СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	А/ СПОСОБНОСТ ЗА ИЗРАЗЯВАНЕ А1/ Да се осмелиш да задаваш въпроси	А.А. А1

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 1:

Обучаващият поставя задача на групата да даде дефиниция на термина « въпрос », (например : въпросът е въпросително изречение, чиято цел е получаване на информация или осъществяване на връзка с друго лице).

След това учениците трябва да помислят върху това "За какво служи един въпрос?", за да успеят да си направят извода, че задаването на въпроси има положителен ефект върху събеседника :

- към него се проявява интерес;
- старанието да се разбере ситуацията;
- отвореността към другите, заинтересоваността…;
- желанието да помислиш повече по дадена тема.

ФАЗА 2:

Упражненията могат да се впишат в рамките на РАЕ на учебното заведение чрез анкетите, които ще се направят или в рамките на педагогически инструмент "отворен клас".

Идея за упражнение, което да се направи в клас в началото на годината : Учениците се разделят на групи от по трима, двама са журналисти, а третият- интервюиран. Целта е да се постигне обмен на информация с въпроси, отнасящи се до познаването на училището, образователния проект, заниманията в свободното време…на интервюирания.

ФАЗА 3:

Всеки ученик мисли върху това, което е почувствал по време на упражнението и предава устно впечатленията си. Обучаващият отбелязва върху дъската всички въпроси. По този начин той показва на учениците, че въпросите са спомогнали за споделяне на мнения, позволявайки същевременно всеки да намери мястото си. Целта е да се изтъкне, като се използват отговорите, това, което човек " печели" , когато си позволи да задава въпроси.

Продължение на упражнението :

Обучаващият не трябва да пропуска, през годината, да поставя учениците в ситуация да задават въпроси и да оценява положените усилия.

Продължителност	Необходими материали
Продължителност на упражнението : 1ч 30 мин. Фаза 1: 10 мин. Фаза 2 : 20 мин. Фаза 3: 45 мин. до 1ч	Големи листи или дъска

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	А/ СПОСОБНОСТ ЗА ИЗРАЗЯВАНЕ А2/ Да се осмелиш да изразиш мнението си S1/ Да дадеш своята лична гледна точка	А.А. А2 S1

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 1:

На групата се поставя задача да се помисли върху значението на израза «давам своето мнение» под форма на брейнсторминг (мозъчна атака). Отговорът е свързан с личната позиция на интервюирания по повод на неговите нагласи, ценности, начин на мислене.

ФАЗА 2 :

Обучаващият пуска на групата запис на телевизионната новинарска емисия от вечерта и предлага тема за дискусия, избрана от записа.

После приканва участниците да помислят върху всички идеи и аргументи, които им хрумват по тази тема.

Различните аргументи са записани на дъската и всеки отбелязва, тези които отговарят на неговия начин на мислене.

ФАЗА 3:

След това младежите сформират групи за дискусия от по четирима : тримата споделят своите гледни точки, а четвъртият наблюдава и отбелязва по колко пъти всеки от останалите трима е взел думата.

ОЦЕВНЯВАНЕ:

В последната фаза, наблюдателят във всяка група показва бележките си и останалите коментират неговите наблюдения.

Продължителност	Необходими материали
Фаза 1: 30 мин. Фаза 2: 1 час (видео + списък) Фаза 3: 30 мин. с оценяването	• Запис на телевизионна новинарска емисия от вечерта

Коментари :

- За фаза 2, обучаващият може да замести видеозаписа със статия от вестник или тема, избрана от групата.
- Доброто протичане на фаза 3 зависи от готовността на младите хора да спазват правилата при вземане на думата : да говорят когато са на ред, да оставят другите да се изкажат, да не прекъсват, да не говорят само те.

Наблюдателите ще отбележат в отчетите си дали тези правила са били спазени или, ако не, дали тяхното нарушаване е попречило на някои участници да изразят гледната си точка.

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	А/ СПОСОБНОСТ ЗА ИЗРАЗЯВАНЕ **А3/ Да се осмелиш да говориш за себе си**	А.А. А3

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 1:

Групата трябва да определи какво разбира, когато се каже « да говориш за себе си ». Предлагат се конкретни примери и се търсят ситуациите, в които човек « говори за себе си" и причините, поради които това понякога е трудно. Тук трябва да се говори за преживени ситуации.

ФАЗА 2 :

Всеки младеж изтегля по едно картонче, върху което е написано дадено чувство (страх, радост, тъга) и трябва да разкаже случка, в която е изпитал това чувство (младежът има право да смени картончето си, ако не е доволен от избора си, и трябва да каже, в края на разказа си, защо е направил смяната).

Разказът може да е писмен или устен.

ФАЗА 3:

Всеки младеж представя устно своето преживяване. Другите членове на групата могат да се намесят в края на разказа, за да задават въпроси. Говорещият си запазва възможността да не отговаря, ако въпросът го затруднява.

РОЛЯ НА ОБУЧАВАЩИЯ:

В този вид упражнения, на младежите може да им е трудно да говорят за себе си. Обучаващият е тук, за да улесни това изразяване и може да им помогне да започнат разказа си, като говорят за :

- своите усещания *,
- своите преживявания *,
- своите чувства *,
- своята преценка *,

* *Всеки един от тези термини трябва да е точно дефиниран!*

След това те могат заедно с обучаващия да преценят :

- положителните и отрицателните влияния на това преживяване,
- това, което повече няма да правят,
- това, което ще продължат да правят,
- това, което ще правят по различен начин.

Продължителност	Необходими материали
Фаза 1 : 20 мин. **Фаза 2 : +/- 20мин.** **Фаза 3 : 15 мин. на човек заедно с оценяването**	• Картончета, на които са написани съществителни изразяващи чувства

РАЗШИРЯВНЕ И ЗАДЪЛБОЧАВАНЕ НА УПРАЖНЕНИЕТО за класовете, които ходят на практика в предприятия.

Обучаващият оставя време на всеки, за да напише своя отчет за стажа в предприятието. После всеки младеж представя на групата този отчет.

Примерен отчет * :

- Какво си представях, какво очаквах от стажа преди да тръгна….
- Какво открих….
- Какво ме заинтересува най-много….
- Какво не ми хареса….
- Какво мисля за начина, по който ме приеха в предприятието….
- Какво мисля за отношенията, които имах с хората там….
- Трудностите, които срещнах….
- Имаше ли забележки към работата ми ?….
- Накъде трябва да насоча усилията си ?….
- Постигнах ли целта, която си бях поставил при тръгването си?….
- Ще запазя ли същия професионален проект и след стажа ? (да се посочат причините)….
- Къде ще проведа следващия си стаж ?….
- В същата професионална област ? в друга ?….

* *Фиш , изработен от САИО от Нант : « Приобщаване стъпка по стъпка* »

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	**А/ СПОСОБНОСТ ЗА ИЗРАЗЯВАНЕ**	**А.А. А4**
	А4/ Да умееш да реагираш на вербални или невербални послания, които те дестабилизират	

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

Общуването е трудно за овладяване изкуство. В контактите си с другите индивидът може да бъде дестабилизиран по различни причини :

Ø Съобщението

- е неясно :
- зле формулирано ;
- липсва информация, за да бъде разбрано ;
- събеседникът изпраща противоречиви съобщения между вербалното и невербалното ниво (двусмислие), което кара индивида да се чувства некомфортно, без да го осъзнава ясно ;
- редуват се много идеи и правят общия смисъл неясен.

Ø Съобщението е агресивно.
Индивидът се чувства атакуван, наранен, обиден.

Ø Съобщението съдържа информации, които изглеждат противоположни.

Ø Съобщението е « манипулиращо » (Индивидът се чувства манипулиран, ласкан, използван).

ФАЗА 1:

Младежите трябва да си припомнят съобщенията, думите, разсъжденията на учител, родител, работодател, които са ги дестабилизирали – или които те са използвали, за да разстроят някого ! (подигравка, безразличие, агресивност, раздразнение и т.н.)

Примери : « *Ако не се справяте с работата си, можете да скочите през прозореца* ».

« *Човек не може да вярва на никого* »

« *Не вярвам да успееш на изпита* » (майка на дъщеря си)

« *Роклята ти е супер* » (казано иронично или неискрено)

« *За нищо не ставаш….Можеше да го направиш много по-добре….Разочароваш ме* »

« *Поведението ти е недопустимо* » ……..

После обучаващият възлага на желаещи да участват в ролеви игри по предложените ситуации. В края на всяка ролева игра, младежът, който е обект на отрицателно отношение, разказва това, което е преживял (почувствал, изпитал) .

Групата излага своите наблюдения, забележки, идеи (аз бих постъпил така…).

ФАЗА 2 : (виж следващата страница)

Продължителност	Необходими материали
Фаза 1: 1ч. 15 мин. приблизително **Фаза 2**: 1ч. 15 мин. приблизително	

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	А/ СПОСОБНОСТ ЗА ИЗРАЗЯВАНЕ **А4/ Да умееш да реагираш на вербални или невербални послания, които те дестабилизират**	А.А. А4

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 2:

Обучаващият изброява различните възможни реакции, в които човек « се бронира », за да избегне дестабилизирането от вербални или невербални съобщения, като например :

- да си изясниш съобщението ;
- да се осмелиш да посочиш откритото противоречие
- пред агресивността : да пробваш със спокойствие или хумор и в случай на неуспех, да се защитиш ясно ;
- да изразиш чувствата, преживяванията си, без да нападаш другия : « тази дума ме наранява… », или « това, което казваш, ме натъжава… ».

Обучаващият ще трябва да разграничи ситуацията, държанието и личността.
Когато е необходимо, изразяването на насочени критики към дадено поведение е по-благотворно, отколкото безусловна критика към личността.

Тук може да се използва инструмент за транзакционен анализ* :

	условно	**безусловно**
	поведение	личност
позитивно	Одобрявам вашето поведение, облекло…	Харесвам те, ти си сериозен, умен, хубав, смел…
негативно	Не харесвам… Това не е правилно… Това не ти отива…	За нищо не ставаш ! ! ! Какъв си мързелив !

За да се реагира на безусловна негативна оценка, може да се накара авторът на оценката да направи разлика между личността и ситуацията :

Пример : « *Не ставаш за нищо* »
Отговор : « *За какво не ставам ?* »
« *Кое те кара да кажеш това ?, какво точно те дразни в моето поведение* »

* Лоранс Жьонен, Мартин Льорон, ***Практики на транзакционен анализ***, *Издателства дьо ВЕКИ*

Коментар :

F Това упражнение е трудно за провеждане: всъщност, участниците са принудени да се изявят публично.

F Това означава, че обучаващият трябва да действа предпазливо и с такт и да избягва забележките, които съдържат ценностна оценка. Да реагираш позитивно на « негативната безусловност ».

.

