

Aktywizacja wychowanków placówek opiekuńczo-wychowawczych

Praktyka, którą odbyłam w ramach studiów podyplomowych „Szkolny Doradca Zawodowy” związana była z realizacją projektu *Nadzieja na jutro – cykl szkoleń aktywizujących dla wychowanków placówek opiekuńczo-wychowawczych. Aktywne metody poszukiwania pracy* zorganizowanego przez Fundację „Przyjaciółka” ze środków EFS. Do realizacji projektu zostałam zaproszona przez Centrum Psychoedukacji i Rozwoju Osobistego SUPER-ego, którego jestem współpracownikiem. Projekt ten obejmował 4 cykle szkoleń dla wychowanków domów dziecka, pogotowia opiekuńczego, rodzinnych domów dziecka. Uczestnikami poszczególnych szkoleń były grupy wychowanków placówek opiekuńczych z okolic Legnicy, Wrocławia oraz Rzeszowa. Ponieważ wszystkie zajęcia przyniosły mi wiele cennych doświadczeń i refleksji, spróbuję porównać te cykle i przytoczyć wnioski z całości projektu.

Projekt *Nadzieja na jutro* obejmuje szkolenie pt. *Aktywne metody poszukiwania pracy* oraz cykl kursów językowych dla uczestników. Ja prowadziłam część szkoleniową. Każdy cykl szkoleń trwał 5 dni (od poniedziałku do piątku), każdego dnia odbywało się po 8 godzin zajęć (łącznie 40 godzin). Szczegółowy program szkolenia napisałam we współpracy z koleżanką prowadzącą część zajęć cyklu – magistrem psychologii i trenerem – Martą Kozłowską, opierając się na wytycznych programu złożonego do EFS. Zakres treściowy programu podzieliłyśmy na 10 modułów (po 4 godziny każdy):

1. Mocne i słabe strony.
2. Predyspozycje i preferencje zawodowe.
3. Planowanie kariery.
4. Metody walki ze stresem.
5. Komunikacja.
6. Umiejętność właściwego prezentowania siebie w kontekście poszukiwania pracy.
7. Poznanie sytuacji na rynku pracy
8. Urząd pracy i Centrum Informacji Zawodowej – jak korzystać z ich pomocy.
9. Nowoczesne metody poszukiwania pracy.
10. Dokumenty aplikacyjne.

W dalszej części pracy pokrótce omówię tematykę poszczególnych zajęć wraz z wnioskami dotyczącymi ich przeprowadzenia.

Pierwszy moduł, dotyczący mocnych i słabych stron, okazał się jednocześnie trudnym i ważnym dla uczestników. Omówienie własnych umiejętności, zalet, atutów sprawiało sporo kłopotów, łatwiej natomiast przychodziło pokazywanie problemów, trudności, wad. Młodzi ludzie wykazywali tendencję do przesadzonej skromności, umniejszania własnej wartości. Zdawali sobie z tego sprawę, toteż pró-

¹ *Magdalena Kot*, pedagog szkolny w Gimnazjum Nr 17 we Wrocławiu.

bowaliśmy wspólnie dociekać tego stanu rzeczy. Doszliśmy do wniosków, że wynika to przede wszystkim z wychowania i ogólnej tendencji w ich środowiskach do traktowania „chwalenia się” jako czegoś negatywnego, stawiającego osobę w złym świetle. Łączyło się to dodatkowo z niższym poczuciem własnej wartości wynikającym z statusu jako podopiecznych domów dziecka, co samo w sobie generuje etykietę „gorszego”. Rozmowa pozwoliła młodym ludziom wyjść poza ten stereotyp, odnaleźć w sobie mocne strony, a przede wszystkim uświadomiła, że warto o nich mówić głośno i pokazywać je, nie tylko w kontekście poszukiwania pracy, ale także w innych sytuacjach życiowych. Ponadto zajęcia dotyczące mocnych stron pozwoliły grupom otworzyć się na siebie wzajemnie, na szczerość i zbliżenie, sprzyjające dalszej pracy. Uważam więc, że w pracy w kierunku aktywizacji zawodowej, podejmowania decyzji zawodowych i poszukiwania pracy jest to niezwykle ważny temat i powinien on stanowić punkt wyjścia zawodoznawczych działań edukacyjnych. W ankiecie ewaluacyjnej wszystkie grupy podkreślały tę część jako tą, która najmocniej zapadła im w pamięci i dała sporo do myślenia.

