

OD CIOS W LOS

"JAK ZADBAĆ O PRZYSZŁOŚĆ KSZTAŁCENIA"

Materiały te skierowane do osób uczących się, którzy mają problem z wyborem dalszej ścieżki edukacji i kariery. Materiały te pomogą wam w wyborze odpowiedniego dla was kierunku w szkołach ponadpodstawowych, czy na uczelniach wyższych.



SPIS TREŚCI

Dział I - Wstęp	3		
1. Czym jest "Cios w Los"	4		
Dział II - Kim jestem?	5		
1. MMS - Moje Mocne Strony	6		
2. MSS - Moje Słabe Strony	7		
3. Odnajdywanie pasji	9		
4. Określenie swoich celów i marzeń	11		
5. Typy osobowości	12		
Dział III - Co po podstawówce?	13		
1. Liceum			
2. Technikum		•	•
3. Zawodówka		•	•
4. Porównanie możliwości		•	•
Dział IV - Profile w liceach			
1. mat-geo / pol-geo		•	•
2. mat-biol / biol-chem		•	•
3. mat-fiz / mat-fiz-inf		•	•
4. pol-hist / pol-wos		•	•
Dział V - Koniec		•	•
1. Podziękowania		•	•
2. Partnerzy			
3. Ostateczne podsumowanie			



WSTĘP

W tym dziale przeczytasz kilka słów na temat naszego projektu oraz o nas samych.

Poznasz, czym się zajmujemy, w jakim problem uderzamy oraz jak chcemy mu zapobiec. Dowiesz się również, jakie mamy cele oraz jak chcemy do nich dotrzeć.

Czym jest "Cios w Los"

Zaczynając, jesteśmy grupką znajomych z równoległej klasy, jak i tej samej szkoły. Razem stworzyliśmy coś, co mamy nadzieje przyda wam się w wyborze przyszłego kierunku edukacji i rozwoju. Do pewnego momentu, tak jak wy nie wiedzieliśmy, którą ścieżką chcemy podążać, jednak po dłuższym researchu udało nam się zdobyć wiedzę i chcemy ją teraz przekazać **wam - Młodym**. Naszym celem jest przekazać wam wiedzę oraz wskazówki, które serio wam się przyda, bez zbędnych gadanek.

Kilka słów o projekcie

Projekt realizowany jest w ramach olimpiady Zwolnieni z Teorii. Uderzamy w problem niewłaściwych oraz nieprzemyślanych wyborów ścieżki kariery. Nasz problem poparty jest badaniami wielu koncernów m.in. Coca-Cola, z których wynika, że większa część młodzieży nie ma pomysłu na siebie i **nie wie**, co chcą robić w życiu. Z kolei z raportów ekspertów rynku pracy wynika, że **aż 70% Polaków** kończy nie ten kierunek, który jest dla nich najlepszy. Za cel stawiamy sobie pomoc naszym rówieśnikom w wyborze swojego losu karierowego.

Dlaczego to my "niby" ci pomożemy?

- Wiemy jak rozmawiać z młodzieżą, bo sami się do nich zaliczamy.
- Podążamy za trendami, więc posiadamy masę różnych innowacji.
- Selekcjonujemy **informacje** i wybieramy te, **które się przydadzą**, bez śmieci.
- Organizujemy wydarzenia w szkołach, aby przekazać wam wiedzę **na żywo**.



KIM JESTEM?

W niniejszym dziale znajdziesz informacje dotyczące głównie Ciebie. Rozumiemy przez to m.in. Jak odnaleźć pasje, Jak wyznaczyć mocne oraz słabe strony, co to są typy osobowości itd. Znajdziesz również wiele ciekawostek związanych z tym działem

1

MMS - Moje Mocne Strony

Czym są MMS? Moje Mocne Strony to elementy, które obejmują wszystkie nasze cechy, mające wpływ na realizację zadań, dążenie do określonych celów. Niektórzy mają bardzo dużo swoich mocnych stron, a inni jednak ich mniej, ale bardzo wyróżniających. Należy pamiętać, że ważne w mocnych stronach jest też ich rozwijanie, nie wystarczy tylko je mieć, ale pogłębiać je dalej.