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	В/ СПОСОБНОСТ ЗА ПРЕДСТАВЯНЕ НА САМИЯ СЕБЕ СИ В ДОБРА СВЕТЛИНА **S1/ умение за подбор на подходящо за даден случай облекло** **S2/ умения да се адаптират думи и действия към различни ситуации** **S3/ умения за представяне с умерени и позитивни думи** **S4/ умения за изграждане на поведение, адаптирано към всяка разговорна ситуация**	А.В. S1 – S2 S3 – S4

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 1:

Обучаващият поставя задача на учениците да определят в какво се състои представянето на самия себе си в добра светлина (облекло, жестове, език, и т.н.).

Той им предлага да помислят за различни ситуации, в които на човек му се налага да прави усилия за представянето си :

- в училище
- в частния живот
- в професионален контекст

ФАЗА 2:

Да опишат и :

- своето облекло
- своя език и поведение в час

и да си направят самокритика в писмен вид.

ФАЗА 3:

След това, обучващият предлага на всички ученици да изкажат мнение за всеки един от тях и да запишат направените критики. След проверка от обучаващия на направените критики, е добре всеки да се запознае с впечатленията, които е оставил в групата, за да си даде сметка за представата, която другите имат за него.

ФАЗА 4:

След това всеки трябва да направи необходимите поправки по време на следващо упражнение, което ще бъде базирано на ролева игра с тема интервю за намиране на лятна работа .

Няколко младежи съставят журито на работодателя (3, 4 души), а другите съставят журито за оценяване (начертана таблица с критериите за оценяване на облеклото, езика и поведението…). Младежите играят последователно ролята на кандидати. Тази фаза ще изисква повече упражнения, което ще подсили значението й и ще позволи на всеки да бъде по-добре подготвен, за да се представи в добра светлина.

	Продължителност	Необходими материали
	Фаза 1: 20 мин. **Фаза 2: 15 мин.** **Фаза 3: 45 мин.** **Фаза 4: 10 мин. на човек**	• Дъска • Таблица за наблюдения- документ 2 стр. 199

ОЦЕНЯВАНЕ:

Таблица за наблюдения, раздадена на наблюдателите, служи за база за критерийно оценяване на интервюто.

Ситуациите на търсене на стаж, в които младежите ще трябва да се представят на шефа или друг отговорен служител от предприятието, позволяват оценяването в реална ситуация до каква степен е придобита тази компетенция.

Коментар:

F Обуващият трябва да внимава наблюденията да са формулирани по начин, изразяващ уважение към личността на другия (той е необходим гарант в психологически аспект).

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	C/ СПОСОБНОСТ ЗА ОТКРИТОСТ И ОТВОРЕНОСТ **C1/ Показване на заинтересованост по отношение на обкръжението си**	A.C. C1 S1-S2-S3-S4
	S1/ умение за търсене на допълнителна информация **S2/ умения за опознаване на местата, дейностите и събитията засягащи неговия град…** **S3/ да се интересува се от новостите** **S4/ да се търси максимум информация за професионалния живот**	

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

Събуждане на интерес

Често заинтересоваността към обкръжението е много слабо развита при младежи в особено затруднено положение. Ето защо е необходимо да им се предложи дългосрочен подход, за да се събуди постепенно любопитството им.

Работата по тяхното привличане се състои в създаване на ВЕСТНИК, саморъчно изработен от изрезки от местни вестници и такива, които се раздават безплатно.
Младежите трябва да изберат статии, които ги интересуват : различни обяви за представления, спортни или културни прояви, благоустройствени проекти и т.н..… Избраните статии се събират в джоб- пликове и се забождат върху подходяща повърхност (пано от корк, картон и т. н…).

Младежите са длъжни да носят редовно нова информация и да отделят време, по възможност няколко пъти седмично, за обсъждане и въпроси по тази информация.
Целта е преди всичко постепенно да се засили интереса им към това, което се случва в техния град и те вече по- спонтанно да търсят сведения от всякакъв род. Този подход също би им позволил да обсъждат теми извън училищните.

ЗАБЕЛЕЖКА:

Подходът дава по-добри резултати, когато се приложи към вестника, план на града, позволяващ да се определят местата, за които става дума в статиите (освен това, по този начин всеки може да определи положението на местата, за които става въпрос, собственото си местоживеене).

ОЦЕНЯВАНЕ :

Четенето на вестника , спонтанното донасяне на статии, създаването на нови рубрики, обсъждането и въпросите към новите информации са сами по себе си показателни за положителна промяна от страна на младежите.

	Продължителност	Необходими материали
		• Джоб-пликове -прозрачни • Вестници със статии и обяви • Дъска за закрепянето им • План на града

Коментар :

F В началото, статиите могат да обхващат изключително практични теми : работно време на басейните, дейности на учебния център и друга информация, която може да заинтригува младежите и същевременно да им помогне да открият местата за обществен живот на различните квартали в техния град и област.

F Обучаващият може да използва времето за обсъждане, за да включи въпроси, които да подтикнат младежите да открият места, дейности и прояви повече свързани с културата, отколкото тези в началото.

F Когато подходът е в напреднала фаза, с младежите може да се направи упражнение, свързано с околната среда в техния град.

F Що се отнася до новините, младежите могат да изберат няколко от тях, които да се заемат с различни теми : мода, информатика, електроника, аудиовизуална техника, електрообзавеждане….

За S4, отнасящо се до сведенията за предприятието, може да се предложи на младежите да направят страница « Предприятието » , която да допълват при всяко завръщане от стаж със специфични сведения за предприятието.

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	C/ СПОСОБНОСТ ЗА ОТКРИТОСТ И ОТВОРЕНОСТ C2/Способност за критичност S1/да анализира положителните и отрицателните аспекти на ситуация или събитие	A.C. S1

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ВЪВЕДЕНИЕ

- Обучаващият дава няколко минути на младежите да помислят какво означава за тях израза « критичност » и да предложат примери или по-общи определения на това, което мислят, че е « критичност » ;

- Като взема предвид дефинициите, предложени от учениците, обучаващият задава въпроса дали думата « критичен » не се разбира твърде често в негативен смисъл : « да критикуваш, значи да рушиш», докато тя би трябвало да има позитивен смисъл : « да критикуваш, значи да създаваш » ;

- Той им задава следния въпрос : « *Кое е конструктивното в критиката?* », и : « *За какво служи умението да критикуваш (да показваш критичен дух) ?* » ;

- На този етап, младежите обикновено изразяват идеята, че да критикуваш, това е да разделяш нещата на положителни и отрицателни, без да знаеш винаги как може това да повлияе на един индивид.

ФАЗА 1:

Тогава обучаващият предлага на групата конкретен пример и всеки трябва да запише своите положителни и отрицателни аргументи.

Примерни ситуации :

- Трябва да си купите кола (мотоциклет, велосипед), колебаете се между два модела, които ви харесват поради различни причини. За всеки един напишете положителните и отрицателни аргументи ;
- За да направите подарък на вашата майка, (приятелка…) вие се колебаете между марков парфюм и лична вещ (дреха, книга, различни аксесоари). Потърсете положителните и отрицателните аргументи в полза на едното и другото ;
- Участвате в проучване на общественото мнение за папараците, за жълтите вестници. Кажете какво положително и отрицателно, според вас, вършат те ;
- Интервюират ви по повод на обществените норми на поведение: трябва да се изкажете за техните положителни и отрицателни аспекти.

	Продължителност	**Необходими материали**
	Въведение : 30 до 45 мин. **Фаза 1 :** 30 мин. приблизително **Фаза 2 :** 20 до 30 мин. **Фаза 3 :** 15 до 20 мин.	

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	С/ СПОСОБНОСТ ЗА ОТКРИТОСТ И ОТВОРЕНОСТ С2/ Способност за критичност S1/ да анализира положителните и отрицателните аспекти на ситуация или събитие	А.С. S1

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 2:

На базата на положителните и отрицателните аргументи на младежите, обучаващият ги насочва към заключения върху :

1) Необходимостта от анализ на положителните аспекти (предимствата) и отрицателните аспекти (недостатъците) на продукт, ситуация или събитие, за да могат да направят избор, да заемат позиция ;

2) Фактът, че човек е склонен да смята за положително това, което се харесва, което е приятно, ценно в личен план, а за « отрицателно» това, което не се харесва, не е много приятно и ценно.

ФАЗА 3 :

Обучаващият приканва всеки един да разгледа аргументите, които е определил като позитивни или негативни и да определи личните ценности, които са ги предпоставили.

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	C/ СПОСОБНОСТ ЗА ОТКРИТОСТ И ОТВОРЕНОСТ C2/ Способност за критичност S2/ способност да изгради собствено мнение	A.C. S2

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 1:

Обучаващият предлага четири актуални теми, за да се започне дискусия в групата и да се достигне, по този начин, до противопоставяне на гледните точки.

Примерни теми :

- въвеждането на точки в шофьорските книжки и ефектът от това върху сигурността на пътя;
- увеличението на цените на цигарите и ефектът върху консумацията на цигари от младите хора.

След това всеки от младежите трябва да се включи в една от групите. Преди групите да започнат работа, ученикът трябва да помисли и да изгради собствено мнение по темата. Обучаващият може да помогне на ученик, който е затруднен да формулира идеята си.

ФАЗА 2:

Съставят се групите и се обобщават идеите, за да се видят всички гледни точки и да се започне дискусия по аргументите "за" и "против".

ФАЗА 3:

По един ученик от група докладва различните мнения, представяйки аргументите "за " и "против" по засегнатата тема.

Чрез тази работа се показва значението на това да изслушваш и разбираш аргументите на другите, за да развиеш своя критичен дух и затвърдиш собственото си мнение.

ФАЗА 4 : продължение или възможен вариант

Всеки ученик трябва да подреди досега развитите аргументи по своя преценка. Обучаващият кара учениците да се върнат на първоначалната си идея (фаза 1) и да констатират дали тя се е променила, подобрила или е останала същата. Това упражнение показва също как се създава мнение и как то може да се промени, като си остане лично.

	Продължителност	Необходими материали
	Продължителност на упр.:2,30ч. Фаза 1: 30 мин. Фаза 2: 20 мин. Фаза 3: 1час Фаза 4: 20 до 30 мин.	• Листи, молив

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	**D/ СПОСОБНОСТ ЗА ПРЕМИНАВАНЕ КЪМ ДЕЙСТВИЕ** **D1/ Да останеш активен въпреки трудностите** **D3/ Поемане на инициативи**	**A.D.**

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО	Предлагаме тези компетенции да се разработват чрез създаване на групов проект, тъй като те се създават по-продължително време и в атмосфера на доверие. По-голямата част от участниците изпитващи затруднения, обикновено имат изграден негативен образ за самите себе си и живеят често в несигурна и нестимулираща семейна среда. Следователно, за да се развият тези компетеции е необходимо: Ø Да им се дават задачи, отговорности (за самите тях, за групата), които им дават възможност за бъдат поставени в успешна ситуация (например: да окажат помощ по математика на по-слаб от тях ученик); Ø да им се оказва съдействие при преодоляване на всички затруднения, които срещат; Ø да им се помогне да осъзнаят, че могат да въздействат на нещата около себе си (място на контрол); Ø да се използва грешката като източник на прогрес. За повече подробности –в теоретичните референции.

