

Spis treści

● Wstęp	6
---------------	---

● Część 1

Od wyboru zawodu do konstruowania kariery. Wybrane koncepcje poradnictwa kariery	9
---	----------

1. Konstruowanie karier w świecie ciągłych zmian	13
2. Kluczowe umiejętności w procesie konstruowania kariery	15
3. W poszukiwaniu nowych rozwiązań we współczesnym poradnictwie kariery	19
3.1. Teoria konstrukcji kariery Marka Savickasa	20
3.1.1. Model konstruowania kariery	20
3.1.2. Znaczenie ról: aktora, autonomicznie działającego podmiotu i autora w procesie konstruowania kariery	25
3.2. Poradnictwo socjodynamiczne Vancea Peavyego	28
3.3. Koncepcja planowania szczęśliwych zbiegów okoliczności (<i>Planned Happenstance Theory</i>)	32
3.4. Ku idei konstruowania drogi zawodowej i poradnictwa kariery (<i>Vocational Design and Career Counselling</i>)	34

● Część 2

Od aktora do autora własnej kariery. Elementy warsztatu pracy doradcy w poradnictwie kariery dla młodzieży	37
---	-----------

1. Wybrane propozycje działań doradczych w nurcie poradnictwa konstruowania kariery	39
1.1. Od aktora do autora własnej kariery. Rozmowa doradcza odnosząca się do opowieści o karierze Marka Savickasa (<i>The Career Story Interview</i>)	39
1.2. Warsztaty dla młodzieży i jej rodziców pt. <i>Nadzieje i oczekiwania wobec przyszłości</i> Laury Noty, Lei Ferrari i Salvatora Soresi	40
1.3. Określanie zainteresowań zawodowych i osobistych planów. Warsztaty edukacyjne związane z projektowaniem kariery Jeana Guicharda	44
1.4. Rozmowa doradcza w koncepcji samo-konstruującego się modelu kariery Jeana Guicharda (<i>The self construction counselling interview</i>)	46
1.5. O metodzie konstruowania mapy przestrzeni życiowej i mapy przyszłości Vancea Peavyego	49
1.6. „Narracyjna gra (auto)biograficzna” Urszuli Tokarskiej, jako polska propozycja pracy doradczej w nurcie narracyjnym	52



Część 3

Przygotowanie młodzieży do ról aktora, autonomicznie działającego podmiotu

i autora własnej kariery. Wybrane propozycje ćwiczeń w poradnictwie kariery57

1. Być aktorem w sztuce o własnej karierze	58
1.1. Nasze zasoby	58
Ćwiczenie 1. „Tu i teraz jestem/mam”	59
Ćwiczenie 2. „Ja” w różnych odsłonach”	60
Ćwiczenie 3. „Ulubione aktywności”	61
Ćwiczenie 4. „Interesujące zajęcia”	62
Ćwiczenie 5. „Życie jako dom”	63
Ćwiczenie 6. „Moja kariera jest jak...”	64
1.2. Nasze wzory i scenariusze życiowe	65
Ćwiczenie 7. „Mapa mojego dzieciństwa”	65
Ćwiczenie 8. „Zawodowe drzewo genealogiczne”	67
Ćwiczenie 9. „Kariery w mojej rodzinie”	68
Ćwiczenie 10. „W mojej rodzinie panuje przekonanie, że...”	70
Ćwiczenie 11. „Mój Bohater/Mój Idol”	71
Ćwiczenie 12. „Jeśli ktoś chce zostać florystą...”	72
Ćwiczenie 13. „Inspirujące kariery”	73
Ćwiczenie 14. „Mój życiowy wzór do naśladowania”	74
Ćwiczenie 15. „Mój świat za 10 lat”	75
2. Być autonomicznie działającym podmiotem w procesie konstruowania kariery	76
Ćwiczenie 16. „W moim skarbcu mam...”	77
Ćwiczenie 17. „Mój ostatni sukces”	78
Ćwiczenie 18. „Magiczna Różdżka”	79
Ćwiczenie 19. Analizując mój „Balon”	80
Ćwiczenie 20. „Błędy, które uczą”	81
Ćwiczenie 21. „Moje pudełko z marzeniami”	83
Ćwiczenie 22. „Most do celu”	85
3. Być autorem swojej kariery	86
Ćwiczenie 23. Metafory kariery	87
Ćwiczenie 24. Moja kariera jest jak..., moja kariera będzie jak	88
Ćwiczenie 25. Komiks pt. „Jak odnieśliśmy sukces”	89
Ćwiczenie 26. Tworzenie „mapy przestrzeni życia”	90
Ćwiczenie 27. Powieść o moim życiu	91
Ćwiczenie 28. Mapa zasad i wartości życiowych	92
Ćwiczenie 29. Moje potencjalne drogi życiowe	93
Ćwiczenie 30. Tworzenie „mapy przyszłości”	94



Zakończenie97

Bibliografia99

Aneks załączniki do ćwiczeń102

Summary114