Moduł dotyczący predyspozycji i preferencji zawodowych był dla młodzieży sporym odkryciem, zajęcia zmusiły ich do refleksji i pomogły odkryć, bądź uszczegółowić i urealnić ich chęci oraz oczekiwania co do przyszłej pracy, czy też drogi edukacyjnej. Szczególnie podobało im się przyglądanie się swoim umiejętnościom i właściwościom osobowości i dopasowywanie ich do różnych zawodów, a także odgrywanie ról związanych z wybranymi przez nich zabawami (wykorzystaliśmy do tego popularną zabawę w „mafię”).

Planowanie kariery w zaplanowanej formie okazało się trafione w dwóch grupach, w których większość stanowiły osoby starsze, dojrzałe. Dla młodszych temat był za trudny, zbyt abstrakcyjny, ponieważ pojęcie *kariery* było dla nich równoznaczne z pojęciem *sukcesu finansowego*, co napotykało na barierę związana z niewiarą w możliwość realizacji tych aspiracji lub odwrotnie – mało realne spojrzenie na te możliwości. Natomiast w „starszych” grupach uczestnicy byli skłonni poszukiwać w pojęciu *kariery* także takich czynników jak *satisfakcja* i *rozwój*.

Metody walki ze stresem uczestnicy wspominali dobrze głównie ze względu na możliwość relaksu, odpoczynku, odprężenia. Trudno im było natomiast przenieść nabyte umiejętności na grunt poszukiwania pracy i radzenia sobie ze stresami związanymi z pracą. Ten moduł wielu uczestników określiło jako najprzyjemniejszy, ale nikt nie wymienił go jako przydatny w przyszłym poszukiwaniu pracy.

Zajęcia dotyczące komunikacji sprawiły dużą przyjemność i satysfakcję uczestnikom, odkryli oni bowiem, że sporo na ten temat wiedzą, i że wykorzystują różne umiejętności komunikacyjne, z czego do tej pory nie zdawali sobie sprawy. Wzmocniło ich to i zachęciło do dalszej pracy, bardzo chętnie podejmowali tutaj działania, obserwowali siebie nawzajem, dzielili się spostrzeżeniami, wymieniali informacje zwrotne. Myślę, że dzięki temu byli dobrze przygotowani do kolejnego, trudniejszego modułu.

Temat autoprezentacji był dla wszystkich uczestników nie lada wyzwaniem. Początkowo konieczność prezentowania siebie, podejmowania prób występowania na forum, doświadczenia stresu związanego z publicznością, budziły niechęć i opór. We wszystkich grupach wprowadzenie tego tematu i zaktywizowanie do niego uczestników wymagało sporego nakładu energii i wsparcia ze strony prowadzącego.

Dużo czasu spędzałam na tłumaczeniu, dlatego uważam to za korzystne i potrzebne. Uczestnicy musieli pokonać wiele wewnętrznych barier, ale na koniec zgodnie twierdzili, że się opłacało. Kilka osób było szczerze zdumionych i poruszonych tym, że się zdecydowało wziąć udział szczególnie w ćwiczeniu „Komisja”, które „kosztowało ich najwięcej stresu”. Uczestnicy okazywali się dla siebie także świetnym wsparciem, udzielali sobie pozytywnych informacji zwrotnych, ale także konstruktywnej krytyki i wymieniali się doświadczeniami i poradami. W ankietach ten temat pojawiał się bardzo często jako najbardziej przydatny.

Poznanie sytuacji na rynku pracy to kolejny temat, który docenili starsi uczestnicy, natomiast młodszych znudził, nie uznali go ani za przydatny, ani interesujący. Starsi natomiast chętnie słuchali, zastanawiali się nad charakterystyką rynku pracy w swoich regionach, próbowali określać tendencje i perspektywy na przyszłość, weryfikowali swoje wyobrażenia na temat zawodów przeszłości.

Zajęcia dotyczące Urzędu Pracy były najmniej trafione. Wymagania programowe nie pozwalały na pominięcie tego tematu, a trudno było skonstruować na tej podstawie zajęcia warsztatowe. Przygotowałyśmy prezentację w Power Poincie, omówiłyśmy sposób funkcjonowania Urzędów, zaproponowałyśmy uczestnikom zapoznanie się z dokumentami wymaganymi do rejestracji. Próbowałyśmy modyfikować zajęcia, ale pole manewru było w tym przypadku niewielkie, bo należało zrealizować w równym stopniu każdy punkt programu. Młodzież jednak była niezadowolona i niezadowolona, ten moduł uznała potem za mało przydatny. Po maksymalnym skróceniu czasu przeznaczanego na realizację tematu urzędu pracy, w dwóch ostatnich grupach udało się zagospodarować zaoszczędzony w ten sposób czas na przećwiczenie odgrywanie rozmów kwalifikacyjnych, co z kolei okazało się bardzo dobrym posunięciem, gdyż młodzież uznała te ćwiczenia za niezwykle przydatne i wiele wnoszące.