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	D/ СПОСОБНОСТ ЗА ПРЕМИНАВАНЕ КЪМ ДЕЙСТВИЕ D2/ Поемане на отговорности S1/ в неформална среда (семейство, училище)	A.D S1

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

Участниците трябва да направят списък с работните задачи и различните отговорности, отнасящи се до живота на класа.

Пр. : - Да потърсят работната си тетрадка.
- Да се заемат с уговарянето на стажа.
- Подготвяне и подреждане на компютрите (по един отговорник за период).
- Събиране на безплатните обяви за търсене на работа и културния афиш.

Започва се дискусия по тези всекидневни задачи, която да покаже, че те са стойностни (в личен план) и социални (в подпомагането на другите). Изтъква се необходимостта да се посочи един отговорник за " живота на класа" за определен период, чиято роля ще бъде да контролира отговорностите на всеки ученик и същевременно да следи за създаването на добра среда за работа.

Да се изработи седмично (периодично) табло с двоен вход и да се разпределят отговорностите на всеки във възходящ хронологичен ред, така че всеки по реда си да изпълни сбора от дейностите. Тази таблица ще бъде начертана в работната тетрадка.

	Отговорности				
Период	Подготвяне и подреждане на компютрите	Уговаряне на стажове	Работна тетрадка	Обяви	Отговорник за „ живота на класа”
От до	Милен				
От до	Елена				
От до	Светла				
От до	Красимир				
От до	Яница				

ОЦЕНЯВАНЕ:

Проверка на предложенията за дейности и тяхното изпълнение от отговорника за живот на класа за съответния период с помощта на класния ръководител.

Продължителност	Необходими материали
Списък на задачите и отговорностите: 30 мин. Проверка на таблото в края на периода и организиране на следващия период: 30 мин.	* • таблица с двоен вход

Коментари :

F Да се предвиди заместник за всяка задача.

F В края на периода задачите са или не са изпълнени и това може да се обсъди в дискусия по темата «Какво означава да си отговорен».

F Разширяване и задълбочаване : след като е проверен първия период, всяка задача може да бъде повод за насърчаване на инициативността.

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	D/ СПОСОБНОСТ ЗА ПРЕМИНАВАНЕ КЪМ ДЕЙСТВИЕ D2/ Поемане на отговорности S2/ в(относително) непознати ситуации	A.D S2

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 1:

По повод на общо пътуване на групата, учениците съставят списък с необходимите елементите и дейности за осъществяването на проекта.

Да се започне дискусия върху естеството и социалния интерес на различните задачи.

Пр :

- намиране на разписанията и тарифите на БДЖ;
- намиране на плановете на града и околностите;
- намиране на разписанията и тарифите на автобусите;
- събиране на по-точни сведения за вида и контекста на пътуването.

Да се сформират групи и да се даде на всеки отделна задача (виж таблицата).

Имена	**Задачи**				
	Разписания и тарифи на БДЖ	План на града и околностите	Разписания и тарифи на автобусите	Сведения за вида и контекста на пътуването	
Гр.1	Милен	Елица	Яница		
Гр.2					
Гр.3					
Гр.4					
Гр.5					

Информацията, събрана от младежите ще бъде подредена в папка.

ФАЗА 2:

- Всяка група представя своята информация.
- Целият клас участва в избора на стратегията, която е най-подходяща за осъществяване на поставената цел.

ОЦЕНКА :

Проверка на дадените отговорности и предложенията за действие в групата, заедно с обучаващия.

Продължителност	Необходими материали
Фаза 1: 45 мин. до 1ч Фаза 2: 1ч	* Таблицата, представена по-горе

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	Е/ СПОСОБНОСТ ЗА ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА ПРОЕКТ **S1/ способност да определи силните и слабите си страни в личен план**	А.Е S1

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

Обучаващият възлага на всеки участник да попълни следния въпросник

Между тези 27 предложения, ограждам със зелено тези 7, които ми допадат най-много, с червено 7-те, които най- малко отговарят на личността ми.Аз съм:

¨ Ентусиаст
¨ Пораженец
¨ Упорит
¨ Който лесно се отказва
¨ Оптимист
¨ Песимист
¨ Самотен
¨ Обичам да живея сред другите
¨ Скромен
¨ Общителен
¨ Устойчив, твърд
¨ Нерешителен
¨ Чувствителен
¨ Самоуверен
¨ Със силен характер
¨ Търпелив
¨ Смел
¨ Симпатичен
¨ Решителен
¨ Нервен, раздразнителен
¨ Нестабилен
¨ Не вярвам в себе си
¨ С жив характер
¨ Спонтанен, буен
¨ Волеви
¨ Който успява с мъка
¨ Малко ленив

¨ Ентусиаст
¨ Пораженец
¨ Упорит
¨ Който лесно се отказва
¨ Със силен характер
¨ Търпелив
¨ Смел
¨ Симпатичен

	¨ Оптимист ¨ Песимист ¨ Самотен ¨ Който обича да живее сред другите ¨ Скромен ¨ Общителен ¨ Устойчив, твърд ¨ Нерешителен ¨ Чувствителен ¨ Самоуверен	¨ Решителен ¨ Нервен, раздразнителен ¨ Нестабилен ¨ Не вярва в себе си ¨ С жив характер ¨ Спонтанен, буен ¨ Волеви ¨ Който успява с мъка ¨ Малко ленив
	Продължителност	**Необходими материали**
	Фаза 1 : 15 мин.	• Червен и зелен химикал

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	Е/ СПОСОБНОСТ ЗА ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА ПРОЕКТ	A.E S1
	S1/ способност да определи силните и слабите си страни в личен план	

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 2:

Всеки от участниците трябва да определи представата, която другите от групата имат за него и да я сравни с тази, която според него имат.

ФАЗА 2/1:

Обучаващият раздава на всеки ученик по една таблица за оценка (виж следващата страница) и всеки трябва да се самооцени, използвайки 21 предложени критерии с оценки от 1 до 4 :
1 = рядко ; 2 = понякога ; 3 = често ; 4 = винаги (вж. приложения фиш)

ФАЗА 2/2:

Младежите сформират групи от 4 до 5 души максимум и пишат своята преценка за другите членове на групата на бял лист(същата таблица за оценяване както за фаза 2/1).

ФАЗА 2/3:

После всеки събира фишовете, които се отнасят за него, пренася резултатите върху своя фиш и отбелязва разликите между представата, която има за себе си и тази, която предизвиква у другите.

Може да се започне дискусия в групата по повод на отклоненията в представите.

Продължителност	Необходими материали
Фаза 2 : 1 ч.30 мин.	• 4 до 5 начални фиша за всеки младеж • 1 фиш за оценка за всеки младеж

ФИШ ЗА ОЦЕНКА

Трите имена :	**Лична преценка**	**Преценка на групата**	**Отклонение**
Физическо представяне			
w Прилично облекло	Пр. : 4	Пр : 2, 3, 3, 4.	
wПоведение, съобразено със ситуацията			
wОткрит, честен поглед			
Устно представяне			
w Изразява се свободно и ясно			
w Точен и стегнат израз			
w Убедителен			
Черти на личността			
w Грижлив			
w Любознателен			
w Прям			
w Амбициозен			
w Спокоен, уверен			
w Енергичен, ентусиаст			
w Новатор			
w Прилежен, внимателен			
w Мотивиран			
w Самоуверен			
w Вдъхващ доверие			
w Симпатичен			
w Изобретателен			
w Отговорен			
w Съвестен, лоялен			

Коментар :

F Тези упражнения могат да се предложат, само ако в групата има благоприятен климат и след като всички са се съгласили да ги направят. Освен това, не трябва да се позволява никакъв коментар на личната преценка.

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	Е/ СПОСОБНОСТ ЗА ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА ПРОЕКТ S2/ способен е да определи своите силни и слаби страни в училище	А.Е S2

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 1:

Обучаващият поставя задача на участниците да отговорят писмено, а после устно на следните въпроси :

- По кои предмети се представям добре в училище ?
- Как мога да го обясня ?
- По кои предмети изпитвам най-големи трудности ?
- Как си обяснявам тези затруднения ? (не разбирам материала, не работя достатъчно, лоша атмосфера в час, лоши взаимоотношения с учителите, семейни проблеми, здравословни проблеми...
- Кои предмети са ми интересни и кои не ? Как си го бяснявам?

ФАЗА 2:

- Кои са целите, които искам да постигна? (да подобря общия си успех, да получа диплома, да чета много добре, да разбирам това, което чета, да разчитам чертежи, придобиване на умения и познания за живота...)
- Какво мога да направя или от каво имам нужда, за да преодолея трудностите (с помощта на учител, възпитател) ?
- Какви са действията, които трябва да предприема, за да постигна тези цели ?

Обучаващият може да предложи на младежите възможно най-конкретни и краткосрочни цели:

Примери :

- Не работи достатъчно: да си постави като непосредствена задача да работи всеки ден по половин час
- Не разбира уроците : кой може да му помогне ? (родители, братя, сестри, приятели, възпитатели)
- лоша атмосфера в час или лоши взаимоотношения с учителите, семейни проблеми и здравословни проблеми.

За този тип проблеми обучаващият, възпитателят или училищния педагог може би трябва да работят и индивидуално с младежа, заедно да определят причините, външни и тези, които зависят от него. Да се внимава младежът да не достигне до извода, че той е виновен за всичко или обратно, че не е виновен за нищо.

(Други компетенции, необходими за това упражнение: вж. D2 и A3)

Продължителност	Необходими материали
Фаза 1 и 2 : 1 ч. 30	• Листи, химикалки

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

Става въпрос за насочване на младежите към вземане на решение без да се включват реално в началото, после проблеми, в които се включват и накрая съвсем лични решения.

ФАЗА 1 :

В началото обучаващият предлага на участниците упражнения като „Космически кораб" (вж. Самостоятелност/ Е / S1), « Изгубени в морето», «Оцеляване» (вж. сл. страници), упражнения, в които трябва да се вземе решение, но реалното включване на самите участници не е толкова голямо и освен това има и ключ към упражненията.

ФАЗА 2 :

Обучаващият предлага в един следващ етап обсъждане на реални ситуации от ежедневието (вж. сл. страници), но в които младежът не участва лично.

ФАЗА 3 :

Обучаващият предлага накрая включване в реални ситуации. Той предлага на участниците да направят лична равносметка (II / E / S1), и да определят в какво отношение трябва да работят, за да подобрят постиженията си. Всеки писмено ще отбележи целите, които си поставя, а обучаващият му оказва съдействие при определянето им.

