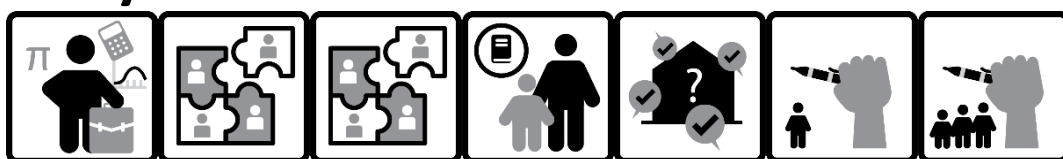


Odborné postupy

v pedagogickej a poradenskej praxi

Kariérové poradenstvo v II. smerovej voľbe v edukačnom aj poradenskom procese - Kariérové poradenstvo pre adolescentov v podmienkach strednej školy



Kompetenčný rámec:

ZARIADENIE	CPPPaP
ODBORNÍ ZAMESTNANCI	odborní zamestnanci CPPPaP
VEKOVÁ KATEGÓRIA	stredná škola
FORMA	individuálna/skupinová
VYPRACOVALA	Mgr. Lenka Čigašová
DÁTUM	jún 2021
KONZULTANTKA	Mgr. Margaréta Chrienová

Kariérové poradenstvo pre adolescentov v podmienkach strednej školy

Úvod do problematiky



V materiáli OECD sa kariérové poradenstvo definuje ako „služby a aktivity zamerané na pomoc jednotlivcom ľubovoľného veku a v akejkoľvek fáze ich života pri výbere ich školského a odborného vzdelávania a zamestnania a pri zvládaní ich profesie“. Kariérové poradenstvo sa definuje tiež ako proces, v ktorom poradca spolupracuje so študentmi a pomáha im pri ujasňovaní, špecifikovaní, implementovaní a prispôsobovaní sa rozhodnutiam, ktoré sú spojené s prácou. Kariérové poradenstvo sa zameriava na interakciu medzi prácou a ostatnými životnými rolami (Amundson et al., 2011, s. 7). Kariérové rozhodnutie je podľa Pilárika (2019, s. 19) definované ako výber jednej z možných alternatív týkajúcich sa povolania, ktoré majú vplyv na prežívanie a správanie jednotlivca spojených s pracovnými skúsenosťami a aktivitami počas životnej dráhy jednotlivca. Spokojnosť jednotlivca s jeho kariérou je jedným z dôležitých aspektov osobného šťastia. Rozhodovanie sa v súvislosti s kariérou je pre adolescentov príležitosťou k nasmerovaniu svojho života k potencionalnej životnej spokojnosti (Pilárik, 2019, s. 9).

Druhá smerová voľba sa dotýka postupu do ďalšieho vzdelávania na vysokú školu, inej formy vzdelávania či rozhodnutia k prechodu na trh práce, prípadne ďalších alternatív (dobrovoľníctvo, pobyty v zahraničí, vlastné podnikanie a pod.). V období adolescencie má veľký význam koncepcia kariérových vývinových úloh, ktorá si vyžaduje uplatnenie cielených intervencií individuálneho a skupinového poradenstva, kde je úloha psychológa nezameniteľná a spolupráca pedagógov, psychológov, rodičov a sociálnych partnerov je nevyhnutná.

Kariérové rozhodovanie adolescentov je často prvým náročným rozhodovaním, ktoré už nie je tak silne riadené rodičmi, ako to bolo počas prvej smerovej voľby. Druhá smerová voľba predstavuje pre adolescenta úlohu uskutočniť autonómne rozhodnutie, čo sa často spája s pretrvávajúcou kariérovou nerozhodnosťou a ťažkosťami v kariérovom rozhodovaní. Môžu tak kariérové rozhodovanie prežívať ako stresujúce. Nemusia ešte vedieť, ako posudzovať svoje záujmy, schopnosti a hodnoty. Častou súčasťou rozhodovania je neistota v súvislosti s dôsledkami vybranej alternatívy. Kariérové rozhodnutia sú často spájané so situáciou, keď jednotlivec nemá k dispozícii všetky potrebné informácie a svoje úsudky, preferencie a rozhodnutia zakladá na čiastočných informáciách, ktoré však nie sú reprezentatívne. Celkovo majú často menej životných skúseností s rozhodovaním v porovnaní s dospelými (Pilárik, 2019). Scharf (in Pilárik, 2019, s. 21) uvádza, že sa u nich rozvíja schopnosť abstraktného a logického myslenia, schopnosť plánovať, čo im umožňuje introspekciu a premýšľanie o sebe samom v rozličných situáciách. Dokážu si lepšie predstaviť seba pracovať v rozličných povolaniach. Zároveň je možné stavať na skúsenosti s prvou smerovou voľbou a kariérovou výchovou poskytovanou počas školskej dochádzky. Stredoškólcami už môžu tiež zbierať skúsenosti v brigádach či dobrovoľníctve a je dôležité tieto zážitky reflektovať. Významnú úlohu v tomto usmerňovaní študijnoprofesionálneho vývinu študentov stredných škôl a pomoci pri profesionálnom rozhodovaní zohrávajú zamestnanci CPPPaP v spolupráci s kariérovým poradcom v škole alebo iným OZ/PZ vykonávajúcim činnosť kariérovej výchovy a kariérového poradenstva (KVAKP) v škole, prípadne so školským podporným tímom. Špecifickými metódami pomáhajú mladým ľuďom pri sebaopoznávaní, pri spoznávaní svojich osobnostných predpokladov (záujmov, schopností, zručností, povahových vlastností, hodnotovej orientácie) vo vzťahu k požiadavkám budúceho povolania.

