: SWOT analýza, lístečky, mobilní telefony, seznam podpůrných otázek, flipchart/tabule, fixy

Cíl:

- Žáci si uvědomí své silné stránky, mimo jiné díky zpětné vazbě od spolužáků.
- Zároveň se zamyslí nad přednostmi svých spolužáků.
- Uvědomění si vlastních silných stránek a kompetencí podporuje sebedůvěru a pomáhá při získávání uplatnění na trhu práce.



Aktivity na mapování silných stránek

Icebreaker – „Domino“

1) Učitel vyzve žáky, aby si vzpomněli na 2 činnosti/aktivity/hobby, které je baví. Následně učitel vyzve jednoho z žáků, aby jmenoval své aktivity a skupina poslouchá.

2A) Pokud některý žák má stejný koníček, tak zareaguje (předem domluveným signálem – např. přihlásí se) a sám přidá další aktivitu, která jej baví (ale je jiná než ta předchozí). Vytváří se tak „dominový efekt“.

2B) Pokud se ve skupině nenajde nikdo, kdo by měl stejnou zálibu/koníček/aktivitu, musí žák říci jinou.

2C) Pokud se ozve více spolužáků, tak pokračuje ten, kdo se ozval jako první. Vystřídají se všichni žáci.

3) Žáci se zamyslí, co díky svým zájmům dokáží. Výstup si zapíše do kolonky „S“ ve SWOT analýze.

Lístečky – Získávání zpětné vazby

1) Žáci se rozdělí do skupinek po 4–5.

2) Každý z žáků napíše na papírek jednu dobrou vlastnost ostatních žáků ve skupině – každou na jeden papírek (tj. ve skupince 5 žáků napíše každý 4 vlastnosti).

3) Žáci smíchají papírky ve skupině dohromady. Potom je otočí popsanou stranou nahoru, aby byly čitelné a vytvořily seznam dobrých vlastností.

4) Žáci si přečtou názvy vlastností a poté si zapíše ty, které si myslí, že jim odpovídají.

5) Žáci si z nabídky silných stránek vyberou ty, které si myslí, že na ně „sedí“ (může jich být i více) a poznamenají si je do kolonky „S“ ve SWOT analýze.

Podrobný popis aktivit viz kapitola 2.2 Zpětná vazba.

Fotka jako důkaz

- 1) Žáci pracují rozdělení ve skupinkách (po 3–4).
- 2) Ve svých mobilních telefonech si žáci otevřou galerii a najdou fotografii, která nejlépe odráží nebo zachycuje některou jejich silnou stránku. Ve skupince se o těchto důkazech společně pobaví.
- 3) Silnou stránku si opět zapíší do SWOT analýzy.

Provázek – obrázek

- 1) Žáci se rozdělí do skupinek po 10 (např. podle času dojezdnosti do školy).
- 2) Skupina dostává provázek svázaný do kruhu – má za úkol vytvořit z provázku obrazec podle předlohy, předlohu vidí jen 1 člen skupiny – domluva neverbálně.
- 3) Reflexe procesu: Co je pro vás příjemnější: Vést/nechat se vést; Dávat/přijímat instrukce; Aktivně se podílet/pracovat dle zadání; Pracovat individuálně/podílet se na týmové činnosti ...
- 4) Zjištění si zapíší do SWOT.

Podpurné otázky pro žáky

Lze použít v případě, že je pro žáky obtížné pojmenovat své silné stránky.

- 1) *S čím za mnou ostatní chodí nejčastěji pro radu?*
- 2) *Co by do mě nikdo neřekl?*
- 3) *Co je můj životní úspěch a díky jaké silné stránce se mi to podařilo?*

2. MAPOVÁNÍ SLABÝCH „W“ STRÁNEK

Otázky na slabé stránky obecně: Co byste mohli dělat lépe? Čemu se vyhýbáte? Kde máte méně schopností nebo talentu než druzí? Co ostatní nejspíš vnímají jako slabosti? Co si musíte přiznat?

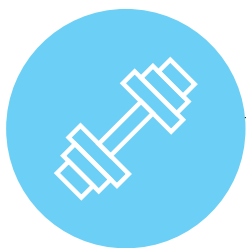
Cílová skupina: žáci SŠ

Časová náročnost: 25 min

Pomůcky: Pracovní list: SWOT analýza

Cíl:

- Zamyslet se nad oblastmi, kde mají žáci rezervy a jak k nim mohou přistupovat.
- Díky uvědomění a pojmenování slabých stránek je možné promyslet, jakým způsobem s nimi lze pracovat a jak je případně eliminovat.



Aktivity na mapování slabých stránek

Co jsou mé slabé stránky?

1) Učitel vyzve žáky k tomu, aby se zamysleli a do patřičné kolonky na pracovním listě napsali:

- *Jaké své vlastnosti/dovednosti by chtěli zlepšit?*
- *S čím u sebe nejsou spokojeni?*
- *Jaké znalosti by chtěli zdokonalit?*
- *Co by chtěli umět a zatím neumí?*
- *Co se ukazuje, že je limituje?*

2) Učitel upozorní žáky, že nebudou muset odpovědi na tyto otázky sdílet.

Jak na slabiny?

1) Učitel vyzve žáky k reflexi a diskusi.

Zamyslete se nad svými slabými stránkami pomocí následující struktury a zkuste si odpovědět na otázky:

Je potřeba slabé stránky vždy změnit?

- *Jedná se o drobnost, nic měnit nepotřebuji.*
- *Za určitých podmínek mi tato slabá stránka nevádí – mohu se zařídit tak, aby mi neváděla.*
- *Když změním úhel pohledu nebo zmírním její intenzitu, tak nepůjde o slabou stránku, ale o silnou.*
- *No, je to něco, na čem bych potřeboval zapracovat.*

Pokud chci slabou stránku odstranit, změnit...

- **Co bude místo ní?** Přesně definujte, jako dovednost budete mít.
- **Proč?** Uvědomte si, proč je to pro vás důležité. Může vás to motivovat v případě, že se vyskytnou překážky.
- **Stanovte konkrétní kroky!** Promyslete a stanovte konkrétní a realizovatelné kroky k získání dovednosti.
- **Kdo nebo co mi může pomoci?** Existuje někdo nebo něco, co by vám mohlo při dosahování cíle pomoci?2) Svá zjištění z předchozích aktivit si žáci zapíší do části „W“ ve SWOT analýze.

2) Svá zjištění z předchozích aktivit si žáci zapíší do části „W“ ve SWOT analýze.

3. MAPOVÁNÍ PŘÍLEŽITOSTÍ „O“

Otázky na příležitosti obecně: Jaké příležitosti máte? Jakých trendů byste mohli využít? Které silné stránky se mohou stát příležitostmi? Co se děje v okolí, z čeho můžete získat?

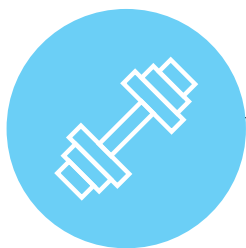
Cílová skupina: žáci SŠ

Časová náročnost: 10 min

Pomůcky: Pracovní list: SWOT analýza

Cíl:

- Zmapovat, jaké mají žáci možnosti uplatnění (práce, studium).



Aktivity na mapování příležitostí

1) Žáci na základě vyplněných údajů SWOT analýzy přemýšlí, jaké mají s popsanými dovednostmi možnosti uplatnění. Zároveň berou v potaz své slabé stránky včetně toho, nakolik by mohly být pro dané uplatnění limitující.

2) Výsledky zapíší do příslušného kvadrantu „O“ SWOT analýzy.

Podporující otázky:

- Jakou svou vlastnost/schopnost/dovednost bych chtěl/a rozvíjet?
- Jaké kompetence z mých dovedností vyplývají?
- Jaké aktivity dělám rád/a a s lehkostí?
- Co mi ostatní říkají, že bych mohl/a, že by mi šlo?
- Jakou hodnotu bych ve své profesi chtěl/a realizovat? (Lze využít práci s kartami hodnot či ctností viz níže.)

4. MAPOVÁNÍ HROZEB „T“

Otázky na hrozby obecně: Jaké trendy a hrozby vám mohou uškodit? Jakým hrozbám vás vystavují vaše slabosti? Jaké překážky jsou před vámi?

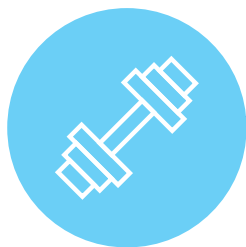
Cílová skupina: žáci SŠ

Časová náročnost: 10 min

Pomůcky: karty s tématem životních hodnot (např. Karty pocitů a potřeb¹², Karty hodnot, Karty ctností, libovolné karty s obrázky, např. karty Pestrý svět apod.), Pracovní list: SWOT analýza

Cíl:

- Pomocí hodnotových karet zmapovat své životní hodnoty a zamyslet se nad hrozbami, které by vyvstaly při jejich dlouhodobém nedostatku. Propojení s kontextem profesní dráhy.
- Získání informací o vlastních hodnotových preferencích je důležité při hledání povolání, které jedinci vyhovuje. Hodnoty ovlivňují lidský život a mají vliv i na profesní volbu.



Aktivity na mapování hrozeb

- 1) Jedním z hybatelů našich rozhodnutí jsou hodnoty. Učitel téma hodnot propojí krátkým vstupem s tématem volby povolání.
- 2) Učitel na jedno místo ve třídě rozloží hodnotové karty a vyzve žáky, aby si udělali seznam osmi hodnot, které vnímají jako životně důležité.
- 3) Seznam svých hodnot si žáci mohou zapsat do kvadrantu „O“ příležitosti.
- 4) Potom, co si žáci vytvoří seznam hodnot, je učitel vyzve, aby do kolonky hrozby „T“ ve SWOT analýze popsali, jakou hrozbu by způsobila dlouhodobá absence či potlačování těchto hodnot.
- 5) Po vyplnění SWOT analýzy následuje **komplexní reflexe celé aktivity SWOT analýza.**



Učitel žáky vyzve, aby si zkusili najít inzerát práce, o kterou by usilovali (která by je bavila a zajímala). Následně mají žáci za úkol porovnat popis pracovní pozice a požadavky s obsahem své SWOT analýzy. Učitel v následující hodině, případně během individuální konzultace, tento úkol se žáky reflektuje.

Pomůcky: Pracovní list: Inzerát 1, Pracovní list: Inzerát 2

Pracovní list: Inzerát 1

CNC OBRÁBĚCÍ CENTRUM 27 000–35 000 Kč/měsíc

Jobs Contact Consulting, s.r.o.

Brno

Plný úvazek

SŠ s maturitou

Popis pracovní nabídky

Do nově rozšířené výroby hledáme pro naše nové obráběcí centrum CNC operátora s praxí.

Náplň práce

- práce v ŘS Mazatrol
- samostatné programování na stroji
- práce s tech. výkresy a měřidly
- samostatnost, pečlivost

Požadujeme

- SŠ
- praxe na frézce/soustruhu/obráběcím centru
- zkušenost s kusovou výrobou
- zkušenost s ŘS Mazatrol nebo Sinumerik výhodou
- znalost práce dle výkresové dokumentace
- ochota práce v 3směnném provozu

Nabízíme

- zázemí zahraniční společnosti
- smlouva na dobu neurčitou
- stravenky
- 25 dní dovolené
- příjemný kolektiv
- práce v Brně v dosahu MHD
- nástup možný ihned

Hrubý plat

27 000–35 000 Kč/měsíc

Pracovní list: Inzerát 2

KONSTRUKTÉR DO VÝROBY 25 000 Kč/měsíc

Jobs Contact Consulting, s.r.o.

Brno

Plný úvazek

SŠ s maturitou, vyšší odborné, bakalářské, vysokoškolské

Popis pracovní nabídky

Nebojíte se manuální práce, jste manuálně zruční a umíte komunikovat s lidmi? Máte zkušenosti s 3D konstrukčním programem, dobrou prostorovou orientaci a strojírenská výroba je Vám blízká? Hledáte stabilního zaměstnavatele a příjemný pracovní kolektiv? Pak je tato pracovní nabídka šitá na míru právě Vám! Hledáme vhodné kandidáty na pozici Konstruktor do výroby

Náplň práce

- tvorba 3D technické dokumentace nových výrobků k příslušnému modelu auta
- úprava stávajících konstrukčních řešení podle požadavků zákazníka
- pohyb po výrobě a zajištění fyzické montáže výrobku
- komunikace se zákazníky, řešení jejich požadavků a jednání s nimi během realizace zakázek
- úzká spolupráce s vedením společnosti, výrobou i dalším konstruktérem

Požadujeme

- SŠ/VŠ vzdělání strojní
- zkušenosti s některým z 3D konstrukčních programů
- manuální zručnost a ochotu pracovat ve výrobním prostředí
- technické myšlení, dobrou prostorovou orientaci
- samostatnost, dobré komunikační schopnosti, zodpovědný přístup k práci, chuť se dále

Nabízíme

- stabilního zaměstnavatele
- možnost seberealizace a pestré náplně práce
- příspěvek na stravování
- příspěvek na životní připojištění
- příjemný kolektiv

Hrubý plat

25 000 Kč/měsíc

2.3.3 TIPY JAK ROZVÍJET SILNÉ STRÁNKY V RÁMCI KARIÉROVÉHO PORADENSTVÍ

Po důkladném zmapování silných stránek nastává nejdůležitější krok, a tím je uvedení nových zjištění do života.

Podporou k tomu mohou být následující otázky, které lze žákům klást buď při individuální konzultaci kariérového poradenství nebo mohou být součástí závěrečné reflexe a diskuse k tématu silných stránek.

- Jak byste mohli některou ze silných stránek používat nově, v nových situacích?
- Jak můžete svou silnou stránku využít k dosažení svých cílů a snů?
- Představte si některou z minulých (neúspěšných) situací a přemýšlejte, jak byste ji mohli vyřešit pomocí svých silných stránek. / Jak využít silnou stránku k vyřešení problému?
- Jak byste konkrétní silnou stránku mohli více zařadit a projevovat ve své práci, při kterých činnostech?
- Jakou svou silnou stránku byste rádi rozvíjeli ve své budoucí profesi?
- Vyprávějte příběh o tom, kde jste v poslední době své silné stránky uplatnili.
- Po dobu jednoho měsíce si každý den zapište tři věci, které vás bavily, měli jste z nich radost, zlepšily vám den apod. Po měsíci označte ty činnosti, zážitky a události, které se nejvíce opakují. Často to budou oblasti silných stránek, které vám přinášejí do života radost a pozitivní energii, a v takových oblastech je možné se dále rozvíjet.

ZDROJE:

SELIGMAN, Martin E. P. *Vzkvétání: nové poznatky o podstatě štěstí a duševní pohody*. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2014. ISBN 978-80-87270-95-0.

KDE HLEDAT DÁL?

Test silných stránek – online verze: www.prednostprednostem.cz/

Test silných stránek SCIO: www.testmojeplus.cz/; <https://viacharacter.org>

Creative Types: <https://mycreativetype.com/>

2.3.4 KOMPLEXNÍ PŘÍSTUP K SILNÝM STRÁNKÁM: PŘÍKLAD DRAMATURGIE VÝUKY ZAMĚŘENÉ NA SILNÉ STRÁNKY

Mapování kompetencí – SWOT analýza – Struktura lekce

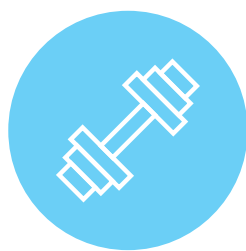
ČAS	NÁZEV AKTIVITY	TYP AKTIVITY	POMŮCKY
5 minut	Domluva pravidel skupiny	Skupinová	
30 minut	Mapování silných „S“ stránek <ul style="list-style-type: none"> • Domino • Lístečky – zpětná vazba • Fotka jako důkaz 	Skupinová	Pracovní list: SWOT analýza, lístečky, mobilní telefony, seznam podpůrných otázek, flipchart/tabule, fixy
25 minut	Mapování slabých stránek a jak na ně	Individuální, skupinová	Pracovní list: SWOT analýza
10 minut	Příležitosti	Individuální	Pracovní list: SWOT analýza
10 minut	Hrozby	Individuální	Pracovní list: SWOT analýza, Karty hodnot
15 minut	Reflexe práce	Skupinová	

2.4 UČEBNÍ STYLY

Pro generaci našich žáků platí více než dříve, že jejich učení nikdy neskončí. Proto je pro žáky důležité, aby se zamýšleli nad tím, jaký styl získávání informací jim vyhovuje. To jim usnadní učení a vede k sebepoznání. Jak mohou využít učební styly ve svůj prospěch. Jak své učení reflektovat a vyhodnocovat ve svůj prospěch.

Téma se hodí zařadit v rámci adaptace žáků na nový stupeň vzdělávání, tj. při přechodu z prvního stupně základní školy na druhý stupeň (6. třída) či při přechodu na střední školu (1. ročník). Žáci si musí zvyknout na nové prostředí, nové učitele a jejich přístup, vzrostou nároky na učení, plánování, organizaci času, samostatnost a zodpovědnost.

Nám se osvědčilo pojmout toto téma jako projektový den mimo školu v listopadu, kdy už mají žáci své zkušenosti z druhého stupně/nové školy, vyhodnocují první „čtvrtletí“ a stanovují si cíle/kroky pro další část školního roku.



Učební styly

Cílová skupina: žáci ZŠ/SS

Časová náročnost: 4 vyučovací hodiny, možno jako projektový den ve škole nebo mimo školu

Pomůcky: Pracovní list: Učební styly/verze A¹³, Pracovní list: Učební styly/verze B¹⁴, Pracovní list: Zadání skupinového úkolu, arch na Alfa box, lepící lístečky Post-it a fixy

Cíl:

- Podnítit žáky k reflexi vlastního procesu učení vzhledem ke svým studijním cílům a výsledkům.
- Nabídnout metody a nástroje pro efektivní učení, příp. stanovování cílů a plánování.

Popis aktivit:

Alfa box aneb kartotéka našich tipů a zkušeností na téma Co mi pomáhá při učení (90 minut)

1) Učitel předem připraví Alfa box na tabuli nebo na flipchart (Předloha: Alfa box)

2) Učitel žáky rozdělí do skupin po cca 5 žácích. Vysvětlí, co znamená Alfa box a co je jeho cílem (kartotéka jejich metod, zkušeností a tipů, co jim funguje, aby bylo jejich učení efektivní).

3) Žáci dostanou k dispozici barevné lístečky Post-it a fixy pro zapisování svých tipů – hesel na počáteční písmena abecedy, cílem je na každé písmenko abecedy vymyslet jeden tip/metodu, co mi pomáhá při učení.

4) Žáci pracují cca 15 minut na tomto úkolu ve skupinách.

5) Žáci přilepí své lístečky do společného rastru Alfa boxu (do políček podle písmen). Do jednoho políčka lze umístit i více kartiček.

6) Učitel pročítá hesla pod jednotlivými písmeny, doptává se žáků na vysvětlení hesel. Od žáků chce další komentáře, dovysvětlení, on sám přidává své postřehy.

¹³ Podle Škachová a kol. (2012).

¹⁴ Podle Dale (2013).

Učební styly (45 minut)

- 1) Učitel uvede téma Učební styly (dle věku a zájmu žáků je seznámí s teorií)
- 2) Učitel následně rozdá Pracovní list: Učební styly (verze A nebo B) a přečte (může i někdo ze žáků) zadání.
- 3) Žáci vyplní pracovní list samostatně.
- 4) Učitel vyzve žáky, aby si o svých výsledcích krátce povídali ve skupině.
- 5) Učitel se zeptá žáků, na co se potřebují k tomuto tématu zeptat. Co je zaujalo?
- 6) Diskuse se žáky – Co v Alfa boxu nezaznělo a vyhovuje při učení? Jak to souvisí s konkrétním učebním stylem?

Skupinový úkol – Pracovní list: Zadání skupinového úkolu (45 minut)

- 1) Učitel shrne, co během předchozích částí (Alfa box, Pracovní list: Učební styly) společně prošli. Vybídne žáky, aby toho, co se dozvěděli a na co si přišli, využili pro plnění následujícího úkolu.
- 2) Učitel nechá jednotlivým skupinám vylosovat zadání pro skupinový úkol (Pracovní list: Zadání skupinového úkolu).
- 3) Skupina žáků připravuje řešení svého zadání cca 20 minut.
- 4) Skupina prezentuje své řešení.
- 5) Ostatní žáci i učitel se mohou následně doptat na to, co je zajímavá.



Toto zadání je určeno pro žáky v 1. ročníku SŠ. Pro ZŠ nutno upravit.

Učební styl je určitý specifický způsob přijímání a zpracovávání informací, kterému dává jedinec přednost. Konkrétní styl učení se vyvíjí na základě osobnostních vlastností jedince a určuje, podle jakých charakteristik přistupuje žák a student k výukovému procesu.

UČEBNÍ STYLY NEBO LI STYLY ZÍSKÁVÁNÍ INFORMACÍ JSOU TYTO:

Vizuální učební styl (využívá při učení zrak – obrázky, grafy, schémata, mapy apod.)

Auditivní učební styl (využívá při učební sluch – audionahrávky, povídání o tématu apod.)

Kinestetický učební styl (využívají pohyb, učí se svými zkušenostmi, praktickým zkoušením)

UČEBNÍ STYLY PODLE PŘEVAŽUJÍCÍ INTELIGENCE (GARDNEROVA TEORIE):

Lingvistický učební styl (využívá zacházení s jazykem, čtení, psaní, chápání obsahu)

Logicko-matematický učební styl (využívá řešení matematických problémů, provádění důkazů, schopnost abstraktního myšlení)

Prostorový učební styl (využívá trojrozměrné představy, možnosti jimi pohybovat a otáčet je, čtení mapy, ukládání zavazadel do kufru auta tak, aby se tam vešly)

Muzikální učební styl (využívá schopnost zacházet se zvukem, rytmem, zpívání, hraní, skládání)

Tělesně-kinestetický učební styl (využívá všechny části těla k řešení problémů nebo vytváření produktů, ovládat hrubou a jemnou motoriku, manipulování s předměty, tanec a pohyb celkově)

Interpersonální učební styl (využívá schopnost chápat chování, motivace, emoce druhých lidí)

Intrapersonální učební styl (využívá schopnost rozlišovat vlastní pocity, záměry a motivace)

Přírodovědný učební styl (využívá schopnost rozlišovat různé druhy fauny a flóry, rozumět uspořádání přírody a využívat ji například při botanice, zemědělství nebo vaření).



Před aktivitou doporučujeme sesbírat podněty od vyučujících různých předmětů a třídního učitele – co dělá žákům potíže, s čím potřebují pomoci, v čem podpořit a podle toho upravit aktivity k tématu.

Po aktivitě možno navázat tématy – práce s časem, stanovování cílů (metoda SMART), akční plán ve vztahu k učení/učebním cílům.

Pracovní list: Učební styly/verze A**Vizuální typ:**

- Zajímají mě obrázky, mapy, grafy
- Co vidím, si dobře pamatuji
- Rád/a pozoruji okolí
- Rád/a vidím na přednášejícího
- Na nových lidech si všímám vzhledu

Auditivní typ:

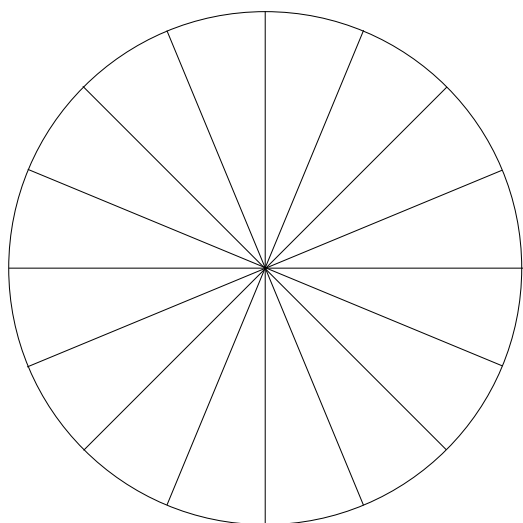
- Zajímá mě vyprávění, rozhovory
- Rád/a poslouchám výklad, vyprávění
- Co slyším, dobře si pamatuji
- Mluvit s ostatními je zábava
- Nemám rád/a hlasitý hluk

Kinestetický typ:

- Při učení pomáhá pohyb, chůze, gesta
- Rád/a si nové věci zkouším
- Pamatuji si, co jsem zkusil/a, zažil/a
- Často si hraji s tužkou, houpu se
- Nevydržím dlouho sedět v klidu

2) **Doplň, co ti ještě při učení pomáhá/vyhovuje/vede k cíli?**

3) **Svou jedinečnou skladbu učebních stylů zakresli do koláčového grafu (kolik dílků připadá na jaký učební styl).**



4) **Nyní graf okomentuj v několika větách:**

Pracovní list: Učební styly/verze B**1) Když poslouchám hudbu...**

- A. sním
- B. brumlám si nebo zpívám
- C. najdu si text online
- D. podupávám si nohou nebo tancuji na hudbu

2) Když se učím na zkoušku...

- A. kreslím si schémata a ilustrace
- B. chci, aby mě někdo zkoušel
- C. zapisuji si otázky a odpovědi
- D. vytvářím si trojrozměrné modely

3) Když si čtu jen tak, dávám přednost...

- A. cestopisu s obrázky
- B. audioknize
- C. klasické knížce
- D. návodu na sestavení počítače

4) Když jdu do přírodovědného muzea...

- A. najdu si mapu všech exponátů
- B. rád(a) používám audioprůvodce
- C. čtu si nápisy u exponátů
- D. na interaktivní výstavě se pustím do tvorby

5) Raději bych šla/šel...

- A. na hodinu výtvarného umění
- B. na dějepisnou přednášku
- C. na hodinu angličtiny
- D. na hodinu aerobiku

6) Když jsem šťastná/šťastný...

- A. usmívám se
- B. křičím do celého světa
- C. zapisuji si myšlenky do deníku
- D. skáču radostí

7) Když stojím ve frontě na lístky do kina...

- A. dívám se na filmové plakáty
- B. povídám si s člověkem vedle mě
- C. čtu si recenze na iPhonu
- D. podupávám si nohou nebo luskám prsty

8) Když řeším nějaký problém...

- A. nakreslím si mapu pro brainstorming
- B. mluvím o něm s přáteli nebo odborníky
- C. zapisuji si svoje nápady
- D. představuji si ho v duchu a pro každý krok si dělám poznámky

9) Když budu chtít vědět, jak funguje iPhone, raději...

- A. se na to podívám ve filmu
- B. nechám si to někým vysvětlit
- C. přečtu si o tom knihu
- D. koupím si starý iPhone a rozeberu ho

10) Po večírku si obvykle pamatuji...

- A. tváře, ale ne jejich jména
- B. jména, ale ne tváře
- C. první větu z knihy, kterou si vzal(a) z police
- D. co jsem tam dělal(a)

Pokud jste zakroužkovali většinou odpovědi A, učíte se zrakem (vizuálně).

Pokud jste zakroužkovali většinou odpovědi B, učíte se prostřednictvím zvuku (auditivně).

Pokud jste zakroužkovali většinou odpovědi C, učíte se čtením a psaním.

Pokud jste zakroužkovali většinou odpovědi D, učíte se pohybem (kinesteticky).

Poznámka:

Nezapomínejte, že učební styl není nikdy stoprocentně extrémně vyhraněný. Dominantní styl je vždy doprovázen i ostatními nedominantními styly.

Pracovní list: Zadání skupinového úkolu

- 1) Máš se za týden naučit 50 nových slovíček a 20 nových frází do angličtiny.
- 2) Ze dne na den se máš naučit 10 hustě popsaných stran učiva do dějepisu.
- 3) Za týden se máš připravit na opakovací test na učivo z minulého školního roku (gramatika cizího jazyka – němčina, ruština nebo francouzština).
- 4) Máš za úkol připravit prezentaci pro třídu na 1 vyučovací hodinu na libovolné téma ze zeměpisu.
- 5) Máš se naučit povídat 10 minut na určité konverzační téma v cizím jazyce a máš na to 3 dny.
- 6) Máš 5 dní na to, aby ses připravil/a na čtvrtletní písemku z matematiky (7 témat, 7 typů příkladů).

Předloha: Alfa box

Rastr dle této předlohy připravte na flip:

A	B	C	D	E	F
G	H	CH	I	J	K
L	M	N	O	P	R
S	T	U	V	Z	Žolík



Zdroj: Archiv autorky příspěvku

Žolík je políčko, kam mohou žáci doplnit pro ně důležitý pojem bez ohledu na to, na jaké písmenko začíná.

ZDROJE:

MUSILOVÁ, Lenka. *Vhodné výukové metody pro konkrétní učební styly žáků v hodinách anglického jazyka na základní škole: Příloha č. 1. Dotazník: Styly učení* [online]. Brno, 2012 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/2_styly2. Diplomová práce. Masarykova univerzita. Vedoucí práce Mgr. Martin Novák.

ŠKACHOVÁ, Tereza a Andrea VEDRALOVÁ. *Nautilus: Ponořme se do učení* [online]. Praha: Scio, 2012 [cit. 2020-05-07]. ISBN 978-80-7430-074-5.

Dostupné z: https://bit.ly/3_nautilus

KDE HLEDAT TESTY UČEBNÍCH STYLŮ?

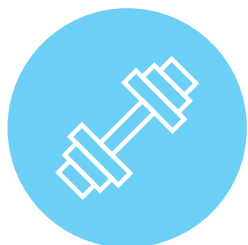
MUSILOVÁ, Lenka. *Vhodné výukové metody pro konkrétní učební styly žáků v hodinách anglického jazyka na základní škole: Příloha č. 1. Dotazník: Styly učení* [online]. Brno, 2012 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/2_styly2. Diplomová práce. Masarykova univerzita. Vedoucí práce Mgr. Martin Novák.

Test *Jaký učební styl vám vyhovuje?* dostupný z: https://bit.ly/3_styly3

Test pro zjištění učebních stylů dostupný z: https://bit.ly/2_styly4

2.5 MOTIVACE

Znalostí správné motivace se jedince snáze daří podpořit v dosažení jeho cíle. Pomocí motivace roste chuť a zájem jedince podílet se na úkolech a přijmout za ně zodpovědnost. Sami si například můžete vzpomenout na činnosti, které jste dělali a byly propojené s vaší motivací a na činnosti, které byly bez motivace. Je velice pravděpodobné, že ty činnosti, do kterých jste byli motivováni, jste dokončili, a naopak ty činnosti, kde jste necítili motivaci, jste nedokončili.



Pepa a Soňa

Časová náročnost: 2 × 45 minut

Cílová skupina: žáci ZŠ

Pomůcky: Pracovní list: Pepa (skupina A),

Pracovní list: Soňa (skupina B)

Cíl následujících aktivit:

- Vést žáky k tomu, aby si uvědomovali vlastní motivy svých rozhodnutí.
- Objasnit žákům, co všechno může ovlivnit jejich volbu střední školy.

Popis aktivity:

1) Učitel rozdělí žáky do 4 skupin. Dvě skupiny budou řešit modelový příklad A a dvě skupiny budou řešit modelový příklad B.

2) Učitel představí skupinám jejich modelový příklad:

Modelový příklad A: Zkuste si představit Pepu. Pepa je v 9. třídě a přemýšlí, kam jít na školu. Nakonec se Pepa rozhodne, že půjde na školu, kterou si vybral jeho kamarád. Pepa chce na školu, jelikož tam jde jeho kamarád.

Modelový příklad B: Soňu baví přírodní vědy. Již jako malá chodila do lesa a pozorovala přírodu. Znamky má Soňa v přírodních vědách průměrné, ale její chuť pracovat v oblasti ekologie je veliká, proto se rozhodne si podat přihlášku na přírodovědné lyceum.

3) Žáci diskutují ve skupinách odpovědi, které pak doplní do pracovního listu pro jejich modelový příklad.

4) Jednotlivé skupiny prezentují své odpovědi před třídou.

5) Učitel shrne na závěr celou aktivitu.



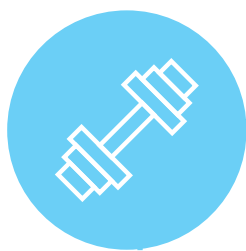
Aktivita má směřovat k tomu, aby otevřela diskusi, co všechno může mít vliv na volbu budoucí školy. Žádná motivace není špatná, jen je důležité si uvědomit, co je naší motivací.

Pracovní list: Pepa (skupina A)

<p>Na stupnici 1–10, kdy 10 je nejvíc, ohodnotte Pepovu spokojenost se školou? Za měsíc</p> <p>Za půl roku</p> <p>Za rok</p>	<p>Odpovědi žáků:</p>
<p>Co je/byla hlavní motivace Pepy pro volbu školy?</p>	
<p>Co všechno mohl Pepa udělat, aby měl větší motivaci?</p>	
<p>Co byste doporučili Pepovi, pokud by se znovu rozhodoval, jakou SŠ si vybere?</p>	

Pracovní list: Soňa (skupina B)

<p>Na stupnici 1–10, kdy 10 je nejvíc, ohodnoťte Soninu spokojenost se školou? Za měsíc</p> <p>Za půl roku</p> <p>Za rok</p>	<p>Odpovědi žáků:</p>
<p>Co je/byla hlavní motivace Soni pro volbu školy?</p>	
<p>Co všechno mohl Soňa udělat, aby měl větší motivaci?</p>	
<p>Co byste doporučili Soně, pokud by se znovu rozhodoval, jakou SŠ si vybere?</p>	



Brainstorming

Časová náročnost: 30 minut

Pomůcky: papíry nebo flipchart

Popis aktivity:

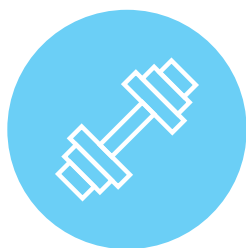
1. Učitel rozdělí žáky do 4 skupin.
- 2A. Dvě skupiny pracují na tomto zadání formou brainstormingu:

Jak vypadá člověk, který danou aktivitu dělá rád? Jak se např. tváří? Jak dlouho u aktivity vydrží?