Продължителност	Необходими материали
Фаза 1 : около час за упражнение **Фаза 2** : около час за всеки случай **Фаза 3** : от 30 до 45 мин.	* Игрите от 1 фаза

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 1 : УПРАЖНЕНИЕ 2

ИЗГУБЕН В МОРЕТО

Индивидуално :

Всеки чете инструкциите, после записва на листа за решенията това, което е избрал. Участниците не трябва да споделят нищо.

На малки групи те сравняват отговорите си и трябва колективно да изберат най-доброто решение.

Примерен отговор е предложен на групата.

Инструкции :

Вие се намирате на яхта в средата на Южния Пасифик.
След пожар с неустановен произход, голяма част от оборудването е разрушена. Яхтата бавно потъва. Вие не знаете къде точно се намирате поради повредата на навигационните инструменти и фактът, че екипажът е бил ангажиран с огъня. Най- точната преценка е около 2000 км във всички посоки.

По- долу ще намерите списък с 15 предмета, които не са били повредени от огъня. Освен това имате надуваема лодка с гребла, която може да транспортира вас, екипажа и всички предмети, изброени по-долу.
Общо в джобовете си, оцелелите имат следните неща :

- 1 пакет цигари
- много кутии кибрит
- 5 банкноти по 10 евро.

Задачата ви е да подредите по значение 15- те предмета в следващата таблица, като първи номер ще е най- важният, а 15 – най- маловажният.

ОТГОВОРИ					СПИСЪК
Моето предпочитание	**Моето подреждане**	**Примерно подреждане**	**Подреждане на групата**	**Разлика с групата**	
					Секстант
					Тоалетно огледалце
					Туба с 20 литра вода
					Мрежа против комари
					Касета с военни порционни дажби
					Карти на Тихия океан
					Надуваема възглавничка
					2 туби по 10 литра дизелово гориво
					Транзисторно радио
					Прах против акули
					10 m² найлон
					2 кутии с шоколадови блокчета
					Риболовни такъми
					20 метра найлоново въже ½ литър ром 65°
					ОБЩО

Според ескперти от Американския флот, основните неща, от които един корабокрушенец насред океана се нуждае, са от два вида :

- предмети, с които да се привлече вниманието на спасителите,
- предмети, предназначени да се оцелее до тяхното пристигане.

Уредите за навигация не са от голямо значение, защото, дори една малка лодка да успее да стигне до брега, би било невъзможно тя да разполага с нужната храна и вода, за да оцелее екипажът през това време. Оттам и голямото значение, отдавано на огледалцето и двата бидона с дизелово гориво, тъй като тези предмети може да се използват за привличане на вниманието на въздушни спасители. Водата и храната, например порционните дажби, са от второстепенна важност.

Разбира се, ползата от всеки предмет не представлява изобщо употреба, която той би могъл да има, а значението му в този случай.

1) **Тоалетно огледалце**, необходимо за указване на местоположението си на въздушните спасители.
2) 2 туби с по **десет литра дизелово гориво**, важно за отбелязване на местоположението си : дизеловото гориво не потъва и може да се запали.
3) **20 литра вода в туба**, необходими за рехидратация.
4) **Кутия с военни порционни дажби « К ».** Те ще осигурят основната храна.
5) **Лист непрозрачен найлон с площ 10 m ^{2}**, необходим за събиране на дъждовна вода и защита от лошото време.
6) **Две кутии със шоколадови блокчета**: те са хранителни резерви.
7) **Риболовни такъми**, класирани по-маловажни от шоколада, защото не сте напълно сигурни дали ще хванете риба.
8) **Двадесет метра найлоново въже**. Може да се използва за привързване на товара, за да не изпадне от борда.
9) **Надуваема възглавничка**. Би могла да послужи за шамандура при нужда.
10) **Пудра против акули**, за да успокоява наплашените от филма « Челюсти».
11) **Половин литър 65°** , за да се дезинфекцират евентуални наранявания. Не се препоръчва да се пие, тъй като алкохолът повишава дехидратацията.
12) **Малко транзисторно радио** : не особено необходимо, тъй като не е предавател, а вие сте далеч от любимата си станция.
13) **Карти на Тихия океан** : ненужни. Без навигационни уреди е по- важно да знаете позицията на спасителите, отколкото своята.
14) **Мрежа против комари** : няма комари в средата на Тихия океан !
15) **Секстант** : ненужен без таблици и хронометър.

Основната причина да се подредят предметите за сигнализация преди тези за оцеляване – храна и вода – се състои в това, че без уреди за сигнализация, вие практически нямате никакъв шанс да бъдете забелязан и спасен ; повечето спасявания са извършени в първите 36 часа след корабокрушението и човек може да оцелее без храна и вода през това време.

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 1 : УПРАЖНЕНИЕ 3

ИГРА НА ОЦЕЛЯВАНЕ

Индивидуално :

Всеки записва на своя лист за отговори, решението, което е избрал. Не са позволени разговорите между участниците.
На малки групи, участниците сравняват и обосновават отговорите си. Те трябва колективно да вземат най- доброто решение.
На групата се предлага типов отговор.

Указания :

На следващата страница ще намерите дванадесет въпроса, засягащи всички аспекти на човешкото оцеляване в пустинно място. Трябва да изберете самостоятелно, за всеки въпрос, отговорът, който ви се струва най- подходящ за предложената ситуация. Опитайте да си представите себе си в описаната ситуация и помнете, че сте сам и имате много ограничена екипировка (без посоченото изключение). На мястото, където се намирате е есен ; дните са горещи и сухи, но нощите са студени.

След като отговорите индивидуално на всеки един от тези въпроси, ще трябва да ги прегледате отново един по един, но този път на малки групи. Сега вашата група ще трябва да реши, стигайки до консенсус, кое е най-доброто решение за всяка ситуация. В никакъв случай не трябва да променяте вашите индивидуални отговори след дискусията в групата. След това индивидуалните отговори и отговорът на групата ще бъдат отбелязани, в зависимост от един възможен отговор, който ще ви бъде предложен от група експерти.

ИГРА НА ОЦЕЛЯВАНЕ – СПИСЪК НА СИТУАЦИИТЕ

	индивидуални отговори	колективни отговори
1 – Вие сте се отдалечили от групата на вашите приятели и сте се загубили, сам в гора, без път, нито следи. Нямате никакво специално оборудване, за да сигнализирате местоположението си. Най- добрият начин да предупредите приятелите си е: **а.** Да викате за помощ възможно най- силно, но като снижите гласа си. **б**. Да викате възможно най- силно. **в.** За свирите колкото можете по- високо и силно.	……..	……
2 – Намирате се в зона, обитавана от змии. Най- добрият начин да се защитите от змиите е : **а.** да тропате колкото можете по- шумно с краката си. **б.** да вървите внимателно и безшумно. **в.** да се придвижвате нощно време.	…….	……
3 – Изгубили сте се в дива местност и сте гладен. Най- добрият начин да разпознаете растенията, които стават за ядене (тези, които не познавате), е да: **а.** да опитате това, което ядат птиците. **б.** да ядете всички растения, без тези, които имат яркочервени топчести плодове. **в.** да сложите парченце от растението върху долната си устна за пет минути ; ако не ви стане нищо, да пробвате да изядете малко от него.	…….	……
4 – Става горещо и сухо. Имате около 1 литър вода . Вие трябва : **а.** да пестите водата и да пиете приблизително само по чашка на ден. **б.** да не пиете преди да спрете за през нощта ; и тогава, да изпиете толкова, колкото мислите, че трябва на организма ви. **в.** да пиете толкова, колкото ви се пие, защото сте жаден.	……	……
5 – Нямате повече вода и сте много жаден. Най- накрая стигате до коритото на една рекичка, но откривате, че е напълно пресъхнала. Най- добрият начин да намерите вода е да: **а.** дълбаете, където и да е в коритото на рекичката. **б.** да дълбаете под растенията и корените на растения по бреговете на рекичката. **в.** да дълбаете в коритото на рекичката там, където тя прави завой.	…….	…….
6 – Опитвате се да напуснете тази пустинна местност, като вървите по доловете, където може да се намери вода. Когато дойде нощта, най- доброто място за лагеруване е: **а.** близо до водния джоб, в дъното на дола. **б.** нависоко, върху някоя издатина. **в.** на средата на склона.	…….	……
7 – Отдалечили сте се от вашия лагер за малка разходка на свечеряване. В гората започва бързо да пада нощта и когато се връщате в лагера, светлината на фенерчето ви намалява. Тогава трябва да:	…….	……

а. се отправите възможно най- бързо към лагера, със запален фенер, надявайки се, че ще работи достатъчно дълго, за да можете да намерите пътя. **б.** да сложите батериите под мишниците си, за да ги стоплите и после да ги сложите във фенера. **в.** да светвате на интервали, за да намерите пътя и да напредвате постепенно.		
8 – Снежна буря ви задържа в палатката ви. Докато спите, сте оставили примуса запален. Това може да бъде опасно, ако пламъкът е: **а.** жълт. **б.** син. **в.** червен.	…….	……
9 – Трябва да пресечете бързей с големи камъни по дъното, а водата е мътна. След като сте избрали грижливо мястото, откъдето ще минете, вие трябва: **а.** да пресечете, като не си махате обувките и раницата. **б.** да си събуете обувките и да метнете раницата си на другия бряг. **в.** да метнете раницата на другия бряг, но да не си събувате обувките.	…..…….	……
10 - Когато пресичате река със силно течение и водата ви стига до кръста, вие трябва да пресечете, обърнат: **а.** срещу течението. **б.** към другия бряг. **в.** по течението.	……...	…….
11 – Намирате се върху скално образувание, което трябва да изкатерите, за да продължите. Скалите са хлъзгави и покрити с мъх. Трябва да се катерите: **а.** с боси крака. **б.** с обувки. **в.** по чорапи.	…….	…….
12 – Когато се връщате в лагера, с изненада откривате една голяма мечка да обикаля около палатката ви. Тя е враждебно настроена. На десет метра от вас, мечката се изправя на задните си крака. Вие трябва: **а.** да избягате. **б.** да се качите на най- близкото дърво. **в.** да останете неподвижен, но готов да се отдалечите бавно.	……..	……..

ИГРА НА ОЦЕЛЯВАНЕ - ОТГОВОРИ

Тук ще намерите, за всеки един от дванадесетте предложени въпроса, алтернативата, препоръчана от екпертите по оцеляване. Тези препоръки ще се приложат в по- голямата част от случаите. Все пак, в по- специфичните ситуации, ще трябва да се разгледат други действия.

1. (а)Викайте за помощ, но с нисък глас.

В действителност, ниският глас се чува по- надалеч, особено в гъста гора. Като викате силно, но с нисък глас, и използвате думата « помощ » имате най-голям шанс да бъдете чут от вашите приятели. Освен че няма да се чуе надалеч, високият глас може да бъде объркан в далечината с крясък на птица или друго животно.

2. (а) Да тропате колкото можете по-шумно с краката си.