Základné princípy



Súčasnú zameranie kariérového poradenstva je skôr na výchovu k profesionálnemu rozhodovaniu než na samotnú smerovú voľbu povolania na konci strednej školy. Súčasťou tohto poradenstva je poskytovať systémové kariérové poradenstvo v zmysle dlhodobej starostlivosti pre celé skupiny študentov. Je dôležité, že takéto kariérové poradenstvo študentom nevnučuje jedno



„najvhodnejšie“ povolanie/štúdium, ale pripravuje ich na celoživotnú sériu rozhodovaní a plánovania pre flexibilné uplatnenie na trhu práce (Lepeňová, 2009).

Dôraz sa kladie na osvojenie a rozvoj zručností v troch kľúčových oblastiach:

1. Sebaexplorácia: uvedomenie si svojich silných stránok, záujmov a hodnôt, schopnosť sebareflexie, stanovovania si cieľov a identifikácia individuálnych zdrojov.
2. Kariérová explorácia: preskúmanie a porovnanie rôznych kariérových možností a profesijných dráh, pochopenie zákonitostí a požiadaviek sveta práce.
3. Riadenie a plánovanie vlastnej profesijnej a vzdelávacej dráhy.

Vypracovanie programov zameraných na rozvoj emočných a sociálnych kompetencií adolescentov a ich realizácia na školách môže prispieť k znižovaniu ťažkostí v kariérovom rozhodovaní študentov.

Významnou teóriou, z ktorej možno vychádzať, je „teória kariérnej konštrukcie“ od Marka L. Savickasa z r. 2001 (Košťálová, Cudlíková, 2015). Svoju prácu stavia na teóriách sociálneho konštruktivismu, prístupu, ktorý sa zameriava na vzťahy, v ktorých fungujeme, a na náš subjektívny pohľad na realitu. Dôležitou súčasťou jeho teórie je téma sebaopätia (práca s individuálnymi príbehmi — každý človek hľadá svoje uplatnenie podľa vlastných predstáv seba samého). Návodom pri práci s klientom je jazyk, ktorý klient používa (t. j. slová alebo metafory, neverbálny prejav, kontext atď.). Nadvážuje na Johna L. Hollanda (je dôležité poznať vnútorný potenciál) a predovšetkým D. Supera (domnieval sa, že výber povolania je z veľkej miery ovplyvňovaný tým, ako vnímame seba samého). Savickas zdôrazňuje tému vývoja človeka v čase, kde jeho jediná istota, ktorú môže nájsť, je vo vnútri ľudí samotných a za kľúčové slovo dnešnej doby považuje pojem **adaptabilita**.

Ciele



Cieľom kariérového poradenstva je podpora jednotlivca v kariérovom vývine a pri skúmaní kariérových možností v bezpečnom rámci, napr. v skupinových aktivitách pre adolescentov zameraných na sebaopoznanie a možnosť posúdenia kariérového vývinu a diagnostiky osobnostných, intelektových, profesijných predpokladov, záujmov i hodnôt jednotlivca ako podporného faktora pri sebaopoznaní a následnom kariérovom rozhodnutí. Výstupy z kariérového posudzovania a výsledky diagnostického vyšetrenia majú slúžiť ako podporné faktory pri kariérovom rozhodovaní a sú poskytnuté adolescentovi, príp. aj zákonnému zástupcovi počas individuálnej konzultácie. Prostredníctvom zážitkového učenia pri skupinových aktivitách je podporiť u adolescentov uvedomenie a rozvoj zručností v troch kľúčových oblastiach. Aktivity sú zamerané predovšetkým na osobnostný rast účastníkov programu zvýšením stupňa ich sebaopoznania a rozsahu informácií o sebe, potrebných pre utváranie „obrazu seba“, tiež na rozšírenie a doplnenie kariérových informácií a ich využitia v kontexte získaného sebaopoznania, ako i na posilnenie zručností adolescenta v procese rozhodovania.

Postup riešenia



PODMIENKY realizácie skupinovej práce v oblasti KP

Odborný zamestnanec centra po zaevidovaní žiadosti o realizáciu programu zo strany SŠ kontaktuje výchovného poradcu/kariérového poradcu školy. Spoločne vytvoria spoločný harmonogram realizácie skupinových aktivít v oblasti kariérového poradenstva so záverečnou skupinovú diagnostikou, ktoré budú prebiehať na pôde školy. Podmienkou zaradenia do programu je podpísaný informovaný súhlas so zaradením do programu priamo klienta, ak dosiahol vek 18 rokov, alebo rodiča/zákonného zástupcu v prípade nedosiahnutia veku 18 rokov. Program je po realizácii aj diagnostickej časti ukončený individuálnym poradenstvom so študentom, v prípade záujmu aj s jeho zákonným zástupcom. Táto diagnostická časť však môže prebiehať aj v dlhšom časovom horizonte po realizovaní skupinových aktivít.

Prípravná fáza zahŕňa nasledovné činnosti:

- informovanie riaditeľov stredných škôl a výchovných/kariérových poradcov o programe,
- vypísanie žiadosti riaditeľa SŠ o realizáciu programu,



- výchovný/kariérový poradca SŠ k realizácii programu zabezpečí:
 - informovanie študentov o možnosti zúčastniť sa na programe,
 - vytvorenie zoznamu študentov, ktorí majú záujem o program, v prípade, že sa nebude realizovať plošne pre celú triedu, a zmapovanie ich potrieb, na základe ktorých sa program upraví v spolupráci realizátora a ostatných relevantných osôb,
 - zabezpečenie podkladov na začatie skupiny – podpísané súhlasy študentov/rodičov a doručenie do CPPPaP,
 - predstavenie sa tímu alebo kariérovému poradcovi poradenského centra žiakom (ak sa so žiakmi nepoznajú) s krátkou informáciou o plánovanom programe a spôsobe činnosti.