- 2B. Další dvě skupiny pracují na zadání:

Jak vypadá člověk, který dělá něco, co nechce?

3. Žáci vzájemně prezentují skupinovou práci.



Baví/nebaví

Časová náročnost: 20 minut

Pomůcky: papíry nebo flipchart

Popis aktivity:

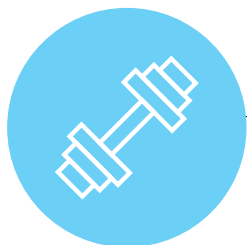
1. Učitel zadá žákům, aby napsali seznam 10 činností, kterým se někdy věnují.
2. Učitel vysvětlí žákům, jak funguje škála/škálování.
3. Žáci následně tyto činnosti zanesou na křivku (škálu) z pohledu jejich motivace, jak je činnosti baví nebo nebaví.

Baví

Nebaví



Které činnosti se opakují u většiny žáků? Které jsou originální? Co je na konkrétní aktivitě baví? Proč je konkrétní aktivita nebaví?



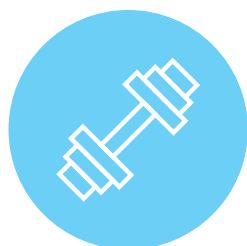
10 hodin času

Časová náročnost: 30 minut

Pomůcky: papíry nebo flipchart

Popis aktivity:

1. Učitel žákům vysvětlí zadání/situaci: Máte k dispozici 10 hodin času. Kterým činností se budete věnovat a jakou dobu?
2. Žáci pracují na zadání samostatně.
3. Následuje reflexe. Je možnost nechat žáky reflektovat ve dvojicích tyto otázky:
Jakým aktivitám jste dávali vysoká čísla? A proč?
4. Učitel aktivitu na závěr shrne.



Co na tom lidi baví?

Časová náročnost: 30 minut

Pomůcky: karty s obrázky/symboly sportu, poslechu hudby, skupiny lidí, péče o druhé, tance, čtení knihy, lístečky Post-it

Popis aktivity:

1. Učitel ukáže žákům karty s obrázky/symboly a umístí je viditelně např. na tabuli nebo rozmístí po třídě.
2. Žáci zapisují na lístečky Post-it (na každý lísteček jeden motiv), proč lidé tyto aktivity dělají, a lepí je k příslušným obrázkům/symbolům.
3. Učitel se žáky pročtou hesla na lístečcích, příp. okomentují nebo dovysvětlí ostatním.
4. Následuje společná reflexe úkolu se žáky.



Jak vás napadly právě tyto motivy k obrázkům / symbolům?



Člověk v práci tráví 40 hodin svého času, a pokud je tráví něčím, co ho baví, utíká mu čas rychleji než někomu, kdo se k práci nutí, prostě ho nebaví. A je na každém z nás, aby pátral po vlastní motivaci.

Každý z nás dělá stejnou věc z různého důvodu. A je potřeba říci, že právě tyto důvody nás vedou k tomu, že v daném povolání dlouhodobě zůstaneme, nebo ne.

3 SEBEPREZENTACE

3.1 SEBEPREZENTACE

Sebeprezentace logicky navazuje na oblast sebepoznání, resp. následuje po zmapování kompetencí, silných stránek, příležitostí k posunu, hodnot a motivací. Se žáky trénujeme objektivní, nicméně pozitivní sebeprezentaci nejčastěji formou přípravy na přijímací pohovor či výběrové řízení.

Při nácviku klademe důraz také na autentičnost, srozumitelnost, otevřenost a originalitu.

Sebeprezentace má i své moderní formáty – networking, elevator pitch či osobní branding – a může probíhat buď offline (fyzicky, přímo, osobně) nebo online (virtuálně, v prostředí sociálních sítí).

Velká část prezentace a sebeprezentace dnes probíhá v online prostředí, především na sociálních sítích. Mezi ty hlavní patří LinkedIn, Facebook, Twitter, Instagram.

Sebeprezentace zde probíhá formou virtuální vizitky, profilu na LinkedIn, profilu na Twitteru či Instagramu. Můžeme zde mimo jiné zveřejnit např. i náš životopis nebo portfolio.

Více v kapitolách 3.3 Mapování možností využití sociálních sítí pro kariéru a 3.4 Vytvoření profilu na LinkedIn.

Cíl:

- Seznámit žáky s nástrojem SWOT analýza (více také v podkapitole 2.3.2. Komplexní přístup k mapování kompetencí pomocí SWOT analýzy).
- Provést žáky fází sebeuvědomění si sebe ve svých životních rolích.
- Vyzkoušet si sebeprezentování.

Cílová skupina: žáci ZŠ/SS

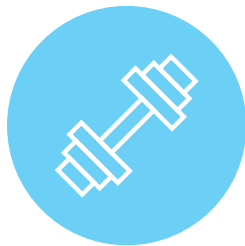
Časová náročnost: 2–4 vyučovací hodiny

Pomůcky: Pracovní list: SWOT analýza s otázkami¹⁵, Pracovní list: Sebeuvědomění, Pracovní list: Sebeprezentace, příp. ukázky knih/zdrojů



Co je a k čemu slouží SWOT analýza? Jak ji můžeme využít pro sebeprezentaci?

¹⁵ Podle Gordon-Smith (2012).



Kdy žáci využívají/využili v životě sebe prezentaci?

Popis aktivity:

1. Učitel položí otázku žákům a zaznamenává jejich návrhy na tabuli či flipchart.
2. Žáci odpovídají na otázku, kdy využívají/využili ve svém životě sebe prezentaci.
3. Učitel reaguje na návrhy žáků, vybízí ke sdílení zkušeností, příp. nabízí další možnosti/situace.
4. Žáci sdílí své zkušenosti se sebe prezentací.

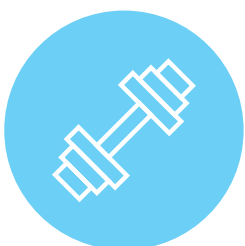
Příklady využití sebe prezentace:

Referát či prezentace tématu před třídou, přijímací pohovor (brigáda, projekt, práce), sraz ze základní školy po x letech, představení sebe či své činnosti/svého projektu (face to face nebo na v online prostředí), networking, ...

Mít slabé stránky je lidské a normální. Aktivně a odpovědně s nimi nakládat je však naše silná stránka.

Poznání silných a slabých stránek je důležité pro uvědomění si sama sebe – svých hodnot (určují naše osobní standardy), schopností, ale také slabých míst a nedostatků, na kterých je třeba pracovat, zlepšovat je, snažit se je odstranit.

Doporučujeme upozornit žáky na to, že každá silná stránka je zároveň slabá a slabá stránka může být za určitých podmínek naopak silná. Záleží totiž na konkrétní situaci nebo cíli i na tom, kdo posuzuje. Např. lenost může být zároveň rozvážnost.



Sebeuvědomění

Popis aktivity:

1. Učitel předem žákům vysvětlí, co je SWOT analýza, kdo a za jakým účelem ji používá
Učitel k tomu může využít Pracovní list: SWOT analýza s otázkami.
2. Žáci mají možnost reagovat, ptát se.
3. Učitel poté rozdá Pracovní list: Sebeuvědomění a vysvětlí, co je úkolem a objasní, proč zrovna tři tabulky (rodina, škola, zájmy). Z těchto částí se skládá náš život, v těchto třech oblastech života se realizujeme.
4. Pokud je třeba, učitel objasní, o jaké role se může jednat, příp. uvede nějaké příklady rolí, např. role v rodině: syn/dcera, bratr/sestra, vnuk/vnučka; role ve třídě: spolužák, žák, předseda třídy; role v oblasti zájmů: spoluhráč, vedoucí kroužku, účastník kurzu atd.

5. Učitel vyzve žáky, ať si vyberou jednu z rolí do každé tabulky a tabulku pro tuto roli vyplní neboli ať definují svoje úspěchy, neúspěchy, svá přání a příležitosti, své obavy a překážky.
6. Žáci vyplňují tabulky na Pracovním listu: Sebeuvědomění.
7. Učitel teprve poté přidá informaci, k čemu je v tabulkách poslední nenadepsaný sloupec.
8. Zde žáci zapíší, co mohou udělat pro eliminování či odstranění těchto obav a překážek, případně kdo nebo co jim pomůže.
9. Po vyplnění i posledního sloupce tabulky osloví učitel žáky, zda je někdo ochoten něco z pracovního listu přečíst, resp. sdílet.



Učitel případně nabídne možnost, že témata/otázky ze SWOT analýzy mohou být tématem individuálního poradenského rozhovoru.

Klasická SWOT analýza (pro srovnání) je popsána v kapitole 2.3 Silné stránky a mapování kompetencí.



*Jak se vám dařilo tabulky vyplňovat?
 Vystaly vám nějaké (nové) otázky?
 Je něco, co vás při plnění tohoto úkolu překvapilo?
 Máte nějaké téma k dalšímu přemýšlení či konzultaci?
 Jaká je nyní vaše zkušenost s využitím SWOT analýzy?
 Více v kapitole 2.1 Sebepoznání.*



Sebe prezentace

Popis aktivity:

1. Učitel provede žáky úkoly na Pracovním listu: Sebe prezentace
2. Učitel odkáže na úvodní otázku: V jakých situacích člověk využívá sebe prezentaci? Využije k tomu seznam tipů na tabuli či flipchartu z úvodu hodiny/lekce.

Učitel může téma rozvést dále otázkou: S jakým cílem se člověk prezentuje? Co pomáhá, aby jeho sebe prezentace zaujala?

3. Žáci nyní vyplní odpověď na první otázku na pracovním listu: Pro jakou situaci využijí tuto sebe prezentaci?
4. Učitel vyzve žáky, aby si během následujících 15–20 minut připravili poznámky pro svou sebe prezentaci – viz pracovní list.
5. Žáci si připravují sebe prezentaci, resp. poznámky pro ni.
6. Učitel vysvětlí žákům další krok – sebe prezentace ve dvojicích.
7. Žáci se prostřídají v sebe prezentování dle instrukcí učitele. Jeden ze dvojice prezentuje, druhý mlčí a zapisuje si poznámky. Poté se vystřídají.
8. Učitel vysvětlí další fázi – sdělování poznámek k prezentacím, jak proběhne zpětná vazba.
9. Žáci se opět prostřídají a projdou společně poznámky, které si během prezentování toho druhého zapsali. Dávají si zpětnou vazbu na proběhlé prezentace.
10. Žáci si zapisují postřehy ze zpětné vazby do pracovního listu.



Žáci se mohou ve zpětné vazbě zaměřit/zeptat svého spolužáka na toto:

Co tě na mé prezentaci zaujalo?

Co bych měl/mohl o sobě ještě doplnit? (okolí mě může vidět jinak)



Při přípravě či trénování sebe prezentace si necháváme dát zpětnou vazbu od svého okolí (obsah, srozumitelnost, gesta, mimika, naše vyjadřovací schopnosti, originalita). Pokud projeví o naši prezentaci zájem a mají potřebu se nás dál vyptávat, jsme na dobré cestě zaujmout svou prezentací i ostatní.



Zde se může ptát např. na toto:

Jaké to pro vás bylo?

Podle reakce (pozitivní nebo negativní odpověď) volíme další schéma otázek:

Co pro vás bylo snadné a proč?

Jaké své vlastnosti a schopnosti jste uplatnili?

A co se nedařilo? Proč se to nedařilo?

Jak by se to dalo pro příště zařídit, aby se to podařilo lépe?

Jaké to pro vás bylo, když jste dostávali zpětnou vazbu?

Jaké to pro vás bylo, když jste zpětnou vazbu dávali?

Dozvěděli jste se o sobě něco nového či pro vás zajímavého? Co to bylo?

Jakou zkušenost ze sebezprezentování si propříště odnášíte?



Úskalím může být, pokud se žáci pustí do přípravy sebezprezentace bez fáze sebepoznání, kdy nemají zmapované a pojmenované své vlastní silné stránky. K tomu slouží portfolio žáka. Více v kapitole 1.4.1 Reflektování během aktivit: Jak vést žáky k sebereflexi v procesu učení. Po této aktivitě lze navázat např. tématem životopis. Pro přípravu životopisu doporučujeme opět využít portfolio. Více v kapitole 3.2 Pracovní portfolio žáků.

Osvědčilo se nám se žáky předem probrat zásady zpětné vazby, a třeba je i zapsat jako pravidla pro zpětnou vazbu a umístit viditelně ve třídě. Více v kapitole 2.2 Zpětná vazba.

ZDROJE:

GORDON-SMITH, Rostya a Věra STAŇKOVÁ. *Úspěšně s kůží na trh: 13 kapitol jak si vybudovat dobré jméno*. Roztoky u Prahy: iNSiGNiS, 2010. ISBN 978-80-86353-07-4.

KDE HLEDAT DÁL?

COVEY, Sean. *7 návyků úspěšných teenagerů: nejlepší průvodce na cestě ke šťastnému životu*. Praha: FC Czech, 2010. ISBN 978-80-254-7926-1.

Pracovní list: SWOT analýza s otázkami k vyplnění

MOJE ÚSPĚCHY	MOJE NEÚSPĚCHY	MOJE PŘÁNÍ MOJE PŘÍLEŽITOSTI	MOJE OBAVY MOJE PŘEKÁŽKY
Čeho jsem dosáhl/a?	Co jsou moje slabosti?	Jaký/á chci být?	Z čeho mám obavy nebo strach?
V čem jsem dobrý/á?	Co se mi nedaří opakovaně?	K jakému vzoru se chci přiblížit?	Kdo nebo co mi stojí v cestě?
Co mě naplňuje?	Co nerad/a dělám a proč?	Proč svůj vzor obdivuji?	Které věci mohu či nemohu ovlivnit?
Pro co jsem zaujatý/á?	S jakými lidmi se mi nedaří spolupracovat a proč?	Co potřebuji udělat, abych dosáhl/a svých přání a cílů?	Co musím okamžitě odstranit?
V čem jsem lepší než lidé z mého okolí?		Jak mohu prospět jiným?	Na čem musím dlouhodobě pracovat?
Co mi dává energii?			Čeho se musím vyvarovat?

Pracovní list: Sebeuvědomění

Já jako... (role v rodině)				
Moje úspěchy	Moje neúspěchy	Moje přání/ příležitosti	Moje obavy/ překážky	
Já jako... (role ve škole)				
Moje úspěchy	Moje neúspěchy	Moje přání/ příležitosti	Moje obavy/ překážky	
Já jako... (role v oblasti zájmů)				
Moje úspěchy	Moje neúspěchy	Moje přání/ příležitosti	Moje obavy/ překážky	

Pracovní list: Sebe prezentace

1) Pro jakou situaci připravíš tuto sebe prezentaci?

2) Nyní si připrav svou sebe prezentaci. Jak by ses charakterizoval/a či představil/a ve 2–3 minutách (čím jsi jedinečný/á, co tě odlišuje od ostatních, rodina – škola – zájmy)? Využij k tomu Pracovní list: Sebeuvědomění

3) Využij své poznámky z úkolu 2 a nyní se odprezentuj se ve 2–3 minutách svému spolužákovi/ spolužačce.

4) Zde je prostor pro poznámky k prezentaci tvého spolužáka/spolužačky:

5) Zde je prostor pro tvé poznámky ze zpětné vazby, kterou jsi dostal/a ke své prezentaci:

3.2 PRACOVNÍ PORTFOLIO ŽÁKŮ

Portfolio v představovaném pojetí je individualizovaný portrét žáka založený na specifickém výběru materiálů, dokumentů a výtvorů, které demonstrují jeho kompetence, a pokrývá oblast školních i mimoškolních aktivit žáka. Dokládá a prezentuje kompetence, které žák získává v průběhu svého života nejen v rámci formálního vzdělávání, ale i při volnočasových aktivitách, domácích pracích, dobrovolnictví, brigádách, cestování i každodenních obvyklých činnostech. Neopominutelnou součástí portfolia jsou důkazy (certifikáty, vysvědčení, výtvořky, fotky, reference aj.). Žák své portfolio průběžně aktualizuje, doplňuje a reflektuje, což mu umožňuje sledovat vývoj sebe sama. Portfolio v tomto pojetí podporuje žáky v uvědomění potenciálu, který lze rozvíjet. Pomáhá jim prostřednictvím důkazů uvědomit si, že každý má za sebou bohatou škálu zkušeností a rozvíjí se nejen ve škole, ale také díky volnočasovým aktivitám a dalším zkušenostem a přijímáním rolí v osobním životě. Tím portfolio plní úlohu pomůcky, díky které se žák může poznat a následně sám sebe prezentovat.

Cílová skupina: žáci 2. stupně ZŠ, žáci SŠ a VOŠ

Časová náročnost: podle možností – část práce lze realizovat přímo ve škole, část jako domácí příprava

Pomůcky: Pracovní list: Moje pracovní portfolio, složky, internet

Cíl:

- Budovat reálný a pozitivní pohled na sebe sama.
- Naučit žáky prezentovat výsledky své práce a naučit je vytvářet si systém ve svých osobních i pracovních materiálech, které mohou sloužit jako podklad pro sebezprezentaci a podat důkaz o vlastních kompetencích.
- Vytvořit podklad pro plánování dalšího směřování a rozvoje.
- Rozvíjení kompetencí k pracovnímu uplatnění a podnikavosti a kompetencí využívat prostředky informačních a komunikačních technologií. Rozvíjí kompetence k sebereflexi a sebehodnocení.

Popis aktivity:

1. Učitel představí žákům téma portfolia a vysvětlí, k čemu slouží, lze použít ukázkou zpracovaného portfolia (viz např. zdroje – Cindy Salib).
2. Učitel se se žáky dohodne na formě portfolia (listinná nebo elektronická) a na způsobu zajištění materiálu (složky, rozdělovníky aj.).
Např.:
listinná forma – složky/desky (šanon), euroobaly, barevné oddělovníky
elektronická forma – aplikace coumim.cz, online dokument (Google), osobní web
3. Žáci obdrží pracovní list, který slouží jako vodítko – souhrn kategorií, které se ve vlastním portfoliu objeví. Diskutují o jednotlivých kategoriích a konkrétních příkladech s cílem porozumět co nejlépe jednotlivým kategoriím.
4. Učitel se žáky dohodne způsob práce na portfoliu – které části budou zpracovávat v rámci školy, které jako domácí práce – a dohodne se žáky jednotlivé kroky a termíny. Minimálně část zpracování v každém případě vyžaduje domácí přípravu – dohledání důkazů, dokumentů, certifikátů, vysvědčení, výtvorů, fotografií, referencí, získání zpětné vazby od blízkých osob aj.
5. Učitel se žáky stanoví termín pro dokončení portfolia (v první fázi) a následné termíny pro pravidelnou revizi.
6. Po první etapě práce na portfoliu vytvoří učitel časový prostor pro sdílení výstupů (portfolií) v rámci skupiny a pro reflexi žáků.



*Jak se vám pracovalo?
Co jste se o sobě nového dozvěděli?
Co jste si uvědomili?
Co vám dobře šlo?*



- S vytvořením pracovního portfolia je možno začít kdykoliv, není vázáno na konkrétní ročník.
- Iniciativa zůstává převážně na straně žáka – je za obsah svého portfolia plně zodpovědný, je jeho vlastníkem, vytváří si ho pro sebe, volí si, jaké výsledky své činnosti a učení v portfoliu zdokumentuje.
- Vytváříme prostor pro pravidelnou aktualizaci a reflexi portfolia – např. při třídnických hodinách, frekvence 1 × za půl roku.
- Umožníme „konzultační hodiny“ k portfoliu – žáci mohou individuálně konzultovat své portfolio, získat od pedagoga podporu.
- Rozhovor nad portfoliem – obsažené materiály jsou zdrojem a důležitým podnětem k diskusi se žákem o jeho kariérovém rozvoji.

ZDROJE:

Cindy Salib's *Digital Portfolio: A Teacher in the Making* [online]. [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/3_portfolio4

HAŠKOVÁ, Kateřina. A jak vypadá vaše portfolio? In: *Europass* [online]. 2014 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/2_portfolio

Kariérní porfolio: doporučená struktura podle Career Designer vycházející z metodiky CHQ [online]. [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/2_CH-Q

KRATOCHVÍLOVÁ, Jana. Význam, zakládání a tvorba portfolia u dětí. In *Projekt interkulturní vzdělávání dětí, žáků a pedagogů*. 2013.

KREJČOVÁ, Věra. *Seberefektivní deník, studentské portfolio a metoda ústní zkoušky: Kritické listy* [online]. 2001, 3 [cit. 2020-05-07]. ISSN 1214-5823. Dostupné z: https://bit.ly/2_portfolio2

MATĚJKOVÁ, Pavla. Osobní portfolio žáka. In: *Kurikulum S* [online]. [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/2_portfolio3

Pracovní list: Moje pracovní portfolio

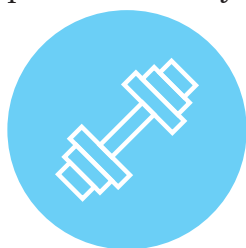
Buď konkrétní, jak nejvíce můžeš, jde o fakta! Ke každé získané zkušenosti patří důkaz (diplom, fotka, reference, osvědčení, vysvědčení, čestné uznání, scan, odkaz, publikace, licence, členství v organizacích, ...)

OSOBNÍ ÚDAJE	jméno, příjmení, fotka/obrázek
CO UMÍM <i>Mám organizační schopnosti! Dokázal jsem připravit narozeninovou oslavu pro kamarádku. Znamenalo to zajistit...</i>	přehled aktuálních TOP 10 kompetencí a jejich důkazy název kompetence – důkaz
PRACOVNÍ ZKUŠENOSTI <i>V práci jsem ještě nikdy nebyl... Ale pomáhám doma s úklidem, bráchu doučuju matematiku a starám se o psa. To se počítá!</i>	brigáda, dobrovolnictví, stáž, školní praxe, výpomoc v rámci rodiny, přátel a známých, autorské práce (co jsem vytvořil, napsal) od kdy do kdy, moje role, popis zodpovědností (co umím – která kompetence se projevila) – důkaz
VZDĚLÁNÍ (ŠKOLA) <i>Tak určitě! :-)</i>	odkdy dokdy, název školy, co jsem se naučil – důkaz
OSTATNÍ VZDĚLÁNÍ <i>Sem patří i moje koníčky a záliby. Něco jsem se naučil ve skautu, něco v hudebce...</i>	odkdy dokdy, název organizace, co jsem se naučil, vytvořil, předvedl – důkaz
DOPORUČENÍ <i>Máma: ta sýrová pomazánka, kterou jsi vyrobil minulý týden k večeři mi moc chutnala (tátovi, babičce a bráchovi taky)!</i>	doporučení nebo zpětná vazba od někoho, kdo tě zná a byl svědkem toho, jak se projevily tvoje kompetence
ÚVAHA	písemně se zamysli nad následujícími tématy: Jaké jsou tvoje hlavní dovednosti? Jaké jsou tvoje kariérní plány do budoucna? Jak hodláš využít svých kvalit/dovedností pro uskutečnění svých plánů? Které kvality bys chtěl dále rozvíjet? Proč zrovna tyto? Co pro jejich rozvoj uděláš? K čemu chceš využít své portfolio? Jaký názor na tebe budou mít lidé, pokud si přečtou tvoje portfolio? Je tvoje portfolio kompletní? Proč ne?
DATUM POSLEDNÍ AKTUALIZACE PORTFOLIA	

3.3 MAPOVÁNÍ MOŽNOSTÍ VYUŽITÍ SOCIÁLNÍCH SÍTÍ PRO KARIÉRU

Sociální sítě nejsou jen prostředkem prokrastinace, ale mohou být i užitečným pomocníkem v oblasti kariérového rozvoje a vzdělávání. Nabízejí možnost vytvoření osobního portfolia, vzdělávání od špiček v oboru a sledování trendů, zjišťování informací o zaměstnavatelích, reagování na pracovní nabídky, budování sítě užitečných kontaktů a mnoho dalšího.

Žáci by si měli uvědomit, že práci nehledáme jen přes pracovní portály, učit se nemusíme jen ve škole a na sociálních sítích nemusíme jen prokrastinovat. Jsme sami tvůrci své digitální stopy, při vhodném využití je možné své šance zvýšit, při neopatrném pak naopak snížit.



Mapování možností využití sociálních sítí pro kariéru

Cílová skupina: žáci ZŠ/SSŠ

Časová náročnost: 2 vyučovací hodiny

Pomůcky: papíry, pomůcky na psaní, PC či mobil s připojením na internet, tabule, Předloha: Využití sociálních sítí pro kariéru

Cíl aktivity:

- Naučit žáky uvažovat o sociálních sítích jako nástroji pro vzdělávání, kariérový rozvoj a získávání kariérních příležitostí.

Popis aktivity:

1) **Diskuse** (min. 10 min).

- Aktivitu lze zahájit diskusí, kde se učitel zeptá žáků, které sociální sítě znají a co na nich dělají. Výsledky může zapisovat na tabuli.

2) **Skupinová práce** (min. 30 min)

- Poté rozdělí žáky do skupin o cca 5 žácích, kdy každá skupina dostane k dispozici papíry, PC či mobily s připojením na internet.
- Učitel vysvětlí, že sociální sítě dnes mohou být užitečným nástrojem při hledání práce. Vyzve žáky, aby se ve skupinách zamysleli nad tím, jak konkrétně jim sociální sítě mohou být užitečné (případně uvést konkrétní příklady soc. sítí).
- Žáci ve skupinách s využitím PC či mobilů zkoumají různé sociální sítě, shromažďují nápady o možnostech využití sociálních sítí.
- Výsledky skupinové práce žáci mohou na papíry zaznamenávat jako seznam či myšlenkovou mapu.

3) **Sdílení výsledků a reflexe aktivity** (min. 30 minut)

- Učitel vyzve jednotlivé skupiny, aby sdílely/prezentovaly výsledky své aktivity.
- Výsledkem může být myšlenková mapa či seznam shrnující výsledky práce jednotlivých skupin.
- V krátké diskusi žáci sdílejí, zda a jak se změnil jejich pohled na sociální sítě.

Ukazuje se, že sociální sítě jsou významným zdrojem profesních příležitostí. Personalisté je využívají jako zdroj informací o kandidátech a nástroj pro jejich oslovení, podnikatelé a freelanceři jako nástroj pro získání klientů. Uchazeči mohou na sociálních sítích zjišťovat informace o firmách, najít zde pracovní nabídky, vytvářet si digitální CV, vizitku či portfolio. Všichni máme možnost budovat síť kontaktů s lidmi z celého světa, na různých platformách se učit od profíků a sledovat, co je nového v našem oboru.



Pro práci se sociálními sítěmi je třeba alespoň základní orientace v jejich fungování, jak na straně pedagoga, tak na straně žáků. Pro práci s většinou soc. sítí je zde také třeba mít zřízený účet. Určité riziko představuje nevhodný způsob využívání a práce se sociálními sítěmi, zejména rizika v oblasti ochrany soukromí, etického využívání, závislostí, aj.

ZDROJE:

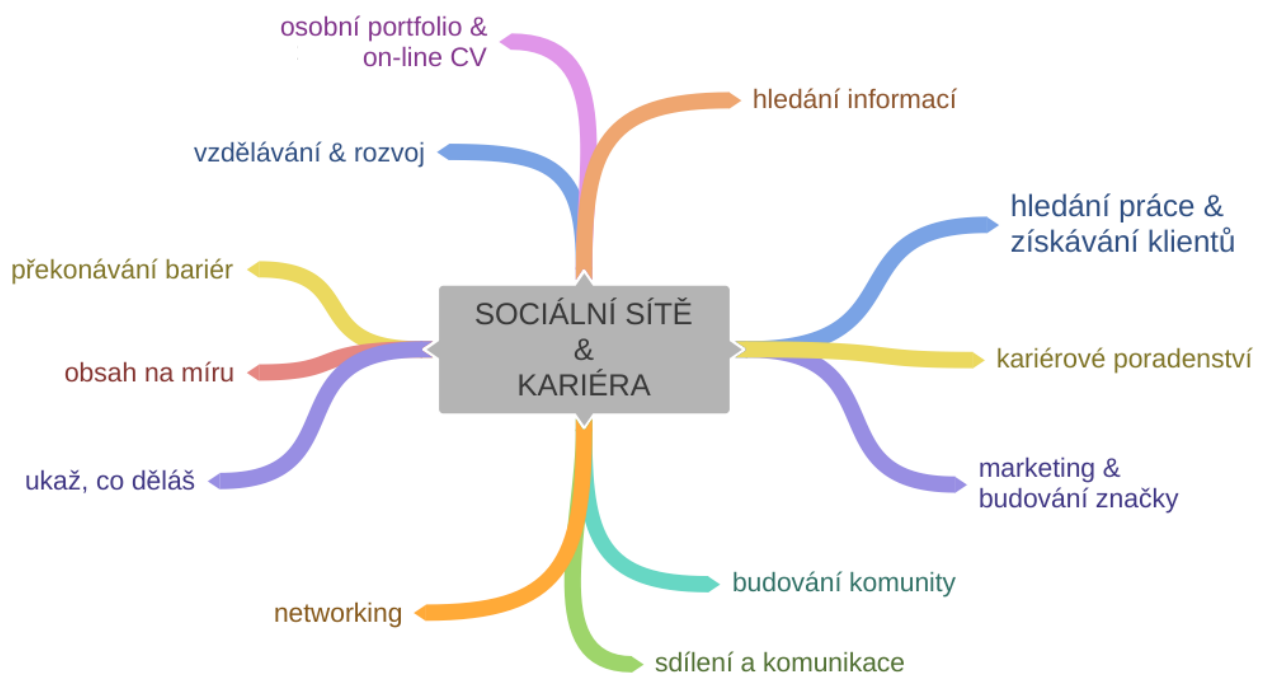
HORVÁTHOVÁ, Petra, Jiří BLÁHA a Andrea ČOPÍKOVÁ. *Řízení lidských zdrojů: nové trendy*. Praha: Management Press, 2016. ISBN 978-80-7261-430-1.

KLEON, Austin. *Ukaž, co děláš!: 10 způsobů, jak sdílet svou kreativitu a nechat se objevit*. Brno: Jan Melvil, 2014. ISBN 978-80-87270-92-9.

TEGZE, Jan. *Jak hledat zaměstnance v 21. století: techniky moderního recruitmentu*. Praha: Grada, 2019. ISBN 978-80-271-0551-9.


VÁCLAVKOVÁ, Lucie. Využití sociálních sítí v kariérovém poradenství. In *Kariérové poradenství v lokální a globální síti* [online]. 2018 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z https://bit.ly/3_site

Předloha: Využití sociálních sítí pro kariéru




- 1 VZDĚLÁVEJ SE**


Uč se to, co tě zajímá. Odkudkoliv, kdykoliv, ve formátu, který ti vyhovuje.


- 2 VYTVOŘ PORTFOLIO/CV**


Vyber si vhodnou sociální síť, a pak vytvoř a sdílej své CV nebo portfolio.


- 3 HLEDEJ INFORMACE**


Hledej informace, které potřebuješ pro svá kariérní rozhodnutí. Sleduj zajímavé lidi, organizace a projekty.


- 4 UKAŽ, CO DĚLÁŠ**


Vyber si vhodnou sociální síť a formát (text, foto, video,...) a sdílej, co děláš.


- 5 BUDUJ SÍŤ KONTAKTŮ**

Buduj síť kontaktů, propojuj se s lidmi, které potkáváš online i offline.

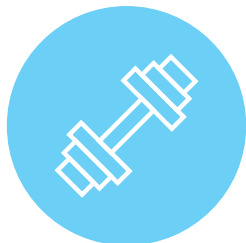

- 6 NAJDI PRÁCI/KLIENTY**

Zjisti, kde se objevují zajímavé profesní příležitosti, a využij je.



3.3.1 PRŮZKUM PŘI HLEDÁNÍ POVOLÁNÍ

Vzhledem k situaci na trhu práce (nedostatek uchazečů) se dnes firmy snaží využít různé kanály k oslovení či přilákání uchazečů. Mluví se o HR/personálním marketingu. Také řada škol láká uchazeče o studium i na sociálních sítích na příběhy a ukázky ze života na škole či představení studijních programů. Proto je důležité naučit žáky s těmito nástroji pracovat.



Průzkum při hledání povolání

Cílová skupina: žáci SŠ

Časová náročnost: 2–3 vyučovací hodiny

Pomůcky: papíry, pomůcky na psaní, PC či mobil s připojením na internet, tabule

Cíl:

- Naučit žáky pracovat se sociálními sítěmi jako zdrojem informací o pracovním trhu, pracovních nabídkách, zaměstnavateli i školách.

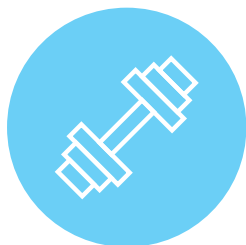
Popis aktivity:

1. Skupinová práce (30–45 min) / Individuální práce

- Učitel rozdělí žáky do skupin o 3–5 žácích, kdy každá skupina dostane k dispozici papíry, PC či mobily s připojením na internet. Žáci mohou také pracovat jednotlivě.
 - Učitel žákům vysvětlí, že sociální sítě dnes mohou být užitečným zdrojem informací o škole, zaměstnavateli či profesi, která je zajímavá. Vyzve žáky, aby si vybrali nějakou školu, firmu či zaměstnání a zkusili o ní zjistit nějaké informace na sociálních sítích. Žáci si mohou vybrat sociální síť, kterou sami aktivně využívají nebo se orientovat spíše podle zkoumaných subjektů (škola, zaměstnavatel, aj.) a jejich přítomnosti na sociálních sítích.
 - Facebook
 - LinkedIn
 - Instagram
 - YouTube
 - Žáci ve skupinách s využitím PC či mobilů zkoumají různé sociální sítě, shromažďují informace.
 - Výsledky práce (individuální/skupinové) žáci zaznamenávají na papír – seznamy, obrázky, myšlenkové mapy. Další možností je zpracování výsledků elektronickou formou do dokumentu s odkazy, prezentace, aj.
- #### 2. Sdílení výsledků a reflexe aktivity (20–30 min)
- Učitel vyzve jednotlivé skupiny/žáky k prezentaci výsledků aktivity.
 - Při reflexi žáci sdílejí své zkušenosti:
 - co se naučili,
 - co je nejvíce překvapilo
 - jak jim to může být užitečné do budoucna.