По принцип, змиите се плашат от шума и ще се отдалечат от вас незабавно. Дори има голяма вероятност да не видите нито една, стига само да не сте я изненадали на място, откъдето не може да избяга.
Някои змии ловуват нощем и като вървите полека, имате големи шансове да срещнете някоя.

3. (в) Да сложите парченце от растението върху долната си устна за пет минути ; ако не ви стане нищо, да пробвате да изядете малко от него.

Естествено, най- доброто решение е да ядете само растения, които познавате. Но, ако имате съмнения, и нямате друг избор, тестът с устната е добро решение. Ако растението е отровно, ще получите неприятно усещане върху устната си, което ще бъде сигнал за опасност. Цветът на плодовете не е непременно знак за отровността на растението, а и птиците нямат същата храносмилателна система като нашата.

4. (в) Да пиете толкова, колкото ви се пие, защото сте жаден.

Това, което трябва да избегнете в този случай, е обезводняването, защото, веднъж започнал, процесът не може да бъде спрян и пестенето на водата няма да ви позволи да се борите ефикасно с тази опасност, особено ако получите слънчев удар поради обезводняването. Ето защо човек трябва да пие когато почувства нужда и разбира се, да потърси възможно най- скоро източник на вода.

5. (в) Да дълбаете в коритото на рекичката там, където тя прави завой.
В действителност, във вдлъбнатината на завоя водата тече най-бързо, там има най- голяма дълбочина и най- малко тиня и това е мястото, което пресъхва последно.

6. (в) На средата на склона.

В случай на буря, мястото може да се превърне в истински поток. Затова не трябва да лагерувате в дъното на склона, тъй като рискувате да бъдете отнесен от водата. Това се е случвало на много излетници в планината. Напротив, ако застанете на билото, ще бъдете изложен още повече на дъжда, вятъра и гръмотевиците в случай на буря. Така че, за предпочитане е да бъдете на средата на склона.

7. (б) Да сложите батериите под мишниците си, за да ги стоплите, и после да ги сложите във фенера.

Наистина, батериите губят много енергия и с изтощават по- бързо когато е студено и е добра идея да ги стоплите. Разбира се, за предпочитане е да избягвате да се разхождате или да правите преходи нощно време през гората. Има доста препятствия, които могат да ви наранят (ниски клони, стари пънове, дупки и т.н…). А един счупен крак, рана на окото или навехнат глезен биха били лош късмет във вашето положение. Когато се намирате в гориста местност, по- добре е да не се отдалечавате от лагера, тъй като нощта пада много бързо след залез слънце.

8. (а) Жълт.

Жълтият цвят на пламъка показва непълно горене в примуса и възможно отделяне на въглероден окис. Всяка година голям брой излетници се задушават в палатките си от отделения въглероден окис.

9. (а) Да пресечете, като не си махате обувките и раницата.

Пресичането на бързеи е причина за многобройни инциденти. Трябва да бъдете с обувки или ботуши, за да защитите краката си от порязване на острите камъни. Освен това, ако раницата ви е добре наместена, ще ви даде по- голяма стабилност при пресичането на бързея. А ако е херметична и непромокаема, тя може дори да ви послужи за пояс, в случай че попаднете на подводна яма.

10 (б) Към другия бряг.

Много хора са давят, като се обръщат в грешна посока при пресичане на брод. Да си обърнат срещу течението на реката е най- опасно. В този случай, течението може да ви блъсне назад, тежестта на раницата ви да ви повлече и да паднете в потока. Когато сте обърнат перпендикулярно на течението, можете да виждате постоянно мястото, до което трябва да стигнете на другия бряг и стоите най-стабилно.

11. (в) По чорапи.

По този начин ще имате по- добро сцепление и ще можете да усещате почвата под краката си. Планинарските ви обувки могат да станат хлъзгави а, от друга страна, ако вървите бос, рискувате рана на крака.

12. (в) Да останете неподвижен, но готов да се отдалечите бавно.

Ако се движите, това несъмнено ще раздразни повече мечката, отколкото неподвижното ви присъствие. Ако тя се интересува най- вече от провизиите ви, по-добре е да я оставите да се нахрани и да се отдалечите, когато приключи. Най-общо казано, препоръчва се да се отдалечавате много бавно, докато достигнете някакво безопасно място- дърво, труднодостъпна скала и т.н…

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	Е/ СПОСОБНОСТ ЗА ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА ПРОЕКТ S3/ способност за вземане на самостоятелно решение	А.Е S3

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 2 – РАЗГЛЕЖДАНЕ НА СЛУЧАИ

В зависимост от размера на групата, обучаващият ще избере третирането на проблема в голяма група в свободна дискусия,
– или –
да се съставят малки групи, които ще разсъждават отделно по един и същи случай, след това ще има обобщаване на всички предложени решения и ще се избере общ отговор за цялата група.

1) Себастиен би желал да учи механика.
Той има на разположение 15 дни, за да намери стаж, който ще му даде възможност за практика. Но той не знае откъде да започне. Убеден е, че собствениците на ремонтни работилници дори няма да го изслушат. Не знае с кого да се срещне, нито как би могъл да представи молбата си. Петнадесетте дни минават и Себастиен, който всъщност не е направил нищо, казва, че не е намерил стаж.
Според вас, как би трябвало да подходи Себастиен, за да си намери стаж ?

2) Летиция би желала да стане продавачка. Тя вече е преминала (доста успешно) първи стаж при една цветарка.
Собственичката е била доволна от нея, но й е казала, че няма да взема стажанти тази година. Но Летиция знае, че от друга страна, един друг цветар, на другия край на града, вероятно ще наеме някого през юни. Обаче първият магазин е точно до жилището й и собственичката има желание да я задържи на стаж до края на годината.
Какъв е проблемът на Летиция ?
На нейно място, в кой магазин бихте отишли вие на стаж и защо ?

3) Соня е на 17 години и иска да стане козметичка. Трудно й е да сключи договор за стаж, но в крайна сметка е намерила една собственичка, която да готова да подпише с нея договор за 1-ви юни.
Тя работи с удоволствие през юли и август. В салона има малко хора и всички са мили с нея. Има чувството, че вече доста е научила, а и условията на работа й харесват.
Първи септември идва, а с него и новата учебна година в CFA. Едва сега тя си дава сметка, че CFA е на 150 километра и тя трябва да прекарва там по една цяла седмица всеки месец. Същевременно, има приятел, с когото излиза всяка вечер, прекарват заедно уикендите и тя държи много на него. Страхува се, че ще го загуби, ако отсъства по една седмица в месеца. В крайна сметка, мисли да прекрати договора си и да потърси нещо друго, но не знае какво.
Какво мислите за държанието на Соня ?

Какво бихте направили вие на нейно място и защо ?

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	Е/ СПОСОБНОСТ ЗА ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА ПРОЕКТ	A.E
	S4/ способност за изготвяне на реалистичен проект	S4

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

Предложените различни упражнения целят да определят, стъпка по стъпка професионалното ориентиране на младежа и да го свържат с неговите възможности и реалността на работата.

План на упражнението

ФАЗА 1 :

ДА ОПОЗНАЕШ СЕБЕ СИ : 2 упражнения
- « наследството »
- « как вземате решения ? »

ФАЗА 2 :

ЦЕНТЪР НА ИНТЕРЕСИ И УСЛОВИЯ НА РАБОТА : 2 упражнения
- « център на интереси »
- « въпросник върху условията на работа »

За първите две фази, в края на всяко упражнение, младежът отчита своите резултати на фиш-отчет (вж. следващите страници), който му позволява да види с едно поглеждане всички събрани елементи.
Синтезът на този фиш ще му позволи да определи професиите, които ще разгледа по време на теренното проучване.

ФАЗА 3 :

ТЕРЕННО ПРОУЧВАНЕ

Анкетата може да се направи самостоятелно или по двама ; не става въпрос за намиране на стаж, нито работа, а да се разбере, като се задават въпроси на хората с тази професия, какви са техните условия на работа и задачите, които са част от работата им. После да кажат как са стигнали до тази работа. (виж Фиш анкета за работата)
Това теренно проучване ще позволи на младежа да съпостави идеите си с тези на професионалистите и да обмисли плановете си.

Продължителност	Необходими материали
« наследството » : 1ч. « как вземате решения.. » : 1ч. «център на интереси » : 1ч. « условия на работа » : 30 мин.	• Фишове на упражнението • Фиш-отчет • Моливи, листи

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 1 – УПРАЖНЕНИЕ 1

НАСЛЕДСТВОТО

1) Индивидуална фаза

Условие :

В един и същи ден, n души получават писмо, съобщаващо им за смъртта на Дезире Дюшмен, известен американски милиардер. Писмото ги известява, че той ги е включил в завещанието си.

В деня на отваряне на завещанието, всички тези лица са събрани при нотариуса, който чете последната воля на милиардера :
«Не искам да оставя богатството си на неудачници и мързеливци. Ето защо, то ще бъде разделено между тук присъстващите при единственото условие за 10 минути те да изготвят списък с 10 различни дейности, от които се интересуват и които упражняват ». (или, общо, 10 дейности x n души)

Младежите от групата са посочените наследници и всеки трябва да отбележи максимума дейности, задачи, които е способен да осъществи (като търси идеи както в професионалния, така и в извънпрофесионалния си живот).

2. Колективна фаза

Случай 1 :
Обучаващият описва на дъската дейностите, посочени от всеки младеж. Всеки попълва собствения си списък, като добавя дейности, цитирани от другите, които не се е сетил да включи в списъка си, а е способен да ги осъществи.

Случай 2 :
Младежите сформират групи по 5- има и трябва да успеят да съставят списък с 10 дейности x 5 = 50 дейности, помагайки си взаимно в набелязването на дейности, които са способни д извършват.

3. Индивидуална фаза

Всеки младеж отбелязва дейностите, които иска(би искал) да върши в бъдещата си работа и тези, които не би искал да срещне на бъдещото си

	работно място.

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 1 – УПРАЖНЕНИЕ 2

КАК ВЗЕМАТЕ РЕШЕНИЯТА СИ ?

За да изберете вашата ориентация, вие трябва да вземате решения. Как ?
A – Можете да оставите събитията да се случват : със сигурност няма да бъдете удовлетворен.
B – Можете да избирате импулсивно : рискувате да сгрешите от прибързаност.
C – Можете да вземате авторитарни решения: рискувате да сгрешите от прекалена самоувереност.
D – можете да помислите върху вероятните рискове и вашата способност да ги поемете : изборът ви ще бъде обмислен.
Как ще постъпите, когато трябва да вземете решение ?

КАК ВЗЕМАТЕ РЕШЕНИЯТА СИ ?