Cieľová skupina

Program je možné realizovať už so študentmi 2. ročníka stredných škôl, príp. je možné aj vo vyšších ročníkoch. Skupinu možno vytvoriť z triednych kolektívov, ale môže sa vytvoriť aj skupina napr. študentov so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami alebo iba nerozhodnutých študentov, podľa dohody s vedením školy. V prípade väčšieho počtu študentov v triednom kolektíve je možné rozdelenie do dvoch skupín. Podmienkou účasti na programe je súhlas zákonného zástupcu študenta, príp. priamo študenta, ak dosiahol vek 18 rokov. Diagnostická časť nemusí nadväzovať bezprostredne hneď po ukončení skupinových aktivít, je možné ju zrealizovať aj vo vyššom ročníku.

Zabezpečenie programu:

Program je možné realizovať v priestoroch školy viacerými spôsobmi:

- po skončení vyučovania v priestoroch školy,
- počas vyučovania každý modul minimálne dve vyučovacie hodiny,
- celodenným stretnutím.

Je na dohode zamestnanca centra s vedením SŠ, v akej forme a akom rozsahu bude program na škole realizovaný. Rovnako materiálo-technické zabezpečenie vychádza z prostriedkov a možností centra a vybranej strednej školy. Personálne program zabezpečujú odborní zamestnanci CPPPaP (sociálny pedagóg, kariérový poradca, psychológ, špeciálny pedagóg). Skupinové aktivity môžu realizovať v spolupráci so školským psychológom, ak je na škole školský podporný tím, príp. do spolupráce môže prizvať aj kariérového poradcu. Potrebné je pred začatím programu prejsť obsah programu a vytvoriť vzájomnú kooperáciu počas jednotlivých modulov. V prípade, že je v škole dostatočná odborná kapacita na prevzatie programu a jeho realizáciu aj v ďalších školských triedach alebo ročníkoch, po odbornej príprave zo strany poradenského zariadenia môžu postupne celý program realizovať OZ/PZ na škole alebo školský podporný tím s následným podporným mentoringom a supervíziou. Diagnostickú časť po ukončení skupinových aktivít v prípade potreby realizuje poradenský psychológ.

V kontexte efektívnosti skupinových aktivít je potrebné vytvoriť podmienky priebehu stretnutí, aby sa zvyšovala účinnosť jednotlivých aktivít. K tomu slúžia nasledovné kroky:

- Usporiadať priestor pri skupinovej práci – ak je to možné, realizovať program v iných priestoroch ako v školskej triede.
- Usporiadať priestor pri skupinovej práci – sedenie do kruhu, kde cieľom je vylúčenie bariér a uľahčenie vnímania a vzájomnej komunikácie medzi jednotlivými členmi skupiny, podporiť rovnocennosť medzi členmi skupiny.
- Prijaté a rešpektovať dohodnuté pravidlá – malo by ísť o pravidlá plné rešpektu, ktoré sú vytvorené na základe dohody s členmi skupiny, sú krátke, jasné, prehľadné, uskutočniteľné a akceptované, čím sa vytvára vhodná sociálna klíma a vytvára sa predpoklad pocitov bezpečia a dôvery. Prispieť by k tomu mohli aj ponúknuté pravidlá – STOP pravidlo, ktoré dáva každému študentovi právo nevstupovať do tej aktivity, ktorá by mu nesesedela a mohla vyvolať nejaké negatívne spomienky či prežívanie. Ďalším pravidlom je aj dohoda o „nevynášaní“ informácií zo skupiny, ktorá poskytuje istý druh záruky, že prejavovaná otvorenosť nebude zneužitá inde, mimo skupiny.
- Sledovať časové hranice jednotlivých aktivít.



- Využívať zásady optimálnej komunikácie v skupine – komunikovať jasne a otvorene, vyjadrovať sa spôsobom, ktorému študenti rozumejú, minimalizovať hodnotiace výroky a vyslovovanie súdov, vyhýbať sa slovným spojeniam „malo by sa...“, „áno, ale“, pri vyjadrovaní svojich názorov používať formulácie „ja“, snažiť sa aktívne počúvať a udržiavať očný kontakt so študentmi a povzbudzovať k tomu aj ich.
- Dynamizovať komunikáciu aktivačnými technikami – klásť otvorené otázky, napr.: „Aký máte na to názor? Ako sa cítite? Čo je podľa vás najdôležitejšie? Napadlo vám ešte niečo, čo by ste k tomu mohli povedať? Ako to máte/poznáte v bežnom živote?“ A pod.
- Zefektívňovať skupinovú prácu – využívať ďalšie prostriedky na zefektívnenie procesu učenia, napr. prispôsobovanie sa potrebám skupiny, sumarizovanie, láskavosť, záujem o skupinu a jej členov, humor.
- Poskytovať spätnú väzbu podľa všeobecných zásad – zameriavať sa na konkrétne prvky v správaní a jeho prejavy, hovoriť za seba, vyhýbať sa hodnoteniu.
- Orientácia na „tu a teraz“ – zamerať sa predovšetkým na prežívanie študentov v danej chvíli, čím sa umocní nielen aktuálne prežívanie, ale schopnosť reflektovať svoje emócie aj v bežnom živote. Takéto učenie je účinnejšie tým, čím emocionálnejšie sa do aktivít účastníci zapoja. Techniky a aktivity majú formu interakčných hier a cvičení, čím sa dáva príležitosť k aktívnej spoluúčasti a tým bolo vyvolané aj sociálne učenie na mnohých úrovniach.

