

## PREDYSPOZYCJE ZAWODOWE

### Klasy 1 - 8 szkoła podstawowa

*Materiały edukacyjne do wykorzystania w realizacji programu doradztwa zawodowego przez uczniów, nauczycieli, wychowawców, rodziców lub opiekunów.*

#### Testy

### TEMPERAMENT (OSOBOWOŚĆ)

- **Test badający temperament – wersja online**

[https://www.quizme.pl/q/focus/jaki\\_jest\\_twoj\\_typ\\_temperamentu](https://www.quizme.pl/q/focus/jaki_jest_twoj_typ_temperamentu)

Test badający temperament. W odpowiedzi można uzyskać dane czy jest się melancholikiem, cholerykiem, flegmatykiem czy sangwinikiem.

*Adresat: wszyscy.*

*Czas: 5 minut.*

- **Test badający temperament – wersja drukowana**

[http://www.sp7.legionowo.pl/pliki2/Informacje/2019\\_2020/Aktualnosci/Koronawirus%20plan%20zajec%20od%2023%20marca/DORADZTWO%20%20%20ZAWODOWE%20%20%20DLA%20%20UCZNIOW%20%20ODDZIALOW%20%207.pdf](http://www.sp7.legionowo.pl/pliki2/Informacje/2019_2020/Aktualnosci/Koronawirus%20plan%20zajec%20od%2023%20marca/DORADZTWO%20%20%20ZAWODOWE%20%20%20DLA%20%20UCZNIOW%20%20ODDZIALOW%20%207.pdf)

Kilkuminutowy test rozpoznający własne typy temperamentu, które pomogą w poznaniu siebie i w wyborze zawodu. Temperament - to cechy naszej osobowości

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie.*

*Czas: 10 minut.*

- **Inteligencje wielorakie wg. Gardnera. Opis rodzajów inteligencji oraz test – wersja online**

<https://sp22.kielce.eu/zawartosc/inteligencje-wielorakie>

Charakterystyka poszczególnych rodzajów inteligencji ze wskazaniem rodzaju ćwiczeń je rozwijających. Rozwijanie inteligencji intrapersonalnej, obserwacja swoich emocji, uczuć, myśli, bycie z samym sobą.

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie.*

*Czas: 6 minut.*

- **Test badający rodzaj dominującej inteligencji - wersja drukowana**

<https://padlet.com/apcsipz/diagnostyka-w-doradztwie-zawodowym-j2t40kgfdr5qfk9s/wish/1534764636>

Profil wielorakiej inteligencji Howarda Gardnera. Kwestionariusz uzdolnień szczegółowych według koncepcji H. Gardnera.

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie.*

*Czas: 15 minut.*

- **Test badający rodzaj dominującej inteligencji - wersja on-line**

<http://www.pedagog-szkolny.pl/index.php/testy/test-inteligencji-wielorakiej>

test bada inteligencje wieloraką. Bada przede wszystkim inteligencję lingwistyczną, matematyczno-logiczną, wizualno-przestrzenną, muzyczną, interpersonalną, intrapersonalną i kinestetyczną.

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie.*

*Czas: 15 minut.*

- **Test do samooceny (Holland)**

<http://www.pedagog-szkolny.pl/index.php/testy/test-do-samooceny-holland>

Test badający poszczególne typy: realistyczny - praktyczny, badawczy, artystyczny, społeczny – socjalny, przedsiębiorczy, konwencjonalny.

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie oraz dzieci*

*Czas: 15 minut.*

- **Test predyspozycji - Poznaj siebie** (ciekawe pytania, po wykonaniu testu uzyskać można informację o dominujących predyspozycjach oraz zobaczyć dedykowane zawody + ich opisy)

<https://yep.academy/testy/>

15 minutowy test, sprawdzający predyspozycje, umiejętności i zdolności w sferach przyrodniczej, technicznej, artystycznej i społecznej.

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie oraz dzieci/*

*Czas: 15 minut.*

- **Wieloaspektowa ocena preferencji zawodowych** (test on-line oparty na założeniach teorii J. Hollanda oraz właściwościach pracy)

<https://wybierz-zawod.eu/>

10 minutowy test określający preferencje zawodowe: realistyczny, badawczy, artystyczny, społeczny, przedsiębiorczy i konwencjonalny. Wybór zawodu jest formą połączenia osobistych preferencji z perspektywami, jakie stwarza rynek pracy.