Zajęcia przy komputerach dotyczące nowoczesnych interaktywnych metod poszukiwania pracy spodobały się uczestnikom. Byli bardzo zadowoleni z możliwości zapoznania się z portalami, poradnikami, dowiedzieli się jak odnajdywać się w gąszczu informacji. Dla wielu osób była to też pierwsza sposobność do zapoznania się z pocztą elektroniczną i wyszukiwarkami. Osoby lepiej zorientowane w Internecie, które nie potrzebowały prowadzenia krok po kroku przez procedury rejestracji w portalach, pomagały osobom mniej rozeznany.

Ostatnie zajęcia, w dużej mierze przypominające lekcje szkolne, uczestnicy określali jako nużące i trudne, ale przydatne, nauczyli się nie tylko, jak – od strony formalnej i graficznej – powinny wyglądać dokumenty aplikacyjne, ale też zastanawialiśmy się nad tym, jak napisać konkurencyjne CV, jak budować za pomocą tych dokumentów dobre wrażenie. Jako ostatnie zajęcia, były też one okazją do podsumowania zdobytej wiedzy i umiejętności, zebrania informacji dotyczących efektywnego poszukiwania pracy w spójną całość.

Generalnie wiele tematów młodzi ludzie określali jako potrzebne, wiele wnoszące, ale często nie w kontekście przyszłego poszukiwania pracy, gdyż – szczególnie dla młodszych – jest to temat jeszcze zbyt odległy i abstrakcyjny. Nie myślą jeszcze o przyszłości w takich kategoriach. Daleka przyszłość pojawia się u nich głównie jako marzenia, a konkretne i realne są najbliższe miesiące. Nabywane i

rozwijane podczas warsztatów umiejętności chcieliby wykorzystywać w radzeniu sobie w swoim życiu codziennym.

Podsumowując całość przeprowadzonego szkolenia, należy dodać jeszcze, że podstawowym mankamentem, podkreślanym przez uczestników i odczuwanym również przeze mnie, był zbyt długi czas trwania zajęć. 8 godzin zegarowych to zbyt wiele jak na tak intensywne zajęcia, po godzinie 15 trudno było skupić i utrzymać uwagę uczestników, efektywność zajęć popołudniowych była dużo mniejsza niż tych, które odbywały się przed obiadem.

Bardzo dobrym rozwiązaniem było z kolei wyposażenie młodzieży w komplet materiałów, który otrzymali na początku szkolenia – zawierał on wszelkie zagadnienia poruszane na warsztatach, merytoryczne opracowanie tematów, miejsca na notatki i ćwiczenia. Dzieci oceniały materiały jako jasne i zrozumiałe i podkreślały ich przydatność do utrwalania i odświeżenia wiedzy, szczególnie wówczas, gdy znajdują się w rzeczywistej sytuacji poszukiwania pracy. Ze względu na objętość oraz prawa autorskie do tych materiałów, nie mogę dołączyć ich do niniejszej pracy.

SCENARIUSZ

Temat zajęć: Umiejętność właściwego prezentowania siebie w kontekście poszukiwania pracy

Autorzy: Magdalena Kot, Marta Kozłowska

Prowadzący: Magdalena Kot

Miejsce: Wielofunkcyjna Placówka „Przyjazny Dom”

Odbiorcy: wychowankowie placówki w wieku 15-18 lat, liczba osób: 16.

Czas trwania: 180 min

Cele zajęć

- Nabywanie umiejętności budowania spójnego i przekonującego własnego wizerunku,
- uświadomienie sobie przez uczestników znaczenia pierwszego wrażenia,
- zwiększanie świadomości uczuć przeżywanych w sytuacjach ekspozycji społecznej,
- zwiększanie świadomości uczuć przeżywanych w sytuacjach ekspozycji społecznej,
- odkrywanie i urealnianie trudności i obaw oraz sposobów ich przezwycięzania w sytuacjach wystąpień publicznych,
- diagnoza własnej gotowości uczniów do sytuacji autoprezentacji,
- nabycie umiejętności efektywnego prezentowania siebie,
- zwiększenie świadomości własnych możliwości i ograniczeń w zakresie prezentacji własnych poglądów przed audytorium,
- podwyższenie poczucia własnej skuteczności w prezentowaniu własnej osoby przed innymi.

Metody: rozmowa; kwestionariusz, ankieta; zabawy ruchowe; burza mózgów.

Środki: kwestionariusz „moje silne strony”; słodycze o różnej wartości, w ilości odpowiadającej liczbie uczestników; kartki A4; duże arkusze papieru; klej, nożyczki, kolorowe gazety.