На всеки зададен въпрос отговорете спонтанно, като слагате кръстче в избраната колонка:

	По-скоро ДА	По-скоро НЕ
1- Решителна личност ли сте ?		
2- Нареден сте на дълга опашка, ще чакате ли ?		
3- Способен ли сте да « играете роля », за да постигнете целта си ?		
4- Умеете ли да защитавате вашата гледна точка, дори пред приятели, които не са съгласни с вас ?		
5- Добре ли се чувствате при контакт « лице в лице »?		
6- От този тип хора ли сте, които крият намеренията си докато не разберат намеренията на другите ?		
7- Ако на футболен мач топката случайно попадне у вас, връщате ли я веднага?		
8- Казвате ли често за някоя работа : « ще я свърша утре » ?		
9- Обичате ли да противоречите на приятелите си в разговор ?		
10- Ако ви направят забележка, която ви е неприятна, премълчавате ли си ?		
11- Съгласен ли сте със следното твърдение «трябва винаги да бъдеш по-силният»?		
12- Един досаден познат ви се обажда, карате ли да кажат, че ви		

	няма ? 13- Обичате ли ситуации в които да се състезавате ? 14- За предпочитане ли е да карате други да действат вместо вас ? 15- Често ли използвате чара си , за да ви приемат навсякъде ? 16- Обичате ли да се съветвате с другите ? 17- По- скоро доверявате ли се на хората около вас ? 18- Влияете ли лесно на другарите си ? 19- Мислите ли, че всяка дискусия трябва да завърши с победител ? 20- Умеете ли да докарвате докрай нещата, с които се заемате ? 21- Опитвате ли се да се харесате на някоя важна личност с цел по- нататъшни облаги ? 22- В разискване в група, вие сте по-скоро« зрител » ? 23- Мислите ли, че човек често трябва да е агресивен, за да успее в живота ? 24- В група, често ли приемате да изпълнявате « задачи », които не ви се признават ? 25- Блокирате ли когато ви се наложи да вършите нещо необичайно ? 26- Често ли ви се случва да прекъсвате събеседника си ? 27- Можете ли да говорите спокойно пред внимателна публика ? 28- Целта винаги ли оправдава средствата ? 29- Не се ли колебаете да бъдете рязък, за да се наложите ? 30- Може ли да се каже, че сте човек, който търси компромис ? 31- Вземате ли думата, без съзнателно да се налагате ? 32- Често ли ви се иска да вземете думата, каквото и да ви струва, за да ви забележат ? 33- Ако участвате в театрален клуб, бихте ли предпочел да сте по- скоро декор, отколкото актьор ? 34- Обичате ли да привличате вниманието в групата ? 35- Ако, в разговор, някой каже нещо невярно, склонен ли сте да не противоречите ? 36- В спор, предпочитате ли да оставите първо другите да говорят, за да можете после по- добре да ги атакувате ? 37- Търсите ли такива приятели, които ви позволяват да бъдете себе си, без да се преструвате ? 38- Често ли се затруднявате да вземете страна в спор ?		

	39- Търсите ли хора, склонни да заемат вашата позиция, за да сте сигурен, че ще сте прав ? 40- Смеете ли да се противопоставите, без да се палите, когато не сте съгласен ?		

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	Е/ СПОСОБНОСТ ЗА ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА ПРОЕКТ S4/ способност за изготвяне на реалистичен проект	A.E S4

ХОД НА УПР

ОБОБЩЕНИЕ

Пребройте по 1 точка за всеки отговор « по- скоро ДА » и нула точки за « по-скоро НЕ » . Нанесете резултате в таблицата срещу номера на съответния въпрос. После съберете по колонки.

2 8 10 12 22 24 25 33 35 38		1 7 9 11 13 19 23 26 29 34		3 6 14 15 18 21 28 32 36 39		4 5 16 17 20 27 30 31 37 40	

АЖНЕНИЕТО

Общо /10 А	Общо /10 Б	Общо /10 В	Общо /10 Г

МОЯТ НАЧИН ЗА ВЗЕМАНЕ НА РЕШЕНИЕ

А – тенденция « оставям събитията да се случват »
Склонен сте да чакате някой друг да взема решенията вместо вас. Не правите всичко, за да вземете нещата в ръце. Малко се страхувате да се впуснете в действие, по-скоро изчаквате. Имате склонност да оставяте всичко на случайността.

Б – агресивна тенденция
Имате склонност да решавате бързо и импулсивно, рискувайки да не проучите достатъчно проблема ; вие следвате инстинкта си.
Често решавате, без да вземете под внимание мнението на другите, напук.

В – авторитарна тенденция
Склонен сте да вземате пресметнати решения, за да влияете на другите. Вие решавате, като се съобразявате със заобикалящата среда, за да наложите идеите си.

Г – тенденция « себеутвърждаване »
Често вземате обмислени решения, като се съветвате и зачитате другите. Вие анализирате ситуацията, информирате се. Налагате се, щом прецените това за необходимо и полезно.

Въпроси :

1 – Имате ли общ брой точки по-висок от този на другите ? Колко ? На коя тенденция отговаря ?

2 – Потърсете в ежедневието си ситуации, в които сте вземали решения, съответстващи на всяка тенденция. Отбележете ги накратко по- долу.

А – тенденция « оставям събитията да се случват »:

Б – « Агресивна » тенденция :

В – « Авторитарна » тенденция:

Г – Тенденция « себеутвърждаване » :

Вие виждате, че според обстоятелствата, значението, последствията на решението, различните тенденции могат да се утвърдят.

ЗАПОМНЕТЕ, ЧЕ ТЕНДЕНЦИЯТА « СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ » ПОЗВОЛЯВА ДА СЕ ВЗЕМЕ ДОБРЕ ПРЕМЕРЕНО РЕШЕНИЕ.

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	Е/ СПОСОБНОСТ ЗА ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА ПРОЕКТ	А.Е
	S4/ способност за изготвяне на реалистичен проект	S4

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕ

ФАЗА 2 – УПРАЖНЕНИЕ 1

ЦЕНТЪР НА ИНТЕРЕСИ

Всеки младеж избира 2 или 3 центъра на интереси, които предпочита, после разглежда списъка с професии в тези области. След това отбелязва на своя лист за отчитане на резултата своите центрове на интереси и професиите, които го интересуват.

1) ЛЕЧЕНИЕ
2) ОБУЧЕНИЕ ИЛИ ПРЕПОДАВАНЕ
3) ЗАЕТОСТ С ПЪТЕШЕСТВИЯ И РАЗВЛЕЧЕНИЯ
4) ТЪРГОВИЯ
5) РАБОТА НАВЪН
6) РАБОТА В ЕКИП
7) РАБОТА С ЦИФРИ
8) ПРОУЧВАТЕЛНА ДЕЙНОСТ
9) РАБОТА КАТО СЛУЖИТЕЛ

Е Т О	
	10) ИНФОРМИРАНЕ
	11) РАБОТА ЗА СВОЯ СМЕТКА
	12) ЗАНИМАНИЯ С ДЕЦА
	13) РАБОТА В КОНТАКТ С ПУБЛИКА
	14) НАБЛЮДЕНИЕ И ЗАЩИТА, ОКАЗВАНЕ НА ПОМОЩ
	15) УПРАЖНЯВАНЕ НА АРТИСТИЧНА ПРОФЕСИЯ
	16) ОБРАБОТВАНЕ НА ДЕТАЙЛИ
	17) ПРАКТИКУВАНЕ НА ЖИВИ ЕЗИЦИ
	18) РАБОТА В ОФИС
	19) ИЗВЪРШВАНЕ НА ПРЕЦИЗНА ДЕЙНОСТ
	20) ТЕХНИК В ПРОМИШЛЕНОСТТА
	21) ОКАЗВАНЕ НА ПОМОЩ ИЛИ СЪВЕТИ
	22) НЕЗАВИСИМА РАБОТА

КЛЮЧ ИНТЕРЕСИ-ПРОФЕСИИ

1) Бих искал да лекувам

Лекар
Хирург
Фармацевт
Зъболекар
Акушерка
Ветеринар

Медицински грижи : обслужващ персонал
Медицинска сестра
Санитар в психиатрия
Санитар
Помощник- анестезиолог
Педикюр
Сестра в детска градина
Помощна сестра в детска градина
Помощник- ветеринар

Медицински грижи : технически персонал
Работа с ЕКГ апарат
Техник за медицински анализи
Диетолог
Помощник- зъболекар
Помощник-фармацевт

Други медицински сътрудници
Шофьор на линейка

2) Бих искал …да преподавам или обучавам

Учители
Начално образование

Други преподаватели
Обучаващ
Инструктор в автоучилище
Учител по плуване
Спортен инструктор
Учител по танци

Преподаватели
Преподавател по техника
Строителен техник – обществени работи
Инструктор- възпитател
Специализиран възпитател

Други членове на образователни екипи
Съветници по професионално ориентиране
Училищен психолог
Съветник- възпитател
Възпитател на малки деца

3) Бих искал …да се занимавам с пътешествия и развлечения

Пътешествия
Организатор в туризма – почивка и свободно време
Придружител в туризма
Служител в пътническа агенция
Служител по посрещането в туризма
Туристически агент
Гид- преводач

Художествени занаяти
Дърворезбар
Тапицер- декоратор
Майстор на рамки
Мебелист
Майстор на керамика
Грънчар
Майстор – стъклар
Майстор на ковано желязо
Майстор на музикални инструменти
Фотограф
Печатар

Облекло
Шивачка
Мъжки шивач

Кожи
Шивач на дрехи от кожа
Майстор на кожени изделия

В индустриална и търговска фирма
Представител
Специалист маркетинг
Закупчик
Търговски инспектор
Търговски техник
Внос-износ
Охрана в магазин
Фелдшер

В търговията на дребно
Супермаркети
Закупчик
Касиер
Отговорник на щанд
Търговски служител

Начален учител

Средно образование

Прогимназиален учител
Гимназиален учител/ горен курс
Учител по физкултура
Учител по музика
Преподавател във висшето образование

Техническо образование

Прогимназиален учител
Гимназиален учител
Учител в селскостопанско училище

Специализирано образование

Начален учител в специализирано училище
Учител в специализирано училище

5) Бих искал да работя навън

Някои професии в строителството и публичните работи
Някои професии в риболова, флота, мореплаването
Някои професии в селското стоpанство
Някои професии в опазване на околната среда
Някои професии в туризма и развлеченията
Някои професии в спорта
Някои професии в научните изследвания
Някои дейности в публичния сектор
БТК
БДЖ
Армия
Митници

6) Бих искал да работя в екип

В производството и проектантски бюра
Инженер
Помощник - **инженер**

Статистика
Стенограф
Демограф
Статистик

В транспорта

Авиация

Пилот
Самолетен механик
Стюардеса
Стюард

Кораби

Моряк в търговския флот
Механик в търговския флот
Офицер в търговския флот
Специалист по

Развлечения
Аниматор- културни развлечения
Аниматор в туризма –почивка и свободно време
Спортен инструктор
Учител по плуване
Планински водач

4) Бих искал да се занимавам с търговия

Производство и продажба

Храни

Месар
Хлебар
Колбасар
Сладкар

В спортна дейност
Професионален футболист
Професионален спортист

В образователен екип
Учител…
Съветник в професионалното ориентиране
Образователен съветник
Документалист