Jak wyznaczyć mocne strony? Zaczynając szukać swoich mocnych stron, możesz zacząć od przyjrzenia się co ci przychodzi z łatwością. Przy szukaniu MMS skupmy się na swoich talentach, wiedzy, zaletach, pasjach oraz wyjątkowości. Mocnymi stronami są cechy takie jak: punktualność, dobra organizacja przy pracy, zaangażowanie, kreatywność czy umiejętność pracy w zespole. Jeżeli zastanowisz/aś się już sam/a możesz zapytać się swoich bliskich osób oraz nauczycieli, mogą mieć oni inny punkt widzenia na twoje mocne strony, co według nich ciebie wyróżnia. Pod koniec możesz sobie zadać kilka pytań: Co wyróżnia cię na tle klasy?, Co robisz szybciej od innych?, Czy jest coś, co bardzo lubisz robić i cię to odznacza?

Jak mocne strony wpływają na wybierany kierunek? Wybór profilu klasy to jedna z ważniejszych rzeczy na ścieżce edukacyjnej. Przy wyborze profilu warto przyrzeć się własnym mocnym stroną oraz swoich predyspozycjach. Jeżeli uważasz, że jesteś lepszy z matematyki to oczywistą ścieżką wyboru będzie klasa o profilu matematycznym, aby dalej kształcić i rozwijać się w tej dziedzinie. Jeżeli jednak nie masz takiego przedmiotu, nie przejmuj się, przeanalizuj na jakich zajęciach idzie ci dobrze, które lekcje sprawiają ci najwięcej frajdy oraz przy których słuchasz z zaciekawieniem. To też pomoże ci z wyborem!

2

MSS - Moje Słabe Strony

Czym są MSS? Moje Słabe Strony to elementy naszej osobowości, umiejętności lub stylów uczenia się, które mogą nas ograniczać w dążeniu do osiągnięcia naszych celów. Są to rzeczy, które sprawiają nam trudność lub są dla nas wyzwaniem, a które nie są naszą mocną stroną.

Jak wyznaczyć słabe strony? Możesz zacząć od zastanowienia się nad swoimi dotychczasowymi osiągnięciami i trudnościami, które napotkałeś/aś w trakcie swojej edukacji. Mogą to być takie cechy jak: niezdyscyplinowanie, spóźniałstwo, niesystematyczność, łatwe poddawanie się, czy lenistwo. Możesz również zapytać o pomoc bliskie Ci osoby, takie jak rodzice, nauczyciele czy przyjaciele, którzy mogą mieć inny punkt widzenia i mogą być w stanie zauważyć coś, co Tobie umknęło. Innym sposobem na wyznaczenie słabych stron jest skorzystanie z testów osobowości, takich jak MBTI (Myers-Briggs Type Indicator), które pomagają nam lepiej poznać nasze mocne i słabe strony. Musisz mieć na uwadze, że takie testy to tylko pomoc, a koniec końców musisz sam/a zdecydować, co jest dla Ciebie najlepsze.

Po co te słabe strony? Bardzo dobre pytanie nie? Pewnie myślisz, że wiedza na temat swoich słabych stron jest niepotrzebna, wręcz przeciwnie ma ogromne znaczenie. Dlaczego? Dlatego, że wyznaczenie swoich słabych stron umożliwi Ci lepsze dobranie kierunku dalszej edukacji, czy zawodu. Jeśli wiemy, że nie jesteśmy dobrzy w matematyce, to wybór kierunku związanego z rachunkami czy finansami może być dla Ciebie nie lada wyzwaniem. Z drugiej strony mogą mieć wpływ na nasze osiągnięcia w szkole, czy pracy. Jeśli mamy trudności z rozmową z obcymi, może to utrudnić nam pracę zespołową, czy prowadzenie prezentacji. Dlatego ważne jest, aby nad naszymi słabymi stronami pracować oraz je ulepszać. Przed podjęciem decyzji o wyborze kierunku, zastanów się nad swoimi słabymi oraz mocnymi stronami, by mieć pewność, że wybierasz coś, co będzie dla Ciebie odpowiednie i dające Ci szansę na sukces.

