

Spis treści

Wstęp	7
Zagadnienia wprowadzające i wyjaśnienia terminologiczne	13
Rola rodziców w procesie przygotowania dziecka do wyboru zawodu	22
Ćwiczenie 1: Wędrówka w przeszłość	29
Ćwiczenie 2: Pomagamy dzieciom w wyborze zawodu	30
Ćwiczenie 3: Rodzice jako przedstawiciele różnych zawodów	31
Wybrane problemy rozwoju zawodowego człowieka	32
Okres preorientacji zawodowej dzieci. Rola znaczenia zabawy w przygotowaniu do pracy	32
Orientacja zawodowa w okresie dorastania	38
Doradca zawodu	50
Modele działalności profesjonalnych doradców zawodu	50
Rola i znaczenie pracy w życiu człowieka	61
Ćwiczenie 1: Czego oczekuję od swojej przyszłej pracy	65
Ćwiczenie 2: Zadowolenie z pracy	66
Ćwiczenie 3: Czym jest dla mnie praca	68
Poznanie siebie	69
Zainteresowania - ich rola oraz znaczenie w procesie podejmowania decyzji zawodowej	69
Ćwiczenie 1: Podróż w dzieciństwo	71
Ćwiczenie 2: Moje obecne zainteresowania i mój przyszły zawód	72
Ćwiczenie 3: Poznajemy nasze ulubione sposoby spędzania wolnego czasu	74
Ćwiczenie 4: Analiza osiągnięć szkolnych	76
Ćwiczenie 5: Pomiar poziomu zainteresowań	78

Zdolności	82
Ćwiczenie 1: Próba oceny własnych zdolności	85
Ćwiczenie 2: Inteligencja emocjonalna – uczenie się sposobów rozpoznawania własnych uczuć oraz sposobów ich ekspresji	86
Temperament	87
Ćwiczenie 1: Mój typ temperamentu	89
Obraz siebie. Samoocena i jej rola w podejmowaniu decyzji zawodowej	93
Ćwiczenie 1: Poznajemy siebie Psychologiczny autoportret	96
Ćwiczenie 2: Badanie poziomu samoakceptacji	98
Wartości, orientacje i cele życiowe	100
Ćwiczenie 1: Moje wartości	101
Ćwiczenie 2: Ustalanie celów życiowych	102
Ćwiczenie 3: Badanie orientacji życiowych	105
Poznajemy zawody	109
Ćwiczenie 1: Samoocena skłonności zawodowych	113
Ćwiczenie 2: Poznawanie zawodu	116
Konfrontowanie własnych możliwości z wymaganiami zawodu	117
Ćwiczenie 1: Ja i mój zawód	118
Ćwiczenie 2: Konferencja prasowa: Jak wybierałem swój zawód ?	119
Ćwiczenie 3: Praca na wakacje	120
Poznajemy edukacyjne drogi prowadzące do zawodu	121
Ćwiczenie 1: Poznajemy ścieżki edukacyjne (szkoły) prowadzące do danego zawodu	122
Strategie poszukiwania pracy	123
Ćwiczenie 1: Analiza ofert prasowych	126
Ćwiczenie 2: Jak skutecznie przeprowadzić rozmowę telefoniczną z pracodawcą?	127
Ćwiczenie 3: Przygotowanie do bezpośredniego kontakt z pracodawcą	129
Zakończenie	132
Bibliografia	135