Във възстановяването
Медико- психологически помощник
Специализиран възпитател
Технически възпитател
Специализиран детски учител
Психолог
Ерготерапевт
Специалист по психомоторика

В обществената безопасност
Жандармерия
Полиция
пожарна

В пресата и рекламата
Журналист
Редакционен секретар
Репортер- фотограф
Илюстратор
Макетист
Рекламист

В здравеопазването
Лекар
Хирург
Помощник- анестезиолог

Продавач
Търговски инспектор
Охрана в магазин

Малки магазини

Хранителни стоки
Прекупвач
Продавач
Продавач в аптека
Цветар

Като посредник
Недвижими имоти
Съдия- оценител
Застрахователен агент
Брокер
Пътуващ търговец

Банки, Застраховки, Финанси
Синдик
Финансов анализатор

Данъци
Данъчен и юридически съветник
Служител в министерство на икономиката, финансите и бюджета
Данъчна служба
Хазна
Установяване и наказване на измами
Митници

Информатика
Анализатор
Програмист
Мониторинг
Оператор- информатик

Научни изследвания
Физик- астроном
Инженер
Техник

Маркетинг/пазарни проучвания
Специалист по пазарни проучвания

Туризъм
Продавач на билети
Туристически агент

Хотелиерство
Касиер
Иконом

Строителство
Архитект
Помощник-архитект

радиоелектроника

Влакове

Агент за движението в БДЖ
Машинист

В света на шоу-бизнеса
Кино
ТВ-радио- видео
Аудио- визуални спектакли
Музикант
Танцьор
Театър
Цирк

Технически служби в индустрията
Асистент- инженер
Техническо чертане
Зememерство
Физик- аналитик

8) Бих искал да се занимавам с научни изследвания

Основни научни области
Изследовател
Физик

В контакт с природата
Земя : Геолог
Земя : Вулканолог
Земя : Петрол
Море: Океанолог
Въздух : Астроном
Въздух : Метеоролог
Енергия
Околна среда
Животни : ветеринар
Животни : зоолог

В хуманитарните науки
Етнолог
Психолог
Социолог
Ергономист
Историк- географ
Археолог
Архивист
Демограф
Статистик

В индустрията
Инженер
Учен
Преработвателна промишленост
Химия
Физика
Електроника
Аеронавтика
Механика
Микротехника

Санитар
Медицинска сестра, Санитар в психиатрията

7) Бих искал да се занимавам с цифри

Служби в счетоводството и управлението
Помощник- счетоводител
Счетоводител
Експерт- счетоводител
Сметководител
Одитор
Контрольор в управлението

Търговия
Касиер
Отговорник на щанд
Търговец
Търговски представител
Търговец на техника

В медицината и фармацията
Развлечения
Социокултурен аниматор
Документалист- библиотекар
Биолог
Фармацевт
Лекар

В изкуствата
Архитект
В аудиовизуалните средства
Индустриален стилист
Моден стилист

9) Бих искал да информирам другите

Преса
Редакционен секретар
Главен редактор
Журналист
Репортер- фотограф

Връзки с обществеността
Пресаташе
Рекламист
Преводач

Посрещане
Сътрудник по посрещането в туризма

Библиотеки- документация
Библиотекар

Чертожник в строителството
Зememер
Зememер- оператор
Топограф
Метрист
Началник на строеж
Багерист
Зидар
Шофьор на строителни машини
Инженер

Образование
Учител (по смятане, математика, физика)

Обществени науки
Етнолог
Социолог
Икономист
Работа към статистически служби на различни администрации

В хранителната промишленост
Месар
Колбасар
Хлебар
Сладкар
Хотелиер- ресторантьор

В поправките
Радио-телевизионен техник
Поправка на домакински уреди
Авто- механик
Механик на земеделска техника
Обущар
Часовникар
Акордьор на пиана

В протезирането
Аудиопротезист
Ортопротезист
Зъботехник
Изработване на други протези
Техник по изработване на очила

В селското стопанство и градинарството
Селскостопански производител
Лозар
Животновъд
Пепиниерист
Градинар
Цветар

Телекомуникации
Автоматика
Роботика
Информатика
Работник в канцелария

Социокултурен организатор
Управител на дискотека

11) Бих искал да се занимавам с деца

Да ги обучавам
Детски учител
Прогимназиален учител
Гимназиален учител
Специализиран детски учител
Специализиран възпитател
Треньор- възпитател
Технически възпитател
Медико- психологически помощник
Възпитател на малки деца

Да се грижа за тях
Лекар
Неонатолог
Сестра в неонатология
Медицинска сестра
Санитар

Да им помагам
Детски съдия
Психолог
Училищен психолог
Съветник по професионално ориентиране
Социален асистент
Библиотекар
Учител по плуване
Учител по физическо възпитание
Аниматор в туризма и развлеченията

Да ги коригирам
Корекция на зрението
Психомоторика

Да ги информирам
Документалист

12)В контакт с публика

Бих искал да пътувам
Придружител в туризма
Гид- преводач
Стюардеса- стюард
Шофьор на такси
Търговски представител
Медицински представител
Документалист

Образование
Съветник по професионално ориентиране
Образователен съветник

10) Бих искал да работя за своя сметка

В строителството
Зидар
Шпакловчик
Монтаж на парно отопление
Водопроводчик
Бояджия
Майстор на покриви
Дърводелец
Електротехник
Шлосер
Остъкляване
Зememер
Архитект

В покупко- продажбите
Търговия
Дистрибутор
Продажби

В сферата на услугите
Фризьор
Козметичка
Хотелиерство
Стюардеса- стюард
Съветник по семейна икономика
Съветник по труда
Социално застраховане

Грижи, корекции, съдействие
Здравни професии

С използване на техника
Аранжьор
Тапицер- декоратор
Строежи в обществения сектор
Ремонт на електроуреди
Телекомуникационни инсталации
Ремонт на офис-техника
Грънчар

Кожи и кожени изделия
Седлар
Обущар
Крояч на кожи
Шивач на дрехи от кожи
Кожар

13) Бих искал да
Градинар- пейзажист

В естетическите грижи
Фризьор
Козметичка
Педикюрист
Масажист- кинезитерапевт

В художествените занаяти
Майстор на подвързии
Бижутер
Гравьор
Майстор на ковано желязо
Фотограф
Мебелист
Скулптор на дърво
Тапицер- декоратор
Реставратор на стари вещи
Майстор на музикални инструменти
Художник- декоратор
Майстор на керамични съдове
Стъклар
Витражист

11?????
Митничар
Музейна охрана
Forestier

Частен сектор
Охранител
Детектив
Охрана
Риболовен пазач
Ловен пазач
Водач на куче
Инструктор по плуване
Поддръжка на писти
Водолаз

14) Бих искал да упражнявам артистична професия

В архитектурата
Архитект
Архитект в градска среда
Помощник- архитект

В декоративните изкуства
Вътрешен дизайн
Мебелен дизайн
Индустриален стилист
Художник- декоратор
Тапицер- декоратор
Моден стилист
Подреждане на витрини
Градинар за паркове

Информирам
Пресаташе
Журналист
Гид- преводач
Служител по посрещането в туризма
Туристически агент
Библиотекар
Документалист
Съветник по професионално ориентиране
Юридически съветник

Режисьор
Оператор
Сценарист

Да преподавам
Учител по танци
Учител по музика

Да продавам предмети на изкуството
Съдия- оценител
Антиквар

Да правя проучвания
Археолог

С предмети на изкуството
Реставратор на стари вещи
Консерватор в музей

15) Прецизна обработка на материали

Метали
Стругар
Фрезист
Заточвач
Фина обработка
Шлосер
Микромеханик
Ковач
Тенекеджия

Автотенекеджия
Майстор на ковано желязо
Бижутер
Художествена железария
Гравьор

Дърво
Дърводелец
Дървообработване
Мебелист
Скулптор върху дърво
Майстор на музикални инструменти
Дървар
Дърворезач

охранявам, да защитавам и помагам

Охрана, защита и помощ
Обществен сектор
Армия
Жандармерия
Национален флот
Пожарникар
Треньор по плуване
Моторизиран полицай
Полицай
Полицейски комисар
Полицейски инспектор
Водач на полицейско куче

Платове
Шивач
Крояч
Пробист
Модист
Тапицер- декоратор

Хартия- картон
Подвързване

Стъкло и пластмаса
Формовчик
Стъклар
Майстор на чаши
витражист
Оптик- изработка на очила
Оптични устройства

16) Бих искал да практикувам живи езици

Чуждият език е основен в професията
Преводач
Преводач на писмен текст
Учител (по език)

Владеенето на езици е необходимост
В туризма
Придружител в туризма
Екскурзовод
Служител по посрещането в туризма
В международното хотелиерство
Сервитьор в кафе-бар (барман)
Оберкелнер
Сервитьор
Сомелиер
Камериерка
Рецепционист
касиер
В журналистиката
Пресаташе

В графичните изкуства
Карикатурист
Илюстратор
Макетист
График
Фотограф
Подвързвач

В приложните изкуства
Художествени занаяти

В музиката
Певец, музикант
Майстор на музиканти инструменти
Акордьор на пиана
Диджей

В шоу-бизнеса
Певец
Танцьор
Декоратор на спектакли
Радио-телевизионен водещ
Мим
Актьор
Цирков актьор
Режисьор
Осветител
Озвучител

17) Бих искал да работя в офис

Секретарски дейности
Машинописка
Секретарка
Дирекционен секретар
Работа в канцелария

Счетоводни дейности
Помощник- счетоводител
Счетоводител
Експерт-счетоводител
Контрол на управлението

Някои служби в документирането и информатиката
Библиотекар
Документалист
Архиватор
Редакционен секретар

Някои служби в администрацията (Публични дейности)

Някои служби в банка

Някои служби в застрахователни

Камък
Каменоделец
Гравюри върху камък

Глина
Майстор на керамика
Грънчар

Някои професии в транспорта

18) Бих искал да извършвам прецизни дейности

В микротехниката
Часовникар
Микромеханик
Поддръжка на машини

В оптиката
Оптични устройства
Оптик- изработка на очила

В електрониката и електротехниката
Монтьор- кабелист
Техник в електрониката
Електротехник по самолетите
Електротехник
Електрончик- въздушна сигурност

В информатиката и офисоборудването
Информационен оператор
Работещ на компютърен пулт
Техник по информатика

В печатарството
Оператор на печатарска преса

В строителството и обществените строежи
Земемер
Оператор- земемер
Земемер
Топограф

В декорацията и занаятите
Бижутер
Гравьор
Подвързвач
Реставратор на стари вещи
Скулптор върху дърво
Майстор на музикални инструменти
Майстор на керамика
Стъклар
Витражист
Журналист
Репортер