Przykład

Założmy, że mamy do czynienia z osobą, która nigdy nie zastanawiała się nad swoimi słabymi stronami. Jednak po długim namyśle, bo zbliżały się egzaminy, zaczęła o tym myśleć i doszła do samodzielnego wniosku, iż jest osobą niezorganizowaną oraz jest nieśmiała i boi się podejmować ważne decyzje. Z drugiej strony zawsze marzyła, aby zostać managerem. Postanawia wziąć sprawy w swoje ręce i zamienić swoje słabe strony w mocne. Co się stało dalej? Ciężko pracowała nad swoimi słabymi stronami, co w końcowym efekcie doprowadziło ją do postawionego przez siebie celu oraz spełniła się karierowo.

Patrząc na przykład powyżej, możemy zauważyć, że osoba odniosła sukces m.in. przez to, iż zamieniła swoje słabe strony w swoje mocne strony. Popatrzmy teraz na drugi przykład i zastanówmy się nad jego puentą, a potem porównajmy oba.

Przykład drugi

Postawmy się w sytuacji drugiej osoby, która również chce zostać managerem. Natomiast nie wyznacza ani mocnych, ani słabych stron, bo twierdzi, że nie potrzebuje tego robić, nie przyda jej się to. Teraz nie zastanawiając się nad swoimi stronami nie ma możliwości popracowania nad nimi, co w efekcie może prowadzić do porażki, przy wyborze kierunku, może wybrać go źle, gdzie będzie czuła się niekomfortowo, wykonując czynności związane z jej zawodem innym niż manager, którym chciała zostać.

Podsumowując oba przykłady, możemy stwierdzić, że wyznaczenie zarówno słabych, jak i mocnych stron jest bardzo ważną kwestią przy wyborze dalszego kierunku edukacji oraz kariery. W drugim przykładzie możemy dostrzec, że osoba nie myśli poważnie o wyznaczeniu obu stron, dlatego przyczyniło się to do nieodpowiedniego dla niej zawodu. Z kolei w pierwszym przykładzie śmiało możemy powiedzieć, że osoba znając swoje strony świetnie je przeanalizowała i zaczęła nad nimi pracować, co w efekcie przyczyniło się do satysfakcjonującego dla niej wyboru. **Pamiętaj, że słabe strony nie są czymś złym, ani powodem do wstydu. Każdy je ma, jednak trzeba je wyznaczyć i zacząć nad nimi pracować**

3

Odnajdywanie pasji

Hobby to coś, co sprawia nam przyjemność i pozwala nam się wypocząć po trudach dnia codziennego. Może to być zarówno aktywność fizyczna, jak i twórcza, taka jak rękodzieło, muzyka czy sztuka. Hobby to coś, co robimy w wolnym czasie, po to, by odpocząć od obowiązków i zrelaksować się. Możemy mieć różne hobby, od tych bardziej aktywnych, takich jak sport, po te bardziej twórcze, takie jak malarstwo czy rękodzieło. Hobby to coś, co pozwala nam się zresetować i zregenerować, a także daje nam poczucie spełnienia i satysfakcji. To nasze ukryte marzenie, które chcemy koniecznie zrealizować.

