

ZAMIEŃ MOCNE STRONY W SZANSE ROZWOJU



Cel: Uczeń wskazuje swoje mocne strony; dokonuje refleksji na temat możliwości i szans rozwoju wynikających z mocnych stron; poznaje narzędzie służące do analizy swoich zasobów i wykorzystuje je do planowania swojego rozwoju.



szkoła ponadpodstawowa



czysta kartka papieru A4 dla każdego ucznia i/lub komputer z dostępem do internetu

WIDEO-INSPIRACJA

Na początku lekcji obejrzyj z uczniami krótkie wideo, aby wprowadzić ich w temat mocnych i słabych stron.

Nasze propozycje:

Jaki jestem? Oto jest pytanie. [5 min] - bit.ly/jakijestem

Mocne i słabe strony [3 min] - bit.ly/mocneislabe strony

Zapoznaj się z zaproponowanymi materiałami wideo, zanim pokażesz je uczniom i upewnij się, że zgadzasz się z ich treścią.

W tym artykule na blogu przeczytasz więcej o tym, jak wprowadzać wideo podczas lekcji: Dlaczego NIE puszczać filmów na zajęciach doradztwa zawodowego? bit.ly/MK filmy wdoradztwie

Porozmawiajcie o tym, co usłyszeliście:

- Czym jest samoocena?
- Jakie Wy macie mocne i słabe strony?
- Czy częściej zauważacie u siebie zalety czy wady?
- Skąd wiecie o swoich słabych i mocnych stronach? Czy zidentyfikowaliście je na podstawie Waszych doświadczeń i przemyśleń czy opinii innych osób?

JAK WZIĄĆ SIEBIE POD MIKROSKOP? ANALIZA WŁASNYCH ZASOBÓW

Wartościowym narzędziem, które ułatwi refleksję nad swoimi zasobami, jest analiza SWOT – popularna technika, porządkująca informacje o naszych mocnych i słabych stronach.

Nazwa **SWOT** to akronim pochodzący od angielskich słów określających cztery części analizy:

- **Strengths** – mocne strony
- **Weaknesses** – słabe strony
- **Opportunities** – szanse, okazje, wpływające z mocnych stron
- **Threats** – zagrożenia, wynikające ze słabych stron

W tym pomysle na lekcje skupicie się z uczniami na **mocnych stronach i wpływających z nich szansach** (pomijając słabe strony i zagrożenia, którym możecie się przyrzec innym razem).

Pamiętajcie, że mocne strony to pojęcie obejmujące nie tylko **cechy charakteru**, ale również **umiejętności, wiedzę i zainteresowania**.

JAK PRZEKUĆ MOCNE STRONY W SZANSE? ĆWICZENIE

Celem ćwiczenia jest wzmocnienie uczniów i pokazanie, że niepowtarzalne zasoby wewnętrzne każdego z nich dają im szanse i potencjał rozwoju osobistego, a przez to także zawodowego.

KROK 1. Uczniowie wypisują swoje mocne strony w podziale na kategorie: cechy charakteru, umiejętności, wiedza, zainteresowania.

Poproś uczniów, by wykonywali ćwiczenie na swoich kartkach, bądź - jeśli pracujecie online - w wybranym programie graficznym.

Zachęć uczniów do wypisania jak największej liczby mocnych stron w każdej z kategorii. Lista może być tak długa, jak tylko zechcą.

KROK 2. Opowiedz uczniom, jak mocne strony przekładają się na życiowe szanse.

Omów na kilku przykładach, jakie szanse rozwoju mogą wynikać z posiadanych przez uczniów mocnych stron (przykłady możesz wymyślić sam lub skorzystać z pomysłów wymienionych w Kroku 2 pod adresem: bit.ly/lekcja-supermoce). **Każda mocna strona to super-moc**, którą można wykorzystać na wiele sposobów! Przykład znajdziesz na stronie Mapy Karier,

KROK 3. Uczniowie dopisują możliwe szanse rozwoju do wypisanych w pierwszym kroku mocnych stron.

Czas na pracę uczniów!

Jak widzieliście na wcześniejszych przykładach, posiadanie pewnych cech charakteru czy zainteresowań może ułatwić młodym ludziom np. ubieganie się o awans i/lub rozwinąć ich sieć kontaktów (nie tylko zawodowych!).

Zachęć do kreatywnego myślenia!

Zwróć uwagę uczniów, że nie chodzi o to, by wszystkie swoje mocne strony traktowali „interesownie”. **Ich dorosłe życie będzie się koncentrowało wokół różnych tematów, nie tylko pracy zawodowej.** Zachęć młodych ludzi do tego, aby nie tylko wymyślali zawody, w których wskazana przez nich mocna strona może być przydatna, ale by pomyśleli również, jak może ona pozytywnie wpłynąć na ich rozwój. Warto przyjrzeć się własnym zasobom i wynikającym z nich możliwościom.

Wskazówka dla nauczyciela: jeśli ćwiczenie wykonujesz w pracy grupowej, pamiętaj, by nie wywoływać uczniów do odpowiedzi, bo niektórzy z nich mogą się krępować wskazywania swoich mocnych stron przy całej klasie.

PODSUMOWANIE ZAJĘĆ

Podsumujcie zajęcia w formie krótkiej dyskusji:

- Czy zidentyfikowaliście szanse, o których wcześniej nie myśleliście?
- W czym może Wam pomóc analiza mocnych stron i szans?
- Czy według Was warto koncentrować się na rozwijaniu mocnych stron, czy raczej na walce ze słabościami?

Treści z tego „Pomysłu na lekcję” możesz wykorzystać również podczas pracy indywidualnej z uczniami. Więcej o tym, jak prowadzić konsultacje doradcze, dowiesz się z Poradnika, który napisała doświadczona doradczyni zawodowa i członek zespołu Mapy Karier – Marta Wrzosek, dostępny pod tym adresem: bit.ly/PoradnikRozmowaDoradcza

Jeśli spodobał Ci się ten pomysł na lekcję, chcesz podzielić się swoimi wrażeniami z przeprowadzonych zajęć albo masz inne pomysły na wykorzystanie materiałów Mapy Karier, napisz do nas na adres kontakt@mapakarier.org.