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie oraz dzieci/*

*Czas: 15 minut.*

- **Darmowy test osobowości**

<https://www.16personalities.com/free-personality-test>

10 minutowy test określający jakim typem osobowości jesteś: Analitycy (architekt, logik, dowódca i dyskutant); Dyplomaci (rzecznik, pośrednik, protagonista i działacz), Strażnicy (logistyk, obrońca, wykonawca i doradca); Odkrywczy (wirtuoz, poszukiwacz przygód, przedsiębiorca i animator).

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie oraz dzieci/*

*Czas: 15 minut.*

- **Test osobowości** (wady/zalety, charakter przyszłego miejsca pracy)

<https://zielonalinia.gov.pl/test-osobowosci>

Test zawiera 45 zagadnień. Zwany testem czterech kolorów, który określa temperament klienta. Temperamentowi i osobowości przypisane są barwy: czerwona, niebieska, żółta i biała. Test analizuje zalety i wady oraz określa jaka praca byłaby najlepsza dla badanego.

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie oraz dzieci/*

*Czas: 10 minut.*

- **Kwestionariusz temperamentu wg Florence Littauer**

<http://traugutt.net/lo/temperament/kwestionariusz.php?fbclid=IwAR0VmyrDC0iF9OqEWRNvNigJDJgG-2YZdWfu1oAO38OnMpd4kEkZ5CJ1qlo>

Test określa temperament i ocenia czy jesteś sangwinikiem, cholerykiem, melancholikiem lub flegmatykiem. Można mieć również cechy mieszane.

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie oraz dzieci/*

*Czas: 10 minut.*

- **Test Enneagramu**

[https://www.idrlabs.com/pl/enneagramu/test.php?fbclid=IwAR11wGg6UDmNahni3Q-MNx1-bU\\_2uToWenUkXOj05zwHvj0Zp8-vXqemuMI](https://www.idrlabs.com/pl/enneagramu/test.php?fbclid=IwAR11wGg6UDmNahni3Q-MNx1-bU_2uToWenUkXOj05zwHvj0Zp8-vXqemuMI)

Enneagram osobowości to model dziewięciu typów osobowości. Jest on często używany w samopomocy, zarządzaniu biznesem i rozwoju duchowym. Typy określają czy jesteś: perfekcjonistą, dawcą, zdobywcą, indywidualistą, obserwatorem, lojalistą, entuzjastą wojownikiem czy mediatorem

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie.*

*Czas: 6 minut.*

## Film - TEMPERAMENT

- **„4 typy charakteru - Poznaj swój Temperament,,** (typ osobowości a miejsce/stanowisko pracy)

<https://www.youtube.com/watch?v=ahK1hY4oEnA>

6 minutowy film wskazujący czym charakteryzują się poszczególne typy temperamentu. Melancholik, choleryk, flegmatyk i sangwinik. Jakie cechy przypisywane są poszczególnym typom. Większość z nas, to typy mieszane, zazwyczaj połączone z dwóch temperamentów.

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie.*

*Czas: 6 minut.*

## Film - INTELIGENCJA

- **„8 typów inteligencji”** (opisujący rodzaje inteligencji) - (Teoria Gardnera)  
<https://www.youtube.com/watch?v=5ohqj2X9wJ4>

Opis poszczególnych inteligencji: logiczno – matematyczna, inteligencja językowa, inteligencja przyrodnicza, inteligencja muzyczna, inteligencja wizualno – przestrzenna, inteligencja kinestetyczna bądź ruchowa, inteligencja interpersonalna czyli społeczna, inteligencja intrapersonalna.

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie.*

*Czas: 13 minut.*

## Filmy - TYPY OSOBOWOŚCI ZAWODOWEJ

- **Filmik „Typy osobowości zawodowej – sprawdź jaki masz charakter?”** (opisane typy osobowości wg. J. Hollanda)

<https://www.youtube.com/watch?v=4S9nJ1Egkb8>

Jeżeli chcesz dowiedzieć się jaki charakter osobowości zawodowej posiadasz i jaki to ma wpływ na Twoje predyspozycje do zarabiania pieniędzy to trafiłeś w odpowiednie miejsce. Ten materiał wyjaśni wszystkie powyższe kwestie, a także dostarczy wartościowej wiedzy na temat typów charakteru i osobowości, ich mocnych i słabych stron jak również tego czy Twój charakter jest przedsiębiorczy i stworzony bardziej do samodzielnego zarabiania, czy też pracy na etacie.