Nie masz żadnego hobby? Nie ma problemu, trzymaj kilka rad od naszej ekipy

- Spróbuj różnych rzeczy – nie wiesz, co lubisz, dopóki tego nie spróbujesz. Spróbuj różnych aktywności i zobacz, co najbardziej ci odpowiada.
- Poszukaj inspiracji wśród znajomych czy rodziny – twoi bliscy mogą mieć ciekawe hobby, które mogą cię zainspirować.
- Skorzystaj z kursów czy warsztatów – to doskonały sposób, by poznać nowe rzeczy i sprawdzić, co cię najbardziej pociąga.
- Nie bój się nowych wyzwań – nie boj się spróbować czegoś nowego, nawet jeśli wydaje ci się trudne lub nie jesteś w nim dobry. Może okazać się, że to właśnie ta aktywność sprawi ci najwięcej radości.
- Znajdź swoje miejsce – jeśli lubisz aktywność fizyczną, poszukaj klubu sportowego czy sekcji, w której będziesz mógł uprawiać swoje hobby. Jeśli wolisz coś bardziej twórczego, znajdź grupę ludzi, którzy dzielą twoje zainteresowania i bądź z nimi w kontakcie.
- Nie zrażaj się porażkami – każdy ma swoje słabsze i mocniejsze dni. Ważne, by nie tracić motywacji i nie rezygnować ze swoich marzeń. Jeśli coś cię naprawdę pociąga, warto w to inwestować czas i wysiłek.



ZAPAMIĘTAJ

Znalezienie swojego hobby pomoże Ci w wybraniu kierunku

Jak hobby może wpłynąć na wybór dalszego kierunku? Hobby może wpływać na wybór kierunku w szkołach ponadpodstawowych i na studiach na kilka sposobów. **Po pierwsze**, jeśli masz jakieś zainteresowania lub hobby, które są związane z konkretnym kierunkiem studiów, może to być dla ciebie dobry powód, aby wybrać ten kierunek. Na przykład, jeśli interesujesz się programowaniem i tworzeniem aplikacji, może to być dla ciebie dobry powód, aby wybrać kierunek informatyczny lub matematyczno-informatyczny.

Po drugie, twoje hobby może pomóc ci wybrać kierunek studiów, ponieważ pozwala ci zdobyć wiedzę i umiejętności, które mogą być przydatne na danym kierunku. Na przykład, jeśli interesujesz się fotografią i nauczyłeś się obsługiwać sprzęt fotograficzny oraz opracowywać zdjęcia, może to być dla ciebie dobry powód, aby wybrać kierunek artystyczny lub kierunek związany z fotografią.

Po trzecie, twoje hobby może ci pomóc wybrać kierunek studiów, ponieważ daje ci możliwość zdobycia dodatkowych kwalifikacji i umiejętności, które mogą być przydatne na danym kierunku. Na przykład, jeśli interesujesz się sportem i trenujesz regularnie, może to być dla ciebie dobry powód, aby wybrać kierunek związany ze sportem lub kierunek zdrowia publicznego.

Podsumowując, twoje hobby może mieć duży wpływ na wybór kierunku w szkołach ponadpodstawowych i na studiach, ponieważ może cię zainspirować do wyboru kierunku związanego z twoimi zainteresowaniami, może ci pomóc zdobyć umiejętności i kwalifikacje przydatne na danym kierunku oraz pozwolić ci zdobyć dodatkowe doświadczenie w wybranej dziedzinie.

4

Określenie swoich celów i marzeń

Często w myśleniu o przyszłości myślimy o naszym dzieciństwie. Udowodnimy wam to! Przypomnijcie sobie siebie za dzieciaka, na pewno wszyscy mieliście wyobrażenia siebie w przyszłości wykonujących jakiś fajny zawód. Czy to strażak, astronauta, piłkarz, lekarz czy nawet archeolog, czy weterynarz. Dzieci mają marzenia i jest to rzecz świetna, lecz wraz z dorastaniem te marzenia weryfikuje rzeczywistość. Ale hej! **Wszystko jest możliwe.**

Warto jest kierować się w wyborze ścieżki dalszej edukacji swoimi marzeniami czy zainteresowaniami, a także zdolnościami - każdy je ma, serio! Musicie tylko poszukać tego w sobie. Ważną sprawą jest **określenie sobie celu**, czyli co chcesz osiągnąć? Co chcesz robić po skończeniu szkoły?