Odporúčame dodržiavať tieto princípy sociálneho učenia:

- podporovať záujem a ochotu účastníkov zapájať sa do spoločných aktivít,
- podporovať študentov k experimentovaniu a nachádzaniu nových riešení na zvládanie sociálnych situácií a vzťahov, ktoré takto mohli prenášať zo skupiny do bežnej sociálnej reality,
- byť otvorený v zmysle poskytovania sociálneho vzoru, v poskytovaní informácií o vlastných pocitoch, myšlienkach, reflexiách,
- pracovať cielene so zážitkom, emočným prežívaním, sebareflexiou i spätnou väzbou,
- povzbudzovať skupinovú klímu a vytváranie atmosféry istoty, otvorenosti a dôvery, v ktorej účastníci môžu prejavovať svoje pocity, myšlienky, nápady bez obáv,
- podporovať účastníkov v tom, aby sami pod vplyvom skupiny prichádzali k záverom z aktivít bez direktívneho vedenia, ponúkať hotové riešenia bez priestoru na experimentovanie,
- poskytovať spätnú väzbu a ocenenie,
- reflektovať a ošetriť prípadné negatívne pocity počas stretnutí.

ŠTRUKTÚRA

Stretnutia sú obsahovo zamerané na podporu a uvedomovanie v procese rozhodovania II. smerovej voľby – pokračovanie vo formálnom vzdelávaní, príp. orientácia na trh práce. Aktivity počas jednotlivých stretnutí sú zamerané na faktory ovplyvňujúce proces rozhodovania, motiváciu, osobnostné predispozície, hodnotovú orientáciu a vnímanie jednotlivých povolání a orientáciu na trhu práce.

Špecifické ciele aktivít realizovaných individuálne či skupinovú formou sú:

- oboznámiť sa s vlastnými silnými stránkami a rezervami,
- identifikovať v rámci programu svoj vlastný profesijný typ,
- identifikovať vlastné záujmy,
- identifikovať vlastné kariérové kotvy,
- identifikovať vlastné hodnoty,
- identifikovať stratégie rozhodovania pri výbere vysokej školy a iných alternatív po strednej škole,
- rozvíjať motiváciu ako základný predpoklad pre budúcu voľbu povolania,
- prezentovať vlastné študijné plány,
- zvýšiť kompetenciu študentov vyhľadávať informácie o vysokých školách a ďalších možnostiach štúdia a pracovať s nimi,
- diskutovať o svete práce.



Pri realizácii skupinových aktivít by sa mala zachovávať štandardná štruktúra:

- úvodná časť s využitím techník podporujúcich atmosféru spontánnosti, bezpečia, kooperácie, tvorivosti,
- hlavná časť zameraná na dosiahnutie vytýčených cieľov a obsahové témy spoločne s diskusiou,
- záverečná časť, zhrnutie diania v skupine, reflexia.

Počet a poradie jednotlivých modulov, úprava ich obsahu a metód závisí od vopred zistených potrieb skupiny žiakov a nadväzuje na prácu kariérového poradcu a iných PZ/OZ v škole v podpore kariérového vývinu žiakov. V prípade pandemickej situácie v súvislosti s COVID-19 je možné realizovať prevažnú časť skupinových aktivít aj online cez komunikačné platformy.

1. modul – Rozhodovací proces

Aktivita: Rozhodovací proces a jeho faktory – analyzovať rozhodovací proces a identifikovať faktory ovplyvňujúce výber ďalšieho štúdia, prechodu na trh práce a ďalších alternatív – je potrebné ich zohľadniť v štyroch oblastiach – ja, iní ľudia, škola, budúcnosť/trh práce. Na základe týchto výsledkov možno nadviazať ďalšími aktivitami v nasledujúcich stretnutiach.

2. modul – Sebapoznávanie – vlastnosti

Cieľom stretnutia je zamyslieť sa nad sebou samým, nad svojimi vlastnosťami a ich možnosťami využitia v jednotlivých situáciách, úlohách, povolaniach a pomáhať tak budovaniu zdravého sebavedomia. Rozvíjaním sebaúcty, pozitívneho sebaaprijatia a kritickým posúdením vlastných kvalít sa prispieva k správnej voľbe budúcej profesie. Využívať sa môžu metódy ako rozhovor, pracovné listy či rôzne projektívne techniky. Ako užitočné sa tiež javí využiť spätnú väzbu o charakteristikách žiaka od spolužiakov a iných rovesníkov, ktorí sú v tomto veku veľmi dôležití pri formovaní sebaobrazu. Spätnú väzbu môžeme získať prípadne aj od ďalších osôb (priamo alebo prenesene v zmysle, čo by o mne povedal/-a...).

3. modul – Sebapoznávanie – hodnoty

Hodnoty sú hlavné životné princípy, ktoré ovplyvňujú celkový prístup človeka k životu a vlastnej budúcnosti. Všetko, teda aj práca, má hodnotu pre život človeka. Hodnotová orientácia ako všeobecná sústava názorov človeka na svet, prírodu, medziľudské vzťahy a svoje vlastné životné poslanie môže byť u niektorých žiakov rozkolísaná. Aj hodnota práce sa v očiach niektorých žiakov znižuje, ak nie sú vedení príkladom a vzorom svojich rodičov a iných dospelých túto hodnotu si vážia. O niektoré povolania žiaci nejavia záujem len preto, že nie sú módne alebo nepatria k dobre plateným. Hodnoty sú hybnými silami kariérovej voľby a budovania kariéry. Napriek tomu, že nie sú cielene vytvárané, každému človeku sa zrením osobnosti vytvorí jeho hodnotový systém na základe skúsenosti a vlastnej voľby, niekedy len čiastočne vedome. V module je potrebné nasmerovať žiakov na uvedomenie si vlastných hodnôt a podporu spoločensky želateľnej hodnotovej orientácie. Pri tejto téme je možné pracovať nielen s pracovnými listami alebo terapeutickými kartami.