3.3.2 PROFESE SPOJENÉ SE SOCIÁLNÍMI SÍTĚMI

Nástup nových technologií přináší vznik nových profesí (př. social media manager, community manager) a proměňuje pracovní náplň stávajících profesí (př. recruiter, novinář). Sociální sítě jsme běžně zvyklí využívat ve volném čase, ale je potřeba si uvědomit, že pro profesionální využití je třeba splnit řadu požadavků. Pokud žáky sociální sítě zajímají, mohou se seznámit s profesemi, kde by mohli své zkušenosti, dovednosti a zájmy z této oblasti využít.



Profese spojené se sociálními sítěmi

Cílová skupina: žáci ZŠ či SŠ

Časová náročnost: 2 vyučovací hodiny

Pomůcky: Pracovní list: Profese/povolání spojená s využíváním sociálních sítí, pomůcky na psaní, PC či mobil s připojením na internet, tabule

Cíl:

- Žáci se seznámí s profesemi/povoláními, které jsou spojeny se sociálními sítěmi

•

Popis aktivity:

1. Úvod do skupinové práce (10–15 minut)

- Učitel může zahájit hodinu diskusí o tom, jak se mění a vyvíjí různé profese kvůli technologiím včetně sociálních sítí.
- Vyzve žáky, aby dávali příklad profesí, které při své práci využívají sociální sítě. Výsledky jejich návrhů zapisuje na tabuli.

2. Práce ve skupině (30–40 minut)

- Učitel rozdělí žáky do skupin o 3–5 žácích. Každá ze skupin si vybere 3 profese (z úvodní aktivity nebo vlastní nápady) a pro každou z nich se pokusí zjistit pracovní náplň (co dělá) a případně požadavky na profesi/povolání (co musí umět).
- Jako zdroje informací mohou posloužit pracovní portály či katalogy nezávislých profesionálů (www.jobs.cz, www.startupjobs.cz, www.navolnenoze.cz, aj.).

3. Závěr aktivity (30–40 minut)

- Na závěr žáci mohou prezentovat svá zjištění před ostatními.
- Je možné doplnit diskusí o tom, kde mohou žáci požadované dovednosti získat (formální vzdělání, neformální vzdělávání)



Při vyhledávání pozic/profesí na pracovních portálech či v katalogu nezávislých profesionálů je možné využít jako klíčové slovo „sociální sítě“ nebo názvy jednotlivých sociálních sítí (Facebook, Instagram, LinkedIn aj.)

Pracovní list: Profese/povolání spojená s využíváním sociálních sítí

Na portálech www.jobs.cz, www.startupjobs.cz, www.navolnenoze.cz nebo s využitím jiných zdrojů zkus objevit alespoň 3 profese, kde je součástí práce využívání sociálních sítí.

Název profese:

Pracovní náplň / Co dělá:

Co potřebuje umět:

Název profese:

Pracovní náplň / Co dělá:

Co potřebuje umět:

Název profese:

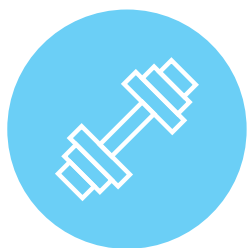
Pracovní náplň / Co dělá:

Co potřebuje umět:

3.3.3 SEBEPOZNÁNÍ S VYUŽITÍM SOCIÁLNÍCH SÍTÍ A INTERNETU

Rodiče či učitelé mohou mít pocit, že děti jen hrají hry. Na základě rozhovorů s žáky se ale můžete dozvědět, že např. na YouTube sledují tutoriály zaměřené na programování, tvorbu grafiky nebo třeba tvorbu hand made výrobků.

To, čemu věnujeme pozornost, o nás něco vypovídá. Podobně jako konzumované časopisy, knihy či filmy, také sledovaný obsah či lidé na sociálních sítích mohou něco prozradit o našich zájmech.



Sebepoznání s využitím sociálních sítí a internetu

Cílová skupina: žáci ZŠ či SŠ

Časová náročnost: 1 hodina

Pomůcky: Pracovní list: Sebepoznání s využitím sociálních sítí a internetu, psací potřeby, příp. mobil/ PC s připojením na internet (lze i bez mobilu/PC)

Cíl:

- Naučit žáky uvažovat o sociálních sítích a internetu také jako o zdroji sebepoznání.

Popis aktivity:

1. Úvod do individuální práce (5 minut)

- Učitel rozdává pracovní listy a vysvětlí žákům, že o našich zájmech vypovídá také to, čemu se věnujeme ve volném čase – knihy, časopisy, filmy, hry, ale také třeba aktivita na sociálních sítích (YouTube, Instagram, Facebook, podcasty, blogy, ...).
- Požádá žáky, aby se podle zadání na pracovním listu zamysleli nad tím, koho a co sledují na sociálních sítích, a proč.

2. Individuální práce (25 minut)

- Žáci pracují individuálně podle zadání na pracovním listu.

3. Práce ve dvojicích a závěr (15 minut)

- Na závěr žáci mohou prezentovat svá zjištění před ostatními.
- Je možné doplnit diskusí o tom, kde mohou žáci požadované dovednosti získat (formální vzdělání, neformální vzdělávání)



Pokud žáci či vyučující nevyužívají sociální sítě, mohou uvést i další zdroje jako blogy, články, magazíny, podcasty a další.

Pracovní list: Sebepoznání s využitím sociálních sítí a internetu

Co tě zajímá na internetu a sociálních sítích? Jaké jsou tvoje oblíbené blogy, videa, podcasty, účty na sociálních sítích, které pravidelně sleduješ? Proč je máš rád/a?

Moje oblíbené blogy, videa, podcasty, účty na sociálních sítích, weby, ... a proč je sleduji:

1.

2.

3.

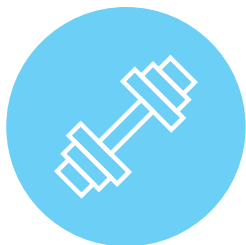
4.

5.

3.3.4 PORTFOLIO/CV NA SOCIÁLNÍCH SÍTÍCH

Sociální sítě dávají mnohem více možností prezentovat zkušenosti, dovednosti i výsledky práce než klasický životopis. Jsou tak skvělým nástrojem pro sebe prezentaci při hledání práce nebo získávání zakázek.

Každá sociální síť má svá specifika, uživatele a nástroje. Proto je vhodné, aby se žáci s těmito možnostmi seznamovali a zjišťovali si, která sociální síť se hodí pro obor, který je zrovna zajímá.



Portfolio/CV na sociálních sítích

Cílová skupina: žáci ZŠ či SŠ

Časová náročnost: 2 vyučovací hodiny

Pomůcky: papíry, pomůcky na psaní, PC či mobil s připojením na internet, tabule

Cíl:

- Ukázat žákům, že při vhodném používání jim mohou sociální sítě posloužit jako nástroj sebe prezentace.

Popis aktivity:

1. Úvod do práce (5–10 minut)

- Učitel vysvětlí, že sociální sítě mohou být dobrým nástrojem pro vytvoření a umístění CV či portfolio, které pak může vidět zaměstnavatel nebo klient. Různé sociální sítě jsou vhodné pro různé profese/činnosti.

2. Skupinová práce (40 minut)

- Učitel rozdělí žáky do skupin 3–5 členů.
- Každá ze skupin dostane za úkol, aby vybrala 5 různých profesí a pro každou z nich dala příklad jedné nebo více sítí, kterou by mohli lidé pracující v této profesi využít pro vytvoření osobního portfolio či sebe prezentaci (př. formou sdílení know-how a výsledků své práce).
- Další možností je, že učitel napíše na tabuli několik profesí/povolání (př. fotograf, účetní, programátor, školitel, zpěvačka, módní návrhář), pro které žáci pak budou hledat vhodné formy sebe prezentace na sociálních sítích.
- Žáci s využitím mobilních telefonů či PC s připojením na internet (příp. na základě vlastní zkušenosti) hledají pro každou z 5 profesí vhodný způsob prezentace (CV, portfolio, sdílení výsledků práce).
- Výsledky práce mohou psát na papír, zpracovávat do prezentace, připravit si ukázky pro ostatní aj. (v závislosti na možnostech učebny, školy).

3. Prezentace výsledků aktivity a reflexe (45 minut)

- **Jednotlivé skupiny prezentují výsledky své práce**, mohou přitom využít různé prostředky. Pro názornost jsou nejvhodnější konkrétní ukázky.
- Na závěr učitel může provést společně s žáky shrnutí a zobecnění - která síť se asi hodí pro který typ činností a profesí.

ZDROJE:

HORVÁTHOVÁ, Petra, Jiří BLÁHA a Andrea ČOPÍKOVÁ. *Řízení lidských zdrojů: nové trendy*. Praha: Management Press, 2016. ISBN 978-80-7261-430-1.

KLEON, Austin. *Ukaž, co děláš!: 10 způsobů, jak sdílet svou kreativitu a nechat se objevit*. Brno: Jan Melvil, 2014. ISBN 978-80-87270-92-9.

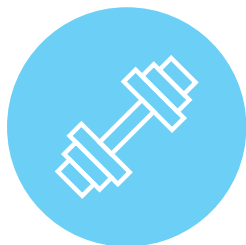
MICHL, Petr. Infografika: Sociální sítě v Česku v roce 2019. In: *Focus Agency* [online]. 2019 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/2_site2

VÁCLAVKOVÁ, Lucie. Využití sociálních sítí v kariérovém poradenství. In *Kariérové poradenství v lokální a globální síti*. 2018. Dostupné z https://bit.ly/3_site

VLACH, Robert. Sociální sítě. In: *Na volné noze: portál nezávislých profesionálů* [online]. 2009 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/2_site3

3.4 VYTVOŘENÍ PROFILU NA LINKEDIN

Sociální síť LinkedIn umožňuje vytvoření osobní portfolio/digitálního CV, uchazeč je tak dohledatelný personalisty či klienty. Profil na LinkedIn se dnes používá při hledání práce jako alternativa k běžnému životopisu. Oproti životopisu však nabízí více prostoru, možnost budovat síť kontaktů a také posilovat osobní značku.



Vytvoření profilu na LinkedIn

Cílová skupina: žáci SŠ

Časová náročnost: 3 vyučovací hodiny (v kuse nebo postupně)

Pomůcky: PC s připojením na internet, tabule, papíry, psací pomůcky, mobily

Cíl:

- Naučit žáky základy práce s profesní sociální sítí LinkedIn a vytvoření osobního profilu (tj. digitálního CV) na této síti.

Popis aktivity:

Seznamování s LinkedIn

1. Úvod do práce (5–10 minut)

- Učitel seznámí žáky s cílem aktivity. Zahájí diskusi nad následujícími otázkami:

Znáte sociální síť LinkedIn?

Jak vám může tato síť pomoci při hledání práce či při získávání zakázek?

Výsledky diskuse učitel zapisuje na tabuli / flipchart.

2. Skupinová práce / Individuální práce (35 minut)

- Učitel rozdělí studenty do dvojic či trojic. Každá skupina by měla mít k dispozici mobil/PC s připojením na internet.
- Následně žáci dostanou za úkol si na této sociální síti založit účet (pokud používají mobil, je třeba si stáhnout aplikaci LinkedIn).
- Ve zbylém čase se skupinky či jednotlivci věnují zkoumání prostředí této sociální sítě a hledání informací o vytvoření profilu na LinkedIn a dalším používání této sociální sítě. Měli by se přitom zaměřit na následující body:
 - *V čem se tato sociální síť liší od Facebooku, Instagramu, YouTube a dalších sítí?*
 - *Co tato sociální síť umožňuje?*
 - *Jaká jsou doporučení pro vytvoření profilu?*
 - *Jaká je struktura osobního profilu (tj. digitálního CV) na LinkedIn a v čem se liší od běžného životopisu?*

Vytváření profilu na LinkedIn (90 minut)

1. Úvod do práce (10 min)

- Diskuse na shrnutí informací z předchozí aktivity, učitel může výsledky zapisovat na tabuli, flipchart, aj.

- Po předchozích aktivitách by žáci měli mít základní představu k čemu LinkedIn slouží a jak s ním mohou pracovat.

2. Individuální práce na PC (80 min)

- **Tvorba profilu:** žáci se přihlásí do sociální sítě LinkedIn a krok za krokem si vytvoří osobní profil zahrnující minimálně fotografii, titulek/motto, vzdělání, pracovní/dobrovolnické zkušenosti.
- **Vyhledávání a propojování s lidmi:**
 - Žáci vyhledávají své spolužáky, učitele, známé aj. a navážou s nimi spojení.
 - Žáci si také mohou vyzkoušet vyhledávání lidí podle profese (př. copywriter, účetní, aj.) nebo najít lidi pracující v určité organizaci.
- **Sdílení příspěvků:** Žáci si vyzkouší vytvořit a publikovat příspěvek v různém formátu – text, odkaz, obrázek.
- **Komunikace:** Žáci dostanou za úkol poslat spolužákovi či učiteli krátkou zprávu.

Co umožňuje LinkedIn:

- Vytvoření osobního profilu/digitálního CV/portfolia
- Hledání lidí (zaměstnanci, lidé z organizací, klienti, ...)
- Propojování s lidmi a budování sítě kontaktů (networking)
- Sdílení příspěvků a článků (text, obrázek, pdf, video, ...), reagování na příspěvky ostatních
- Budování osobní značky – odlišením profilu i sdílením příspěvků a článků
- Komunikaci a posílání zpráv
- Sledování lidí a témat, vzdělávání, aj.

Práce s LinkedIn a budování sítě kontaktů

Jak začít budovat síť kontaktů na profesní sociální síti LinkedIn?

1. Stanovit si cíl (hledání práce, získávání zakázek, změna práce, aj.)
2. Vymezit si cílovou skupinu (př. jaké firmy/zaměstnavatelé, jací lidé)
3. Vytvořit kvalitní profil, který by měl obsahovat alespoň
 - kvalitní fotografii
 - motto/kdo jsem
 - souhrn/o mně
 - pracovní pozice (praxe, dobrovolnické zkušenosti, vlastní projekty aj.)
 - vzdělání
 - klíčová slova (v mottu, názvech i popisu pozic, v souhrnu/o mně)
4. Být otevřený spojení (upravit v nastavení profilu)
5. Propojit se s lidmi, co znáte
6. Budovat síť kontaktů průběžně
7. Při propojování s lidmi přidávat osobní vzkaz
8. Skrýt svá spojení/kontakty pro ostatní
9. Být aktivní a budovat osobní značku – sdílení příspěvků, komentování, reakce na příspěvky ostatních
10. Usnadnit kontakt ¹⁶

¹⁶ Více u Václavková (2019).



Tato aktivita vyžaduje základní znalost práce se sociálními sítěmi jak u učitele, tak u žáků. Učitel by se měl s prostředím sociální sítě LinkedIn před aktivitou seznámit a měl by být schopen uvedené úkoly a aktivity sám provést. Časový odhad je přibližný, může se stát, že aktivita vzhledem k rozdílné úrovni zkušeností a dovedností bude vyžadovat více času.

ZDROJE:

VÁCLAVKOVÁ, Lucie. Proč být na LinkedIn? *Lucie Václavková: Kariérová poradkyně a lektorka* [online]. 2017 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/2_linkedin

VÁCLAVKOVÁ, Lucie. Využití sociálních sítí v kariérovém poradenství. In *Kariérové poradenství v lokální a globální síti* [online]. 2018 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z https://bit.ly/3_site

VÁCLAVKOVÁ, Lucie. *10 + 1 tip na networking přes LinkedIn* [online]. 2019 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z https://bit.ly/3_networking

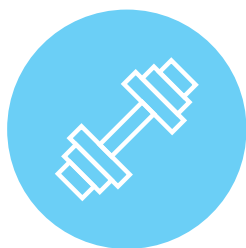
KDE HLEDAT DÁL?

Linked Akademie: <https://www.linkedakademie.cz/>

4 TRH PRÁCE

4.1 TRH PRÁCE

Kapitoly věnované trhu práce přináší řadu podnětů, např. jak se dobře připravit na pohovor nebo která řemesla už zanikla aj. Trh práce je oblastí v kariérovém poradenství, která se neustále mění, proto je vhodné pravidelně sledovat některé webové stránky (např. www.infoabsolvent.cz), které přinášejí aktuální trendy v jednotlivých oblastech trhu práce, a aktuální poznatky pak začlenit do výuky.



Životopis: Mark Zuckerberg jde na pohovor k Billu Gatesovi

Cílová skupina: žáci SŠ

Časová náročnost: 15–25 minut

Pomůcky: Pracovní list: Mark, flipchartový papír se strukturou CV, lístečky s otázkami (viz níže)

Cíl:

- Uvědomit si, jak přemýšlet nad vytvářením CV.
- Uvědomit si, co je důležité při sestavování vhodného CV na danou pozici.

Popis aktivity:

1. Učitel rozdělí žáky do skupin po 5–6 a přečte jim níže uvedené zadání. Rozdělení do skupin proběhne např. rozpočítáním „jedna, dva, tři“, stejná čísla pak pracují spolu ve skupině.
2. Následně žáci pracují na tomto modelovém příkladu: Zakladateli Facebooku se stala nepříjemná věc. Facebook celosvětově zakázali a peníze, které měl bokem, špatně investoval, takže přišel o celý svůj majetek. Jelikož má doma ženu a malé děti, musí začít pracovat. Práci chce získat hned. Proto se rozhodne, že půjde na konkurz na pozici správce sítě, kterou vypsala firma Microsoft. V poznámce inzerátu je napsáno, že hledají úspěšné lidi. Mark vás prosí o pomoc.
3. Nyní je vhodné udělat se žáky krátký brainstorming, např.:
Kdo to je Mark Zuckerberg?
Čím se proslavil?
Kdo je vlastníkem firmy Microsoft? Co udělal významného?
4. Cílem je žáky namotivovat na dané téma aktivity. Po přečtení zadání učitel rozdá skupině pracovní list, který popisuje body ze struktury CV.
5. Učitel dá doprostřed skupin lístečky s otázkami a postupně si žáci vylosují tyto otázky:
 1. *O čem Mark rád mluví ve společnosti? O jakých tématech se mu mluví snadno?*
 2. *Co Marka baví tak, že zapomíná na čas? Co rád dělá?*
 3. *Jaké má zájmy?*
 4. *Jaké jsou jeho největší úspěchy?*

5. *Co by rád dělal, kdyby měl dostatek peněz a času?*
6. *Čím může zaujmout? V čem je jiný a proč?*
7. *Co může být pro Marka nepříjemná otázka? Jak o ní mluvit, aby mu to neuškodilo?*
8. *Jaké pracovní zkušenosti od svého mládí získával (brigády, projekty, ...)?*
9. *Co by se chtěl profesně ještě naučit? Jaký kurz nebo školu by chtěl navštěvovat?*
10. *Jakou má představu o platu?*
11. *Pracuje rád v týmu?*
12. *Jak ho napadl Facebook?*
13. *Na co by ve své odpovědi na pracovní místo neměl zapomenout?*

6) Učitel následně okomentuje odpovědi jednotlivých skupin.

7) Učitel dá k dispozici každé skupině flipchartový papír s názvy jednotlivých sekcí v CV. Učitel vysvětlí, co se myslí jednotlivými body.

8) Následně žáky vyzve, aby odpověděli na otázky a přiřadili je do jednotlivých sekcí životopisu (kde si myslí, že by se v CV měla odpověď objevit).

Struktura CV

- Kontaktní údaje
- O mně
- Vzdělání
- Pracovní zkušenosti
- Stáže
- Projekty
- Dovednosti
- Řidičský průkaz
- Zájmy

9) Nakonec by se měl učitel vrátit k tomu, proč je důležitá každá část CV a co se jednotlivými sekcemi sleduje.

Tip pro vysvětlení otázek:

1. O čem Mark rád mluví ve společnosti? O jakých tématech se mu mluví snadno?

Cílem otázky je uvědomit si, co člověku jde, jaké má zkušenosti a co může při pohovoru nabídnout jako téma.

2. Co Marka baví tak, že zapomíná na čas? Co rád dělá?

Cílem otázky je uvědomit si, jaké aktivity člověku jdou a baví ho. V těchto aktivitách potom může hledat vlastní pracovní uplatnění. Pokud si člověk tyto věci sepíše, může si vzít náplň pracovního inzerátu a sám sobě si odpovědět na otázku, zda mu dané místo bude vyhovovat. Odpověď na otázku „Co rád dělám?“ je vhodné zapracovat do motivačního dopisu nebo do CV do části „o mně“.

3. Jaké má zájmy?

Cílem otázky je sepsat zájmy, které potom můžeme uvést do životopisu. Zájmy by měly obecně podtrhovat, že člověk má pro inzerované pracovní místo předpoklady.

4. Jaké jsou jeho největší úspěchy?

Cílem otázky je uvědomit si, že každý člověk má své úspěchy. Je důležité si je umět pojmenovat a také dokázat zdůvodnit, proč je považují za úspěchy – Co jsem se z dané situace naučil? Kam mě tento úspěch profesně posunul?

5. Co by rád dělal, kdyby měl dostatek peněz a času?

Cílem otázky je zjistit další možný prostor, kde by daný člověk mohl/chtěl pracovat. Např. někdo rád kreslí a přitom studuje zdravotní školu. Je možné, že by tento člověk po absolvování rekvalifikace mohl pracovat třeba v grafickém studiu.

6. Čím může zaujmout? Čím je jiný a proč?

Tato otázka směřuje k uvědomění si své konkurenční výhody – co mohu nabídnout oproti jiným uchazečům.

7. Co může být pro Marka nepříjemná otázka? Jak o ní mluvit, aby mu to neuškodilo?

Tato otázka může zaznít i v jiné formě: Co vám ve škole nešlo? Co se vám nedařilo na praxi? Proč jste zanechali brigády tak brzy? Cílem je umět na otázku věrohodně odpovědět a zdůvodnit své neúspěchy.

8. Jaké pracovní zkušenosti od svého mládí získával (brigády, projekty, ...)?

Cílem odpovědi na tuto otázku je, že i brigáda nebo práce na krátkodobém projektu nás obohacuje o další pracovní zkušenosti. U absolventů je důležité, aby ve svém CV zmínili brigády či krátkodobá školení, popřípadě praxi během studií.

9. Co by se chtěl profesně ještě naučit? Jaký kurz nebo školu by chtěl navštěvovat?

Otázka mapuje, jakou má člověk představu o svém dalším profesním směřování.

10. Jakou má představu o platu?

Otázka zjišťuje, na kolik si své práce ceníte. Jednou z možností, jak zjistit platové ohodnocení na danou pozici, je podívat se třeba na webové stránky www.platy.cz.

11. Pracuje rád v týmu?

Řada pracovních míst je založena na individuální nebo týmové práci. Třeba pozice obchodního zástupce je vhodná spíše pro lidi, kteří rádi pracují sami. Pokud při volbě aktivity preferujete např. fotbal, jít s kamarády ven nebo večírek, volte raději zaměstnání, kde se pracuje v týmu.

12. Jak ho napadl Facebook?

Smyslem je, aby si každý uvědomil, v jakých momentech se mu nejlépe přemýšlí, kdy mu jdou věci snadněji/rychleji a v jakých chvílích nejčastěji přichází nápady.

13. Na co by ve své odpovědi na pracovní místo neměl zapomenout?

Často se zapomíná na uvedení zájmů/koníčků nebo kolonky „o mně“.

Pracovní list: MARK

O čem rád mluví ve společnosti?
O jakých tématech se mu mluví snadno?

Jakou má představu o platu?

Jaké jsou jeho největší úspěchy?

Čím může zaujmout? V čem je jiný na proč?

Pracuje rád v týmu?

Na co by ve své odpovědi na pracovní místo neměl zapomenout?

Jak ho napadl Facebook?

Co pro něj může být nepřijemná otázka? Jak o ní mluvit, aby mu to neuškodilo?

Co Marka baví, že zapomíná na čas? Co rád dělá? Jaké má zájmy?

Co by rád dělal, kdyby měl dostatek času a peněz?

MARK

Jaké pracovní zkušenosti od svého mládí získával (brigády, projekty,...)?

Co by se chtěl profesně ještě naučit? Jaký kurz nebo školu by chtěl navštěvovat?



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

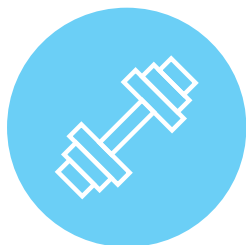


MŠMT
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



Jihomoravský kraj





Jak je to u mě?

Cílová skupina: žáci SŠ

Časová náročnost: 30 minut

Pomůcky: Pracovní list: Já, otázky na flipchartovém papíře pro smajlíkování odpovědí, smajlíky

Cíl:

- Žáci si uvědomí, že ke svým tvrzením v CV (např. ohledně dovedností) potřebují mít konkrétní důkazy.
- Žáci se seznámí se strukturou CV.

Popis aktivity:

1. Učitel rozdá pracovní list žákům a postupně čte otázky, které žáci slyšeli u Marka. Upozorní, že pokud na nějakou otázku neznají odpověď, mohou si ji podtrhnout:
 - O čem rád mluvíš ve společnosti?
 - Co tě baví tak, že zapomínáš na čas?
 - Co ti dobří energii?
 - Co nejraději děláš, když máš volno?
 - Co se ti v životě podařilo? Jaké jsou tvé největší úspěchy?
 - Co bys rád/a dělal/a, kdybys měl/a dostatek peněz a času?
 - Čím můžeš zaujmout? V čem jsi jiný/á a proč?
 - O jakých tématech se ti mluví dobře?
 - Jaké jsou pro tebe nepříjemné otázky? Jak o nich můžeš mluvit, aby ti to neškodilo?
 - Na jakých projektech jsi pracoval/a?
 - Jaké manuální činnosti tě baví?
 - Máš nějakou aktivitu, kterou můžeš obohatit svoje CV – např. brigádu, školní soutěž?
 - Co se chceš profesně ještě naučit? Jaký kurz nebo školu bys chtěl/a navštívit?
 - Jaká byla tvoje první brigáda?
 - Jaké máš zájmy?
 - Na co bys ve své odpovědi na pracovní místo neměl/a zapomenout?
 - Máš nějaký koníček/zájem, kterému se dlouhodobě věnuješ?
 - Co bys vyzdvihnul/a jako svoje dovednosti?
 - Z čeho máš poslední dobou radost?
 - Z jaké otázky u pohovoru máš obavu?
2. Učitel má připravený papír, kde jsou napsané výše uvedené otázky a žáci k nim mohou přimalovat smajlíky. Smajlík s úsměvem značí otázku, na kterou je jednoduché odpovědět. Smajlík bez úsměvu vyjadřuje otázky, u kterých je obtížnější najít odpověď.
3. Učitel následně okomentuje počet smajlíků u jednotlivých odpovědí. Pokud je u nějaké otázky více smajlíků bez úsměvu, je možné položit níže uvedené otázky:

Co by vám pomohlo si na danou otázku odpovědět?

Může vám někdo pomoci v tom, abyste získali odpověď?

Jaké kroky můžete podniknout pro získání odpovědi?

Pracovní list: Já

O čem rád/a **mluvím** ve společnosti?

Co nejraději dělám, když mám **volno**?

.....

Co mě **baví** tak, že zapomínám na čas?

Co se mi v životě **podařilo**? Moje největší úspěchy:

.....

Co mě dobíjí **energií**?

Co bych rád/a dělal/a,
 kdybych měl/a dostatek **peněz a času**?

Čím mohu **zaujmout**? V čem jsem jiný/á a proč?

JÁ

Jaké jsou pro mě **nepříjemné** otázky?
 Jak o nich mohu mluvit, aby mi to neškodilo?

O jakých **tématech** se mi mluví dobře?

.....

Na jakých **projektech** jsem pracoval/a?

Jaké **manuální činnosti** mě baví?

Jaké moje **dovednosti** bych vyzdvihl/a?

.....

Jaké mám **zájmy**?

Jaká byla moje první **brigáda**?

.....

Z čeho mám **radost**?

Mám nějaký **koniček/zájem**,
 kterému se dlouhodobě věnuji? Jaký?

Z jaké otázky mám **u pohovoru** obavu?

JÁ

Co bych se chtěl/a **profesně** ještě naučit?
 Jaký **kurz/školu** bych chtěl/a navštěvovat?

Na co bych ve své odpovědi na **pracovní místo**
 neměl/a zapomenout?

.....

Mám nějakou **aktivitu**, kterou mohu obohatit svoje CV, např. brigádu, školní soutěž?



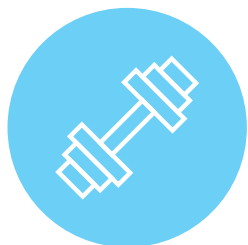
EVROPSKÁ UNIE
 Evropské strukturální a investiční fondy
 Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
 MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



Jihomoravský kraj



Improvizace

Cílová skupina: žáci SŠ

Časová náročnost: 5 - 10 minut

Pomůcky: kartičky s neobvyklými situacemi, časomíra

Cíl:

- Žáci si uvědomí, jaké dovednosti využívají, pokud jsem postaveni před neobvyklou situací.
- Žáci pojmenují svoje další schopnosti, které využívají při řešení situací.

Popis aktivity:

1. Několik žáků si na základě dobrovolnosti postupně losuje kartičky s popisy nepotřebných předmětů.
2. Po vylosování kartičky má každý žák 30 s na rozmyšlení, přípravu.
3. Následně má žák 1–2 minuty na to, aby „prodal“ vylosovaný předmět.
4. Proběhne reflexe se žáky.

Popisy nepotřebných předmětů:

1. Nádobí, které se hned rozbije, jakmile se začne používat.
2. Televize, která je černobílá.
3. Boty, které se hned rozpadnou, pokud si je vezmu na sebe.
4. Telefon, který nefunguje.

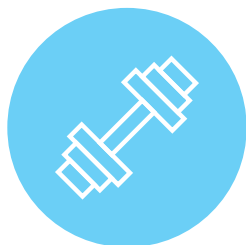


Jakých schopností jste si u prodávajícího všimli?

Co vás přesvědčilo, že byste si danou věc koupili?

Co fungovalo prodávajícím?

Jaké neobvyklé situace jste zažili a co jste se na základě nich o sobě dozvěděli?



Kam po ukončení studia?

Cílová skupina: žáci SŠ

Časová náročnost: 45 minut

Pomůcky: Post-it lístečky, flipchart/tabule, fix

Cíl:

- Seznámit žáky s různými možnostmi, co mohou dělat po ukončení studia.

Popis aktivity:

1. Učitel se ptá žáků v celé skupině, jak chtějí pokračovat po ukončení studia (návodné otázky):

Kdo je rozhodnutý po ukončení studia nastoupit do práce?

Kdo chcete pokračovat ve studiu?

Kdo zatím nemá představu, co bude dělat po škole?

Jaké další možnosti pokračování jsou?

2. Učitel sepíše na flipchart/tabuli hlavní možnosti pokračování žáků po studiu:

- Studium/nástavba
- Nástup do práce
- Stáže
- Pobyť v zahraničí
- Podnikání

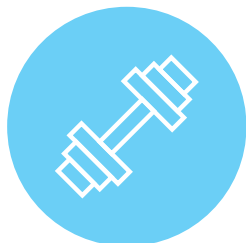
3. Žáci jsou rozděleni do skupin po 3–4. Ve skupinkách mají 3 minuty na to, aby vymysleli co nejvíce nápadů (brainstorming) ohledně zdrojů informací k jednotlivým možnostem – například kde najdou nabídky práce, kde mohou nalézt informace o možnostech nástavby/pokračování ve studiu, kde naleznou nabídky stáží atd.

Každý z nápadů píše na zvláštní papírek. Učitel zdůrazní, že jde o vymyšlení co největšího množství nápadů. Žáci nyní nemusí přemýšlet nad tím, zda se jedná o dobré nápady či ne.

4. Žáci chodí a lepí papírky na flipchart k jednotlivým oblastem.
5. Učitel rozdává žákům pracovní listy, kam si mohou připsat nápady vzešlé z brainstormingu, pokud zde nejsou uvedeny.

6. Učitel čte jednotlivé nápady. Pokud by nějaký důležitý zdroj informací chyběl, doplní jej. Mělo by zaznít především:

- Studium/nástavba – veletrhy škol / výchovný poradce na škole / známí a kamarádi / školní praxe / www.infoabsolvent.cz / www.vysokeskoly.cz / www.atlasskolstvi.cz / www.vzdelavanivsem.cz
- Nástup do práce – známí / personální agentury / sociální sítě / Úřad práce / pracovní portály www.jobs.cz / www.profesia.cz / www.inzertexpres.cz / www.sprace.cz / www.prace.cz / portály pro hledání práce
- Stáže – www.cestapromlade.cz / Úřad práce / webové stránky vybraných firem / střední škola / známí
- Pobyť v zahraničí – <http://portal.mpsv.cz/eures/> / www.pracovnipobyty.cz / www.jazykovepobyty.cz / známí / sociální sítě
- Podnikání – známí / www.jakpodnikat.cz / Regionální hospodářská komora – poradenství www.rhkbrno.cz / rekvalifikační kurzy (www.vzdelavanivsem.cz)



11 užitečných otázek

Cílová skupina: žáci SŠ

Časová náročnost: 45 minut

Pomůcky: Pracovní list: Sada otázek, telefon/papírky, flipchart, fixy

Cíl:

- Vést žáky k zodpovězení otázek důležitých pro hledání uplatnění na trhu práce.