Do każdego celu prowadzi jakaś droga - poszukajcie jej! I tak, wiemy, że ciężko jest się zmotywować by usiąść i przez jakiś czas poszukać informacji chociażby o studiach, ale uwierzcie - warto. A swoją drogą, poniżej kilka przydatnych punktów do **reaserchu na temat studiów**:

- Nie kieruj się tylko spotami reklamowymi uczelni. Są one robione tak, by przedstawić same swoje atuty i zachęcić cię do wyboru. **Warto jednak zagłębić się bardziej, by wybrać świadomie** - poszukaj opinii ludzi na temat danej uczelni (często opisują oni jej wady, a jest to ważna sprawa).
- Poszukaj także: programu edukacyjnego, regulaminu stypendiów, ofert praktyk, staży czy wymian zagranicznych w danej uczelni, czy statystyk o aktywności absolwentów danej uczelni na rynku pracy.
- Mega fajna sprawa, czyli dni otwarte na uczelniach. Udanie się na nie jest najprostszym sposobem, by porozmawiać z wykładowcami czy ze studentami oraz zapytać ich o ich uwagi i odczucia na temat uczelni - serio, korzystajcie z dni otwartych!

Jeżeli jesteś jeszcze w podstawówce - tym lepiej! Zastanów się, jakie przedmioty cię interesują najbardziej i poszukaj szkoły oraz profilu w szkole, który będzie ci odpowiadał. Pamiętaj także o tym, że wybór profilu w liceum nie jest najważniejszy w życiu i możesz napisać maturę z innych przedmiotów, niż te które rozszerzasz.

5

Typy osobowości

Ustalenie twoich głównych cech charakteru oraz poznanie siebie pozwoli ci dopasować odpowiednią ścieżkę kariery, z której będziesz zadowolony na całe życie. W internecie możemy znaleźć masę testów osobowości lub podobnych rzeczy o takim charakterze, jednak zawsze najważniejsze będzie podążanie za tak zwanym **"głosem serca"**, gdy lubimy nasz zawód, łatwiej jest nam go wykonywać dlatego tak ważne jest poznawanie siebie i dopasowanie kariery do naszej osobowości.

Jednym z popularniejszych testów osobowości połączonym z predyspozycjami zawodowymi jest test Hollanda, psychologa oraz socjologa który wyróżnił 6 typów osobowości zawodowych:

1. REALISTYCZNY
2. BADAWCZY
3. ARTYSTYCZNY
4. SPOŁECZNY
5. PRZEDSIĘBIORCZY
6. KONWENCJONALNY

Określenie się przez ten test pozwoli ci odnaleźć się w różnych grupach zawodowych i pomoże w wybraniu ścieżki kariery.

Kolejnym wartym uwagi testem tym razem bardziej pod względem osobowości będzie kwestionariusz skonstruowany w 1956 przez Raymonda Cattela. Wyróżnił on aż **16 szczególnych typów** oraz dogłębnie je opisał.

Wiele podobnych testów możemy znaleźć na stronach pomagających dobrać odpowiedni do nas zawód bądź ścieżkę nauki. Warto także porozmawiać z **doradcą zawodowym**, czyli specjalistą w zakresie wybierania przyszłej kariery.



DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ

Linki do testów oraz stron poświęconych odpowiedniemu wybraniu zawodu, z pewnością znajdziesz na naszej stronie **cioswlos.pl**



CO PO PODSTAWÓWCE?

W tym dziale dowiesz się jakie ścieżki będą przed tobą otwarte po podstawówce w kontekście edukacyjnym. Poznasz różnice między licem, technikum, a zawodówka, ich zalety oraz wady. Zasięgniesz wiele praktycznej wiedzy.