4. modul – Sebapoznávanie – motivácia

Motivácia je jedným zo základných psychických procesov, pohnútkou, ktorá podnecuje konanie človeka a súvisí s jeho výkonnosťou. Poznaním motivácie sa vytvára a upevňuje vnútorný záujem, ochota a chuť angažovať sa pri plnení stanovených cieľov a cítiť uspokojenie z ich dosiahnutia. Študentov vedieme k uvedomeniu si kariérovej cesty a vlastnej motivácie napr. cez uvedomenie si toho, čo obdivujú na iných, aký život by sa im páčil, zamyslenie sa z pohľadu budúceho JA či ako vnímajú kariéru ako takú.

5. modul – Sebapoznávanie – kariérne kotvy

Kariérne kotvy predstavujú subjektívny obraz talentu, schopnosti, motívov, hodnôt a postojov v pracovnom živote a v hrubých rysoch vedú, usmerňujú, stabilizujú profesionálne zameranie človeka. Pre jednotlivé povolania a pozície je dominantná určitá kariérna kotva. Väčšina ľudí má jednu dominantnú kariérnu kotvu a v povolani môže mať človek napĺňané potreby, ktoré sú spojené s rôznymi kotvami. Ak nie je povolanie v súlade s jeho kariérnou kotvou, dochádza u ľudí k pocitom nespokojnosti. E. Schein na základe dlhoročného výskumu



a rozhovorov zameraných na priebeh profesijnej dráhy stoviek jednotlivcov identifikoval 8 kariérových kotiev: 1. odbornosť, 2. riadiace schopnosti, 3. autonómia/nezávislosť, 4. stabilita/bezpečie, 5. tvorivosť/podnikavosť, 6. služba/odhodlanie, 7. výzva, 8. životná rovnováha. Túto aktivitu je vhodné realizovať, keď už majú klienti skúsenosti s nejakou pracovnou činnosťou – brigádou alebo dobrovoľníckou činnosťou. Zároveň je zmysluplné povzbudiť klientov, aby takéto skúsenosti získavali, pretože sú zdrojom ďalšieho sebaopoznania a neoceniteľným kontaktom so svetom práce.

6. modul – Profesiogramy

Piate stretnutie je venované informáciám o profesiách, učebných a študijných odboroch. Cieľom aktivity je oboznámenie študentov s možnosťami štúdia na vysokých školách nielen v regióne, ale aj v rámci Slovenskej republiky, príp. aj zahraničia, ako aj naučiť ich vyhľadávať informácie o vysokých školách na internete, o študijných programoch a podmienkach prijatia. Tiež ich oboznámiť s ďalšími možnosťami pomaturitného štúdia, prechodu na trh práce vrátane dobrovoľníctva a zahraničných pobytov. Ponúknuť sa dajú aj zdroje k hľadaniu informácií na webových stránkach o VŠ a povolaniach a informácie o uplatniteľnosti na trhu práce (napr. aj priamo cez zamestnávateľov, ÚPSVaR).

V závere sa realizuje aj záverečný dotazník s otázkami:

1. Čo ti tento program (školenie/seminár/workshop/stretnutie) priniesol?
2. Čo ťa najviac zaujalo?(Aká téma, ktoré aktivity a prečo?)
3. Čo podľa teba nebolo zaujímavé?
4. Ako hodnotíš atmosféru v skupine počas jednotlivých stretnutí?
5. Čo sa ti páčilo/nepáčilo na prístupe vedúcich?
6. Skús vymenovať aktivity, ktoré ťa zaujali.
7. Zmenil/-a by si niečo na programe, aby bol pre teba zaujímavejší?

Záverečná fáza:

Diagnostika, individuálne poradenstvo/konzultácie s klientom a jeho zákonným zástupcom

Po stretnutiach so skupinovými aktivitami sa v prípade potreby realizuje skupinová diagnostika zameraná na zisťovanie intelektových a osobnostných predpokladov, záujmov a profesijnej orientácie, ktorú realizuje tím odborných zamestnancov (psychológ, sociálny pedagóg a ďalší). V prípade pandemickej situácie COVID-19 je možné realizovať diagnostiku osobnostných predpokladov a profesijnej orientácie aj online cez komunikačné platformy. Dotazník typológia osobnosti/MBTI a RIASEC je možné preklopiť aj do online verzie, ktorá sa dá preposlať študentom na vyplnenie.

Ak je to potrebné, následne sa realizujú individuálne konzultácie v nadväznosti na výsledky jednotlivých stretnutí. Je možné dohodnúť online konzultáciu so študentom, príp. aj so zákonným zástupcom. Tá môže prebiehať na pôde školy, príp. na pôde poradenského zariadenia. Možné je prizvať ku konzultácii aj výchovného/kariérového poradcu a/alebo triedneho učiteľa, ktorý môže doplniť ďalšie informácie v rámci pedagogickej diagnostiky. V individuálnom pohovore s klientom, prípadne aj s rodičom sa prezentujú výsledky jednotlivých testov a dotazníkov. Metódou používanou v tejto záverečnej fáze je poradenský rozhovor.

Výstupy v rámci skupinových aktivít:

- žiadosť o skupinovú aktivitu zo školy,
- informovaný súhlas zákonného zástupcu študenta/klienta so zaradením do skupinových aktivít,
- prezenčná listina z jednotlivých stretnutí,
- úvodný dotazník – očakávania študentov,
- záverečný dotazník/evaluačný dotazník – dotazník spätnej väzby,
- záznam skupinovej činnosti so zaznamenaním témy, realizovaných aktivít, pozorovania a atmosféry, príp. poznámok,
- záverečné vyhodnotenie s obsahom programu,
- individuálne výstupy účastníkov z jednotlivých aktivít.