Popis aktivity:

1. Žáci otočí pracovní list na stranu s otázkami.
2. Učitel zjistí, zda u sebe všichni žáci mají telefony s kreditem. Pokud ano, zvolí u první otázky (Jaké jsou moje dobré vlastnosti?) variantu A. Pokud ne, zvolí variantu B.

Varianta A:

- Žáci ze svých telefonů odešlou SMS několika blízkým lidem (rodiče, kamarád, přítelkyně/přítel) s otázkou: *Jaká si myslíš, že je moje dobrá vlastnost?*
- Přijatou odpověď zapíší k otázce s tím, že mohou připsat ještě další dobré vlastnosti, které je napadnou (otázka č. 4).

Varianta B:

- Žáci se rozdělí do skupinek po 4.
- Každý z nich napíše na papírek jednu dobrou vlastnost každého z dalších tří žáků ve skupině. Každou vlastnost píše zvlášť na papírek.
- Žáci smíchají papírky ve skupině dohromady. Potom je otočí popsanou stranou nahoru, aby byly čitelné.

Každý z žáků vybere 3 vlastnosti, které si myslí, že na něho sedí, a napíše je do svého pracovního listu (otázka č. 5).

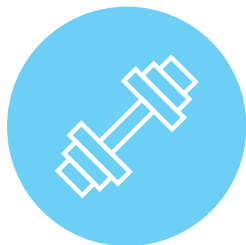
3. Žáci napíšou odpovědi ke všem otázkám na pracovním listu. Mohou si ve skupině vzájemně dávat náhledy.
4. Učitel na flipchart/tabuli napíše dva sloupce – rozhodování se/životopis.
5. Učitel vede se žáky diskusi o jednotlivých otázkách a o tom, jak je lze využít v jednotlivých oblastech. Např.: Když teď víte, jaké jsou vaše dobré vlastnosti, jak je můžete využít při rozhodování o práci/studiu? Kde můžete tyto vlastnosti uvést v životopise? Pro upřesnění může učitel na tabuli napsat strukturu životopisu a informace z aktivity k ní přiřazuje.



Tuto aktivitu lze využít jako východisko pro psaní životopisu s žáky.

Pracovní list: Sada otázek

Otázka	Odpověď
1. Jaké aktivity rád/a děláš ve volném čase?	
2. Při jakých činnostech zapomínáš na čas?	
3. Pokud bys měl/a odpoledne čas, co bys chtěla dělat?	
4. Jaké jsou tvé dobré vlastnosti?	
5. Kdyby tě ostatní měli popsat 3 slovy, jaká by to podle tebe byla slova?	
6. Když hraješ nějakou hru, co je pro tebe nejdůležitější?	
7. S kým se ti dobře spolupracuje?	
8. Pokud si máš vybrat z těchto aktivit, jakou si vybereš a proč? (hraní her s ostatními, čas o samotě, koníčky, ...)	
9. Jsi rád sám a proč? Co nejraději děláš, když jsi sám/a?	
10. S jakou věcí se na tebe druzí nejčastěji obracejí?	
11. Kdo je pro tebe vzorem a proč?	



Video přijímací pohovor

Cílová skupina: žáci SŠ

Časová náročnost: 20 minut

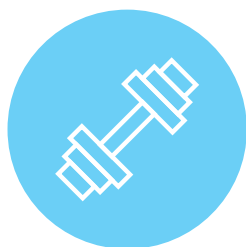
Pomůcky: dataprojektor, PC s přístupem na internet

Cíl:

- Naladit žáky na téma přijímacího pohovoru.

Popis aktivity:

1. Před promítnutím videa učitel požádá žáky, aby si všímali, co podle nich uchazeč o zaměstnání dělá dobře a co naopak špatně.
2. Učitel pustí video¹⁷ a po skončení diskutuje se žáky o chování a odpovědích uchazeče o zaměstnání.
3. Pokud bude mít učitel více času, může pustit i další video¹⁸ o netradičním pracovním pohovoru.



Nácvik přijímacího pohovoru

Cílová skupina: žáci SŠ

Časová náročnost: 45 minut

Cíl:

- Žáci si zažijí pracovní pohovor z pozice uchazeče i zaměstnavatele.
- Žáci se zamyslí nad otázkami u přijímacího pohovoru z pohledu obou stran (zaměstnavatele i uchazeče).

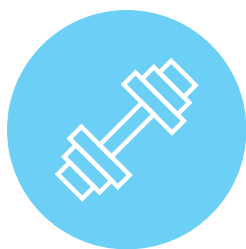
Popis aktivity:

1. Žáci se rozdělí do dvou stejně velkých skupin. Jedna skupina bude v roli zaměstnavatele a druhá bude hrát uchazeče o zaměstnání.
2. Ve skupině se žáci shodnou na jednom zástupci, který bude hrát roli za jejich skupinu.
3. Skupina představující zaměstnavatele vymyslí název pracovní pozice, na kterou vypisuje výběrové řízení.
4. Obě skupiny dostanou časový limit (2–3 min.) na vymyšlení 7 otázek pro svou roli (skupina „uchazeč“ vymyslí otázky na zaměstnavatele a naopak).
5. Zástupci skupin sehrají pracovní pohovor. Zbytek skupiny funguje jako nápověda.
6. Po ukončení pohovoru probíhá skupinová reflexe o jeho průběhu. Učitel využívá reflexi žáků k zobecnění, vytvoření určitých doporučení.
7. Skupiny si prohodí role, aby si vyzkoušeli i pohled protistrany. Zvolí jiné zástupce.

Celý proces se opakuje.

¹⁷ https://bit.ly/2_pohovor

¹⁸ https://bit.ly/2_pohovor2



Povolání podle abecedy

Cílová skupina: žáci ZŠ/SSŠ

Časová náročnost: 20 minut

Pomůcky: Kiwi karty¹⁹, list papíru, tabule

Cíl:

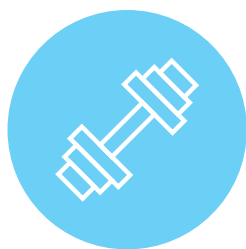
- Rozšířit povědomí žáků o názvech a možnostech povolání.

Popis aktivity:

1. Žáci, kteří sedí v kruhu, postupně říkají abecedu – každé písmeno jeden žák. Je potřeba, aby si „své“ písmeno dobře zapamatovali. Poté se kruh žáků rozdělí na polovinu a žáci naproti sobě vytváří dvojice.
2. Žáci ve dvojici na papír sepíší všechny názvy povolání začínající na dané písmeno, které je napadají.
3. Učitel vyskládá na zem doprostřed kruhu Kiwi karty. Dvojice žáků následně z Kiwi karet vyberou 1–2 karty s povoláním, které začíná na „jejich“ písmeno.
4. Ve skupině se poté říkají názvy profesí podle abecedy – vždy nejprve žák, kterému bylo písmeno přiděleno, poté ho mohou doplnit ostatní.

Zmíněné profese je možné zapisovat na tabuli do struktury Alfa boxu (viz kapitola 2.4 Učební styly a tabulka pro Alfa box): Na tabuli učitel nakreslí velkou tabulku, která má v každé buňce písmeno abecedy. Ke každému písmenu žáci zapisují názvy profesí.

¹⁹ https://bit.ly/3_kiwicards



Paleta povolání

Cílová skupina: žáci ZŠ/SŠ

Časová náročnost: 20 minut

Pomůcky: Pracovní list: Povolání/Vzdělání, Kiwi kartičky²⁰, karty s názvy oblastí povolání (zdravotnictví, služby, obchod, státní správa, výroba, vzdělávání, zemědělství - jednu oblast napsat na jeden papír A5)

Cíl:

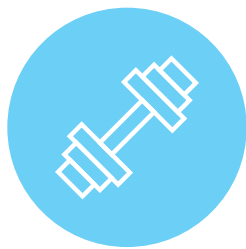
- Žáci si uvědomí různá povolání v určité oblasti.
- Zjistí, jaká úroveň vzdělání je k povolání potřeba.
- Dle hodnot a osobnostního zaměření může žáky lákat určitý aspekt některého povolání (např. práce se zvířaty). Často ale netuší, jaká různá povolání v této oblasti mohou existovat, a tak to limituje jejich výběr profesní dráhy.
- Představy žáků o potřebném stupni vzdělání pro jednotlivé pozice jsou často nereálné.

Popis aktivity:

1. Učitel po třídě rozmístí karty s názvy oblastí povolání.
2. Žáci se rozdělí podle svých preferencí. Pokud se u některého obrázku sejdou více než 4 žáci, později příchozí musí hledat další, který by je zajímal.
3. Žáci mají za úkol najít mezi Kiwi kartami ta povolání, která souvisí s jejich obrázkem.
4. Když mají vybrané karty, pojmenují povolání na obrázcích, napíší je do svého pracovního listu, a poté přemýšlejí, jaká úroveň vzdělání je pro toto povolání potřeba (ZŠ, SŠ, SOU, VOŠ, VŠ; 3 roky, 5 let, 6 let).
5. Ve skupině představí povolání své skupiny a vzdělání, které si myslí, že je pro ně potřeba. Učitel může poopravit úroveň vzdělání nebo název pozice, kterou žáci uvádí. Lze využít Katalog povolání²⁰.

Pracovní list: Povolání/Vzdělání

Povolání	Vzdělání Jaká úroveň vzdělání je pro toto povolání potřeba? (ZŠ, SŠ, SOU, VOŠ, VŠ) (3 roky, 5 let, 6 let)



Dovednosti potřebné pro povolání

Cílová skupina: žáci ZŠ/SS

Časová náročnost: 20 minut

Pomůcky: Pracovní list: Dovednosti

Cíl:

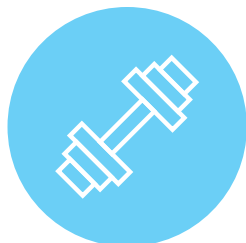
- Žáci mají představu o tom, kde mohou získat dovednosti potřebné pro konkrétní povolání.
- Posílení motivace žáků pro školní vyučování.
- Žáci si uvědomí propojenost kompetencí získaných ve škole s uplatněním na trhu práce.
- Žáci uvažují nad možnými vzdělávacími cestami ke konkrétním povoláním.

Popis aktivity:

1. Žáci jsou rozděleni ve skupinách.
2. Vyberou jedno povolání, kterému se chtějí podrobněji věnovat.
3. Na pracovním listu vypíší dovednosti, které považují za důležité pro toto povolání.
4. Poté se zamyslí nad tím, v jakých předmětech ve škole tyto dovednosti získávají/mohou získat.
5. Žáci se mohou zamyslet i nad tím, kde jinde si mohou tyto dovednosti osvojit.

Pracovní list: DOVEDNOSTI

<p>DOVEDNOSTI důležité pro výkon tohoto povolání. (Co všechno potřebuji umět?)</p>	<p>Kde ve škole (v jakých předmětech?) mohu dovednosti získat?</p>	<p>Kde ještě potřebné dovednosti mohu získat?</p>



Vyhledávání informací o studiu

Cílová skupina: žáci ZŠ/SSŠ

Časová náročnost: 20 minut

Pomůcky: počítač s internetem, dataprojektor/interaktivní tabule

Cíl:

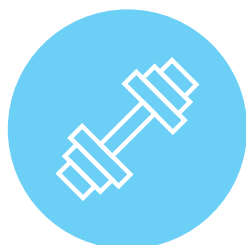
- Žáci se seznámí s informačním zdrojem pro zjišťování možností kvalifikační přípravy na různá povolání (např. www.infoabsolvent.cz, www.nsp.cz).

Popis aktivity:

1. Žáci jsou rozděleni ve skupinách a pracují s vybraným povoláním.
2. Učitel ukáže na interaktivní tabuli, jak lze vyhledávat podle názvu profese možnosti vzdělání v této oblasti.
3. Žáci najdou ke „svému“ povolání možnosti vzdělávání a prezentují je před třídou.



Tato aktivita může probíhat zároveň s aktivitou „Dovednosti potřebné pro povolání“, pokud je k dispozici pouze jeden počítač, mohou žáci střídavě vyplňovat pracovní listy a střídavě využít počítač.



Kde pracují moji rodiče?

Cílová skupina: žáci ZŠ

Časová náročnost: 10 minut

Pomůcky: Karty s názvy oblastí povolání (zdravotnictví, služby, obchod, výroba, vzdělávání, zemědělství)

Cíl:

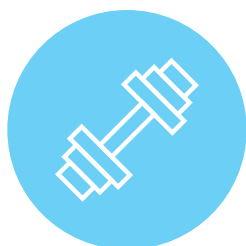
- Uvědomit si, v jakých oblastech pracují rodiče žáků

Popis aktivity:

1. Učitel rozmístí po třídě karty s názvy oblastí profesí: zdravotnictví, služby, obchod, výroba, vzdělávání, zemědělství.
2. Žáci mají za úkol vytvořit u každé karty skupinu 3–6 žáků – vybírají si skupinu podle toho, kde pracují rodiče či další příbuzní (sourozenci, teta, strýc, prarodiče atd.).
3. Přednost má ten, kdo je u skupiny dříve, pokud je žáků více než 6, musí později příchozí hledat jinou skupinu.
4. Následuje diskuse mezi žáky ve skupině o jednotlivých povoláních náležejících do dané skupiny. Následně mohou žáci prezentovat profesní oblast své skupinky a jednotlivá povolání, případně následuje aktivita „Kdo je kdo?“.



Další aktivity k tématu rodiče je možné najít v kapitole 5.4 Spolupráce s rodiči např. Aktivita pro žáky bez účasti rodičů.



Kdo je kdo?

Cílová skupina: žáci ZŠ

Časová náročnost: 45 minut

Pomůcky: Pracovní list: Kdo je kdo

Cíl:

- Vést žáky k zamyšlení nad otázkami k povoláním – jaká je náplň práce, jaké je pracovní prostředí, jaké vzdělání je pro profesi potřeba.
- Podnítit žáky k dotazování se rodičů/příbuzných na jejich práci.
- Vést žáky k porovnávání vlastních dovedností a schopností s dovednostmi potřebnými pro výkon povolání.

Popis aktivity:

1. Ve skupinách vyberou žáci jedno z povolání, které vykonávají jejich rodiče.
2. Společně se snaží přijít na odpovědi na otázky na pracovním listě – odpovědi si zapisují.
3. Žáci začnou ostatním skupinám představovat povolání pomocí odpovědí na otázky. Neprozradí ale, o jaké povolání se jedná. Ostatní žáci se snaží povolání co nejrychleji uhodnout.
4. Pokud nikdo povolání neuhodne, žáci se mohou doptávat dalšími otázkami.
5. Učitel může vyzvat žáky, aby dovednosti potřebné pro dané povolání porovnali se svými dovednostmi a řekli, zda je toto povolání pro ně vhodné.

Pracovní list: Kdo je kdo?

Kdo je kdo?

Odkdy dokdy je v práci (směnný provoz)?

.....
Pracuje **venku/vevnitř**?

.....
Pracuje s **lidmi/sám**?

.....
Jaké **vzdělání** potřebuje mít k výkonu práce?

.....
Jaké **dovednosti** potřebuje mít k výkonu práce?

.....
Jaké **nástroje** potřebuje k výkonu své práce?

.....
Je práce **nebezpečná**?

.....
Jaké **oblečení** nosí v práci?

.....
Jaké jsou obvyklé **zvuky** v práci?

.....
Jaké jsou obvyklé **vůně/pachy** v práci?

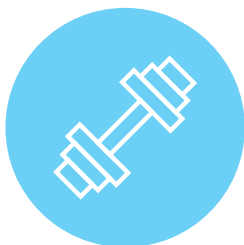
.....
Je jeho práce **jednotvárná** nebo **rozmanitá**?

.....
Je jeho práce **fyzicky náročná**?

.....
Jak velkou má v práci **zodpovědnost**?

.....
Souvisí s prací **cestování**?

.....



Vynálezy a jejich vliv na trh práce

Cílová skupina: žáci ZŠ

Časová náročnost: 20–30 minut

Pomůcky: obrázky vynálezů (auto, internet, tisk, parní stroj, žárovka, lednička, kolo, kompas, počítač, penicilin, pluh)

Cíl:

- Žáci si uvědomí vývoj trhu práce v závislosti na technologickém pokroku.

Popis aktivity:

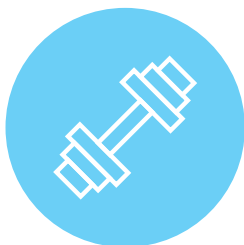
Tip: Různé typy k dělení žáků do skupin je možné najít v kapitole 1.3. Příprava před realizací aktivit.

1. Učitel rozdělí žáky do dvojic – například tím, že v ruce drží svazek provázků a každý žák chytí jeden konec. Poté mají žáci najít toho, kdo drží druhý konec provázku.
2. Žáci si ve dvojicích vyberou kartu s vynálezem a mají za úkol přijít na to, která povolání tento vynález ovlivnil nebo proměnil.
3. Dvojice žáků představí ostatním, jak se díky vynálezu povolání změnilo.

Tip: Žáci dále mohou karty vynálezů zařadit za sebe tak, jak následovaly chronologicky.

Obrázky vynálezů:





Řemeslo má zlaté dno

Cílová skupina: žáci ZŠ

Časová náročnost: 45 minut

Pomůcky: Karty s povoláními, která již neexistují

Cíl:

- Zmapovat představu žáků o trhu práce.
- Na zaniklých povoláních ukázat vývoj povolání.

Popis aktivity:

1. Učitel žáky rozdělí do skupin.
2. Učitel rozdá žákům kartičky s názvy povolání, která již neexistují.
3. Učitel vypíše na tabuli otázky:
 - Co asi dělal člověk vykonávající tohoto povolání?
 - Jaký byl jeho typický den?
 - Pracoval s nějakým náradím?
 - Měl například pomocníky? Byla jeho práce ve společnosti vážená?
 - Jaký by byl reklamní slogan pro daného člověka?
 - Proč toto povolání zaniklo?
4. Úkolem žáků je pokusit se správně odpovědět na otázky.
5. Učitel uvede správné odpovědi.
6. Učitel se žáky vede diskusi o tom, proč některá povolání zanikla, co k tomu přispělo. Následně je možné přejít do současnosti a odpovídat na otázky: O jaká povolání je na trhu práce teď zájem? Z jakého důvodu? Jaká povolání žáci sami znají a myslí si, že ostatní ne?

Názvy povolání, která již neexistují

Bába pupkořezná	Destilátor	Drvoštěp
Brtník	Bečvář	Jablečník

Zaniklá povolání²¹:

Bába pupkořezná — porodní bába, velice často asistovala doktorovi

Bečvář – řemeslník vyrábějící různé dřevěné nádoby mimo dřevěných sudů. Bečvář hotovil bečvy, nádoby a kádě z „tvrdého“ dubového dřeva. Označení bečvář se přestalo užívat v polovině 19. století. Po tomto datu se jejich činnost nazývala souhrnně bednářství.

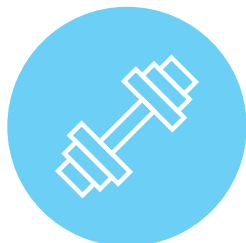
Brtník – lesní včelař. Zpočátku měly včely v dutinách stromů vytvořených přírodou. Postupem doby začaly tyto dutiny vyrábět uměle. Brtník pochopil, že velkým nepřítelem včel je zima. Tak vznikl „zátvor“ uzavírající přístup do brtě. Medové plásty vyřezával speciálním brtným nožem. Stromy s brtlemi byly označovány víchou slámy a tato označení se považovala za nedotknutelná a jejich poškození, nebo sejmutí se trestalo až useknutím ruky. Toto včelaření se udrželo u nás až do 16. století.

Destilátor – palič vína nebo palič piva. Z těchto nápojů destiloval alkoholické nápoje.

Drvoštěp – námezdní pracovník který štípal dříví na topení. Na vysočině, kde se rozprostíraly od pradávna hluboké lesy, byla obživou obyvatel práce v lese. Lesy káceli nejen drvoštěpové, ale v zimním období se touto činností zabývalo i mnoho sedláků. Dřevo se používalo jednak na topení, jednak k dalšímu zpracování.

Jablečník – štěpař, specialista zahradník, odborník na jabloně. Dokázal neomylně vybrat tu správnou místní odrůdu pro tu kterou polohu sadu.

²¹ https://bit.ly/2_povolani



Budoucnost světa práce I.

Aktivita budoucnost světa práce odráží potřebu přinést aktivity, které směřují k tomu, aby žáci přemýšleli o tom, jak může vypadat budoucí svět. Nemůžeme přesně říci, jaký bude, ale můžeme v rámci hodin diskutovat o možných variantách, jak by mohl vypadat, a tím podporovat žáky k představám o možném budoucím světě práce.

Cílová skupina: ZŠ nebo 1.–2. ročník SŠ

Časová náročnost: 45 minut

Pomůcky: Pracovní list: Budoucnost světa práce

Cíl:

- Žáci se seznámí s trhem práce a jeho budoucností.
- Žáci si uvědomují, co je klíčové pro budoucí uplatnění na trhu práce.
- Žáci uvažují o své připravenosti na změny.

Popis aktivity:

1. Žáky rozdělte do skupin, každá skupina obdrží jeden pracovní list.
2. Žáci ve skupině formulují odpovědi na otázky pro každou uvedenou oblast (zemědělství, zdravotnictví, školství, hornictví, IT).
3. Žáci diskutují svoje výstupy v rámci skupiny.
4. Každá skupina seznámí s výstupy zbytek třídy, proběhne společná diskuse.
5. Další skupinová práce je zamyslet se a napsat odpověď na otázku: Která povolání vznikla a která zaniknou? Odpovědi diskutuje vždy nejprve skupina, poté celá třída.
6. Další skupinová otázka: Když člověk bude říkat za 70 let, že jde do práce, o čem bude mluvit? Odpovědi diskutuje vždy nejprve skupina, poté celá třída.

V současné době se mluví hodně o průmyslu 4.0²². V praxi to znamená, že část naší práce do budoucna přeberou technologie jako počítač nebo roboti. Každá společnost prochází jinou revolucí. Informace o předpokládaném vývoji profesí je možno nalézt na webu²³.



Učitel se žáky reflektuje předchozí proces a následně společně se žáky sestaví seznam, jaké jsou funkční postupy při změně, co funguje lidem obecně, pokud dělají změny, jelikož trh práce se bude měnit a žáci by si měli začít víc uvědomovat, co jim funguje při změně.

²² https://bit.ly/2_roboti; https://bit.ly/2_4_0

²³ <http://budoucnostprofesi.cz/>



Úskalím pro realizaci aktivity může být neznalost žáků o jednotlivých povoláních/odvětvích. Tyto znalosti je možné posílit, lze tomu předcházet posláním krátkých článků o jednotlivých povoláních, aktivitou „Kde pracují moji rodiče?“ nebo např. na www.jobs.cz mohou vyhledat informace o povoláních, která je zaujmou.



Podpůrné otázky

Jaká povolání jsou podle vás nejvíce žádaná a proč?

Co podle vás určuje atraktivitu povolání pro lidi, kteří si ho volí?

Můžeme nějakým způsobem předvídat to, jak se budoucí trh práce bude vyvíjet?

Pracovní list: Budoucnost světa práce



Školství



Zdravotnictví



Hornictví



Zemědělství



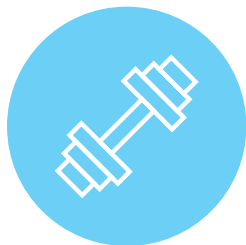
IT

1. Napište 4 typické věci, které dělají lidé v této oblasti:

2. Jak si myslíte, že se tyto 4 věci změní v průběhu 20 a 70 let:

3. Jak vypadá typický den v této profesi?

4. Která oblast podle vás projde v průběhu 10 let největší změnou?



Budoucnost světa práce II. – Povolání

Cílová skupina: žáci ZŠ

Časová náročnost: 15–25 minut

Pomůcky: flipchart/tabule

Cíl:

- Vést žáky k uvědomění si, co je důvodem vzniku a zániku povolání.

Popis aktivity:

Učitel vede skupinou diskusi a odpovědi žáků zapisuje na flipchart nebo na tabuli.

Otázky pro skupinovou diskusi s komentáři pro práci učitele:

- **Která povolání již zanikla?**

Při brainstormingu mohou zaznít povolání, jako je třeba kovář, kat, král, babka kořenářka, prodavač svačin, kočí. Pokud žáky nic nenapadá, může je vyučující navést, např. co znají z pohádek a dnes již není běžné? Učující podporuje žáky, aby formou brainstormingu vygenerovali co nejvíce povolání.

- **Co je podle vás důvodem, že dnes nejsou tato povolání potřeba?**

Kovář/kočí – koně byli nahrazeni stroji

Kat – vymyšlený systém soudnictví

Král – změnila se forma řízení státu

Pokladní – nahrazují se samoobslužnými pokladnami

Babka kořenářka – vzniklo celé odvětví lékařství (porodnictví)

Cílem je navést žáky k myšlence, že vznikem nového vynálezu klesá poptávka po určitém povolání.

- **Jaká povolání si myslíte, že teprve vzniknou a proč?**

Robotizace – vzniknou povolání, která se budou věnovat vytváření a opravě robotů. Dochází ke stále větší mechanizaci výroby. Mluví se o průmyslu 4.0. – daleko větší množství práce budou přebírat roboti.

Kosmické cestování – přestože je nyní daleko, dá se předpokládat jeho vznik.

Nové formy marketingu – Youtubeři, blogeri, online reklamy, nákupy přes internet, globální obchod – můžeme si objednat zboží téměř odkudkoliv na světě.

Nová povolání budou souviset s trendem, který je již nyní patrný ve výrobních firmách (kde dochází

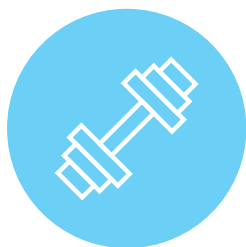
k větší mechanizaci a robotizaci výroby). Pro žáky to znamená, že budou celoživotně vystaveni tlaku neustále se učit a že pravděpodobně během života několikrát změni svoji profesi (min. 4 × až 5 ×).



Pro více informací můžete využít odkaz www.budoucnostprofesi.cz.

Specifika kontextu České republiky

- A. V minulosti evidujeme velké demografické výkyvy, např. jsou zde silné poválečné ročníky, ročníky 70. let, kterým se říká Husákovy děti.
- B. Kontext průmyslové země – hodně manuálně zručných lidí, kteří pracují v průmyslu, dříve preference řemesel a učebních oborů.
- C. Stárnutí populace – stále více lidí je v důchodovém věku, čímž se zvyšuje poptávka po sociálních pracovnících, zdravotních sestřách a lékařích.



Budoucnost světa práce III. – Profese budoucnosti

Cílová skupina: žáci SŠ

Časová náročnost: 20 minut

Pomůcky: lze využít **různá videa**, na kterých by byl patrný vývoj např. produktu, způsobu práce aj. (např.: Vývoj automobilů škoda v letech 1964 až 2000 – čas videa 40 sekund²⁴). **Lístečky s názvy profesí budoucnosti** (renovátor divočiny, upcyclátor, operátor dronů, pracovník aquaponické farmy, znalec robotů, odborník na jednoduchost, telechirurg, specialista veřejné technologické etiky, operátor skládkové recyklace, konzervátor národní identity, stavební tiskař).

Cíl:

- Vést žáky k zamyšlení, jak se mění a do budoucna bude měnit trh práce a obecně svět (zejména vlivem např. digitalizace, online technologií aj.).

Popis aktivity:

Otázky k úvodní motivaci: *Co se dá říct o trhu práce (např. o povolání doktora)? Znáte nějaké povolání, které už zaniklo a v minulosti bylo velice prestižní? A jaká povolání budou potřeba, aby vznikala?*

1. Žáci se rozdělí do skupin, každá skupina získá lísteček s názvem jedné profese budoucnosti.
2. Žáci si promyslí, jak asi profese bude vypadat a pokusí se do detailů představit náplň práce.
3. Následně každá skupina představí a popíše svou profesi spolužákům, ti se mohou pokusit hádat, o jaký druh profese se jedná.
4. Učitel shrne informace o očekávaném vývoji trhu práce v budoucnosti.

Co nás čeká v budoucnu ve vztahu k trhu práce?

- do roku 2030 vznikne 85 % nových profesí
- dojde k poklesu pracovních míst v „tradičních“ oborech
- světem budou „hýbat“ digitální technologie
- bude trend mikroprací (tj. jeden člověk pracuje např. pro 4–5 firem na zkrácené úvazky)
- důraz na schopnost učit se oproti vzdělání

²⁴ https://bit.ly/2_auta

Profese budoucnosti²⁵

Renovátor divočiny – Tito lidé budou podle napravovat škody, které jsme za poslední století v přírodě napáchali. To znamená, že se ji budou snažit vrátit do míst, kde dřív byla – budou vysazovat nové lesy a vypouštět zvířata tam, odkud jsme je vyhnali, obnovovat jejich přirozené prostředí atp. Profese bude vhodná pro všechny lidi, které baví zahradničení a mají zájem o životní prostředí. Nejvíce zájemců by logicky mohlo být z řad ochránců přírody.

Upcyclátor – odpadkový designér, bude vymýšlet, jak vyhozené věci znovu použít a zároveň z nich pokud možno další odpad nevytvářet. Např. výroba náramků ze zubních kartáčků nebo květináčů z už přečtených časopisů. Upcyclátoři se budou muset vyznat v materiálech a strojírenství a mít velkou dávku kreativity.

Operátor dronů – Drony budou sloužit k čemukoli od rozvážení zboží, které si koupíte online, přes donášku pizzy až po monitorování dopravních nehod. Operátor dronů tedy bude zodpovědný za to, aby mezi námi nepoletovaly drony, které by byly jakkoli nebezpečné, a bude dohlížet na trasy ostatních.

Pracovník aquaponické farmy – Profese na pomezí rybiho farmáře a zahradníka – aquaponický systém je jedinečný tím, že v něm zároveň pěstujete zeleninu a chováte ryby – přes hladinu vody rostou rostliny a rybám dodávají více kyslíku. A ryby rostliny zase hnojí.

Znalec robotů – V budoucnosti budeme mít roboty na jakoukoli domácí práci. Znalci budou schopni lidem pomoci s výběrem tak, aby jejich vysněný robot splňoval veškeré požadavky a hodil se do jejich domácností. Budou také sledovat, jak na sebe robot a rodina působí a jestli vše probíhá v pořádku. Pokud s typem robota nebudete spokojeni, obrátíte se na vašeho poradce a on vám s tím jistě pomůže.

Odborník na jednoduchost – Hlavní pracovní náplní těchto odborníků bude pomáhat firmám zlehčit jejich podnikání. Budou redukovat administrativní kroky na minimum, radit, jak omezit počet telefonátů nebo papírování, jak práci, která zabere tři dny, udělat za dvě hodiny. Tito lidé budou zčásti návrháři, zčásti matematici a trochu i sociologové. Zájemci o tuhle pozici by měli mít vysokoškolský titul ze sociálních věd, aby porozuměli chování zaměstnanců, a musí mít zkušenosti s administrativou.

Telechirurg – V budoucnosti pravděpodobně nebudeme potřebovat chirurgy, protože se budeme schopni operovat sami s pomocí robotických zařízení. Telechirurgové budou schopni roboty ovládat.

V mnoha nemocnicích budou malé týmy chirurgů, ale pokud bude někdo potřebovat urgentní zdravotní ošetření v místě, kde žádná nemocnice není, nebude se muset ničeho bát, protože drony budou schopny během chvíle přivést robotická zdravotní zařízení až k pacientovi. Telechirurgové tak budou moci člověka na dálku ošetřit pomocí videa. Telechirurg by měl mít znalosti dnešních chirurgů a musí vědět, jak zacházet s robotickou technologií.

Specialista veřejné technologické etiky – Vládní výzkumník, který bude hodnotit, jestli jsou nové technologie vhodné pro potřeby veřejnosti.

²⁵ https://bit.ly/2_profese

Operátor skládkové recyklace – S rostoucím objemem lokální výroby bude tento pracovník zajišťovat vytrídění materiálů ze stávajících skládek pro opětovné využití v místní výrobě.

Konzervátor národní identity – V prostředí neustále rostoucí globalizace bude konzervátor zajišťovat skenování míst, kde se ještě zachoval odraz národní identity. Digitální podklady budou sloužit k uchování pro budoucí generace.

Stavební tiskař – Rozvoj 3D tiskáren umožní v budoucnu stavět obrovské stavby rychle a snadno. Stavební tiskař bude obří tiskárnu řídit a kontrolovat během stavebního procesu.

4.2 PROZKOUMÁVÁNÍ TRHU PRÁCE

Důležitou součástí kariérového poradenství ve škole je umožnit žákům vyzkoušet realitu pracovního života, příp. si vyzkoušet nějakou práci, resp. pracovní činnost. Proto hledáme způsoby propojování školy a zaměstnavatelů – propojení školy a reality. Například pořádáme exkurze do firem a účastníme se dnů otevřených dveří ve firmách s doprovodným programem. Je to zároveň příležitost zmapovat firmy a pracovní příležitosti v regionu.

Úskalím může být časová náročnost projektu. Jeho přidaná hodnota při správně zvolených a realizovaných aktivitách je ovšem velmi vysoká.

Před aktivitou je vhodné se sejít s vyučujícími daného ročníku, kde projekt plánujeme. Na schůzce představíme projekt, možná témata a aktivity. Od kolegů zjistíme, na co by se dalo navázat, co už žáci v jednotlivých předmětech zvládli, co je vhodné rozšířit, prohloubit či doplnit.