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie.*

*Czas: 7 minut.*

## Filmy - ZAINTERESOWANIA

- **Filmik „Jak zarabiać na hobby”** (jak przekuć pasję w zawód)

<https://www.youtube.com/watch?v=1-h5DNdwXj8>

Jak spieniężyć swoją pasję? Które hobby przyniesie nam cenne kontakty? Krótki film analizujący możliwości wykorzystania własnych pasji i zainteresowań w przyszły życiu zawodowym.

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie.*

*Czas: 7 i pół minuty*

## Scenariusze zajęć, gry i zabawy:

### ZAINTERESOWANIA

- **Moje zainteresowania bazą do planowania drogi edukacyjnej i zawodowej – scenariusz + karty pracy**

<https://docplayer.pl/22499706-Nb-13-moje-zainteresowania-baza-do-planowania-drogi-edukacyjnej-i-zawodowej.html>

7 stronicowy scenariusz lekcji na temat własnych zainteresowań. Materiał analizuje i rozpoznaje swoje mocne strony, określa swoje umiejętności, określa potencjał, jaki daje mu realizacja zainteresowań. Ponadto pozwala zaplanować swoją przyszłość, biorąc pod uwagę swoje zainteresowania, mocne strony i predyspozycje.

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie.*

*Czas: 20 - 30 minut.*

- **Filtr preferencji** (wskazuje propozycje zawodów na podstawie preferencji badanego)

<https://mapakarier.org/filtr-preferencji/>

Filtr preferencji to funkcjonalność, dzięki której w łatwy i intuicyjny sposób odfiltrujesz te ścieżki kariery, które z największym prawdopodobieństwem będą dopasowane do Twoich oczekiwań i zainteresowań.

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie.*

*Czas: 20 - 30 minut.*

## KSIĄŻKI, E-BOOKI

- **Zawody przyszłości** - Planowanie kariery w zgodzie z predyspozycjami

Każdego roku, szkołę rozpoczynają tysiące uczniów, z których większość nie wie, czym konkretnie chciałoby się zajmować w przyszłości - chcieliby jednak **odnieść sukces i**

**spełniać się w pracy.** Pierwsze kroki w obieraniu właściwej ścieżki zawodowej warto zacząć od **lepszego poznania siebie.**

W książce podkreślony jest wyraźnie związek osobowości z predyspozycją do wykonywania danej pracy.

Autor Agata Dutkiewicz, dr Dawid Misiak, Karolina Oleksa, Małgorzata Łuba, Patrycja Łuczak

*Adresat: nauczyciele, wychowawcy, rodzice lub opiekunowie.*

- **Mądrość dziecka. Predyspozycje - przejawy - perspektywy wspierania**

Publikacja z serii „Edukacja dla Mądrości”, inspirowanej koncepcją i dokonaniem Roberta J. Sternberga (teaching for wisdom), stanowi syntetyczne i zarazem nowe ujęcie kategorii mądrości dziecka. Oparta została na wynikach badań własnych autorki przeprowadzonych wśród starszych dzieci przedszkolnych.

Autor: Elżbieta Płóciennik

*Przygotowali: Bożena Sumińska, b.suminska@wup.zgora.pl, tel. 95 722 404 84 – Zespół ds. Promocji Forum Poradnictwa Zawodowego województwa lubuskiego/ współudział Justyna Krawiec LWK OHP Mobilne Centrum Informacji Zawodowej w Gorzowie Wielkopolskim, mcizgorzow@gmail.com, tel. 95 732 65 44. Współudział: Barbara Matusik Zespół Szkół Gastronomicznych w Gorzowie Wielkopolskim, tel. 95 722 52 42, [gorzow@akademianauki.pl](mailto:gorzow@akademianauki.pl), Wojewódzki Ośrodek Metodyczny w Gorzowie Wielkopolskim, tel. 95 721 61 10, [wom@womgorz.edu.pl](mailto:wom@womgorz.edu.pl). Konsultant: Ewa Przybyła-Meżyńska, tel. 607 973 445, [ewa.spcigacice@wp.pl](mailto:ewa.spcigacice@wp.pl), Szkoła Podstawowa im. M. Wańkowicza w Cigacicach*