Výstupy v rámci diagnostickej časti (osobný spis klienta, ak je klient evidovaný v poradenskom zariadení):

- žiadosť zákonného zástupcu/klienta o zaradenie študenta do starostlivosti poradenského zariadenia,
- záznamy o školskej, rodinnej, zdravotnej anamnéze,
- výstupy zo skupinových aktivít,
- protokoly z diagnostických testov (psychologických, špeciálnopedagogických, sociálnopedagogických),
- záznamy z kariérovej diagnostiky,
- správa z kariérového poradenstva (1x správa sa zakladá do spisu klienta, 1x správa sa odovzdáva zákonnému zástupcovi klienta)/interná správa s odporúčaniami k ďalšiemu smerovaniu.

Na efektívnejšiu spoluprácu so ZZ a školou sa ako potrebné javí spracovanie správy z diagnostického vyšetrenia ku kariérovému poradenstvu. V správe je možné uviesť aj nasledujúce informácie:

- výsledky zo psychologickej diagnostiky, ktorá bola zameraná na intelekt a osobnosť, záujmy, hodnoty atď.,
- identifikácia silných stránok študenta,
- výsledky zo špeciálnopedagogického poradenstva (ak ide o študenta so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami),
- prospech študenta,
- študijné alebo učebné odbory, o ktoré má študent záujem,
- postrehy zo skupinovej odbornej činnosti,
- závery a odporúčania na výber ďalšieho vzdelávania a možné uplatnenie študenta na trhu práce.

Spolupráca



Prostredie školy:

Triedna učiteľka – je vhodné zrealizovať konzultáciu s triednou učiteľkou, získať informácie o študentoch, o vzťahoch v triede, skupinovej dynamike, ktorá je v triede,

školská psychologička – v prípade možnosti viesť skupinové aktivity spoločne,

výchovný/kariérový poradca – v prípade potreby sprostredkovanie mediácie medzi pedagógmi a rodičmi,

zákonný zástupca – v prípade, že adolescent nedosahuje vek 18 rokov, je spolupráca so zákonnými zástupcami potrebná.

Úskalia postupu

S kariérovým rozhodovaním adolescentov sa môže tiež spájať viacero ťažkostí, pretože ak majú ľudia k dispozícii veľa možností, je menej pravdepodobné, že sa budú vedieť rozhodnúť. Súčasťou tohto rozhodovania je neistota v súvislosti s dôsledkami vybranej alternatívy, keďže adolescenti majú často menej životných skúseností v porovnaní s dospelými, čo môže prehľbovať ich neistotu a ovplyvňovať schopnosť urobiť rozhodnutie.

Ďalším faktorom, ktorý vstupuje so procesu rozhodovania, sú technické, sociologické a ekonomické zmeny posledných rokov. Tie vytvorili zložitý svet, v ktorom sa sťažuje schopnosť adolescentov zodpovedať si otázky o tom, kým chcú byť v oblasti sveta práce a čo budú robiť v meniacom sa svete práce (Di Fabio et al., In Pilárik, 2019).

Veľký vplyv na úspešnosť programu majú práve odborné znalosti, teoretické podklady a sociálne kompetencie vedúceho skupiny.



Úskalím postupu môžu byť tieto faktory:

Na strane študenta:

- Kariérové rozhodnutia, preferencie a úsudky môžu byť založené na čiastočných informáciách, ktoré nemusia byť reprezentatívne.
- Nepripravenosť študenta ku kariérovému rozhodnutiu z dôvodu nedostatku motivácie, informácií o sebe, svojich schopnostiach alebo kariérových preferenciách.
- Prežívanie úzkosti z rozhodovacieho procesu kvôli perfekcionistickým pohľadom, z neistoty z budúcnosti a nejednoznačnosti, z výberu nevhodného povolania.
- Nedostatok informácií v procese kariérového rozhodovania o povolaniach, príp. sú tieto informácie nespoľahlivé.
- Obavy a neistota súvisiaca so samostatným rozhodovaním, ktoré už nie je tak silne riadené ako pri prvej smerovej voľbe.
- Nevhodný výber vysokej školy, keď nie je predpoklad, že študenta na daný odbor prijmú, študent sa veľmi úzko profiluje len na jednu možnosť.
- Nevhodný výber vysokej školy pri študentoch, ktorí majú slabý prospech a vysoké aspirácie, hrozí riziko predčasného ukončenia vzdelávania v prvom ročníku vysokej školy.
- Ďalším možným úskalím môže byť striktná orientácia pri výbere vysokej školy na základe známok. Je dobré vnímať sny, túžby, záujmy študentov, brať do úvahy ich motiváciu. V tomto prípade je vhodné objektívne posúdiť možnosti, ale zároveň aj ponechávať študentom a ich rodičom urobiť rozhodnutie a niesť si zaň aj zodpovednosť.
- Poradca neponúkne možnosti a alternatívy rozvoja klienta.

Na strane školy/trhu práce:

- Nesúlad možností štúdia na vysokých školách či pomaturitnom štúdiu s trhom práce v regióne.

Ako nevyhnutné sa javí prizvať k spolupráci aj rodičov/zákonných zástupcov. Spolupráca so zákonnými zástupcami môže mať určité obmedzenia:

- Nenaplnené sny rodičov v oblasti kariéry a následná preferencia vytypovaných vysokých škôl a povolání podľa záujmov rodičov.
- Nesúhlas rodičov s výberom vysokej školy môže viesť ku konfliktom v rodine.

Čomu sa vyhnúť



V programe kariérového poradenstva je potrebné sa vyhnúť kladeniu dôrazu na slabé stránky žiaka. Je dôležité komunikovať so žiakom jeho individuálne obmedzenia v procese rozhodovania, avšak tak, aby sa sám rozhodol, akým spôsobom bude postupovať ďalej.