4.2.1 PROJEKT – PROZKOUMÁVÁNÍ TRHU PRÁCE

Popsaný projekt byl realizován v tercii, resp. 8. třídě. Končí období dětských představ o profesi a je vhodné podpořit sebepoznání, sebereflexi a novou reálnější představu o budoucí vzdělávací/profesionální dráze. Žáci se blíží věku brigád, proto je na místě podpořit jejich experimentování, tj. získávání reálných zkušeností ze světa práce.

Nabízený model lze jakkoliv modifikovat dle podmínek školy, její vize či koncepce a dílčích cílů projektového dne/týdne. Realizujeme zejména tehdy, pokud není pravidelný prostor pro témata kariérového vzdělávání, např. v předmětu Volba povolání.

Cíl projektu:

- Žáci jsou hlavními aktéry všech kroků projektu.
- Žáci projdou přípravnou fází, zúčastní se exkurze/stínování a svou zkušenost sdílí a reflektují.
- Ve fázi přípravy vedou rozhovor o práci, spolupracují ve skupině, prezentují zjištěné informace v širším kontextu, kontaktují firmy a zaměstnavatele.

Cílová skupina: žáci ZŠ nebo SŠ

Popis realizace projektu:

Kroky	Cíl aktivity	Časová náročnost
1.krok Práce s fiktivním inzerátem, generování otázek pro rozhovor	Seznam otázek pro rozhovor s příbuzným či známým	1 vyučovací hodina
2. krok Prezentování profesí na základě rozhovorů	Příprava a realizace prezentace profesí na základě rozhovorů s příbuzným či známým	2 vyučovací hodiny
3. krok Jeden den v praxi – Exkurze do firmy či organizace	1 den stínování profese, exkurze do firmy	1 den
4. krok Závěrečná reflexe se žáky	Reflektovat se žáky „Jeden den v praxi“	1 vyučovací hodina

1. KROK (1 VYUČOVACÍ HODINA) – PRÁCE S FIKTIVNÍM INZERÁTEM, GENEROVÁNÍ OTÁZEK PRO ROZHOVOR

Cíl:

- Žáci vytvoří na základě inzerátu a příběhu seznam otázek, resp. schéma rozhovoru, který za domácí úkol vedou s příbuzným či známým o jeho profesi.

Pomůcky: flipchart, fixy, papíry, psací potřeby, PC/notebook, Pracovní list: Inzerát, Pracovní list: Otázky pro rozhovor o profesi – možné otázky

Popis aktivity:

1. Učitel žákům představí celý projekt – jeho části a termíny (krok 1–5)
2. Učitel představí žákům cíl této hodiny – otázky pro rozhovor s příbuzným nebo známým o jeho profesi (domácí úkol)
3. Učitel žákům popíše situaci: Hledáte si brigádu a uvidíte takovýto inzerát. Zaujme vás, ale co s tím dál? V inzerátu přece nejsou žádné konkrétní informace.
4. Učitel pokračuje „v příběhu“: Vy ale znáte někoho, kdo v této firmě pracuje, a máte možnost se ho zeptat. Na co se ho budete ptát?
5. Žáci ve dvojicích nebo ve skupinách generují otázky, aby zjistili pro sebe užitečné informace ohledně této firmy a brigády.
6. Učitel návrhy žáků sepisuje (zde prostor pro komentáře, diskusi) tak, aby vzniklo schéma rozhovoru pro domácí úkol.
7. Učitel se žáky ještě jednou projde seznam otázek. Společně seznam upraví.
8. Učitel dá toto schéma rozhovoru k dispozici žákům a stanoví termín pro splnění úkolu.



Nabízíme jinou variantu této aktivity: Pracovní list: Mapování profese

Pracovní list: Inzerát (Krok 1)

Představ si, že sháníš nějakou brigádu a uvidíš tento inzerát:

Firma hledá schopné studenty od 14 let
pro zajímavou práci.
Kontakt: zajimavabrigada@firma.cz

Pracovní list: Otázky pro rozhovor o profesi – možné otázky

Otázky pro rozhovor

1. Kde sídlí firma?
2. Jak dlouho firma funguje?
3. Jaké činnosti se věnuje?
4. Co děláš v práci ty?
5. Jaká je tvoje pracovní doba?
6. Jak to vypadá ve firmě?
7. Kdy se cítíš v práci dobře?
8. Kdy se ti do práce nechce?
9. Jaké potřebuješ ke své práci vzdělání?
10. Jaké potřebuješ znalosti?
11. Jaké dovednosti?
12. Jedna výhoda tvé práce.
13. Jedna nevýhoda tvé práce.

Pracovní list: Mapování profese (Krok 1)

MAPOVÁNÍ PROFESE

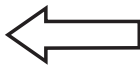
pracovní list

Prozkoumej důkladně vybranou profesi a udělej si o ní konkrétní a pravdivou představu. Při poznávání využij všechny znalosti, dovednosti a zkušenosti, které jsi dosud ve svém životě získal/ získala. Výsledkem Tvé práce bude zajímavá prezentace vybrané profese pro Tvé spolužáky v délce 5 minut.

Jako základní vodítko Ti poslouží otázky KDO, CO, KDY, KDE, JAK, PROČ. Konkrétnější nápovědu, tipy pro zpracování a informační zdroje najdeš na straně 2.

Pozn.: Pro jednoduchost formulací jsou otázky uvedeny v mužském rodě, mluvíme o „pracovníkovi“.
Platí však všeobecně.

KDO?
to je



CO?
dělá



PROČ?
tuto práci
vykonává



KDY?
pracuje

název profese

JAK?
pracuje

KDE?
pracuje



KDY

Kdy pracuje, jaká je obvyklá pracovní doba? Pracuje ve dne, v noci, na směny, ve všední dny, o svátcích, o víkendech? Jak tato práce zasahuje do osobního života? Jak dlouho trvá, než se svoji práci dobře naučí?

PROČ

Proč tuto práci dělá? Co za ni má? Jaký je obvyklý plat? Komu dalšímu je tato práce k užítku? Proč je tato profese potřebná?

CO

Co dělá? Jaký je jeho běžný pracovní den? S kým spolupracuje? Hrozí mu v práci nějaké riziko? Co je na jeho práci speciálního, zvláštního, zajímavého? Existuje pro práci nějaké omezení? (zdravotní, genderové, věkové)

JAK

S čím pracuje? Jaké pomůcky a nástroje pro práci potřebuje? Jaké má při práci oblečení? Jak se pozná, že dělá svoji práci dobře? Jakou má jeho práce historii? Jak se asi bude tato práce v budoucnu vyvíjet?

KDO

Jaký by měl být? (osobnost, povahové vlastnosti) Jaké má znalosti? Co musí umět? Které školy vystudoval? Musí být fyzicky zdatný nebo manuálně zručný? Jaké jsou jeho intelektové schopnosti? V čem vyniká?

KDE

Kde pracuje? V jakém prostředí? V dlíně? V kanceláři? Venku, uvnitř? V soukromé firmě, státní instituci? Je zaměstnanec, má vlastní firmu, je OSVČ? Pracuje sám nebo má kolegy?

Informační zdroje – například:

- Internet
www.infoabsolvent.cz
www.nsp.cz
www.jobs.cz
Google.cz
sociální sítě
lidé ve Tvém okolí
příbuzní, kamarádi, pedagogové
médi
knihovna
vlastní zkušenost
atd.

Tipy pro zpracování - například:

- prezentace na PC (Power Point, Prezi apod.)
- video
- divadlo, scénka
- plakát
- báseň, pohádka, povídka, reportáž
- výtvarné ztvárnění
- hudební ztvárnění
- rozhovor
- ochutnávka
- atd.

2. KROK – PREZENTACE PROFESÍ NA ZÁKLADĚ ROZHovorŮ (2 VYUČOVACÍ HODINY)

Cíl:

- Žáci se seznámí s možným dělením profesí do skupin dle Hollandovy typologie.
- Žáci zpracují skupinovou prezentaci o profesích svých příbuzných a známých.

Pomůcky: notebook a online připojení do každé skupiny, papíry a psací potřeby na poznámky

Popis aktivity:

1. Učitel představí dělení profesí do skupin/oborů (zde podle Hollandovy typologie). Více v kapitole 2.1 Sebepoznání.
2. Žáci se rozdělí do skupin dle typu profese, kterou si připravili za domácí úkol.
3. Žáci připravují v průběhu jedné vyučovací hodiny prezentaci – obecný úvod + jednotlivé profese na základě toho, co o profesi zjistili v rozhovoru za domácí úkol.
4. Následně žáci po skupinách prezentují, co si připravili.
5. Vyučující, příp. i spolužáci, hodnotí prezentování dle předem daných kritérií a dohodnuté formy



Kritéria pro hodnocení prezentací:

- přiměřená gesta a mimika
- oční kontakt s publikem
- tón a tempo řeči
- jasné a logické členění prezentace
- přiměřený rozsah a trvání prezentace
- srozumitelnost informací
- uvedení zdrojů

Jako forma hodnocení se osvědčila komise tří učitelů, kteří po každé prezentaci (každý sám za sebe) **prezentaci ocení, případně poradí, jak ji vylepšit.**

Doporučujeme předem se žáky projít, jak bude probíhat zpětná vazba na prezentaci (pravidla zpětné vazby, kritéria pro hodnocení atp.).

Skupiny profesí/obory na základě Hollandovy typologie:

- Technické obory včetně řemesel
- Umělecké obory
- Sociální obory (práce s lidmi)
- Podnikání a ekonomické obory
- Administrativa
- Věda a výzkum

Inspirováno Hollandovou typologií, více v kapitole 2.1.2 Jak poznat, pro jaké povolání se hodím?



Před aktivitou si se žáky projdeme základní zásady prezentování (odbornost, hlasový projev, neverbální projevy atd.). Můžeme doporučit kapitolu „Jak prezentovat, co umím“ z pracovního sešitu Škachové a Vedralové (2012).

3. KROK – JEDEN DEN V PRAXI – EXKURZE DO FIRMY ČI ORGANIZACE

Cíl:

- Žáci mají možnost stínovat nebo si vyzkoušet nějakou profesi v reálném pracovním prostředí, ideálně dle svého zájmu.

Pomůcky: dle programu v konkrétní firmě

Popis aktivity:

1. Učitel ve spolupráci s kolegy, žáky, rodiči a zaměstnavateli zorganizuje „Jeden den v praxi“.
2. Žáci si zvolí dle svého zájmu některou z nabízených profesí a zúčastní se „Jednoho dne v praxi“ dle programu.
3. Žáci mohou zpracovat výstup z této exkurze – reportáž či zprávu do školního/místního časopisu, fotopříběh, komiks atp.

Více v kapitole 4.3 Exkurze žáků do firem.



Doporučujeme nabídnout žákům různou škálu firem a profesí (technické, sociální, umělecké, ...). Před aktivitou ve větším časovém předstihu oslovíme rodiče žáků a zaměstnavatele v regionu se záměrem zorganizovat pro žáky Jeden den v praxi (exkurzi do firmy či organizace). S firmou komunikujeme obsah programu, vyplatí se společná příprava návštěvy žáků ve firmě.

4. KROK (1 VYUČOVACÍ HODINA) – ZÁVĚREČNÁ REFLEXE SE ŽÁKY

Cíl:

- Žáci reflektují Jeden den v praxi.

Pomůcky: Pracovní list: Jeden den v praxi – otázky pro reflexi se žáky, flipchart

Popis aktivity:

1. Učitel reflektuje se žáky průběh a výstupy z exkurze do firem.
2. Učitel pokládá otázky, žáci odpovídají.
3. Učitel zapisuje odpovědi žáků na flipchart (např. formou myšlenkové mapy).



Doporučujeme reflektovat ještě celý projekt s kolegy (zapojenými i nezapojenými) a seznámit s průběhem a výstupy z akce vedení školy, rodiče i zapojené firmy.



Po aktivitě projekt reflektujeme se žáky i kolegy. Následně též informujeme ostatní kolegy (mimo projekt), vedení školy a rodiče (co proběhlo, výstupy, zpětná vazba, vyhodnocení pro příště, jejich podněty).
Více v kapitole 1.4.2 Reflektování po aktivitách: Skupinové reflektivní sezení.

ZDROJE:

ŠKACHOVÁ, Tereza a Andrea VEDRALOVÁ. *Nautilus: Ponořme se do učení* [online]. Praha: Scio, 2012 [cit. 2020-05-07]. ISBN 978-80-7430-074-5. Dostupné z: https://bit.ly/3_nautilus

Pracovní list: Jeden den v praxi – otázky pro reflexi se žáky (Krok 4)

Jeden den v praxi – otázky pro reflexi se žáky

Co zajímavého jste zažili?

Co nového jste se dozvěděli (o sobě)?

Naplnilo se vaše očekávání? V čem ano/v čem ne?

Překvapilo/šokovalo vás něco? Co to bylo? Proč vás to překvapilo/šokovalo?

Jak se vám líbilo v prostředí firmy?

Jaké výhody a nevýhody vnímáš u profese, kterou jsi poznal/a?

Chtěl/a bys tuto profesi dělat? Proč ano/proč ne?

Umíte si představit, že by chtěl tuto profesi dělat někdo jiný? Proč asi?

Je něco, na co se potřebujete ještě zeptat?

4.3 EXKURZE ŽÁKŮ DO FIREM

Tradiční exkurze, při kterých dospělí profesionálové mluví nesrozumitelným jazykem a ukazují věci, kterým děti nerozumí, nebudí u žáků velké nadšení (pokud se tím nevyhnou písemce z matematiky). Často je tato nezáživnost a vynucená pasivita zdrojem nežádoucího chování pubertáků a z toho pramenícího stresu učitelů a znechucení zaměstnanců firmy. Není pak divu, že s některými třídami by učitel na exkurzi do firmy nešel ani za třináctý plat. A firmy o exkurze ze žáků ze ZŠ nestojí, protože v nich nevidí smysl.

Zkusme návštěvu firmy udělat jinak, zajímavěji, více ji propojit s přípravou na volbu povolání, případně s aktuálně probíranou látkou v příbuzných předmětech. A hlavně zapojme žáky do akce. Aby se informací zmocňovali, pídili se po nich, strukturovali je, řešili problémy, komunikovali, hledali vysvětlení a shodu. Nejen pasivně poslouchali. Tento dokument nabízí ukázkou jednoho uceleného konceptu exkurze a několika modulů, ze kterých je možné poskládat exkurzi na míru. Předkládané moduly exkurzí jsou se osvědčily v několika firmách a s různými skupinami žáků. Odezvy byly velmi pozitivní.

Cílová skupina: žáci 8. tříd ZŠ

Časová náročnost a struktura:

Realizace exkurze – žáci a učitelé 60–90 minut (+ cesta do firmy), zástupci firmy 30–90 minut

Follow up – 45–90 minut

Pomůcky:

Škola: internet, Pracovní list: Rozhovor žáků se zaměstnanci firmy, Pracovní list: Inzerát pro zkoumanou pracovní pozici, dataprojektor

Firma: dataprojektor, prezentace firmy, produktů a procesů

Cíle exkurze ve firmě:

Získat hlubší pohled do fungování organizace i do práce zaměstnanců v různých povoláních. Zážitek partnerství s neznámými lidmi, kterým mohou klást otázky a poslouchat jejich názory a zkušenosti. Propojit učivo školních předmětů se světem práce.

Rozvíjené kompetence

- Tržní gramotnost – porozumění co jsou měřítka výkonnosti ve firmě a jak každý přispívá k úspěchu firmy, organizace firmy, procesy, strategie
- Respekt k práci každého zaměstnance na jakékoliv pozici
- Schopnost vedení rozhovoru s respektem, cílené dotazování a aktivní naslouchání
- Dovednost spolupracovat v týmu, zastávat v něm různé role
- Porozumění, jak se firmy dívají na uchazeče o práci
- Sebepoznání – další podnět k uvažování o tom co chci a umím dělat

Popis aktivity:

1. Učitel osloví vytipovanou firmu (může využít text níže) a nabídne jí 2 popsaná schémata realizace exkurze.

2. Učitel se ve škole s žáky připraví na exkurzi ve firmě (cca 45 min.):
 - Učitel rozdělí žáky do skupinek po 4–5 podle počtu zaměstnanců, se kterými povedou rozhovory
 - vysvětlí žákům cíle exkurze
 - předá a vysvětlí žákům pracovní listy pro vedení rozhovorů se zaměstnanci
 - poučí žáky o vedení rozhovorů se zaměstnanci.
 - Žáci si ve skupině rozdělí role (tazatel, zapisovatel, kontrolor, ...)
 - prostudují si pracovní listy
 - na internetu zjistí základní informace o firmě.
3. Proběhne exkurze ve firmě.
4. Následuje Follow up učitele s žáky ve škole (popsáno na konci kapitoly).

Oslovení firmy:

Vážený pane, vážená paní,
děkujeme, že našim žákům 8. třídy umožníte exkurzi ve Vaší firmě. Vážíme si času, který nám věnujete.

Na rozdíl od běžných exkurzí, kde žáci převážně pasivně poslouchají, budou naše holky a kluci připravení a budou aktivně sbírat informace, které pak ve škole zpracují a prezentují. Těžištěm exkurze jsou strukturované rozhovory žáků s vašimi zaměstnanci, jejichž cílem je rozšíření a prohloubení povědomí o různých povoláních.

Délka exkurze by měla být 1–1,5 hodiny. S ohledem na počet žáků dáváme na zvážení dvě varianty organizace.

Průběh exkurze:

Varianta A) – všichni žáci společně

5–10 minut	Přivítání, školení BOZP				
15–30 minut	Prezentace firmy, produktů, procesů, ...				
15–30 minut	Prohlídka firmy, zejména výrobních provozů				
20 minut	Rozhovory skupinek žáků se zaměstnanci				
	1	2	3	4	5
10 minut	Zakončení, rozloučení				

Varianta B) – rozdělení do dvou paralelních skupin

5–10 minut	Přivítání, školení BOZP				
15–30 minut	Skupina 1 Prezentace firmy, produktů, procesů, ...		Skupina 2 Prohlídka firmy, zejména výrobních provozů		
15–30 minut	Skupina 1 Prohlídka firmy, zejména výrobních provozů		Skupina 2 Prezentace firmy, produktů, procesů, ...		
20 minut	Rozhovory skupinek žáků se zaměstnanci				
	1	2	3	4	5
10 minut	Zakončení, rozloučení				

Pro snadnější přípravu exkurze jsme se pokusili vybrat některé zkušenosti z předchozích exkurzí ve firmách:

1. Představení firmy formou prezentace (15–30 minut)

Prezentuje nejlépe člen vedení, obchodník, projektový manažer, účastník talent programu. V obsahu prezentace může být například:

- Firma – právní forma, majitelé, akcionáři
- Stručná historie firmy – formou příběhu
- Budoucnost firmy – vize a strategie
- Produkty, zákazníci, konkurence
- Hlavní proces firmy – průchod zakázky firmou od objednávky po expedici
- Základní parametry firmy – počet a struktura zaměstnanců, obrat, počet zakázek, tržní podíl
- Firemní kultura, hodnoty, rozvoj zaměstnanců, společenská odpovědnost.

2. Prohlídka firmy (15–30 minut)

Provádí nejlépe obchodník, projektový manažer, vedoucí výroby.

- Ideálně skupinky do 12 žáků, aby v provozu všichni slyšeli a rozuměli.
- Zaměření na atraktivní části produktu a procesu, kde se něco děje, nezabíhat do technických detailů.
- Pokud je možné, procházet výrobou po toku produktu od vstupu materiálu po expedici.

3. Rozhovory se zaměstnanci (20 minut)

- Žáci jsou připraveni na vedení rozhovorů. Otázky, které budou klást vašim zaměstnancům, vám učitel pošle dopředu (viz první pracovní list).
- Pro rozhovory prosím vyberte 5 zaměstnanců, spíše otevřených, pozitivních, komunikativních, kteří si pamatují svoje začátky i první zaměstnání.
- Vyberte prosím pestrý mix profesí, aby si žáci udělali dobrou představu, kde všude se mohou uplatnit: například konstruktér, technolog, obchodník, manažer, operátor, skladník, nákupčí, ekonom, mistr, kontrolor kvality.

4. Prostory potřebné pro realizaci exkurze

- Jedna velká místnost s projektorem pro společnou prezentaci firmy.
- 5 menších místností pro rozhovory skupinek žáků (3–5 žáků ve skupině) se zaměstnanci. Případně je možné rozhovory vést přímo na pracovišti.

Follow up

Po skončení exkurze budou žáci ve škole **zpracovávat a prezentovat výstupy**:

1. Zpracují a prezentují inzerát na pracovní pozici, se kterou vedli rozhovor (lze využít pracovní list).
2. Ve skupinách představí povolání. Žáci nebo učitel zvolí některou z následujících variant:
 - prezentace na PC (PowerPoint, Prezi apod.)
 - video
 - divadlo, scénka
 - plakát
 - báseň, pohádka, povídka, reportáž
 - výtvarné ztvárnění
 - hudební ztvárnění



Co vás překvapilo při prohlídce firmy? Co vás překvapilo při rozhovorech se zaměstnanci?

Jaké z prezentovaných povolání byste chtěli dělat nejvíce?

Které by vás lákalo nejméně?

Uvědomili jste si díky exkurzi ve firmě něco důležitého pro výběr budoucí školy či povolání?

Pracovní list: Rozhovor žáků se zaměstnanci firmy

1. Jak se jmenuje vaše pracovní pozice?
2. Jak dlouho ji vykonáváte?
3. Kdo je váš nadřízený (název pozice)? Kdo jsou vaši podřízení (názvy pozic)?
4. Co přesně děláte? Za co jste odpovědný?
5. Jaké nástroje, zařízení, systémy (i informační) používáte?
6. Kdy pracujete, jaká je obvyklá pracovní doba? Pracujete ve dne, v noci, na směny, ve všední dny, o svátcích, o víkendech?
7. Kde pracujete? (v dílně, ve výrobě, kanceláři, venku atd).
8. Které problémy, jimiž se zabýváte, jsou nejnáročnější? Jak je řešíte?
9. S kým (jakou pozicí) nejčastěji spolupracujete? Co spolu řešíte?
10. Hrozí vám při vykonávání práce nějaké riziko?

11. Jak poznáte, že svou práci děláte dobře?
12. Co vás na vaší práci nejvíc baví?
13. Co vás někdy štve?
14. Jaké vzdělání a praxe jsou potřebné pro výkon vaší pozice?
15. Jaké další vzdělávání je možné/nutné průběžně absolvovat?
16. Jaké osobnostní vlastnosti a schopnosti jsou potřebné pro úspěch na vaší pozici?
17. Jak probíhalo výběrové řízení na vaši pozici? Co v něm bylo prověřováno a jak?
18. Co jste dělal před nástupem do této pozice?
19. Na jakou pracovní pozici můžete z této pozice dále postoupit?
20. Další informace.

Pracovní list: Inzerát pro zkoumanou pracovní pozici

Prozkoumejte inzeráty na personálních serverech www.jobs.cz a www.prace.cz a vytvořte inzerát pro pracovní pozici, kterou vykonává zaměstnanec, se kterým jste vedli rozhovor. Napište jej tak, aby byl pravdivý a současně atraktivní a přilákal co nejvíce zájemců.

Název pracovní pozice:

Náplň práce (co bude zaměstnanec dělat)

...

...

...

...

...

...

Požadavky na uchazeče (jaké vzdělání, praxi, znalosti a dovednosti musí splňovat)

...

...

...

...

...

5 PEDAGOGOVÉ V KARIÉROVÉM PORADENSTVÍ A KARIÉROVÉM VZDĚLÁVÁNÍ

5.1 PRVKY KARIÉROVÉHO VZDĚLÁVÁNÍ NAPŘÍČ PŘEDMĚTY – HODINA PŘÍRODOPISU

Kapitola nabízí možnost rozvíjet netradiční formou znalosti buněčných struktur a jejich funkci v buňce, a přitom podporovat dosahování nadpředmětových cílů výuky, které spočívají v práci se zdroji informací (v tomto případě o funkcích buněčných organel), rozvíjení kompetence k učení, kompetence k řešení problémů, ale i kompetence komunikativní, které jsou důležité pro budoucí uplatnění na měnícím se trhu práce. Žáci pracují s dostupnými informačními zdroji, získané informace zpracovávají a vlastní práci sdílejí s ostatními spolužáky. Paralelu s trhem práce přináší i uvědomění toho, že každá pracovní pozice má svoji náplň a pro její vykonávání jsou potřebné určité konkrétní znalosti a dovednosti a existuje návaznost a potřeba spolupráce s dalšími pracovními pozicemi.

Cílová skupina: žáci 2. stupně ZŠ a odpovídajících ročníků víceletých gymnázií

Časová náročnost: 2 vyučovací hodiny (1 hodina vyhledávání informací a příprava podkladů, 1 hodina sdílení výstupů se spolužáky a reflexe)

Pomůcky: Pracovní list: Žádost o práci v buňce, literatura, internet

Cíl aktivity:

- Žáci získají znalosti o buňce a buněčných organelách, popíší základní rozdíly mezi buňkou rostlin, živočichů a bakterií, objasní funkci základních organel.
- Žáci posilují kooperaci, efektivní komunikaci, řešení problémů, aktivní přístup, objevování a orientaci v informacích. Jsou aktivizováni, učitel je v roli provázejícího.
- Žáci vyhledávají, zpracovávají a třídí informace vhodné k řešení problému, využívají je v procesu učení a získané vědomosti a dovednosti využívají k objevování různých variant řešení, prezentují výstupy před skupinou.

Popis aktivity:

1. Učitel žákům představí smysl aktivity, který spočívá k přirovnávání buněčných organel k uchazeči o nové zaměstnání ve smyšlené společnosti Cell4Life.
2. Žáci od učitele získají (volí si nebo losují) konkrétní buněčnou organelu včetně prázdného formuláře „Žádost o práci v buňce“. Pracují buďto samostatně, nebo ve skupinách po 2–4 podle celkového počtu žáků ve třídě. Skupina pracuje s jedním pracovním listem (jednou organelou).
3. Učitel připraví tištěné a elektronické zdroje k získávání potřebných informací o organelách. Pro vyhledávání informací mohou využít mobilní telefony, pokud to pravidla třídy umožňují. Aktivita nabízí příležitosti pro využívání na internetu volně dostupných aplikací, především při zpracování obrázků buněčných organel, jejich popisů apod.
4. Žáci se do aktivity zapojují z pohledu konkrétní organely, přičemž se využívá přirovnání k uchazeči se o práci ve společnosti Cell4Life, která představuje buňku jako funkční celek.
5. Úkolem žáků bude vyhledat informace o dané buněčné organelě a následně tyto informace použít v „Žádosti o práci v buňce“ (pracovní list). Žáci plní dílčí úkoly v pracovním listu.
6. Po vyplnění „Žádosti o práci v buňce“ prezentují vlastní zjištění o funkci dané buněčné organely, jejím vzhledu a pozici v buňce spolužákům včetně toho, jakým způsobem postupovali při zpracování „Žádosti o práci v buňce“.



V rámci skupiny žáci sdílejí s ostatními odpovědi na některou z otázek: *Co jsem se naučil/dozvěděl? Co mě z celého obsahu nejvíce zaujalo? Co mi dobře šlo? Jak jsem spolupracoval s ostatními?*



V návaznosti na další předměty a učební plány (OV, ČJ, Svět práce, cizí jazyk, třídnická hodina, aj.) je možné se žáky dále rozvíjet téma výběrového řízení, diskutovat o způsobech prezentace na trhu práce, o znalosti různých pracovních pozic a pracovního prostředí, znalosti vlastních schopností a dovedností. Více v kapitolách 3.1 Sebe prezentace a 4.1 Trh práce.



Propojení tématu kariérového vzdělávání s dalšími předměty (*Pavλίna Vašátová*)

Český jazyk: slohová práce na téma *Kým chci být?* nebo *Co dělají moji rodiče?*

Dějepis: Jak vypadal typický pracovní den v 18. nebo 19. století?

Matematika: Jaké byly náklady na bydlení před 20 lety a jaké jsou dnes?

Spočítejte, co všechno si může dnes koupit doktor, zedník, IT technik, zdravotní sestra.

Přírodopis/Zdravověda: Jak vypadá zdravé pracovní prostředí?

Výtvarná výchova: Nakreslete typický den člověka v práci za 70 let.

ZDROJE:

HOLCOVÁ, Pavlína a Jakub HOLEC. Buňka v práci. In: *Metodický portál RVP: inspirace a zkušenosti učitelů* [online]. Národní pedagogický institut ČR, 2019 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/3_bunka

HRIVŇÁKOVÁ, Štefánia. *Podpora kariérového vývinu žiaka vo vyučovacích predmetoch*. 2019.

KDE HLEDAT DÁL?

Národní soustava kvalifikací: obecné kompetence a měkké kompetence:

<http://kompetence.nsp.cz/>

Pracovní list: Žádost o práci v buňce

ŽÁDOST O PRÁCI V BUŇCE

„Cell-fie“ žadatele

Jméno žadatele (název organely):

Žádám o pozici v (označte (zakroužkujte) jednu z možností):

Oddělení cytoplazmatické membrány

Oddělení buněčné stěny

Oddělení cytoplazmy

Oddělení chloroplastu

Oddělení mitochondrie

Oddělení vakuoly

Oddělení jádra

Upřednostňujete pracovat v CELL4LIFE v sekci pro rostlinné buňky, sekci pro živočišné buňky či jiné sekci?

S kterými organelami budete spolupracovat?

Jaké jsou Vaše dovednosti?

Proč by Vás měla CELL4LIFE přijmout?

5.2 KARIÉROVÉ PORADENSTVÍ PRO ŽÁKY SE SPECIÁLNÍMI VZDĚLÁVACÍMI POTŘEBAMI (SVP)

Žáci se speciálními vzdělávacími potřebami mají právo na vzdělávání, jehož obsah, formy a metody odpovídají jejich vzdělávacím potřebám a možnostem, mají nárok na vytvoření nezbytných podmínek, které takovou formu vzdělávání umožní, a na poradenskou pomoc školy i dalších institucí. **Kvalitní kariérové poradenství pak může fungovat jako další z podpůrných opatření**, které bude respektovat speciální vzdělávací potřeby žáka (SVP) a spočívá ve výrazné individualizaci přístupu.

Právní rámec problematiky představuje zákon č. 561/2004 Sb. a vzdělávání žáků s SVP nyní nově upravuje novela školského zákona č. 82/2015 Sb. a vyhláška č. 197/2016 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních.

5.2.1 KDO A JAKÝM ZPŮSOBEM POSKYTUJE ŽÁKŮM S SVP KARIÉROVÉ PORADENSTVÍ?

Speciálně pedagogická centra (SPC) a Pedagogicko-psychologické poradny (PPP) poskytují kariérové poradenství formou individuálních konzultací, využívají psychodiagnostické nástroje a pomáhají s vyhledáváním konkrétní vhodné školy pro budoucí vzdělávání žáků ve spolupráci se školou a rodinou žáka. PPP pak s vybranou školou navazuje kontakt a spolupráci při dalším vzdělávání žáka. PPP rovněž může **navrhnout doporučení pro přizpůsobení podmínek pro žáka s SVP, např. při přijímacích zkouškách nebo k maturitní či závěrečné zkoušce** (navýšení časového limitu, úpravu textových materiálů, využívání kompenzačních pomůcek či přítomnost asistenta pedagoga).

Školní poradenské pracoviště (ŠPP) tvoří výchovný poradce a školní metodik prevence (povinně), na mnohých školách je součástí pracoviště i školní psycholog a speciální pedagog. Pracovníci pracoviště spolupracují (ideální týmově) s třídním učitelem, ostatními pedagogy a rodiči žáka. Na některých školách působí v rámci ŠPP už i přímo kariérový poradce.

5.2.2 SPECIFIKA KARIÉROVÉHO PORADENSTVÍ PRO ŽÁKY S PORUCHOU AUTISTICKÉHO SPEKTRA (PAS)

Specifika práce se žáky s PAS jsou založena na vysoké míře individualizace přístupu a vycházejí z obecných potřeb těchto žáků:

- Potřeba přesnosti, jasnosti pravidel a zajištění předvídatelnosti.
- Potřeba jasné, konkrétní motivace.
- Potřeba vyšší míry tolerance.
- Potřeba důslednosti v přístupu.
- Nutnost vysvětlovat sociálně komunikační pravidla a situace, vyšší míra pomoci v situacích, které vyžadují praktický úsudek.
- Vyšší míra vizuální podpory.

Doporučení ve vztahu ke kariérovému poradenství pro žáky s PAS:

Téma profesní volby je potřeba strukturovat tak, jak je žák s PAS zvyklý. Měl by vědět kdy, kde, s kým a jakým způsobem se bude tématům volby povolání věnovat. Měl by být předem připraven na průběh exkurzí, besed a dalších akcí ve škole i mimo ni. Vhodné je strukturu kariérového poradenství vizualizovat. Na dodržování pravidel je možné uzavírat „smlouvy“. Žák s PAS může být zaujatý nějakým oborem a zároveň profesí. Problematické však může být, pokud se diagnóza PAS a zdravotní stav žáka s touto volbou neslučuje. Žák s PAS musí vidět v činnosti, kterou má vykonávat, nějaký smysl, proto je důležité pohybovat se v okruhu zájmů žáka a předávat mu informace přehlednou formou (grafy, tabulky, škály, videa...). Zapojujeme žáka do skupinového poradenství, aby rozvíjel sociální motivaci, tu propojujeme s motivací logickou. Je vhodné se soustředit na nácvik sociálních a komunikačních dovedností vč. témat ze světa práce.

Všichni, s kým žák s PAS přijde ve škole do kontaktu, by měli znát specifičnost jeho projevu a tyto informace by se měly přenášet i při přechodu na střední a vysokou školu, aby se zajistila jednota přístupu a kontinuita vzdělávání.