В транспорта
Стюардеса- стюард
Контрол на въздушния трафик

В дипломацията
Посланик

В документацията
Библиотекар
Документалист

В търговията и индустрията
Дирекционен секретар
Внос- износ
Техник в търговията

В лабораториите
Техник- медицински анализи
Лаборант по биохимия
Лаборант по биология
Аудиопротези
Зъботехник
Фармацевт- препаратор
Помощник- лаборант
Физик- анализатор

В чертането
Технически чертожник
Картограф
Графист
Илюстратор
Макетист
Трасьор

19) Бих искал да бъда техник в индустрията

В производствен цех
Инженер
Елтехник
Електрончик
Леяр
Ковач
Механик
Техник в тъкачеството
Техник в дървообработването

В лаборатория
Инженер
Химически лаборант
Биохимически лаборант
Лаборант по биология
Анализатор- физик

В проектантско бюро
Инженер
Инженерен асистент
Чертожник в механиката
компании

Някои служби в туризма

Някои служби в рекламата

Някои служби в управлението на предприятия
Шеф- личен състав
Икономист
Статистик
Юрист

Някои служби в информатиката
Работещ на компютърен пулт
Информационен оператор
Програмист
Анализатор

Технически служби
Инженери
Техници
Техническо чертане, чертане

В служба по организация на работата
Инженер
Техник
Одитор
Личен състав
Обучител
Ергономист

В административна служба
Дирекционен секретар
Юрист
Документалист

Във финансово-счетоводна къща
Счетоводител
Контрольор на управлението
Одитор
Статистик

В търговска служба
Специалист маркетинг
Закупчик
Продавач на техника

20) Бих искал да помагам или съветвам

В професионален план
Съветник по професионално ориентиране

Във фотографията и киното
Фотограф
Маркировчик

В развлеченията
Организатор в туризма и свободното време
Асистент в туризма
Туристически гид
Спортен инструктор
Планински водач
Социокултурен аниматор
Продавач в аудиомагазин
Библиотекар
Продавач в книжарница

21) Бих искал да работя независима професия

Помощ и грижи
Адвокат
Съдебен пристав
Юридически съветник
Нотариус

Лечение и възпитание
Зъболекар
Лекар
Аптекар
Медицинска сестра (в дома)
Педикюрист
Масажист- кинезитерапевт
Оптик

Работа с животни
Овчар
Ветеринар
Осеменител

Информация
Журналист
Репортер- фотограф

Боравене с цифри
Счетоводител
Експерт- счетоводител

В продажбите
Търговец
Търговски представител
Застрахователен агент
Брокер
Съдия-оценител

Работа в транспорта
Шофьор на такси
Чертожник на метални конструкции
Чертожник в електрониката

В информатиката
Програмен анализатор
Програмист
Техник по информатика

Някои преподавателски професии
Учител по музика
Учител по танци
Инструктор на шофьори
Селскостопански съветник
Съветник по труда

В юридически план
Съдия за деца
Юридически съветник
Адвокат
Нотариус
Съдебен пристав
Инспектор по труда

Във финансите
Юрисконсулт
Експерт- счетоводител

В психологически план
Психолог
Психоанализа
Училищен психолог
Съветник по професионално ориентиране

В семейството
Съветник по семейна икономика
Социален асистент
Социален работник

	Шофьор на ТИР **<u>Упражнявайки артистична професия или свързана със занаятите</u>** Художествени занаяти Други занаяти…		

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	**Е/ СПОСОБНОСТ ЗА ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА ПРОЕКТ** **S5/ умение да определи силните и слабите си страни в училище**	**А.Е** **S2**

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

ФАЗА 2 - УПРАЖНЕНИЕ 2

Въпросник : условия на работа

1) **Обичам да работя** :

	+	+/-	-
w навън			
w вътре, без да се местя			
w вътре, но като се движа в предприятието			
w с излизания през дена			
w няколкодневни командировки			

2) **Бих искал** :

	+	+/-	-
w фиксирано работно време			
w променливо работно време			
w безразлично ми е работното време			
w да избирам работното си време			

3) **Обичам :**

	+	+/-	-
w да върша повтаряща се работа			
w върша разнообразна работа			
w да извършвам работа от А до Я			
w да извършвам част от цялата работа			

4) **Бих желал** :

	+	+/-	-
w да поемам инициативи			
w да изпълнявам само това, което ми нареждат			
w сам да организирам работата си			

5) **Обичам** :

	+	+/-	-
w да работя в екип			
w да работя сам			
w да имам началник, който отблизо следи работата ми			

6) **Бих желал да работя**

	+	+/-	-
w близо до дома ми			
w в града			
w където и да е			

7) **Бих предпочел да работя** :

	+	+/-	-
w като независим			
w при дребен занаятчия			
w в малко предприятие			
w в голямо предприятие			

8) **Бих желал**

	+	+/-	-
wда запазя същата работа, в същото предприятие			
w да има възможност за развитие в предприятието			
w да променям предприятието, за да мога да се развивам в кариерата си възможно най-бързо			

Отбележете по-долу положителния избор, който сте направили измежду предходните въпроси:

1) Обичам да работя_____

2) Бих желал_____

3) Обичам_____

4) Бих предпочел_____

5) Обичам_____

6) Бих желал да работя_____

7) Бих предпочел да работя_____

8) Бих желал_____

Вие определихте условията на труд, които бихте желали да откриете в предприятието.

За кои сте готов да направите отстъпки ?

w
w
w
w
w

За кои оставате непоколебим ?

w
w
w
w
w

Фиш-равносметка : герб

Центрове на интереси	Умения
Ø Ø Ø Ø Ø	Ø Ø Ø Ø Ø
Условия за работа -	- Стил на решение Лични качества
Ø Ø Ø Ø Ø	Ø Ø Ø Ø Ø

N.B. : Качествата могат да бъдат заимствани от упражнение E / S1 в «Себеутвърждаване »стр.137.

АНКЕТНА КАТА ЗА ПРОФЕСИЯ

ИМЕ НА ПРЕДПРИЯТИЕТО: ДЕЙНОСТ НА ПРЕДПРИЯТИЕТО : ИМЕ НА ЛИЦЕТО, С КОЕТО Е ОСЪЩЕСТВЕН КОНТАКТ: ДЕЙНОСТТА НА ТОВА ЛИЦЕ В ПРЕДПРИЯТИЕТО :	
ВЪПРОСИ	**ОТГОВОРИ**
Как сте започнали да упражнявате тази работа ?	
Какви задачи изпълнявате ?	
Кои са необходимите компетенции ?	
Кое най-много харесвате във вашата професия ?	
Кое най-малко ви харесва ?	
Какво е образованието ви ?	

Анкетата трябва да бъде направена с повече участника. Обобщението от анкетните карти ще бъде направено с обучаващия.

След това трябва да се направи сравнение между идеята, която си създава младежът за тази професия и това, което се откроява в резултатите от анкетата, а после това между нивото на образование и личността на младежа и уменията, които притежава.

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	Е/ СПОСОБНОСТ ЗА ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА ПРОЕКТ **S5/ умение да работи до постигане на поставената цел**	А.Е S5

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

Упражнението има за задача да предостави на младежа ориентир за развитие в своите действия за търсене на стаж.

ФАЗА 1 :

Обучаващият проверява съответствието между резултатите от анкетата за професии и проекта на младежите. Прави се обсъждане на резултатите от анкетата, съвпадат или не с професионалния им избор. След това раздава „Таблици за дейности" на младежите.

ФАЗА 2 :

По време на търсене на стаж обучаващият проверява с помощта на „Таблицата за дейности" дали търсенето на стаж отговаря на проекта; ако не ще се наложи да се направят промени.

Продължителност	Необходими материали
Фаза 1: 15 мин. на младеж **Фаза 2: 10 мин. на младеж**	• Попълнените анкетни карти за професии • Таблици за дейности • Джоб-пликове

Коментар :

F Ако след всички обяснения и предварителна работа младежите не успяват да се справят, се налага задълбочена индивидуална работа.

ТАБЛИЦА НА ДЕЙНОСТИ

Име и адрес на предприятието	Име на лицето, с което е осъществен контакт	Дата на първия контакт (писмо, телефон, представяне)	Набавени документи	Отговор	Повторен опит

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	**Е/ СПОСОБНОСТ ЗА ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА ПРОЕКТ** **S6/ умение да работи до постигане на поставената цел**	**А.Е** **S6**

ХОД НА УПРАЖНЕНИЕТО

Целта на упражнението е да се окаже съдействие на младите хора с методика, за да не се разпиляват или да се обезкуражават при постигане на поставената цел.

ФАЗА 1:

Обсъждане в групата на въпроса :
« Какво ни кара да преминем или не към действия? »
« Какво ни кара да упорстваме или да отстъпим от действия за постигане на поставената цел? »
Всеки може да сподели реални ситуации, в които е успял или се е провалил.

ФАЗА 2:

Обучаващият използва фиша с цели (вж. по-долу), за да може младежът да визуализира целта, която трябва да се постигне и действията, които трябва да бъдат предприети за осъществяване на целите. Работата, която трябва да бъде извършена със самия себе си, се отбелязва върху фиша (например: да се обличам по различен начин, да говоря по-ясно...), тъй като тя представлява също едно усилие за постигане на крайната цел. Важно е да се отбележи :
- датата на началото на конкретизиране на проекта;
- времето, което всеки си определя за изпълнение на всяка дейност, така че всеки преодолян етап да се представя като успех.
Обучаващият трябва да окаже съдействие на младежите да попълнят точно фиша и да определят отделните етапи водещи до изпълнение на целта.

<u>ОЦЕНКА И ОБОБЩЕНИЕ</u>

В срока определен за осъществяване на всички дейности обучаващият ще :
1) потвърди (поне устно) различните фази, когато дейностите са приключили.
2) да се работи върху това « защо се стига или не до края на необходимите действия ? ».
За тази цел той предлага отново да се споделят в групата трудностите на всеки един и да се зададе въпроса как другите биха постъпили в такава ситуация, какви трудности би срещнал и как би ги преодолял;

Продължителност	Необходими материали
Фаза 1 : 45 мин. **Фаза 2: в зависимост от срещнатите трудности от всеки младеж**	• Фиш с цели

СЕБЕУТВЪРЖДАВАНЕ	**ЦЕЛИ**				
Е S6					
КЪДЕ СЪМ (вж. S1 и S2)					
За времето Х					
	ФАЗА 1				
	КАКВО ТРЯБВА ДА НАПРАВЯ (под-цел) За времето Х1	**ФАЗА 2**			
		КАКВО ТРЯБВА ДА НАПРАВЯ (под-цел) За времето Х2	**ФАЗА 3**		
			КАКВО ТРЯБВА ДА НАПРАВЯ (под-цел) За времето Х3	**ФАЗА 4**	
				КАКВО ТРЯБВА ДА НАПРАВЯ (под-цел) За времето Х4	**ФАЗА 5**
					КРАЙНА ЦЕЛ Къде искам да отида ?
	Как				
		да			
			постъпя		

?	