Doplňujúce informácie

Kvalifikačné predpoklady

Odborní zamestnanci:

- psychológ, školský psychológ – vysokoškolské vzdelanie, II. stupeň v študijnom odbore psychológia,
- liečebný pedagóg, sociálny pedagóg – s obmedzením v oblasti diagnostiky,
- kariérový poradca.

Psychologická diagnostika – v súlade s platnou legislatívou (§ 24 zákona č. 138/2019 Z. z. o pedagogických zamestnancoch a o odborných zamestnancoch a o zmene a doplnení niektorých zákonov).



Poradenský proces – v súlade s platnou legislatívou, odporúčame po absolvovaní adaptačného vzdelávania.

Vedenie skupín – odporúčané skúsenosti, ktoré umožnia viesť skupinové aktivity podľa zásad, ktoré sú pre kvalitu a efektivitu programu dôležité. Ide o proces učenia, v ktorom sa okrem kognitívnych procesov pracuje ako s emocionálnymi faktormi, tak aj so správaním. Predpokladom realizácie sú však skúsenosti so skupinovou formou práce, zážitkovými formami učenia, chápaním sociálnej dynamiky, ale aj skúsenosti s rôznymi problémami v danom vývojovom období (vzťahové problémy, sexualita, závislosti...).

Národná asociácia kariérového vývinu (NCDA) deklarovala základné kompetencie požadované pre kariérové poradenstvo. Tieto kompetencie zahŕňajú jedenásť obsahových oblastí, ktoré NCDA stručne charakterizovala a zároveň ich môžeme považovať za možné kvalifikačné predpoklady, resp. oblasti, ktoré by mal ovládať odborný zamestnanec, ktorý realizuje kariérové poradenstvo:

- Teória kariérového vývinu – teoretické základy a poznatky, ktoré sa považujú za kľúčové pre profesionálov zaoberajúcich sa kariérovým poradenstvom a kariérovým vývinom.
- Zručnosti na individuálne a skupinové poradenstvo – kompetencie na individuálne a skupinové poradenstvo, ktoré sa považujú za kľúčové pre efektívne kariérové poradenstvo.
- Individuálne/skupinové hodnotenie – zručnosti na individuálne/skupinové hodnotenie, ktoré sa považujú za kľúčové pre profesionálov v oblasti kariérového poradenstva.
- Informácie/zdroje – informačná a zdrojová základňa a poznatky kľúčové pre profesionálov v oblasti kariérového poradenstva.
- Podpora programu, manažment a implementácia – zručnosti, ktoré sú potrebné pri vypracovávaní, plánovaní, manažovaní a realizácii komplexného kariérového programu v rôznych prostrediach.
- Koučovanie, konzultácie a zlepšovanie výkonu – vedomosti a zručnosti pokladané za kľúčové pri rozvíjaní schopností jednotlivcov a organizácií efektívne ovplyvňovať proces kariérového poradenstva a kariérového vývinu.
- Rozmanitosť populácie – znalosti a zručnosti považované za kľúčové pri poskytovaní kariérového poradenstva a porozumení procesom kariérového vývinu rôznorodej populácie.
- Supervízia – znalosti a zručnosti považované za kľúčové pri kritickom hodnotení pracovného výkonu, pri udržiavaní a rozvíjaní jeho profesionálnych zručností a hľadaní pomoci pre ďalších (ak je to potrebné) v oblasti kariérového poradenstva.
- Etické/právne otázky – informačná základňa a znalosti, ktoré sú potrebné na vykonávanie kariérového poradenstva v súlade s etickými zásadami a právnymi normami.
- Výskum/vyhodnocovanie – znalosti a zručnosti, ktoré sú kľúčové pri stanovení podmienok a realizácii výskumu a jeho vyhodnocovaní v oblasti kariérového poradenstva a vývinu.
- Technológia – znalosti a zručnosti považované za kľúčové pri využívaní technológií určených na pomoc klientom pri kariérovom plánovaní.

Okrem toho je vhodné, aby odborný zamestnanec realizujúci kariérové poradenstvo:

- spolupracoval v prípade rôznych porúch učenia a správania so špeciálnym pedagógom,
- mal skúsenosti s rôznymi diagnostickými nástrojmi, ktoré pomáhajú pri rozhodovaní sa v ďalšom vzdelávaní,
- vhodná je dobrá orientácia v možnostiach pokračovania v štúdiu na vysokých školách, ako aj uplatnenie na trhu práce,
- vhodné je mať informácie o tom, aká je miera nezamestnanosti v regióne, ale aj v iných regiónoch.

V prípade, že ide o klientov, ktorí sú evidovaní v ČŠPP – majú diagnostikované zdravotné postihnutie, vrátane detí, ktorým bola v rámci zdravotného znevýhodnenia diagnostikovaná vývinová porucha, je potrebné, aby bolo zabezpečené kariérové poradenstvo v tomto type zariadenia. V takýchto prípadoch odporúčame klientov do tohto typu zariadenia.

Zoznam použitých metód:

- dotazník MBTI,



- dotazník RIASEC,
- testy zamerané na meranie intelektového potenciálu,
- rozhovor, pozorovanie, motivácia, povzbudenie, spätná väzba,
- terapeutické karty – Karty s príbehom, Svetom hodnôt, Jobkort, Silné stránky,
- pracovné listy.

Zoznam organizácií

V kariérovom poradenstve je vhodný prístup, ktorý spája jednotlivé subjekty z rôznych rezortov. Danej oblasti sa venujú tieto organizácie a združenia:

- CPPP a P v územnej pôsobnosti,
- ČŠPP v územnej pôsobnosti,
- Združenie pre kariérové poradenstvo a rozvoj kariéry,
- úrad práce, sociálnych vecí a rodiny,
- Asociácia výchovných poradcov,
- asociácie a združenia pre zdravotne postihnutých,
- DUAL POINTY pre odborné vzdelávanie,
- Asociácia lektorov a kariérových poradcov,
- Kariérové poradenstvo NEKY, Košice,
- Univerzitné poradenské centrum UNIPOC – UPJŠ Košice.