V každém případě doporučujeme:

- Skupinové poradenství ve škole v plné šíři s ostatními spolužáky s využitím daných PO.
- Testování dobře zvážit, zvážit specifika žáka, případné odmítnutí respektovat.
- Individualizované a včasné poradenství v těsné spolupráci s SPC a rodiči (klíčové postřehy rodičů, asistenta, příp. pracovníků zájmových aktivit, které žák navštěvuje).
- Poradenství by měl poskytovat pracovník, který žáka dobře zná a ve kterého má žák důvěru.

Další možnosti a tipy pro podporu žáků s SVP najdete také v brožuře „Kariérová poradkyně/ kariérový poradce“²⁶.

5.2.3 SEBEZKUŠENOSTNÍ TECHNIKY PRO ZPROSTŘEDKOVÁNÍ A PŘIBLÍŽENÍ PROBLEMATIKY ŽÁKŮ S SVP

V následujících technikách vám nabízíme možnost, jak zprostředkovat spolužákům či vyučujícím žáka s SVP:

- co to znamená mít „speciální vzdělávací potřeby“
- proč má žák s SVP jiná pravidla
- jak se mohou často ve škole cítit žáci se specifickými poruchami učení (SPU – dyslexie, dysgrafie, dysortografie, ...) např. při běžném čtení a psaní
- jak pro tyto žáky mohou být obyčejné a základní (nejen školní) činnosti obtížné a stresující
- proč má význam, aby žák s SVP měl přizpůsobené podmínky např. pro známkování či pravidla pro práci

Tyto techniky jsou velmi vhodné také jako sebezkušenostní edukativní aktivity pro „celou sborovnu“ učitelů k seznámení s problematikou SVP a SPU.

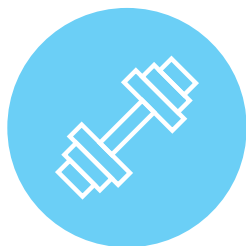
Doporučení k dramaturgii programu: Doporučujeme tuto sebezkušenostní aktivitu realizovat následujícím způsobem: Nejprve zadáme sebezkušenostní cvičení „Čtení“ (podle instrukcí níže s krátkou reflexí), následuje „Diktát“ (podle instrukcí níže s krátkou reflexí), pokud je ještě čas či kapacita, lze následně zařadit „Písmo pro dyslektiky“. Následuje důkladná a velmi šetrná reflexe aktivity s ohledem k žákům s SVP i s ohledem k prožitkům ostatních.

²⁶ Centrum vzdělávání všem, Materiály pro pedagogy: https://bit.ly/2_KP_

JAK SE CÍTÍ DYSLEKTICI?

Cíl:

- Spolužáci či učitelé mají možnost na základě své vlastní zkušenosti pochopit, jak se žák s SPU může cítit při běžných školních aktivitách, proč pro (spolu)žáka s SVP platí jiná pravidla, proč má upravené např. známkování apod.



Čtení

Cílová skupina: žáci ZŠ – 2. stupeň/SS/učitelé

Časová náročnost: 10–30 minut

Pomůcky: Pracovní list: Čtení 1 nebo 2 (pro každého účastníka)

Cíl:

- Zprostředkovat žákům, jak se může cítit dyslektik při hlasitém čtení, jak může být obtížné soustředit se současně na pečlivé čtení každého písmenka a přitom ještě vnímat celek (obsah) přečteného.
- Umožnit žákům skrze prožitek pochopit, proč čtení dyslektiků často může trvat déle, může být obtížněji srozumitelné.

Popis aktivity:

1. Vyučující rozdá žákům pracovní listy s neznámým textem ke čtení podle vlastní volby: text „Čtení 1“ (finština), text „Čtení 2“ (maďarština), případně si vybere jakýkoliv vlastní bezobsažný text.
2. Instrukce: „*Teď budeme společně číst. Budete číst nahlas jeden po druhém podle mého pokynu.*“

Vyučující postupně vyvolává žáky ke hlasitému čtení. Střídá je po cca jedné větě v náhodném pořadí, tak, aby nebylo předem jasné, kdo přijde na řadu. Pokračuje ve čtení tak dlouho, jak uzná za vhodné podle atmosféry a nálady ve třídě.



3. *Jak jste se při této zkoušce cítili? Jaký byl váš převládající pocit? Co vám pomáhalo situaci zvládnout? Co bylo pro vás nejtěžší/ nejlehčí? Jak to může vypadat, když má někdo narušenou schopnost čtení? Může to být v něčem podobné? ...*

Nejpodstatnější součástí této aktivity je důkladná a citlivě vedená reflexe (lze využít postup vedení reflexe z kapitoly 1.4.2 Reflektování po aktivitách: Skupinové reflektivní sezení, konkrétně např. techniky Ventilacího a Analytického bloku). Celá technika může přinést žákům nepříjemné pocity spojené s nejistotou a stresem, je důležité je proto pojmenovat a „znormalizovat“ („Takhle jsme se možná cítili při čtení téměř všichni.“). Důležité je rovněž vyvolávat k aktivitě a ke čtení dostatečně sebedůvěrné žáky, které náročná situace neznejistí, ale ideálně své dojmy dokáží popsat!

4. Vhodné je, pokud může vyučující na závěr vysvětlit, co to znamená „porucha učení“, jaké SPU známe a jak se mohou projevit²⁷.

²⁷ Informace o SPU a projevy např. zde: https://bit.ly/3_SVP1; https://bit.ly/3_SVP2; https://bit.ly/3_SVP3.

Pracovní list: Čtení 1

Suljettu

Vauvamaanantaissa tutustutaan Anu Tuomisen näyttelyyn taidekasvattajien sekä Taidehallin oman oppaan johdolla.

Vauva-maanantaihin ovat tervetulleita alle vuoden ikäiset lapset vanhempineen. Vauvoille on oma alue, jossa he pääsevät konttailemaan ja tutkimaan värejä ja muotoja. Opastetut kierrokset etenevät rauhalliseen tahtiin huomioiden vauvojen tavan havainnoida teoksia. Vauvan voi ottaa mukaan sylissä tai kantorepussa. Vaunut jätetään tässä näyttelyssä alakertaan, koska näyttelyssä on paljon teoksia lattialla.

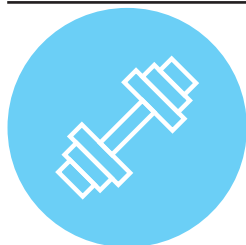
Vauvamaanantain vetäjinä toimivat Iisa Juva ja Liini Laes. Iisa on taidekasvattaja ja kirjoittaja. Hän toimii sisällöntuottajana ja opettajana sekä tuottaa tapahtumia lapsille. Liini Laes on taidekasvattaja ja tuottaja Lastenttuurituottamo LAKUsta. Hän toimii opettajana, oppaana ja ohjaajana kuvataiteen ja yleisötyön parissa. Liini pitää kontrasteista, yllätyksistä ja saippuakuplista.

Pracovní list: Čtení 2**Varázsszőnyeg**

Szállj fel varázsszőnyegünkre és kalandozz velünk a múzeumban, ahol mindig valami újat fedezhetsz fel. Egy játékos családi programra hívunk, ahol szülők és gyerekek együtt alkothatnak is a kiállítótérben. A foglalkozás magában a kiállítótérben zajlik, így közvetlenül a művek nyújtanak inspirációt. Birkózó legyek vagy táncosnő? Erre a kérdésre keressük a választ Mici-mackó és a Hóemberek világnapján.

Öt-hat éves vagyok. Nyár van, Anna nap. A júliusi melegben állok a tükör előtt a fürdőszobában. Egy kis sámlira tesz fel anyukám, hogy jól lássam magam. A kád zöld, a csempe rózsaszín, a tükör a vízpárától mindig homályos kicsit, a széléről egy pikkelyekből lerakódott részt nem lehet már letörölni. Abba benne van az évek összes tekintete, kérdése, öröme, bánata. Esti fáradt pillantás és reggeli reményteli. Én csak állok, keresem magam ebben a homályos világban. Izgatott vagyok, mert ezek most ünnepi pillanatok. A névnapomkor mind összegyűlünk az erkélyen - a Papa, a tesóm, mama és én -, ilyenkor Mama saját ruháiból válogat nekem. Nyílik az ajtó, és egy bordó, gyöngyökkel hímzett, buggyos ujjú ruhát hoz be a karján, még meleg a friss vasalástól. Én még életemben nem láttam ilyen szép ruhát. Hiába állítja, hogy többször volt már rajta, nem emlékszem rá. Gyönyörű. Ma én vehetem fel, ezt kapom meg. Cipőt is választhatok, van egy krokodilbőr körömcipője, azt kérem. A sámlí alján vár rám.

Olyan izgatott vagyok, hogy érzem pisilni kell. Persze ezt nem mondom el senkinek, próbálok nem foglalkozni vele. Mama mellém áll, látom ő is boldog, ezek a pillanatok – akkor még nem tudom – tényleg örökre velünk maradnak. Azt mondja emeljem fel a kezem, ő mellé áll, lehúzza a ruha bordó, rejtett zippzárját és fölémteszi a ruhát, hogy bele tudjak bújni. Persze a zippzárral nem is kéne ez a művelet, olyan kicsi vagyok, hogy anélkül is átbújnék rajta simán. Érzem a bélés hűvös suhanását, ahogy átfut a bőrömön, leesik a ruha, persze hosszú nekem, lóg, de Mama csipesszel felemeli, próbálja a helyére igazítani. Levesz a sámliról, belelépek a cipőbe, de járni nem tudok benne, hisz nagy nekem. Megállok, felnézek. Megjelenik Papa és Eszter, büszkén mosolygok rájuk. A szertartás szerint ilyenkor kimegyünk az erkélyre, ott elfogyasztunk egy szörpöt és eszünk tortát és persze fotókat készítünk. Megörökítjük ezt a játékot, ahol picit nagylányok vagyunk mi is.



Diktát

Cílová skupina: žáci ZŠ – 2. stupeň/SSŠ/učitelé

Časová náročnost: 10–30 minut

Pomůcky²⁸: Pracovní list: Diktát 1, Pracovní list: Diktát 2

Cíl:

- Žák porozumí, jakým způsobem pracuje žák s SPU.

Popis aktivity:

1. Učitel zadá žákům diktát např. podle předlohy Diktát 1 či 2 nebo dle vlastní úvahy.
2. Instrukce: „*Pište podle diktátu. Každé písmeno „A“, které slyšíte však nahraďte písmenem „O“ a každé písmeno „M“, které slyšíte však nahraďte písmenem „N“.*“
3. Nejpodstatnější součástí této aktivity je důkladná a citlivě vedená reflexe (viz kapitola 1.4.2 Reflektování po aktivitách: Skupinové reflektivní sezení). Celá technika může přinést žákům nepříjemné pocity spojené s nejistotou a stresem, je důležité je proto pojmenovat a „znormalizovat“.



Jak jste se při této zkoušce cítili? Jaký byl váš převládající pocit? Co vám pomáhalo situaci zvládnout? Co bylo pro vás nejtěžší/nejlehčí? Jak to může vypadat, když má někdo narušenou schopnost čtení a psaní? Může to být v něčem podobné s tím, co jste zažili nyní? Jaký nový zážitek a uvědomění si odnášíte?...

Diktát 1

A ↔ O; M ↔ N

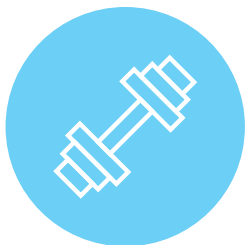
Robinson byl na pustém ostrově již desátý den. Najednou si uvědomil, že nerozezná všední den od neděle. Neměl zápisník ani tužku. Měl jenom nůž. Vyřízl proto na dlouhém trámu každý den jeden zářez. Neděli vyznačil zářezem delším. První den v měsíci označil žlábkem ještě delším. Tímto způsobem si vedl Robinson kalendář a počítal dny, měsíce a léta.

Diktát 2

A ↔ O; M ↔ N

V Holandsku, které je protkáno hustou sítí kanálů, je velmi populární dálkové bruslení po zamrzlých vodních plochách. Za vhodných klimatických podmínek se zde jezdí i světoznámý dvousetkilometrový závod. Atraktivním místem pro vyznavače dlouhých nožů je také Skandinávie, kde cestovní kanceláře nabízejí i týdenní přejezdy švédských a finských jezer. Ale není sjíždění zamrzlých toků příliš riskantní? Rozumně smýšlející bruslař naslouchá při jízdě varovným akustickým signálům ledu.

²⁸ Převzato z https://bit.ly/3_diktat.



Písmo nejen pro dyslektiky

Cílová skupina: žáci ZŠ – 2. stupeň/SSŠ/učitelé

Časová náročnost: 10–30 minut

Pomůcky²⁸: Pracovní list: Čtení 3 (pro každého účastníka)

Popis aktivity:

1. Vyučující rozdá žákům pracovní listy a seznámí je s obsahem a záměrem pracovních listů: Následující návrh fontu písma vytvořil grafik a dyslektik Daniel Britton. Jeho záměrem bylo vytvořit písmo, které bude přibližovat pocity, které dyslektici mohou zažívat při běžném čtení²⁹. Je důležité, aby text fontem „Dyslexia“ a text běžný byly buď každý na samostatné straně listu, případně kompletní text má u sebe pouze vyučující a použije jej jako podporu při hlasitém čtení.
2. Tato aktivita je více ilustrativní a edukativní. Nejprve je možné nechat žáky rozluštit si text individuálně, následně pokračujeme ve společném čtení nahlas stejně jako u aktivity „Čtení“.
3. Následuje opět důkladná reflexe zaměřená na dojmy a pocity při tichém i hlasitém čtení. Otázky k reflexi viz v předchozí aktivitě a 1.4.2 Reflektování po aktivitách: Skupinové reflektivní sezení.

²⁹ Více informací naleznete zde: https://bit.ly/3_dislexia.

Pracovní list: Čtení 3

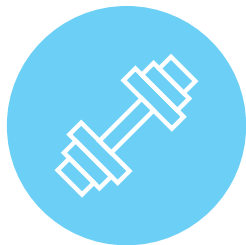
IIII° IY KOCZAKIY
 ° IIRI KEICIIED
 IO RECREAIE \IIAI
 II \/OJ_K BE _II E IO
 REAK IO REAK, = YCJ
 \ERE DY°_EAI° II °
 KEICIIED IO °IIIJ_LAI E
 III E FEELIIC ° REAKIIC
 \/IIII DY°_EAI^ BY
 °_°\IIIC III E REAKIIC
 III E ° III E /E\ER
 K\II IO ^ °KED °
 \IIICII °CIECIE \II°
 III° DY°_EAI^ \/OJ_K
 REAK

© Daniel Britton



Řešení

'This typography is not designed to
 recreate what it would be like to read to
 read if you were dyslexic it is designed
 to simulate the feeling of reading with
 dyslexia by slowing the reading time of
 the viewer down to a speed of which so-
 meone who has dyslexia would read'



Jak zpřístupnit „jinakost“ žáka s SVP

Tuto aktivitu může být užitečné zařadit, pokud je v třídním kolektivu či ve škole např. žák s autistickými rysy (PAS), s výraznými projevy ADHD či jinými výraznými projevy v chování (např. Tourettův syndrom, vada řeči, úzkostné dítě apod.).

Vždy je zapotřebí důkladně zvážit a případně konzultovat se zákonnými zástupci žáka, zda je vhodné a užitečné, aby byl u aktivity přítomen i žák s SVP.

Cílová skupina: žáci ZŠ – 2. stupeň/SŠ/učitelé

Časová náročnost: 30 minut

Pomůcky: zápalky nebo špejle, nálepky na čelo pro každého účastníka s instrukcemi viz níže

Cíl aktivity:

- Uvědomit si rozdílnost mezi sebou navzájem a rozdílnost ve vzájemné komunikaci.
- Poukázat a zažít si na vlastní kůži stereotypy v komunikaci.
- Uvědomit si, že pro žáka s narušenou komunikační schopností může být jednak těžké porozumět jednání druhých, ale především si říct a domluvit se s druhými, co potřebuje.
- Uvědomit si, jak třída jako skupina funguje, a případně se následně domluvit na jiných možnostech komunikace a spolupráce.

Popis aktivity:

1. Vyučující připraví nálepky s instrukcemi, např.: Podporuj mě. / Křič na mě. / Odporuj mi. / Potvrzuj mě. / Podrobně mi vysvětluj. / Ignoruj mě. / Pomáhej mi. / Šeptej na mě. / Mluv na mě pomalu. / Pečuj o mě. / Artikuluj. / Opakuj po mně. / Ochraňuj mě. / Mluv na mě jako na dítě. atd.
2. Vyučující vysvětlí záměr aktivity (viz cíl aktivity výše). Následně nalepí každému žákovi na čelo nálepku s instrukcí (instrukce citlivě volí s ohledem na osobnost žáka). Doporučí žákům, aby si navzájem instrukce nečetli. Současně každý žák dostane jednu zápalku či špejli.
3. Následuje instrukce: „*Poskládejte společně ze zápalek jakýkoli společný obrázek (ev. zjednodušíme na „název třídy“)* a přitom se k sobě chovejte podle toho, co má kdo za instrukci napsanou na čele.“ Pokud je třída o větším počtu žáků, rozdělíme je do dvou skupin.
4. Vhodné je, pokud může vyučující na závěr seznámit žáky s tím, jakými obtížemi (SVP) trpí jejich spolužák a vysvětlí, jak přesně se projevují v chování či při školní práci a co by v komunikaci a vztahu se spolužákem mohlo ostatním i spolužákovi pomoci.



Následuje důkladná reflexe procesu (týká se bodu č. 3): *Co kdo při aktivitě zažil? Co bylo nejtěžší? Co bylo pro vás příjemné/nepříjemné? Co jste si mohli uvědomit? Dokázal se o sebe někdo z vás postarat, že by řekl: „Nemluv ke mně tímto způsobem!“? Jak bych potřeboval/a, chtěl/a, aby se mnou ostatní komunikovali? Co z toho si mohu odnést jako poznatek pro komunikaci s druhými? V čem vám to bylo užitečné? ...*

ZDROJE:

BRABEC, Jan, Barbora KREISLOVÁ a Lucie ZÁBRANOVÁ. *Jak efektivně zavést kariérové poradenství do škol: Vzděláním k úspěchu bez bariér* [online]. [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/3_KP2

JUCOVIČOVÁ, Drahomíra a Hana ŽÁČKOVÁ. *Dysgrafie*. Praha: D+H, 2005. ISBN 80-903579-2-X.

Poradenství na základních a středních školách. *Euroguidance: evropská síť pro podporu poradenství* [online]. [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/2_poradenstvi

VOSMIK, Miroslav. *Inkluze a kariérové poradenství*. Praha: Raabe, 2018. ISBN 978-80-7496-357-5.

ZELINKOVÁ, Olga. *Poruchy učení: dislexie, dysgrafie, dysortografie, dyskalkulie, dyspraxie, ADHD*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-800-7.

5.3 MOŽNOSTI VYUŽITÍ PSYCHODIAGNOSTIKY V KARIÉROVÉM PORADENSTVÍ PRO PEDAGOGY: PROČ, KDY A JAK DIAGNOSTIKOVAT

„Co nepoužíváš sám, nedávej druhým. Třeba rady.“

Sri Chinmoy

Psychodiagnostika může pomoci zmapovat intelektové, studijní, osobnostní a zájmové předpoklady žáka pro další možnosti studia ve srovnání s vrstevníky.

V praxi se nám osvědčilo využívat psychodiagnostiku v poslední fázi kariérového poradenství, tj. v 8. –9. třídách ZŠ a v předposledním ročníku středních škol a gymnázií. Žák si v průběhu celého studia sbírá informace o sobě, svých zájmech, dovednostech a kompetencích ideálně díky komplexnímu systému kariérového poradenství, takže v závěru studia už má poměrně dobrou představu o svých dispozicích a jejich uplatnitelnosti v různých profesních oblastech. Podklady z psychodiagnostiky pak žák může využít jako podporu v závěru svého rozhodování o volbě dalšího vzdělávání či odchodu do profese.

Psychodiagnostika v KP by v ideálním případě měla fungovat jen jako „odrazový můstek“ pro další rozhovor o profesním směřování.

Psychodiagnostika nezjišťuje pravdu, ale ptá se na možnosti a zjišťuje předpoklady. Často je rovněž zapotřebí si před interpretací výsledků zjistit různé anamnestické okolnosti, do výsledků psychodiagnostiky totiž mohou výrazně interferovat různé osobnostní rysy a dispozice (u testů intelektu např. vyšší míra úzkosti při subjektivní zátěži a stresu, SPU aj.), které pak mohou výrazně zkreslit výsledek. S výstupy z jakýchkoliv psychodiagnostických materiálů je zapotřebí dále odborně pracovat.

5.3.1 JAK ZAŘADIT DO KP PRÁCI S PSYCHODIAGNOSTICKÝMI MATERIÁLY?

Pokud kariérový poradce využívá některý z nástrojů psychodiagnostiky, je zapotřebí, aby se tak vždy dělo v rámci komplexního poradenského procesu. Psychodiagnostika by měla být začátkem či součástí, nikoli vyvrcholením poradenského procesu.

Pro inspiraci uvádíme námi osvědčenou strukturu poradenského procesu, jehož je psychodiagnostika součástí:

1. krok: Testování (individuální/hromadné; test struktury intelektu, dotazník profesního zaměření, příp. osobnostní inventář).
2. krok: Individuální konzultace sestávající např. z následujících částí:
 - Úvodní rozhovor o představách, motivaci, záměrech, prospěchu, dovednostech, ... (např. na podkladu reflexe „5 otázek na cestě k volbě povolání“ nebo Pracovního listu „Zamysli se...“ viz kapitola 2.1 Sebepoznání). Základní anamnestický rozhovor a dotaz na průběh procesu testování: *Jak se vám test psal? Jaká pro vás zkušenost testování byla?*
 - Interpretace diagnostických výsledků a diskuse nad nimi, uvedení do kontextu.

- Reflexe procesu: *Co to pro vás znamená? Je to o vás? Znáte to ze svého života? Jak tuto schopnost využíváte? V čem konkrétně byl pro vás tento rozhovor užitečný? Co si odnášíte pro svoje profesní rozhodování?*

Psychodiagnostické metody jsou určeny:

- pro profesionály se speciálním výcvikem (např. testy rozumových schopností, testy osobnosti možnost administrace vyhrazena pouze psychologům); (klasifikace psychodiagnostických metod kategorie B³⁰)
- pro (odbornou) veřejnost se speciálním výcvikem (např. dotazníky profesního zaměření DVP, BIP); (klasifikace psychodiagnostických metod kategorie A)
- pro odbornou veřejnost (testy na principu Hollandovy typologie RIASEC).

Diagnostika úrovně rozumových schopností

Psychodiagnostika úrovně rozumových schopností je vyhrazena pouze pro psychology!

V praxi školních i poradenských psychologů se pro diagnostiku profesní orientace nejčastěji používá **Test struktury intelektu IST 2000 R**. Test popisuje rozložení rozumových schopností ve srovnání s vrstevnickou skupinou (i s ohledem na úroveň vzdělávání). Diagnostika celkové úrovně poznávacích schopností popisuje rovněž i dílčí složky verbální, numerické a figurální inteligence. Do základního modulu jsou zařazeny i zkoušky paměti pro slova a obrazce. Rozšiřující modul – test znalostí – umožňuje měřit nejen úroveň a strukturu znalostí, ale i fluidní a krystalizovanou inteligenci (ten se však pro větší časovou náročnost využívá při kariérovém poradenství pouze sporadicky). Normy umožňují srovnání výsledků testování pro vybrané skupiny populace. Horní věková hranice užití testu není omezena a použití testu u osob mladších 15 let je možné s diagnostickými a interpretačními omezeními (od 13 let orientačně).

V praxi školních i poradenských psychologů se za účelem úspory času osvědčilo administrovat test struktury intelektu hromadně (např. pro všechny zájemce ze 3. ročníků gymnázia). Na hromadné testování pak navazují individuální konzultace zaměřené na interpretaci výsledků testu a diskusi nad intelektovými, osobnostními a motivačními předpoklady pro další profesní zaměření.

Diagnostika osobnosti

Psychodiagnostika osobnosti je vyhrazena pouze pro psychology!

Osobnostní nastavení člověka obsahuje řadu klíčových informací pro jeho kariévní směřování.

Při diagnostice osobnosti zaměřené na profesní orientaci si všímáme takových dispozic, které se vztahují k nárokům profese. Mezi tyto dispozice může patřit např. úroveň kontaktu s lidmi, motivace k vedení, sociální kompetence, individualita, kooperace, schopnost prosadit se, rozhodnost, odolnost vůči zátěži, senzitivita, emocionální stabilita, sebevědomí, flexibilita, svědomitost, zaměření na detail, kreativita, zodpovědnost apod.

V poradenské praxi se nám pro diagnostiku osobnosti s ohledem na profesní orientaci osvědčil **NEO osobnostní inventář (NEO-PI-R)**. Test je vytvořen na základě pětifaktorového modelu osobnosti (Big Five). Zjišťuje pět obecných a široce pojatých dimenzí osobnosti: neuroticismus (N), extravertzi (E), otevřenost vůči zkušenosti (O), přívětivost (P) a svědomitost (S).

³⁰ Viz <https://www.testcentrum.com>.

Dotazníky zájmů profesního a studijního zaměření

Dotazníky jsou k dispozici jak pro psychology, tak i pro zaškolenou odbornou veřejnost – např. pedagog (viz klasifikace psychodiagnostických metod kategorie A).

Zájemové dotazníky k volbě povolání vycházejí z Hollandovy teorie profesí a osobnostních typů (RIASEC).

Záměrem pro použití dotazníků zájmů je z našeho úhlu pohledu sebezpoznání žáků a možnost zamyslet se nad vlastními schopnostmi, zájmy a představami o budoucí profesi.

Nejčastěji využívané dotazníky v KP:

- **DVP** – Dotazník volby povolání a plánování profesní kariéry
- Test profesních zájmů **B-I-T II** – jako testové položky používá výhradně skutečné činnosti
- Test struktury zájmů **AIST-R (A)** – verze pro PC

Další možnosti využití diagnostických metod

- **BIP** – Bochumský inventář profesních charakteristik osobnosti. Diagnostika schopností, které jsou rozhodující pro úspěch v zaměstnání; může administrovat i zaškolený odborník – pedagog.
- **LMI** – Dotazník motivace k výkonu; může administrovat i zaškolený odborník – pedagog. Použití od 16 let.
- **ISK** – Inventář sociálních kompetencí. Inventář lze využít při personálním výběru, v rámci rozvoje osobnosti, v profesním poradenství a obecně při diagnostice osobnosti. Může administrovat i zaškolený odborník – pedagog. Použití od 16 let.

Diagnostické metody pro personalistiku a poradenství nabízí např. Hogrefe, Testcentrum.

Volně dostupné rozšiřující metody vhodné pro kariérové poradenství

- **Test silných stránek** – M. Seligman pojmenoval 24 nejvýraznějších silných stránek. Test vychází z předpokladu, že každý má nějaké nadání a pomáhá zmapovat silné dispozice, talent a výjimečnost. Test je k dispozici na internetu např. od společnosti SCIO³¹, v originále pak na www.viacharacter.org. O silných stránkách více v příslušné kapitole.
- **Kariérové kotvy** – Technika pomáhá mapovat osobní hodnoty, normy a motivy, které vedou k nasměrování kariéry. Test je snadno dohledatelný na internetu.
- **Dotazník týmové role podle Belbina** – Meredith Belbin popsal 9 týmových rolí, dotazník pomáhá určit, které role jsou pro člověka nejpřirozenější na základě jeho individuálního potenciálu. Test je snadno dohledatelný na internetu.

5.3.2 ZÁSADY PRÁCE S PSYCHODIAGNOSTICKÝMI MATERIÁLY

- Používejte materiály adekvátní vašim potřebám.
- Vytvořte bezpečné a klidné prostředí.
- Zajistěte si informovaný souhlas.
- Dejte dostatečný prostor pro dotazy.
- Vyhněte se jednoznačným formulacím, hodnocení a nálepkování.
- Ptejte se žáka na jeho názory a zkušenost.

³¹ Viz <http://testmojeplus.cz/> a <http://www.prednostprednostem.cz/>.

Reflexe poradenské konzultace

- Dejte si dostatečný prostor pro reflexi procesu a výsledku.
- Reflexe výsledku: *Co vám přinesl náš rozhovor? Co konkrétně vám přinesl? K čemu vám byl užitečný? Co je teď jinak než bylo na počátku našeho rozhovoru? Co si odnášíte? Co bylo užitečné a co zbytečné?*
- Reflexe průběhu: *Jak se vám se mnou pracovalo? Jak jste se cítil/a?... Co vám nejvíc pomáhalo? Co vás naopak nejvíc brzdilo? Co bylo užitečné a co zbytečné?*

5.3.3 INSPIRACE V ONLINE TESTECH

Další inspiraci pro náhled na osobnostní dispozice je možné získat také z některých volně dostupných online testů, např.:

- Profitest – orientační test volby povolání: <https://infoabsolvent.cz/Profitest>
- Průvodce výběrem vysoké školy – orientační test volby povolání ve spolupráci se SCIO: <https://www.vysokeskoly.cz/pruvodce-vyberem-skoly/>
- Orientační dotazníky profesní orientace: <http://www.kamernet.cz/profi/profi.htm>
- Orientační testy profesních kompetencí: [mamenato.cz](http://www.mamenato.cz) pod odkazem „Otestujte se“ (v levém menu) <http://www.mamenato.cz/www/index.php?id=11>
- www.salmondo.cz: <https://www.salmondo.cz/pro-studenty> (placená i neplacená verze)
- Osobnostní test vycházející z typologie MBTI (v angličtině): <https://www.16personalities.com/>
- Jak jste tvořiví? (v angličtině): <https://mycreativetype.com/>

Jak s výsledky diagnostiky i online „testů“ pracovat?

Neberte výsledky testů jako fakta. Nikdo, ani sebelepší test či psycholog, vám nikdy nemůže říct, jací jste a jací nejste. **Máme na to celý život, abychom si odpovědi na otázky, kým jsme a jací jsme, našli každý sám.**

Spíš se zamyslete nad tím, zda to, co vám vyšlo, znáte ze svého života a jak s novým zjištěním o sobě můžete prakticky naložit a jak jej konkrétně využít.

Odborné psychodiagnostické testování zaměřené na profesní orientaci, při kterém se zjišťuje úroveň intelektových schopností, osobnostní dispozice a zájmy s následnou konzultací s interpretací výsledků nabízí psychologové v pedagogicko-psychologických poradnách v každém větším městě, případně i někteří školní psychologové. Kariérové poradenství pro volbu profese a některé z psychodiagnostických služeb nabízí i kariéroví poradci (mimo jiné <https://www.jcmm.cz/>).

ZDROJE:

NAVAROVÁ, Sylvie a Markéta LANCOVÁ. *Diagnostika v kariérovém poradenství*. Praha: Raabe, 2019. Dobrá škola. ISBN 978-80-7496-405-3.

5.4 SPOLUPRÁCE S RODIČI

Vliv rodiny a rodičů na rozhodování o další vzdělávací či profesní dráze je zásadní. Většina rodičů chce svému dítěti v tomto rozhodování pomoci, především na základní škole, ale i na střední škole. Rodiče však neví, jakým způsobem efektivně své dítě podpořit, jakým způsobem navázat komunikaci na toto téma. Velmi často neví, co je vlastně kariérové poradenství a jak jim a jejich dětem může pomoci.

Informace, které žáci od rodičů získávají, poskytují mnohdy neadekvátní, často zkreslený obraz světa práce a vzdělávání. Někteří rodiče totiž nemají informace aktuální a úplné. Rodiče se navíc velmi často spoléhají pouze na vlastní zkušenosti. Není to tedy pouze žák, kdo by měl získat informace potřebné pro rozhodování, ale také rodič. Kromě přípravy žáků na volbu povolání ve školách je třeba klást důraz na osvětu a informační podporu orientovanou na rodiče.

Škola jako vzdělávací instituce může v tomto tématu rodiče svých žáků informovat nebo i vzdělávat například v těchto tématech:

Co je kariérové poradenství?

Jak realizujeme kariérové poradenství ve škole?

Jaké jsou současné trendy na trhu práce a jaká bude jeho budoucnost?

Jaké existují zdroje informací pro volbu školy/profese?



Jak je možné rodiče do volby povolání vtáhnout více než dosud?

Jak dát rodičům větší prostor a navýšit čas, který spolu s dítětem stráví, když budou pátrat a zamýšlet se nad tím, co by mohl jejich potomek v budoucnu dělat?

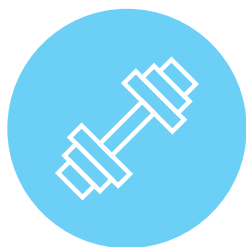
Jak rodiče motivovat, aby s dítětem vedli dialog o volbě povolání?

5.4.1 AKTIVITY PRO ŽÁKY BEZ ÚČASTI RODIČŮ



Reflexe před aktivitou Rodokmen

Má rodina a rodinné tradice vliv na volbu povolání? Jaký?



Rodokmen

Cílová skupina: žáci na ZŠ, příp. SŠ

Časová náročnost: jedna vyučovací hodina po domácí přípravě

Pomůcky: Pracovní list: Rodokmen

Cíl aktivity:

- Žáci si uvědomí vliv rodiny a rodičů na volbu povolání.

Popis aktivity:

1. Učitel zadá žákům jako domácí přípravu vyplnit profesní rodokmen jejich rodiny.
2. Učitel upozorní, že žáci mohou rodokmen upravit dle své rodiny, tj. přidat další důležité členy rodiny. Cílem je zjistit v rodině i údaje, které žáci doteď nevěděli. Respektujeme však „rodinná tabu“.
3. Žáci v rámci domácí přípravy pracovní listy vyplní.
4. V následující hodině učitel se žáky reflektuje rodokmen.