PRZEBIEG:

1. **Prezentacja, autoprezentacja** – burza mózgów – 5 minut
2. **Definicja** – praca w podgrupach, stworzenia własnej definicji autoprezentacji – 10 minut.
3. **Mafia** – z wyborem ról, omówienie pod względem samopoczucia w występach publicznych, swoich ograniczeń, trudności, przyczyn reakcji – 40 min.
4. **Mowa ciała** – rozmowa, co to jest mowa ciała, jak wpływa na kontakt, jak można manipulować wywieranym wrażeniem za pomocą mimiki, gestów, ubioru – 15 minut.
5. **Zabawa w kupno i sprzedaż siebie** – w parach każdy sprzedaje jakiś produkt z nim związany, np. korepetycje, pomoc w ogrodzie itp., od partnera dostaje informacje zwrotną, co go skłoniło do sprzedaży, jakie argumenty – 20 minut.
6. **Komisja** – wybiera się komisję, która ma do przydzielenia nagrody (prawdziwe) o różnej wartości (np. słodycze), komisja ustala sposób oceny i przydziału nagród, pozostali uczestnicy przygotowują zgodnie z zasadami dobrej prezentacji wystąpienie nt. dlaczego to ja zasłużyłem na nagrodę, po zakończeniu wystąpień komisja przydziela nagrody z uzasadnieniem wyboru – 60 minut.
7. **Wizytówka** – Jak wyglądam najlepiej, jakie mam atuty, czym zachęcam innych do kontaktu, czym się wyróżniam – 15 minut.
8. **Kolaż** – grupy tworzą kolaż z wycinków z gazet, na którym pokażą, jak powinno się ubrać na rozmowę kwalifikacyjną – 15 minut.

SCENARIUSZ

Temat zajęć: Nowoczesne metody poszukiwania pracy

Autorzy: Magdalena Kot, Katarzyna Fura

Prowadzący: Magdalena Kot

Miejsce: Wielofunkcyjna Placówka „Przyjazny Dom”

Odbiorcy: wychowankowie placówki w wieku 15-18 lat, liczba osób: 16.

Czas trwania: 180 minut

Cele zajęć

- Zapoznanie z nowoczesnymi, interaktywnymi metodami poszukiwania pracy,
- poszukiwanie nowych źródeł informacji o rynku pracy,
- zapoznanie z portalami internetowymi dla poszukujących pracy,
- rozwijanie umiejętności poruszania się po Internecie, wykorzystywania go do poszukiwań związanych z pracą i kontaktów z pracodawcami.

Metody: Indywidualna praca z komputerem; burza mózgów

Środki: Stanowiska komputerowe z połączeniem internetowym w liczbie odpowiadającej liczbie uczestników; rzutnik multimedialny podłączony do komputera.

Przebieg:

1. **Przywitanie** – uczestnicy krótko wypowiadają się, z czym zaczynają zajęcia, prowadzący przedstawia temat zajęć – 5 minut.

2. **Konto e-mail** – w burzy mózgów uczestnicy podają wszystkie pomysły na wykorzystanie poczty internetowej do poszukiwania pracy, następnie prowadzący prosi uczestników, by założyli sobie konta poczty internetowej (ci, którzy go nie posiadają), tłumacząc, jak to zrobić – 20 minut.
3. **Prezentacja portali internetowych** – korzystając z rzutnika multimedialnego i komputera, prowadzący pokazuje, jak korzystać z portali, jak się po nich poruszać, jak korzystać a dostępnych funkcji
 - www.pracuj.pl (stworzenie i umieszczenie w bazie profesjonalnego CV) – 30 minut;
 - www.abcpraca.pl (poradniki dla poszukujących pracę dostępne on-line i w formie e-booków) – 10 minut;
 - www.gratka.pl/praca (funkcja „autoposzukiwacz” pozwalająca na śledzenie na bieżąco interesujących ofert pracy) – 10 minut;
 - Inne portale (uczestnicy otrzymują listę i mają możliwość przejrzania ich, i indywidualnych konsultacji z prowadzącym, zadawania pytań, uzyskiwania dodatkowych informacji interesujących ich osobiście) – 45 minut.
4. **Praca indywidualna** – uczestnicy otrzymują zadanie, wyszukać interesujące ich ogłoszenia o pracy, zgodne z ich preferencjami, odpowiedzieć na 2 z nich i przesłać na adres mailowy prowadzącego linki do wybranych ogłoszeń, oraz maile z odpowiedziami na 2 wybrane (z informacją, że po przejrzaniu ich przez prowadzącego, każdy z uczestników otrzyma informacje zwrotne na ten temat) – 60 minut.