Použité zdroje

AMUNDSON, N. Základné zložky kariérového poradenstva. Postupy a techniky. 2. vydanie. Pearson Education. Slovenský preklad publikovala Slovenská akademická asociácia pre medzinárodnú spoluprácu, Copyright, 2011.

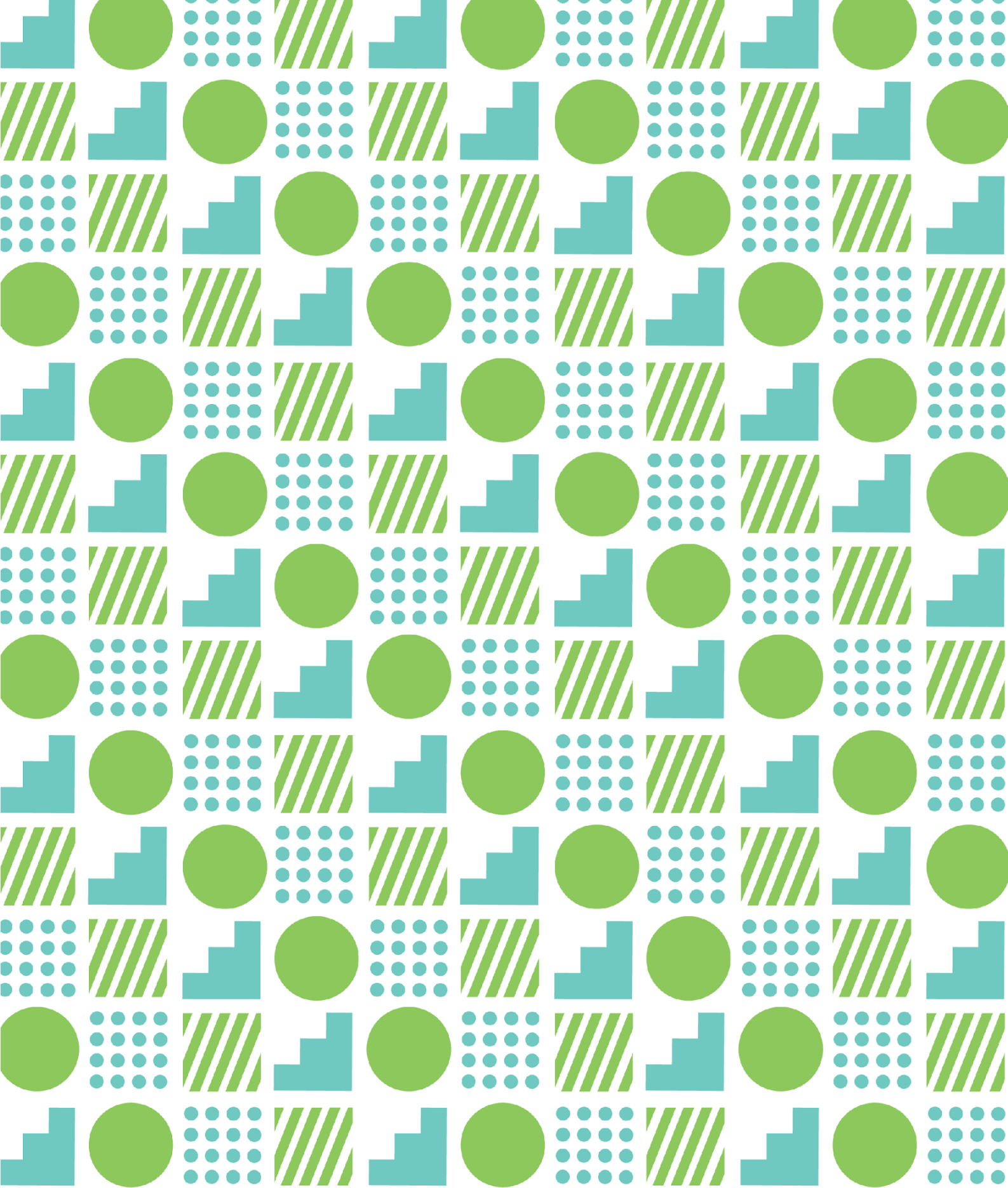
HARGAŠOVÁ, M. 1992. *Byť svoj a tvoj. O vnútornej ceste sebarozvoja*. Bratislava: SPN, 1992. 128 s.

KOŠŤÁLOVÁ, H. – CUDLÍNOVÁ, M. 2015: *Praktický pruvodce kariérového poradce pro 21. století*. Praha: Evropska kontaktní skupina. ISBN 978-80-87993-01-9.

LEPEŇOVÁ, D. 2009. *Kariérové poradenstvo v rezorte školstva a naše snahy o jeho skvalitnenie zo štrukturálnych fondov Európskej únie*. Bratislava: Výskumný ústav detskej psychológie a patopsychológie. 2009.

PILÁRIK, Ľ. 2019. *Kariérové rozhodovanie adolescentov: Osobnostné a emočné aspekty ťažkostí a stratégií kariérového rozhodovania*. Nitra: Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre, 2019. ISBN 978-80-558-1375-2.





VÝSKUMNÝ ÚSTAV
DETSKEJ PSYCHOLÓGIE
A PATOPSYCHOLÓGIE



ŠTANDARDY
NÁRODNÝ PROJEKT

Štandardizáciou systému poradenstva a prevencie
k inklúzii a úspešnosti na trhu práce