Jiná varianta této aktivity: Pracovní list: Otázky k původu rodiny³²



Co zajímavého či nového ses dozvěděl/a o své rodině? Jsou ve tvé rodině některé profese, které se opakují nebo naopak některé, které jsou ojedinělé? Máš některé schopnosti, které jsi po někom zdědil/a a které? Ve které profesi můžeš/chceš tyto schopnosti využít?



Rodokmen může sloužit jako aktivita pro mapování kompetencí/silných stránek.

Více v kapitole 2.3 Silné stránky a mapování kompetencí

³² Inspirováno Diener (2008).

Pracovní list: Rodokmen



Pracovní list: Otázky k původu rodiny

Jaká povolání se vyskytují ve vaší širší rodině? (babička a dědeček, strýcové, tety, bratřenci, sestřenice, sourozenci atd.)

Jaké bylo pracovní prostředí vaší rodiny? (převážně akademici, řemeslníci, dělníci, umělci aj.)

V jakých zaměstnáních pracovali/pracují vaši rodiče?

Otec:

Matka:

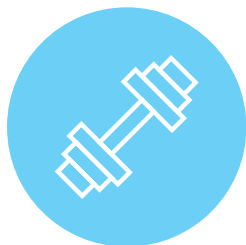
Jaké neuskutečněné pracovní sny měli/mají vaši rodiče?

Otec:

Matka:

Kdyby byl v místnosti vašich rodičů na stěně plakát s jejich mottem k postoji k práci, co by tam bylo napsáno?

Jaké očekávání měla/má vaše rodina ve vztahu k vaší kariéře?



Kde pracují moji rodiče

Cílová skupina: žáci ZŠ

Časová náročnost: 10 minut...

Pomůcky: karty s názvy oblastí povolání (zdravotnictví, služby, obchod, výroba, vzdělávání, zemědělství)

Cíl aktivity:

- Žáci si uvědomí, v jakých oblastech pracují jejich rodiče a poznají, v jakých oblastech pracují rodiče spolužáků.

Popis aktivity:

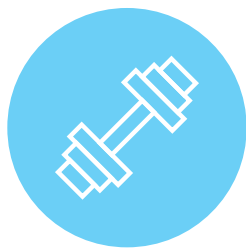
1. Učitel rozmístí po třídě karty s názvy oblastí profesí: zdravotnictví, služby, obchod, výroba, vzdělávání, zemědělství
2. Žáci mají za úkol vytvořit u každé karty skupinu 3–6 žáků – vybírají si skupinu podle toho, kde pracují rodiče či další příbuzní (sourozenci, teta, strýc, prarodiče atd.)
3. Přednost má ten, kdo je u skupiny dříve, pokud je žáků více než 6, musí později příchozí hledat jinou skupinu.
4. Následuje diskuse mezi žáky ve skupině o jednotlivých povoláních patřících do dané skupiny.
5. Následně mohou žáci prezentovat profesní oblast své skupinky a jednotlivá povolání, případně následuje aktivita „Kdo je kdo?“ Více v kapitole 4.1 Trh práce.

5.4.2 AKTIVITY PRO ŽÁKY A RODIČE – VEDENÍ ROZHOVORŮ S RODIČI A NÁSLEDNÉ STÍNOVÁNÍ/ EXKURZE



Reflexe před aktivitou Vedení rozhovorů s rodiči a následné stínování

Už ses bavil s někým z rodiny o své budoucí profesi? Proč ne? / S kým? / Co z toho pro tebe vyplynulo? A co vůbec dělají tví rodiče? Co ke své práci potřebují? Co je v práci baví a co ne?



Vedení rozhovorů s rodiči a následné stínování

Cílová skupina: žáci ZŠ, příp. i SŠ a jejich rodiče

Časová náročnost: jedna vyučovací hodina po domácí přípravě

Pomůcky: Pracovní list: Otázky pro rozhovor

Cíl aktivity:

- Žáci si uvědomí, v jakých oblastech pracují jejich rodiče a poznají, v jakých oblastech pracují rodiče spolužáků.

Popis aktivity:

1. Učitel žákům zadá jako domácí přípravu zadání rozhovoru s rodičem o jeho práci.
2. Žáci v rámci domácí přípravy vedou s rodičem rozhovor o jeho práci a odpovědi zaznamenávají do pracovního listu.
3. V následující hodině učitel žáky rozdělí dle podobných profesí do skupin (administrativa, příroda, technika, práce s lidmi, ...).
4. Žáci si ve skupině připraví společnou prezentaci/profil profesí.



Na tuto aktivitu doporučujeme navázat stínováním profesí či exkurzí do firem. Více v kapitolách 4.2 Prozkoumávání trhu práce nebo 4.3 Exkurze žáků do firem.

Odpovědi v rozhovoru lze využít jako hádanku profesí. Žák čte odpovědi, ostatní hádají, o jakou jde profesi.

Žáci sami generují otázky pro rozhovor s rodičem – co je zajímavé na práci rodičů – např. metodou brainstormingu nebo brainwritingu.

Pracovní list: Otázky pro rozhovor

1. Kde sídlí firma?
2. Jak dlouho firma funguje?
3. Jaké činnosti se věnuje?
4. Co děláš v práci ty?
5. Jaká je tvoje pracovní doba?
6. Jak to vypadá ve firmě?
7. Kdy se cítíš v práci dobře?
8. Kdy se ti do práce nechce?
9. Jaké potřebuješ ke své práci vzdělání?
10. Jaké potřebuješ znalosti?
11. Jaké dovednosti?
12. Jedna výhoda tvé práce.
13. Jedna nevýhoda tvé práce.

Byla by možnost tvou firmu navštívit? Pokud ano, ozvi se, prosím,
co nejdříve na kontakt:

5.4.3 AKTIVITY PRO RODIČE

Cílová skupina: rodiče žáků ZŠ, příp. i SŠ

Časová náročnost: 60 minut + nabídka následného pohovoru

Pomůcky: Pracovní list: Komunikace mezi rodiči a dítětem

Cíl aktivit:

- Poskytnout rodičům informace o trhu práce, profesích, školách atd. Zaměřit se na poskytnutí know-how, jak se mohou se svými dětmi o volbě povolání bavit a podpořit je v tom.

Poznámka: Rodičům můžete takový workshop nabídnout v termínech, kdy do školy přichází, např. během rodičovské schůzky, během (mini)veletrhu škol, během Dne otevřených dveří apod.



Reflexe s rodiči

Jak vnímáte komunikaci na toto téma? Co se daří a která tématu neumíte otevírat a proč? Na co v komunikaci narážíte? Co by vám pomohlo?

Popis aktivity:

1. Na úvod workshopu učitel nabídne rodičům např. formou krátké prezentace úvod do teorie.
2. Učitel rozdá pracovní list, vysvětlí jednotlivé úkoly i jejich význam.
3. Některou z aktivit provedou rodiče a jejich děti přímo na místě, aby si ji vyzkoušeli.
4. Učitel vede následnou reflexi aktivity, kterou si rodiče s dětmi vyzkoušeli na místě.

Ostatní aktivity lze ponechat jako námět na doma.

JAK MŮŽE RODIČ PODPOŘIT SVÉ DÍTĚ VE VOLBĚ PROFESE?

- Umožnit dítěti experimentovat (brigády, koníčky, dobrovolnictví)
- Ukázat dítěti realitu světa práce (stínování, rozhovory o práci)
- Vyjasňovat s dítětem volbu (ptát co Co? Proč? Jak?)
- Pomáhat dítěti objevovat jeho silné stránky (volný čas, od dětství)
- NEVNUCOVAT, NEMANIPULOVAT, ALE NABÍZET SVOU ZKUŠENOST

Na co se může rodič ptát?

CO?

Co tě na tom baví? Co tě na tom zajímá? Co tě na tom láká?

Co chceš od své budoucí práce/školy? Co tam nesmí chybět? Co tam nesmí být?

PROČ?

Proč toto ano? Proč toto ne?

JAK?

Jak to zjistit? Jak podat přihlášku? Jak se připravit na zkoušky? Jak si najít brigádu?

Jak se připravit na pohovor?



KarTy³³ pro volbu střední školy – pro práci ve škole i doma jsou nástrojem pro uspořádání myšlenek při volbě SŠ. KarTY pomáhají skládat vlastní pohled žáka + kamarádů + rodičů. KarTY jsou setem samolepek, které se lepí na „hrací“ plochu, na ní se pak finálně poskládají všechny důležité myšlenky.

ZDROJE:

DIENER, Thomas. *Esencia práce: Alchýmia navigácie pri hľadaní povolania*. Bratislava: Epos, 2008. ISBN 8080577568.

HLAĎO, Petr. *Průručka k volbě povolání aneb Co by měl znát výchovný poradce na základní škole*. Jihlava: Vysočina Education, 2014. ISBN 978-80-904994-2-3.

KOŠTÁLOVÁ, Helena, Markéta CUDLÍNOVÁ a Lenka NĚMCOVÁ. *Spokojený kariérový poradce*. Praha: ELK, 2018. ISBN 978-80-87993-05-7.

ŠNEPFENBERGOVÁ, Petra. *Spolupráce s rodiči z workshopů pro rodiče*. 2019.

³³ KarTy pro volbu střední školy: https://bit.ly/2_karty1.

Pracovní list: Komunikace mezi rodiči a dítětem**1) Rodiče mohou dítěti NABÍZET SVOU ZKUŠENOST.**

Třeba tak, že nabídnou dítěti svůj úhel pohledu a zapíší odpovědi na tyto otázky, které pak svému dítěti předají:

Jaká jsou 3 slova, která nejlépe vystihují Vaše dítě?

Co Vaše dítě podle Vás nejvíce zajímá?

Co jde Vašemu dítěti podle Vás snadno/rychleji/lépe oproti ostatním?

Jaké povolání, práce by podle Vás k Vašemu dítěti seděla?

2) Žáci se mohou sejít se svými rodiči např. nad těmito otázkami/tímto úkolem:

Zeptej se rodičů/jiných dospěláků/starších kamarádů, jak si vybírali střední školu?

Podle čeho sis vybral/a střední školu ty? A jaká to byla?

Co nebo kdo ti pomohl se rozhodovat?

Kdyby ses teď rozhodoval/a znova, vybral/a by sis stejnou nebo jinou školu? Proč?

Co jsi pak dělal/a po střední škole dál (studium, práce, ...)?

Co ti ta střední škola dala pro život? Co ses tam naučil/a nejdůležitějšího?

3) Jak odhalit kompetence u svého dítěte?

Které kompetence/silné stránky u sebe navzájem vidíte a v jakých situacích se projevují? Projděte s dětmi fotoalba z různých aktivit či krabici jejich úspěchů (diplomy, ocenění, výrobky z kroužků atd.) a hledejte jejich kompetence třeba zde. Klíčové kompetence nás v nějaké formě provází celý život.

6 TŘI PŘÍSTUPY K PORADENSKÉMU ROZHOVORU

6.1 KOUČOVACÍ PŘÍSTUP

6.1.1 CO JE KOUČINK?

Koučink je často spojován s firemním, případně sportovním prostředím. Jeho principy a metodiku lze velmi efektivně využít i ve školním prostředí. Koučink přináší zajímavou alternativu v přístupu ke studentům, nabízí inspiraci, jak se vyučující může na výuce podílet více jako průvodce a motivační činitel nežli jen jako mentor či přednášející.

V obecném pojetí koučink představuje vztah, který napomáhá klientovi podniknout konkrétní kroky za účelem dosažení jeho vize, jeho cíle nebo přání. Koučink využívá proces zkoumání a sebepoznávání k budování uvědomění sebe sama a přijetí zodpovědnosti, čehož dosahuje prostřednictvím větší struktury, podpory a aktivní zpětné vazby³⁴.

Pro vyučující může být užitečné inspirovat se v koučování pro začátek technikou kladení podnětných a strukturovaných otevřených otázek, větší ponor do tématu pak může být vyučujícím prospěšný při podpoře žáků v nastavování cílů v učení, mapování možností a stanovení konkrétních akčních kroků, při řešení různých vztahových situací ve třídě, při kariérním rozhovoru s žákem atd.

KOUČOVACÍ PŘÍSTUP VE ZKRATCE

Timothy Gallwey (2004), jeden z klíčových protagonistů koučinku, popsal koučování v definici, podle které koučování uvolňuje potenciál člověka a umožňuje mu tak maximalizovat jeho výkon. S touto definicí se můžeme setkat také ve formě jednoduchého vzorce:

V (výkon) = P (potenciál) – I (interference)

Potenciál – to s čím přicházíme na svět + to co jsme se v průběhu života naučili.

Interference – naše bariéry, překážky (reálné, mentální).

Z toho plyne, že vše, co potřebujeme, máme v sobě, jediné, co nám brání využívat náš potenciál či podávat lepší výkon, jsou bariéry, na jejichž odstraňování se koučování zaměřuje. Koučování je v principu uvolnění potenciálu při práci s interferencemi tak, aby ho začal člověk lépe uplatňovat.

Efektivní koučování sestává z následujících konceptů:

- **Kladení otázek (otevřených), naslouchání, techniky, metody, práce s tichem**
Při koučinku klademe vždy otevřené otázky, tzn. nelze na ně odpovědět pouze ANO/NE. Naslouchání, techniky, metody: Dobře posloucháme, co nám žák sděluje, nenabízíme naše řešení, odpovědi, návody, ale pomocí otevřených otázek podporujeme žáka k tomu, aby našel svá řešení, postupy apod. Práce s tichem: Dáváme žákům prostor, aby našli svá řešení, záměrně nenabízíme hned řešení, počkáme...

³⁴ Volně podle ICF CZECH REPUBLIC: Co je ICF koučink: <https://www.coachfederation.cz/cz/pro-klienty/co-je-icf-koucink.html>.

- **Respekt k individualitě**

Lidé jsou v pořádku takoví, jací jsou a mohou růst, měnit se po celý život. Snažme se je nehodnotit. Chápeme a počítáme s jedinečným nastavením každého jedince. Každému může vyhovovat jiný přístup, rozdílné tempo apod. Respektujeme a nehodnotíme jednotlivá řešení, spíše podporujeme originalitu a kreativitu cílů, plánů, odpovědí.

- **OK – OK**

V procesu koučování je učitel vždy partnerem žáka v souladu s pojetím: „Já jsem OK, ty jsi OK.“ V koučování nefunguje autoritativní styl výchovy a učení.

- **Pozitivní přístup k sobě i k druhým**

Vychází z nehodnotícího přístupu k žákům. Učitel nehodnotí, zaměřuje se na podporu žákovy kreativity a originalnosti.

- **Koučink je zaměřený do budoucnosti**

Při koučinku neřešíme minulost, pouze přítomnost se zaměřením do budoucnosti. Co může klient udělat teď pro rozvoj své budoucnosti? Do minulosti se vracíme pouze tehdy, pokud hledáme žákovy zdroje nebo strategie, které mu na určitý problém jako řešení v minulosti fungovaly.

- **Akce klienta**

Proces i zodpovědnost je na klientovi–žákovi, on si stanoví kroky, on určuje své plány, strategie, cíle a vize. Učitel nikdy neurčuje a nesměruje žákovu aktivitu. Má roli průvodce a podporovatele. Jako učitel může být spokojený a mít radost z každého návrhu, plánu, kroku či akce žáka, která podporuje jeho cíl. To může pak i jako učitel u žáka ocenit³⁵.

6.1.2 PRINCIPY KOUČINKU

DUO

Mezi **základní principy koučinku** patří **důvěra, uvědomění a odpovědnost** (tzv. **DUO**). S důvěrou v sebe lidé myslí samostatně, uvědomují si více možností při řešení problémů a přijímají odpovědnost za výsledek. V procesu koučování pracujeme s klientem–žákem tak, aby mohl zvyšovat svoje „DUO“.

- **D – Důvěra a sebedůvěra (věřím, že na to máš)**

Kouč–učitel plně důvěřuje klientovi–žákovi, že má kapacitu daný úkol zvládnout. Nepochybuje o schopnostech žáka. Podporuje jeho sebedůvěru.

- **U – Uvědomění (otázky pomáhají k uvědomění)**

Kouč–učitel pomáhá pomocí otevřených otázek „zvědomit“ situaci žáka, co už pro daný cíl udělal, co vše zvládl, jaké má schopnosti atd.

- **O – Odpovědnost – ochota a odvaha (přijetí vlastní odpovědnosti, ochota situaci změnit)**

Kouč–učitel podporuje studenta v jeho odhodlání, aby daný cíl zvládl. Podněcuje ho k odpovědnosti, aby mohl mít situaci „ve svých rukou“. Ne kouč–učitel, ale žák je hybatelem a strůjcem situace.

³⁵ Např. viz kapitola 6.2 Oceňující zvědavost.

V koučovacím rozhovoru určuje směr vždy klient–žák, koučovací rozhovor tedy směřujeme k jeho vlastní zodpovědnosti za jeho postup, výkon, řešení problémů. Z toho důvodu se snažíme otázky formulovat ve 2. osobě směrem k žákovi, např. používáme „TY“, nikoli „MY“ (nebo „člověk by měl“, „...co by se dalo“). Např.: *Co to pro Tebe znamená? Na čem chceš pracovat? Co z toho máš pod svou kontrolou?*

Prostřednictvím přístupu „DUO“ dává kouč–učitel žákovi najevo, že jej vnímá jako aktivního, schopného, sebekontrolujícího se, seberegulujícího, sebeměničícího. Kouč–učitel žákovi tímto pomáhá udržet pozornost u sebe samotného, koncentrovat se na řešení, výkon, postup, nabízí oporu, pobídky pro reflexi zkušeností atd.

RAPORT (PŘIPOJENÍ) A BUDOVÁNÍ VZTAHU

Koučování přináší pozitivní výsledky zejména díky tomu, že vytváří mezi koučem a koučovaným **vztah vzájemné podpory** pomocí využití specifických prostředků a způsobů komunikace, jejímž základem jsou otevřené otázky.

SMALL TALK

Small talk je nedílnou součástí úvodu koučovacího rozhovoru. Jedná se o způsob, jak navázat kontakt a důvěru a prolomit úvodní bariéry. Small talk s sebou nese pokládání např. následujících otázek: *Jak se máte? Jak se daří? Chcete začít?* Důraz na small talk klademe především v počáteční fázi dialogu s žákem. Školské prostředí je v jistém smyslu pro žáka i učitele v tomto typu rozhovoru poněkud limitující.

Kouč–učitel by měl více vnímat neverbální projevy žáka, aby kladení otázek mělo efektivní dopad. Je důležité, aby žák cítil z učitele důvěru a respekt. Učitel by měl být schopen pomocí úvodní komunikace vytvořit takové prostředí a atmosféru, ve které by se žák mohl cítit bezpečně a uvolněně.

Principy small talku:

- Důvěra, respekt, vcítění se do emoční nálady
- Neverbální komunikace
- Oční kontakt
- Přirozenost

GROW

Základem koučování je **vedení správně pokládanými otázkami**. Tím, že se ptáme a nementorujeme, **vyvoláváme zájem, motivujeme k hledání a objevování vlastního řešení**. Výsledkem je pak nejen konkrétní a aktuální řešení, ale i pozitivní, aktivní vztah k němu.

Technika „GROW“ je jedním ze základních konceptů koučování: Jedná se o postup kladení otázek, který lze využít při vedení koučovacího rozhovoru. „GROW“ je pomůckou pro zapamatování si čtyř na sebe navazujících témat, na která se při vedení koučovacího rozhovoru zaměřit:

G = Goals ... cíle (cíle daného koučovacího setkání, cíle krátkodobé i dlouhodobější)

R = Reality ... realita (prozkoumávání reality, zjištění skutečného stavu věcí – Co? Kdy? Kde? Kdo? Kolik?)

O = Options ... možnosti (všechny možnosti, které v rámci řešení problému či dosahování cíle existují, alternativní strategie nebo postup činnosti – brainstorming)

W = Will ... vůle (jaká je naše vůle to udělat, kdy, kdo, co udělá, konkrétní akční plán)

V první fázi koučovacího rozhovoru podle modelu GROW se zaměřujeme na volbu konkrétního cíle. Klademe otázky směřující k jeho vyjasnění a stanovení si reálného cíle. Každé setkání v koučovacím rozhovoru by mělo začít také stanovením si cíle rozhovoru. **Nejdůležitější z celé metody GROW, je tedy dobře nastavit a specifikovat cíl³⁶.**

G goals = cíle (*Co je vaším cílem?*)

V koučování se pro stanovení cílů a jejich dosahování používá např. technika „SMART(ER)“. Jedná se o strukturu, která napomáhá při vytyčování či následném vyhodnocování cílů³⁷.

Správně stanovený cíl by měl být „SMART(ER)“:

Specifický – konkrétní, jasně, srozumitelně formulovaný (*Co to přesně to pro Tebe znamená?*)

Měřitelný – lze jej hodnotit, máme kritérium určující, jak se nám daří cíl naplňovat (*Na čem poznáš, že jsi u cíle?*)

Ambiciózní – dostatečně náročný, ale dosažitelný, smělý a motivující (*Co tě na tom láká? Čeho chceš dosáhnout?*)

Realistický – reálně zvládnutelný v daných podmínkách a situaci (*Je to takhle reálné?*)

Termínovaný – časově ohraničený, stanovení konkrétních termínů (*Kdy chceš cíle dosáhnout?*)

Ekologický – otázka na sociální prostředí. (*Jaký to bude mít dopad na okolí? Jak je to v souladu s dalšími osobními cíli?*)

Reevaluated – průběžně hodnocený a zaznamenaný, viditelný závazek (cíle je důležité zaznamenat)

³⁶ Modelové koučovací otázky pro model „GROW“ i techniku „SMART“ jsou snadno dohledatelné na webu, např. zde: https://bit.ly/3_grow

³⁷ Techniku „SMART“ pro stanovování cílů dohledáte snadno na webu, např. ve videu v angličtině: <https://bit.ly/2H2338D>.

PŘÍKLADY DOBŘE NASTAVENÉHO CÍLE:

Jaký je tvůj cíl?

„Chci se zlepšit v angličtině. Chci se konečně bez problémů domluvit a rozumět druhým v angličtině.“

Specifický (Co to pro Tebe znamená?)

„Aktuálně jsem docela průměrný v angličtině. Rozumím tak každému třetímu slovu, chci to změnit. Chci se cítit víc sebevědomě při rozhovoru s cizincem. Chci rozumět mým oblíbeným seriálům bez toho, abych si musel pouštět titulky. Čeká mě dvouměsíční stáž v zahraničí, chci se bez problémů domluvit.“

Měřitelný (Na čem poznáš, že jsi u cíle?)

„Domluví se bez problému anglicky na studijním pobytu v zahraničí. Zlepší si minimálně o stupeň známku z anglického jazyka. Budu rozumět seriálům v původním znění. Budu se cítit jistý při konverzaci v angličtině...“

Ambiciózní (Co tě na tom láká? Čeho chceš dosáhnout?)

„Teď mám z angličtiny 2 až 3, spíš je to k té 3. Ale díky mým cílům to chci dotáhnout na 1 nebo lepší 2.“

Realistický (Je to takhle reálné? – reálnost cíle hodnotí vždy klient)

„Ano je to reálné. Celou základní školu jsem byl jeden z nejlepších ve třídě. Teď máme novou učitelku, která učí angličtinu zážitkovou formou. Anglický jazyk mě s ní začal více bavit.“

Termínovaný (Kdy chceš dílčích cílů dosáhnout? – časový horizont)

„Teď máme říjen, do konce školního roku to chci vytáhnout na jedničku. Už na pololetí si chci zlepšit známku o jeden stupeň.“

Ekologický (Jaký to bude mít dopad na okolí? – otázka na sociální prostředí)

„Tak hlavně to prospěje mně, ale určitě udělám zlepšením radost rodičům. Navíc když se domluví, navážu bez větších problémů nové přátelství při studijním pobytu.“

Zaznamenaný (Jak a kde budu zaznamenávat pokrok?)

Domluvené a stanovené cíle je důležité zaznamenat, zapsat. „Co je psáno, to je dáno.“

Můj cíl:	
S – specifický	<i>Přesný popis cíle:</i>
M – měřitelný	<i>Na čem poznáš, že jsi u cíle? Měřítka úspěšnosti / dosažení cíle:</i>
A – ambiciózní	<i>Co tě na tom láká? Čeho chceš dosáhnout?</i>
R – realistický	<i>Jak je to reálné? (škála 1–10)</i>
T – termínovaný	<i>Kdy chceš dílčích cílů dosáhnout? Začátek: Konec:</i>
E – ekologický	<i>Jaký to bude mít dopad na okolí?</i>
R – zaznamenaný	<i>Jak a kde budeš zaznamenávat pokrok?</i>
Můj SMARTER cíl (přeformulovaný):	

Po vytyčení a definování cíle je zapotřebí ujasnit si situaci – realitu, v níž se nacházíme (GROW). Otázky v této fázi rozhovoru nejčastěji začínají slovy *co, kdy, kde, kdo, kolik*. Smyslem třetí fáze koučování (GROW) je vytvořit si seznam co největšího počtu možností a alternativ, např. pomocí brainstormingu. V závěrečné fázi rozhovoru (GROW) je třeba rozhodnout, jaký první krok je možné nyní udělat, a vytvořit si akční plán zaměřený na realizaci svého cíle.

Pro jednotlivé fáze koučovacího rozhovoru podle struktury GROW nabízíme jako podporu následující soubor otázek.

GROW – STRUKTURA PODPŮRNÝCH OTÁZEK

G goals

- Co je tématem dnešního sezení?
- Co si chcete odnést z dnešního sezení?
- Čeho chcete dosáhnout dlouhodobě ve svém tématu?
- Jaké jsou širší souvislosti?
- Co vidíte, slyšíte, cítíte při představě, že jste u cíle? Vizualizujte si... Jaký je to pocit?
- Co to pro vás znamená?
- Jak poznáte, že jste u cíle?
- Jaký máte vliv na váš cíl? Jak dalece je to reálné?
- Jak velká výzva je pro vás cíl (na škále 1–10)
- Jak moc chcete cíl naplnit?
- Jakou to má pro vás hodnotu?

R reality

- Co se děje teď?
- Kdo situaci ovlivňuje přímo? Kdo nepřímo?
- Co jste doposud pro dosažení cíle udělal?
- Jaké účinky to mělo?
- Jaké jsou hlavní obtíže při postupu vpřed?
- O co opravdu jde?
- Co máte pod kontrolou? Co nemáte pod kontrolou? Co byste pod kontrolou mohl mít?
- Kým v tom jste? Jakou roli v tom máte?
- Na jaké strachy se bojíte podívat? (Jste zaseklý?)
- Jak byste se nazval v té situaci?

O options

- Jaké možnosti řešení Vás napadají?
- Co ještě byste mohl udělat?
- Co kdyby bylo... (více času, peněz, vlivu, ...)?
- Co by udělal ve vaší situaci ten, koho obdivujete?
- Co by udělal váš konkurent?
- Co ještě vás napadá?
- Jaké jsou zisky a ztráty každého návrhu?
- A co ještě? Ještě něco vás napadá?

W will

- Co uděláte?
- Kdy to uděláte?
- Co uděláte jako první? Co potom?
- Jak konkrétně to uděláte?
- Bude to naplňovat váš cíl?
- Co by to mohlo ohrozit?
- Jak to překonáte?
- Kdo o tom potřebuje vědět?
- Jakou podporu potřebujete?
- Jak a kdy získáte potřebnou podporu?
- Jaké zdroje budete nejspíš potřebovat?
- Obodujte svoji vůli to udělat... (na škále 1–10)
- Co potřebujete k tomu, aby vaše vůle jít do toho byla vyšší?
- Na co čekáte?

Ocenění + Jakou to pro vás mělo hodnotu? Co ve vás nejvíc rezonovalo?

ZDROJE:

GALLWEY, W. Timothy, Edward S. HANZELIK a John HORTON. *Zvládněte stres metodou Inner Game!/: jak se vyrovnat s nástrahami života a dosáhnout vnitřní stability*. Praha: Management Press, 2012. ISBN 978-80-7261-243-7.

WHITMORE, John. *Koučování: rozvoj osobnosti a zvyšování výkonnosti: metoda transpersonálního koučování*. Praha: Management Press, 2019. ISBN 978-80-7261-559-9.

6.2 OCEŇUJÍCÍ ZVĚDAVOST

Tato kapitola je určena pro učitele, výchovné poradce i psychology, které láká rozvíjet spolupráci s žáky, napomáhat uvědomování jejich cílů, zvyšovat jejich motivaci či zlepšovat vzájemné vztahy. V kapitole se dočtete, co znamená pojem oceňující zvědavost, jaké jsou její přínosy a jak ji rozvíjet jako postoj i nástroj vedení rozhovoru (včetně konkrétního popisu postupu vedení rozhovoru).

Pojem oceňující zvědavost bývá používán rámci přístupu zaměřeného na řešení³⁸. Může se jednat o celkový postoj učitele, ale i o nástroj vedení rozhovoru. V této kapitole budeme popisovat oceňující zvědavost v kontextu práce učitele s žáky. Ale stejně tak ji lze využít i v kontaktu s rodiči, kolegy, vedením i dalšími lidmi.

Učitelé mohou svou pozornost při práci s žáky zaměřovat na různé oblasti. Mohou se soustředit na to, co žáci neumí, nedělají nebo dělají špatně. Mohou se zabývat tím, proč se věci nedaří, kde je příčina problému, a snažit se ji odstranit s nadějí, že se věci začnou dařit. Mohou věnovat svou pozornost mnoha dalším oblastem. V této metodice nabízíme možnost zaměřovat svoji pozornost a být zvědaví na žádoucí změnu a zdroje pro tuto změnu. Znamená to zvědavost na:

- přání žáků nebo lidí v jejich okolí
- to, co se jim v rámci žádoucí změny již daří, díky čemu se to daří
- nejmenší známky dalšího zlepšování.

Zaměření na tyto oblasti, dotazování na ně a dialogy o nich nazýváme oceňující zvědavostí. Prostřednictvím oceňující zvědavosti může učitel žákům umožňovat, aby si ve svých životech uměli poradit sami a mohli rozvíjet žádoucí změnu.

Využívání oceňující zvědavosti může vést k:

- rozvoji spolupráce
- uvědomění cílů žáků
- zvyšování motivace žáků na cestě k jejich cílům
- posilování sebedůvěry žáků i učitelů
- vyšší naději v žádoucí změnu
- zlepšení vztahu žáka a učitele
- dobrému pocitu obou (žáka i učitele)...

6.2.1 OCEŇUJÍCÍ ZVĚDAVOST JAKO POSTOJ

Pokud budeme na koncept oceňující zvědavosti pohlížet jako na postoj učitele při jakékoliv práci s žáky, jedná se zejména o zaměření učitelovy pozornosti, přemýšlení a interakce s žáky na to, co žáci chtějí, jak k tomu směřují (tj. co se jim již daří) a co jim v tom pomáhá.

Konkrétní příklad při práci se třídou:

V rámci třídnické hodiny probíhá jako první z aktivit tzv. „výměna židlí“. Ve třídě panuje poměrně velký hluk, některé děti není slyšet, takže je aktivita poměrně chaotická. Pedagog přitom z předchozích hodin ví, že žáci se spolu chtějí naučit lépe spolupracovat. Při aktivitě si tedy může všimnout toho, co funguje – např. pokud na někoho nezbyde židle, spolužáci mu nabízejí své místo. Při reflexi aktivity pedagog toto chování pojmenuje a může se doptat, jaké to pro žáky bylo, co je k tomuto chování vedlo atd. (zvědavost na to, co se daří). Může být také zvědavý na to, jak by žáci chtěli, aby aktivita probíhala příště (zvědavost na to, co žáci chtějí).

³⁸ V rámci ČR jej šíří formou vzdělávání a praktikování DALET institut s.r.o., www.dalet.cz.

Význam:

- Pokud je pedagog zvědavý na to, co žáci chtějí, umožňuje tím žákům si to uvědomit nebo se nad tím alespoň zamyslet. Pokud si žáci stanoví svůj vlastní cíl, je pravděpodobnější, že převezmou zodpovědnost za jeho dosažení a nebude to muset být pedagog, kdo je neustále motivuje a připomíná jim např. pravidla chování. V kontextu práce s třídním kolektivem to například může znamenat, že žáci začnou přebírat zodpovědnost za dění ve třídě a za to, jak se k sobě chovají, jak spolupracují atd.
- Pedagog může chování, které u žáků vnímá jako přínosné, podpořit tím, že k němu přivede i jejich pozornost – tj. pojmenuje konkrétní chování, a může se jím s žáky společně zabývat, přemýšlet, co k němu přispělo, zda chtějí, aby se dělo častěji atd.
- Oceňující zvědavost může vést i k tomu, že se pedagog cítí lépe. Jednak si všimne věcí, které se daří, díky čemuž může mít pocit dobře odvedené práce. Rovněž pokud si žáci uvědomí své cíle, je mnohem jednodušší je motivovat. Učitel jen připomíná, že se na něčem společně s žáky domluvili, a zodpovědnost za své jednání přebírají sami žáci.



Pokud chcete postoj oceňující zvědavosti zkusit využít ve své práci s žáky, můžete při následující interakci s nimi (vyučování, rozhovor, dozor na chodbě atd.) zaměřit svou pozornost na některý z následujících bodů:

1. Co žáci chtějí?
2. Čím vás příjemně překvapili?
3. Kdy jsou takoví, jací si přejí být? Co jim v tom pomáhá?
4. Co jim pomáhá spolu dobře vycházet?
5. Kdy dobře vychází s vámi?

6.2.2 OCEŇUJÍCÍ ZVĚDAVOST JAKO NÁSTROJ VEDENÍ ROZHOVORU

Oceňující zvědavost se může v rozhovoru projevovat již od úplného začátku, kdy pomáhá nastartovat rozhovor a rozvíjet spolupráci pedagoga s žákem.

Oceňující zvědavost jako nástroj vedení rozhovoru může mít následující podoby:

- Oceňující výběr (na co z toho, co žák říká, učitel reaguje)
- Oceňující otázky
- Oceňující komentáře
- Oceňující citoslovce
- Oceňující neverbální projevy

Všechny výše uvedené způsoby se mohou zaměřovat na:

- Žádoucí změnu
- Co z této změny se již děje (předzvěsti žádoucí změny)
- Díky čemu se tato změna již děje (zdroje pro žádoucí změnu)
- Drobné známky přibližování se k žádoucí změně (pokrok)
- Cestu k žádoucí změně (drobné krůčky reagující na aktuální situaci – čím lze začít)

Struktura rozhovoru, která v sobě obsahuje oceňující zvědavost, může vypadat například takto:

1. V úvodu se zeptejte na koníčky žáka a na to, co ho baví. Můžete se doptávat na to, co ho na nich baví, případně co mu přináší dobrého.
2. Zajímejte se o to, co by žák ve svém životě rád změnil k lepšímu. V rozhovoru pokračujte velkou zvědavostí na to, jak to bude probíhat, vypadat, až se to změní (zlepší). Poté se můžete vydat dvěma směry popsány níže (varianta rozhovoru A nebo B), kdy budete postupně zvědaví na uvedené otázky. Může nastat i varianta rozhovoru, kdy se nejprve doptáte na otázky ze skupiny A a potom na otázky ze skupiny B.

A. POSTUP PŘES PODROBNÉ PROZKOUMÁNÍ ŽÁDOUCÍ ZMĚNY

- 3a. Jak to bude vypadat, až se to zlepší? Co bude žák dělat? Jaké bude mít pocity, myšlenky, tělesné prožitky? Jaké rozdíly to způsobí v životě žáka? Jak si změny všimnou druzí lidé (spolužáci, rodiče, kamarádi, učitelé atd.)? Co uvidí/uslyší?
- 4a. Podle čeho žák pozná, že se tato změna začíná dít nebo že na ní začíná pracovat?
- 5a. Co dává žákovi důvěru v to, že se žádoucí změna může stát?
- 6a. Pedagog může vyjádřit svou důvěru v žádoucí změnu a důvod své důvěry. Důvěra může být podložena informacemi z úvodu rozhovoru (1) nebo znalostí žáka z vyučování.

B. POSTUP PŘES PODROBNÉ PROZKOUMÁNÍ TOHO, CO SE JIŽ DAŘÍ

- 3b. Co z chtěného zlepšení se již děje? Staly se alespoň nějaké náznaky či zlomky toho, jak to žák chce mít? Kdy se to dělo? Kde se to dělo? Kdo si toho všiml nebo si toho mohl všimnout a co viděl?
- 4b. Jak k tomu, co se již děje, žák přispěl, jak to umožnil? Co dělal? O čem přemýšlel? Co u toho prožíval, jak se cítil? Reagovalo na to nějak jeho tělo a jak?
- 5b. Čeho z toho, co již dělal, by mohl dělat víc? Jak to udělá? Kdy to udělá? Kdo a jak by ho v tom mohl podpořit?
- 6b. Co žák ještě potřebuje k tomu, aby to mohl udělat?



Doporučujeme dopřát žákům čas na přemýšlení, když hned neodpoví. Také může být přínosné nespokojit se s první odpovědí, která žáka napadne, ale pokračovat doptáváním se **A co ještě?** Žáci tak mohou přijít na řadu důležitých či zajímavých věcí.



Na všechny oblasti rozhovoru se můžeme ptát také s **využitím pohledů lidí blízkých** žákovi – rodičů, kamarádů, vedoucích kroužku, učitelů atd. (například *Jak mamka pozná, že sis vybral dobrou střední školu? Kdybych se zeptal mamky, v čem jsi dobrý, co by mi řekla?*). Tyto otázky mohou být vhodné, pokud žák neví, těžko přichází na odpovědi, anebo v případě, že chceme věci popsat podrobněji a tím podpořit žádoucí změnu. Máme zkušenost s tím, že využití takovýchto otázek v rozhovoru zvyšuje jeho užitečnost, rozhovor je zajímavější a může žáky více motivovat.

Konkrétní příklad při vedení rozhovoru:

Žák přijde za výchovným poradcem s tím, že neví, pro jakou střední školu se má rozhodnout. Výchovný poradce si ověří, že se žák chce díky rozhovoru s ním nějak rozhodnout nebo co jiného očekává (zvědavost na žádoucí výsledek spolupráce). Pokud se poradce s žákem domluví, že budou směřovat k rozhodnutí o střední škole, může být poradce zvědavý například na to, co si od svého budoucího povolání/výběru školy žák slibuje, co je pro něj důležité, jak by se chtěl v budoucí škole/povolání cítit, jaké by tam chtěl dělat činnosti, jak se to projeví v jeho vztazích a interakcích s jinými lidmi (zvědavost na to, co žák chce). Poradce se také může zeptat, co bude známkou toho, že společně s žákem směřují k dobrému rozhodnutí, anebo podle čeho žák pozná, že si vybral dobře (zvědavost na známky zlepšování v průběhu rozhovoru nebo v procesu rozhodování žáka).

Poradce může být také zvědavý na to, co žáka baví, v čem je dobrý, případně jestli ho nějaká škola láká a proč. Mohou se společně zamyslet i nad tím, jaké kroky ve výběru školy již žák podnikl a díky čemu (prozkoumání toho, co se daří). Poté se poradce může zeptat, čeho z toho, co již dělá, by žák mohl dělat více (nebo v jiné podobě), případně, co k tomu potřebuje.

Význam:

- Uplatnění zvědavosti již v úvodu rozhovoru umožňuje výchovnému poradci dozvědět se, jestli žák stojí o spolupráci s ním a co má být jejím výsledkem. Tím se může práce výchovného poradce s žáky výrazně zefektivnit.
- Oceňující zvědavost umožňuje žákům, aby si uvědomili své vlastní cíle nebo to, jakou změnu by v životě chtěli. I když to pro ně může být zpočátku těžké, budou poté k dosažení těchto cílů motivovaní, protože je to něco, co chtějí oni sami.
- Doptáváním na to, co se daří, na známky zlepšení (či posunu k cíli) či na důvěru v žádoucí změnu se zvyšuje důvěra, a tím i chuť žáků aktivně směřovat k dosažení cíle/žádoucí změny.

Oceňující zvědavost tedy můžeme chápat i využívat jako postoj k žákům i jako nástroj vedení rozhovoru. V obou těchto variantách může velmi zefektivnit práci pedagoga. Představuje cestu od (vše)vědoucích postojů do světa spolupráce plného nových a často překvapujících objevů pro všechny zúčastněné (žáky, učitele, rodiče).

KDE HLEDAT DÁL?

Podrobný popis otázek a postupů zaměřených na řešení naleznete v knize: ZATLOUKAL, Leoš a Pavel VÍTEK. *Koučování zaměřené na řešení: 50 klíčů pro společné otevírání nových možností*. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-1011-5.

6.3 UTVÁŘENÍ ŘEŠENÍ Z OBSAHU KOMUNIKACE BĚHEM ROZHOVORU

Kapitola o vedení rozhovoru zaměřeném na utváření řešení z obsahu komunikace je určena pro učitele a jejich poradenskou práci s žákem především během rozhovoru. Nicméně postoj k hledání řešení lze přijmout a používat také ve většině oblastí a činností poradenského vztahu.

V kapitole nejdříve popisují samotný model rozhovoru, následně jeho kategorie jako celek včetně jednotlivých otázek hodících se do jednotlivých kategorií. Dále pokračují popisem příkladů odpovědí pro jednotlivé kategorie a ukázáním způsobu, jakým se můžeme dostat pozorností z jednotlivé kategorie do druhé. Nakonec přidávám tipy pro řešení nejběžnějších obtíží při vedení takového rozhovoru a pozvánku ke cvičení, díky kterému se dá začít v praxi tím nejjednodušším způsobem.

V následujícím textu bych rád představil komunikační model PRO, v angličtině Problem, Remedy, Outcome (Tompkins, Lawley, 2006), volně přeloženo jako **Problém, Cesta k řešení, Chtěný výstup**. Jedná se tedy o tři kategorie, na které lze v rozhovoru s žákem společně zaměřovat pozornost.

PRO model komunikace je užívaný v koučinku skrze metodu čistého jazyka (Nehyba, Lanc, 2013), který je zaměřený na řešení a pomáhá účastníkům rozhovoru **přijmout zodpovědnost za realizaci řešení svého problému** a také **zodpovědnost za naplánování řešení**. Dotazováním žáka podpoříme v přemýšlení nad jeho záměry, cíli, přáními a můžeme mu tak pomoci utvořit **obraz** jeho motivace.

Zaměření se na to, co by mohlo být řešením, předpokládá, že mluvení o řešení problému **rozvíví** v žákově myšlení **možnosti**, jak jej **řešit**, na rozdíl od mluvení o problému/příčinách problému, které prohlubuje stagnaci a nežádoucí stav.

Cílem komunikace v modelu PRO je dostat se do **Chtěného výstupu** a tomu věnovat nejvíce času a maximálně jej rozvinout.

6.3.1 POPIS MODELU PRO

Pokud žákovo vyjádření budeme vnímat jako **vyjádření o problému** (Problém), ptáme se otázkami směřujícími na podobu toho, kdyby to bylo vyřešené. Když žákovo vyjádření budeme vnímat jako **vyjádření o přání**, aby nebyl problém, nebo jako vyjádření o nějaké práci s problémem (Cesta k řešení), budeme klást otázky směřující k tomu, jak by to vypadalo po vyřešení problému. To, **jak to vypadá po vyřešení** problému, je budoucnost (Chtěný výstup), o kterou nám jde. Tu se snažíme co nejvíce rozvinout všemi možnými otázkami, které máme k dispozici.

V tabulce naleznete otázky, které můžete pokládat v jednotlivých kategoriích modelu. Otázky podporují žáky, aby přemýšleli a vyjadřovali se v další kategorii. V kategoriích Problém a Cesta k řešení se tedy jedná o „posuvné“ otázky, protože posouvají žákovu pozornost vždy do další kategorie. V kategoriích Chtěný výstup a jeho rozvíjení se již jedná o „rozkrývací“ otázky, protože se snaží stabilizovat žákovu pozornost v dané kategorii a vytvořit o ní co nejvíce znalostí.

Problém	Cesta k řešení	Chtěný výstup a jeho rozvíjení
Co bys rád, aby se stalo? Co bys chtěl, aby se stalo? Jak bys chtěl, aby to bylo? Jak by to mělo vypadat? Jak by se ti to líbilo?	Co se stane potom? Jaké to bude potom?	O čem to je? Kde to je? Jaké to je? Kdo tam je? Co bys pro to potřeboval? Co bys pro to mohl udělat? Co díky tomu budeš mít? Jak to poznáš? Co dalšího tam je?

Níže model popíšu na příkladech v možné komunikaci s žákem, jedná se tedy o řešení témat přinesených žákem. Model je zde formulován především na individuální rozhovor, ale lze použít i ve skupině.

6.3.2 JEDNOTLIVÉ KATEGORIE PRO MODELU

Představme si žáka, který za námi přichází a řeší určitý **problém**. Problém nám sděluje a popisuje ho. V zásadě se jedná například o následující problémy:

Problém
a) nevím, kterou střední školu si mám vybrat b) nerozumím si s učitelkou z matematiky c) nevím, co chci dělat za práci v životě

Problémy jsou vyjádření ve větách, které označují, že žák něco nechce, něco nemůže či se děje něco, co se mu nelíbí.

Po vyslechnutí žákova sdělení o **problému** pokládáme otázku: „*A co bys rád, aby se stalo?*“. Tato otázka pomáhá k zaměření na žádané výstupy z řešení problému. Žák odpovídá větou, kterou bychom mohli pojmenovat jako cestu k řešení.

Cesta k řešení
a) chci mít už vybráno a nepřemýšlet nad tím b) nechci, aby nám učitelka dávala tolik úkolů c) nechci jít na průmyslovku, jak chce táta

Žák se snaží odpovědět na naši otázku, a přitom to ještě neumí, neví jak, problém se tedy objevuje znovu, třeba v jiné formulaci. Cesty většinou obsahují problém, touhu po absenci problému či náznak řešení. Jedná se o určitá opatření naznačující snahu řešit problém.

Když jsme **na cestě**, může být užitečná otázka: „**A co se stane potom?**“. Žák odpovídá větou, kterou bychom mohli nazvat chtěným výstupem. Výstup označuje podobu období, kdy je již vše vyřešeno, není problém a popisuje to, co je místo problému.

Chtěný výstup

- a) budu vědět, že to je ta pravá škola
- b) budu mít více času na úkoly
- c) chci se i pobavit o uměleckých školách

V takovou chvíli se doptáváme na **chtěný výstup** jakožto výstup z řešení problému. Ptáme se na všechny jeho možné aspekty: „**Co to je? Kde to je? Kde ho cítí? Jak to pozná?**“. A také se ptáme na to, co by pro chtěný výstup potřeboval a co by pro něj mohl on sám udělat. Tímto se popojíme chtěný výstup a cestu k němu.

Rozvíjení chtěného výstupu

- a) Podle čeho pozná, že to je ta pravá škola? Co by potřeboval pro to, aby věděl, že to je ta pravá škola? Nad kterými školami už přemýšlel? Co by mohl udělat pro to, aby byl blíže k vědění, že to je ta pravá škola? Co je tam dalšího ohledně „vědět, že to je ta pravá škola“?
- b) Co znamená pro žáka více času na úkoly? Na které? O kolik více času? Jak pozná, že více času má? Co by mu pomohlo mít více času? Co by pro to mohl udělat? Co dalšího?
- c) Co to je „se i pobavit“? O kterých uměleckých školách? Jak se pobavit? Kde se pobavit? S kým? S kým ještě? Co by pro „pobavit se“ mohl udělat? K čemu by „pobavení se“ mohlo vést?

Výše popsáný postup je **ideálním postupem**. Většinou se takto čistě komunikaci nedá strukturovat. Často se v postupu stávají **dvě těžkosti**:

- 1) žák popisuje mnoho věcí – témat, problémů, přání, řešení a my nevíme, co z toho vybrat;
- 2) žák se při odpovědi na otázku vrací do předchozí kategorie, např. z cesty do problému, z výstupu do cesty, či z výstupu do problému.



K těmto těžkostem máme dvě doporučení: **1)** otázka „Co bys rád (chtěl), aby se stalo? Jak bys chtěl, aby to vypadalo?“ velmi pomáhá, případně vhodně vyberte, co vám přijde jako cesta nebo chtěný výstup, a to rozvíjejte dle výše zmíněného postupu; **2)** respektujte to, kam se žák vrátil, hledejte v tom, co by chtěl, co by se stalo pak, a rozvíjejte výstup, berte každé vrácení se jako nový čin v rozhovoru, který přináší úplně novou informaci. Vracení se na začátek znamená noření se k podstatě řešení.

6.3.3 NA ZÁVĚR POZVÁNKA

Na závěr **pozvánka ke cvičení** (v pracovním listu Cvičení PRO). Pokud žák přijde s potřebou něco řešit, zkuste si s ním pět minut povídat podle výše zmíněného postupu a informace si během rozhovoru zapisujte do níže uvedené tabulky. Takto si uděláte „mapu“ rozhovoru. A zároveň také budete vědět, co můžete více rozvíjet.

Cílem takového rozhovoru **směrem k žákovi** je co nejvíce rozvinout žákovy chtěné výstupy. Problém je výchozí bod, cesta je postupné ladění se na výstupy, výstupy jsou novou cestou, jejímž cílem je co nejvíce rozvíjet všechny možné i nemožné žákem chtěné výstupy.

Cílem takového rozhovoru **směrem k učiteli** je získávat praxi a trénovat se v hledání chtěných výstupů a jejich rozvíjení z toho, co říká sám žák (nejedná se tedy o dávání rad či podsouvání „správných“ odpovědí).

ZDROJE:

NEHYBA, Jan a Jakub LANC. Koncept čistého jazyka v psychoterapii. In: *Clean Collection* [online]. [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/2_cistyjazyk

TOMPKINS, Penny a James LAWLEY. Coaching for P.R.O.'s. In: *Clean Collection* [online]. 2006 [cit. 2020-05-07]. Dostupné z: https://bit.ly/3_PRO

Pracovní list: Cvičení PRO

V pracovním listu se jedná o tvorbu mapy rozhovoru tím, že jednotlivá vyjádření žáka se učitel snaží zapsat do jednotlivých kolonek. Učitel identifikuje žákovo vyjádření, zařadí, položí otázku, identifikuje odpověď, zařadí, položí otázku atd.

Díky tomu učitel může mapovat, kam žáka v rozhovoru vede a které kategorii se více věnuje. Následně si může trénovat snahu o mluvení o výstupech a jejich rozvíjení.

Problém	Cesta k řešení	Chtěné výstupy	Rozvíjení výstupů
Co bys rád/a, aby se stalo? Co bys chtěl/a, aby se stalo? Jak bys chtěl/a, aby to bylo? Jak by to mělo vypadat? Jak by se ti to líbilo?	Co se stane potom? Jaké to bude potom?	O čem to je? Kde to je? Jaké to je? Kdo tam je? Co bys pro to potřeboval/a? Co bys pro to mohl/a udělat? Co díky tomu budeš mít? Jak to poznáš? Co dalšího tam je?	

7 JAK VYTĚŽIT Z METODIKY PRO PRAXI



1. VÝBĚR TÉMATU

Co chcete z metodiky vyzkoušet?

Vypište si vhodná témata pro svou třídu nebo skupinu:

Kolik máte na jednotlivá témata času?

Kdy je vyzkoušíte?

Jaké další techniky, které již používáte, můžete využít?

Kdo ještě vás může podpořit v realizaci? Jiný učitel nebo organizace?

Jak se odměníte?



2. PŘED AKTIVITOU

Název aktivity, kterou chcete realizovat:

Co je vaším cílem? K čemu vám daná aktivita pomůže?

Pro koho je aktivita vhodná?

Jaké pomůcky si připravíte?

Jak aktivitu uvedete? Čím ji můžete přiblížit vašim žákům – video, obrázky, jiná aktivita?

Koho přizvete ke spolupráci?



3. PO AKTIVITĚ

Praktické postřehy z realizace:

Můžete aktivitu vyzkoušet i v jiné hodině?

Může vám s tématem/tématy někdo pomoci?

Co se Vám dařilo?

Co příště zopakujete?

Co uděláte jinak?

Co budete se žáky reflektovat?

REALISTICKÝ

Pohybové, manuální, manuálně technické
nebo technické činnosti, práce s předměty,
stroji, nástroji, rostlinami, zvířaty, pracovní
činnosti „venku“

TYP REALISTICKÝ

S jakým materiálem rád pracuješ?

Jaká oblast je ti nejbližší: práce se dřevem,
oprava aut, péče o zvířata, zahrada, návrhy
účesů...

Je pro tebe přirozené, že se díváš na věci
realisticky?

Máš rád fakta o daných věcech nebo
o situacích?

Realistický (R)

Autoelekrikář
Autoklempíř
Autolakýrník
Automechanik
Bagrista
Baník
Bodyguard
Brašnář
Brusič kovů
Brusič skla
Cukrář
Čalouník
Dietní sestra
Dekorátér
Dispečer
Dlaždič
Elektrikář
Elektroinženýr
Elektromechanik
Elektromontér
Elektrotechnik
Energetik
Expedient
Farmaceutický laborant
Farmář
Frézař
Hasič
Hodinář
Holič
Hostinský
Hrnčíř
Hrobař
Hutník
Chemický inženýr
Chemický laborant
Instalatér
Izolatér
Kabelář
Kalič
Kadeřnice
Keramik
Kloboučník
Knihař
Konstruktér
Kopáč
Kovář
Kožešník
Krejčí
Kuchař

Laborant
Lékárník
Lesní dělník
Lesník
Letecký inženýr
Letecký mechanik
Lodní kapitán
Malíř
Malíř pokojů
Masér
Mechanik
Kominík
Mlynář
Montér
Námořník
Natěrač
Nástrojář
Obkladač
Obráběč kovů
Obuvník
Oční technik
Operátor
Opravář plynových zařízení
Opravář televizí
Optik
Osvětlovač
Ošetřovatel zvířat
Papírník
Pedikér
Pekař
Pilot
Pivovarník
Počítačový opravář
Podlahář
Pokrývač
Policajt/ka
Potápěč
Polnohospodář
Pyrotechnik
Dělník
Rybář
Sazeč
Skladník
Sklář
Sklenář
Soustružník
Soukromý detektiv
Profesionální sportovec
Stavbyvedoucí
Strojař

Stavební inženýr
Školník
Řidič
Taxikář
Telefonista
Telekomunikační technik
Tesař
Traktorista
Truhlář
Údržbář
Vazač květin
Včelař
Vězeňský dozor
Vinař
Voják
Výpravčí
Řidič autobusů/aut
Zahradní architekt
Zahradník
Zámečník
Zlatník
Zubní laborant
Zubní technik
Zvířecí ošetřovatel
Svářeč

BADATELSKÝ

tzv. investigativní

Uplatňují se ve zvýšené míře zejména ve výzkumu či vědeckých oborech, kde jsou kladeny zvýšené nároky na zvládnání úrodovědných oborů včetně matematiky.

ТҮР БАДАТҢИСКҮЙ

V jaké oblasti rád „bádáš“?

Co tě na té oblasti baví?

Co bys chtěl vyzkoumat?

Dokážeš si sám sebe představit v laboratoři?

Badatelský (I)

Antropolog
Archeolog
Archivář
Astrofyzik
Astronom
Biochemik
Biolog
Botanik
Demograf
Dětský lékař
Ekolog
Elektroinženýr
Elektrotechnik
Epidemiolog
Etnograf
Farmaceut
Filozof
Finanční analytik
Fyzik
Genetik
Geofyzik
Geolog
Historik
Hydrolog
Chemický technik
Chemický inženýr
Chirurg
Informatik
Kartograf
Kriminalista
Laboratorní technik
Lékárník
Marketingový výzkumník
Matematik
Meteorolog
Mikrobiolog
Neurolog
Oceánograf
Oční lékař
Patolog
Pediater
Počítačový administrátor
Počítačový expert
Počítačový programátor
Politolog
Porodník
Porodník gynekolog
Praktický lékař
Překladatel

Přírodovědec
Radiolog
Sociolog
Softwarový inženýr
Statistik
Systémový analytik
Tlumočník
Urbanista
Vysokoškolský učitel
Výzkumný analytik
Zubař
Zubní technik
Zvěrolékař
Žurnalista

UMĚLECKÝ

Originální myšlení, milují tvořivost a tvůrčí umělecké aktivity jako je komponování hudby, stejně jako i hraní na hudební nástroje, tvůrčí psaní, kreslení, malování, či práce s kamenem, s hlinou, herectví, podobně jako i tanec či baletní umění. Uplatňují se v uměleckých oborech a činnostech ykonávaných v tvůrčím prostředí.

TYP UMĚLECKÝ

Co rád vymýšlíš nebo vytváříš?

Kdo je tvůj oblíbený umělec a proč?

Jaký byl/je tvůj nejbližnější nápad?

Umělecký (A)

Akademický malíř

Akrobat

Aranžér

Architekt

Baletka

Básník

Bytový architekt

Designér

Dirigent

Diskžokej

Dramatik

Dramaturg

Editor

Fotograf

Fotoreportér

Grafik

Herec/čka

Hudební režisér

Hudebník

Choreograf

Ilustrátor

Kameraman

Karikaturista

Konferenciér

Kosmetička

Literární kritik

Maskér

Muzikant

Návrhář

Počítačový grafik

Producent

Překladatel

Redaktor

Režisér

Rozhlasový hlasatel

Rozhlasový komentátor

Scénárista

Skladatel

Sochař

Spisovatel

Zpěvák

Tanečník

Televizní hlasatel

Televizní komentátor

Tlumočník

Učitel baletu

Učitel tance

Učitel výtvarné výchovy

Učitel zpěvu /hry na hud.

nástroje

Umělecký kovář

Umělecký malíř

Vizážista

Výtvarník

Zahradní architekt

Zlatník

SOCIÁLNÍ

Jsou společenšší, laskaví, přesvědčiví a družní,
ochotní ke spolupráci, sociálně jsou velmi
přátelšší, vyhledávají pracovní prostředí, které
by jim umožnilo pracovat v týmu podobně
orientovaných osob, preferují především práci
s lidmi.

TYP SOCIÁLNÍ

S jakými lidmi rád komunikuješ? S dětmi, dospělými, vrstevníky, staršími lidmi?

Co se ti líbí na tom, když jsi s ostatními?

Jaké činnosti jsou tvoje nejoblíbenější?

Sociální (S)

Advokát

Andragog – pedagog dospělých

Animátor pohybových aktivit

Barman

Dentální hygienik

Dětská sestra

Dietní sestra

Fyzioterapeut

Hosteska

Instruktor autoškoly

Knihovník

Krupiér

Masér

Notář

Pedagog volného času

Pedagogický asistent

Personalista

Personální poradce

Poradenský pracovník

Psychiatri

Psycholog

Psychoterapeut

Rekreolog

Rentgenolog

Rozhodčí

Sociální kurátor

Sociální pedagog

Sociální pracovník

Speciální pracovník

Steward/ka

Průvodce

Street worker

Soudce

Školní psycholog

Trenér

Učitel mateřské školy

Učitel střední školy

Učitel vysoké školy

Učitel základní školy

Vychovatel mateřské školy

Vychovatel dětí a mládeže

Výchovný poradce

Záchranář

Zdravotní sestra

PODNIKTELSKÝ

Energičtí, sebevědomí, spoléhající se spíše na sebe, dobrodružně ladění, orientovaní na zisk, profit či společenskou úspěšnost, kterou dosahují prostřednictvím ekonomických, organizačních či politických prostředků. Preferují činnosti, které vyžadují vysokou míru argumentace, organizačních schopností, dominance a přesvědčování ostatních lidí.

TYP PODNIKATELSKÝ

Pokud jsi ve skupině, snadno se dostaneš do
role vedoucího?

Rád si děláš věci po svém? Uved' příklad.
Přemýšlíš nad tím, jak by se daly tvoje nápady
zpeněžit?

Baví tě/Bavilo by tě něco prodávat?

Podnikatelský

(E)

Advokát

Auditor

Bankéř

Bankovní úředník

Barman

Burzovní makléř

Celní inspektor

Daňový poradce

Dealer

Diplomat

Ekonom

Finanční analytik

Finanční makléř

Finanční manažer

Finanční poradce

Hoteliér

Hypoteční poradce

Logistik

Makléř

Maloobchodní prodavač

Marketingový manažer

Notář

Notářský koncipient

Obchodní ředitel

Obchodní zástupce

Odhadce

Plánovač

Pojišťovací agent

Pokladník

Právník

Realitní makléř

Ředitel školy

Soudce

Soudní znalec

Soukromý detektiv

Steward

Úvěrový poradce

KONVENČNÍ

Sklon k vysoké pečlivosti, názorově konformní a přizpůsobiví, pracovně svědomití, s tendencí k praktičnosti. V sociální oblasti jsou spíše defenzivně ladění a méně společenšší. Cítí se daleko lépe v jasně strukturovaném sociálním prostředí, kde jsou mimořádně úspěšní právě pro svou vysokou odpovědnost, přesnost při práci s daty, číslly a mnoha různými informacemi, které kladou požadavky na pečlivost a smysl pro detail.

TYP KONVENČNÍ

Máš rád opakující se činnosti?

Dokážeš si představit, že strávíš v jedné práci celý život?

Jsi pečlivý v tom, co děláš?

Konvenční (C)

Administrativní pracovník

Archivář

Auditor

Bankovní úředník

Celní deklarant

Celní úředník

Daňový poradce

Dispečer záchrané služby

Fakturant

Finanční referent

Finanční analytik

Hospodářka

Informační úředník

Kancelářský úředník

Knihovník

Kontrolór kvality

Likvidátor škod

Matrikář

Mzdová účetní

Notář

Písař

Konvenční (C)

Počítačový operátor

Pojišťovací úředník

Pokladník

Poštovní doručovatel

Poštovní úředník

Provozní pracovník

Realitní agent

Recepční

Sekretářka

Směnárník

Soudce

Spojovatel

Průvodce

Soudní zapisovatel

Stavbyvedoucí

Telefonista

Telefonní operátor

Účetní

Vrátný

Výpravčí

Zdravotní sestra

SEZNAM AKTIVIT

Uspořádání třídy – půlkruh z židlí	15
Domluva pravidel skupiny	16
Rozdělování do dvojic/skupin	17
Metoda Václavák	20
Alfa box	20
Metoda I.N.S.E.R.T.	21
Škála	22
Otázky ze seznamu	22
Zptej se tří a pak mě (C3B4ME See three before me)	25
Žákovské (učební) portfolio	25
Záznamy z učení	25
Individuální sebereflexe	42
Činnosti	47
Domino	49
Mandala polarit aneb Moje „protipóly“	51
Holland párty – Pro jaké povolání se hodím?	55
Můj úspěch	63
Lístičky	65
Pozitivní klevetění	66
Co si o mně myslí ostatní?	67
SMS	69
Na rozehřátí	71
Co všechno umí...?	72
Co všechno umím?	74
Karty nikdy nelžou... aneb silné stránky podle karet	76
Silné stránky a talent	77
Slabá stránka jako výhoda pro některá povolání	79
Aktivity na mapování silných stránek	83
Aktivity na mapování slabých stránek	85
Aktivity na mapování příležitostí	86
Aktivity na mapování hrozeb	86
Učební styly	92
Pepa a Soňa	99
Brainstorming	102
Baví/nebaví	102
10 hodin času	103
Co na tom lidi baví?	103
Kdy žáci využívají/využili v životě sebe prezentaci?	105
Sebeuvědomění	105
Sebe prezentace	107
Mapování možností využití sociálních sítí pro kariéru	115
Průzkum při hledání povolání	118
Profese spojené se sociálními sítěmi	119
Sebepoznání s využitím sociálních sítí a internetu	121
Portfolio/CV na sociálních sítích	123
Vytvoření profilu na LinkedIn	125
Životopis: Mark Zuckerberg jde na pohovor k Billu Gatesovi	128
Jak je to u mě?	132

Improvizace	134
Kam po ukončení studia?	135
11 užitečných otázek	136
Video přijímací pohovor	138
Nácvik přijímacího pohovoru	138
Povolání podle abecedy	139
Paleta povolání	140
Dovednosti potřebné pro povolání	142
Vyhledávání informací o studiu	144
Kde pracují moji rodiče	144
Kdo je kdo?	145
Vynálezy a jejich vliv na trh práce	147
Řemeslo má zlaté dno	148
Budoucnost světa práce I.	149
Budoucnost světa práce II. – Povolání	152
Budoucnost světa práce III. – Profese budoucnosti	153
Čtení	178
Diktát	181
Písmo nejen pro dyslektiky	182
Jak zpřístupnit „jinakost“ žáka s SVP	184
Rodokmen	191
Kde pracují moji rodiče?	194
Vedení rozhovorů s rodiči a následné stínování	195
Aktivity pro rodiče	197

SEZNAM PRACOVNÍCH LISTŮ

Pracovní list: Záznamy z učení	27
Pracovní list: Metoda I.N.S.E.R.T.	28
Pracovní list: Festival vzdělávání	44
Pracovní list: 5 otázek na cestě k volbě povolání	46
Pracovní list: Činnosti	48
Pracovní list: Domino	50
Pracovní list: Mandala polarit	53
Pracovní list: RIASEC graf	58
Pracovní list: Můj úspěch	64
Pracovní list: Co si o mně myslí ostatní?	68
Pracovní list: Co všechno umí...?	73
Pracovní list: Co všechno umím?	75
Pracovní list: Talent	78
Pracovní list: Slabé stránky výhodou	80
Pracovní list: SWOT analýza	82
Pracovní list: Inzerát 1	88
Pracovní list: Inzerát 2	89
Pracovní list: Učební styly/verze A	95
Pracovní list: Učební styly/verze B	96
Pracovní list: Zadání skupinového úkolu	97
Pracovní list: Pepa (skupina A)	100
Pracovní list: Soňa (skupina B)	101
Pracovní list: SWOT analýza s otázkami k vyplnění	109
Pracovní list: Sebeuvědomění	110
Pracovní list: Sebe prezentace	111
Pracovní list: Moje pracovní portfolio	114
Pracovní list: Profese/povolání spojená s využíváním sociálních sítí	120
Pracovní list: Sebepoznání s využitím sociálních sítí a internetu	122
Pracovní list: MARK	131
Pracovní list: Já	133
Pracovní list: Sada otázek	137
Pracovní list: Povolání/Vzdělání	141
Pracovní list: DOVEDNOSTI	143
Pracovní list: Kdo je kdo?	145
Pracovní list: Budoucnost světa práce	151
Pracovní list: Inzerát (Krok 1)	158
Pracovní list: Mapování profese (Krok 1)	159
Pracovní list: Jeden den v praxi – otázky pro reflexi se žáky (Krok 4)	163
Pracovní list: Rozhovor žáků se zaměstnanci firmy	168
Pracovní list: Inzerát pro zkoumanou pracovní pozici	170
Pracovní list: Žádost o práci v buňce	175
Pracovní list: Čtení 1	179
Pracovní list: Čtení 2	180
Pracovní list: Čtení 3	183
Pracovní list: Rodokmen	192
Pracovní list: Otázky k původu rodiny	193
Pracovní list: Otázky pro rozhovor	196
Pracovní list: Komunikace mezi rodiči a dítětem	199
Pracovní list: Cvičení PRO	217

ISBN 978-80-907859-0-8



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



jihomoravský kraj