

KARIÉROVÉ PORADENSTVO

Metodický list pre rodičov

Samotný *pojmem kariérové poradenstvo* je v našich podmienkach pomerne nový a nie celkom zaužívaný. Dostal sa k nám v období vstupu Slovenska do Európskej únie, keď sa začali realizovať programy a projekty financované z európskych fondov. Zahŕňa v minulosti označované *poradenstvo pri voľbe povolania, výbere zamestnania, profesijnú orientáciu a profesijné poradenstvo*.

Termín kariérové poradenstvo používame na označenie *služieb v oblasti vzdelávania a zamestnanosti*, ktorých cieľom je pomáhať jednotlivcom akéhokoľvek veku pri rozhodovaní o otázkach vzdelávania, odbornej prípravy, voľby zamestnania a rozvoji kariéry v ktorejkoľvek fáze ich života. Dôraz sa kladie na celoživotné vzdelávanie. Ide o *široké spektrum činností* - od aktivít realizovaných v školách, ktoré majú pomôcť študentom ujasniť si ciele vlastnej kariéry a porozumieť svetu práce, cez individuálne/skupinové poradenstvo zamerané na voľbu vzdelávacej a profesijnej dráhy, na voľbu prvého zamestnania, zmenu zamestnania, na návrat do pracovného procesu, ďalej online služby zamerané na poskytovanie informácií o vzdelávaní, odbornej príprave, povolaniach, možnostiach zamestnania, služby podporujúce proces rozhodovania o ďalšej kariére a pod.

Tento komplex teda predstavuje nielen služby pre jednotlivcov, ktorí ešte nevstúpili na trh práce, ale tiež pre uchádzačov, ktorí si zamestnanie práve hľadajú i pre tých, ktorí sú už zamestnaní.

Kariérové poradenstvo je možné chápať v troch rôznych úrovniach intervencie:

- *poskytovanie kariérových informácií* – o vzdelávacích a pracovných príležitostiach,
- *profesijná orientácia* – služby súvisiace s výberom povolania alebo vzdelávania,
- *kariérové poradenstvo* – poradenský vzťah medzi poradcom a klientom.

Cieľom kariérového poradenstva je *zosúladenie kariérového vývinu žiaka/študenta s jeho individuálnymi predpokladmi a potrebami trhu práce*. To znamená v predprofesijnej fáze kariérového vývinu si zvoliť vhodný druh vzdelávania/odbornej prípravy, berúc do úvahy školské výsledky, fyzické predpoklady, subjektívne prekážky či obmedzenia, osobnostné predpoklady (schopnosti, talent), záujmy, kritériá prijímania uchádzačov na jednotlivé typy stredných i vysokých škôl, dĺžku prípravy na povolanie, materiálne zabezpečenie, ako i vlastné a rodinné očakávania týkajúce sa budúcnosti, získania určitých pracovných pozícií a možnosti uplatnenia sa na trhu práce. Medzi aktuálne **úlohy kariérového poradenstva** patrí i pomoc klientom vyrovnávať sa s častými a mnohostrannými zmenami, ktorým musia čeliť v

priebehu svojho života, definovať si kariérové a osobné ciele, adekvátne sa rozhodovať a riadiť tak svoj kariérový vývin.

Programy kariérového poradenstva na základných a stredných školách sa týkajú predovšetkým týchto tém: plánovanie kariérovej dráhy, formy zamestnania (zamestnanec/podnikateľ), flexibilita/stabilita, rekvalifikácia, pracovná mobilita (zmena postojov, motivácia), celoživotné učenie sa, sebazpoznanie, sebariadenie a sebamanažovanie (rozvoj kľúčových kompetencií, využívanie rôznych stratégií rozhodovania sa pri voľbe štúdia, povolania, hľadani zamestnania, v podnikaní), tvorba a uskutočňovanie „akčných plánov“, kapitalizácia vlastných vedomostí, zručností, schopností (tvorba portfólia, ponuka „seba“ na trhu práce), prekonávanie prekážok, stresov, frustrácií z nesplnených očakávaní, vyrovnávanie sa s neúspechmi pri hľadaní/strate zamestnania (vývin psychickej nezdolnosti, relaxácia a aktivácia, copingové stratégie), prevencia sociálnej exklúzie, „naučenej bezmocnosti“, straty zmyslu života, formovanie aktívneho prístupu k životu (optimizmus a odvaha), rozvoj počítačových zručností, orientácia v informačných databázach, on-line poradenstvo, pohyb na trhu práce (hľadanie zamestnania, pracovný pohovor, zvládnutie nevyhnutnej administratívy a znalostí z pracovného práva).

V období puberty a adolescencie má veľký význam koncepcia kariérových vývinových úloh, ktorá si vyžaduje uplatnenie cielených intervencií individuálneho a skupinového poradenstva. Okrem prípravy žiakov na výber vhodnej školy či povolania je nevyhnutné venovať pozornosť aj kariérovým vývinovým úlohám, s ktorými ak sa žiaci vo veku 12–18 rokov vyrovnávajú, sú lepšie pripravení presadzovať sa vo vysoko konkurenčnom a neustále sa meniacom svete práce.

Medzi päť hlavných kariérových vývinových úloh pre žiakov patrí:

1. Lepšie porozumieť sebe a svetu práce - sebazpoznanie, silné/slabé stránky, získavanie vlastných pracovných skúseností, sebahodnotenie v kontexte nových skúseností, sledovanie „dobrých vzorov“, aktívny postoj k výzvam, orientácia v informačných databázach.

2. Rozvíjať vlastnú sebaučinnosť - „pozitívny atribučný štýl“ správania sa (smelosť, hrdosť na svoje schopnosti a zručnosti, vytrvalosť, zvýšené úsilie pri získavaní vedomostí a skúseností, pri prekonávaní prekážok, orientácia na úspech). „Negatívny atribučný štýl“ je väčšou prekážkou kariérového vývinu ako nedostatok vedomostí, zručností alebo skúseností.

3. Formovať si profesionálnu identitu - uvedomovať si svoju jedinečnosť vo vzťahu k istému typu pracovných činností a uvažovať o sebe ako o budúcom účastníkovi trhu práce.

4. Učiť sa nové veci - rôzne formy vzdelávania a odbornej prípravy (e-learning, dištančné vzdelávanie, štúdium na ľubovoľných vzdelávacích inštitúciách v rámci EÚ), neformálne

učenie sa (kurzy, školenia, výcviky), zážitkové učenie v triedach/poradenských centrách (sociálno-psychologický výcvik, motivačné programy, uplatňovanie rozhodovacích stratégií), učenie sa z vlastnej iniciatívy (jazykové kurzy, práca v zahraničí, prax u odborníkov).

5. Preberať zodpovednosť za svoje vzdelávanie - aby sa žiaci dokázali sami rozhodnúť, čo sa chcú naučiť, definovať krátkodobé a dlhodobé ciele, aby monitorovali, regulovali, kontrolovali a hodnotili, čo sa naučili a či dosiahli ciele, ktoré si stanovili (využitie nadania, uplatnenie vzdelania, „predať“ svoje schopnosti na trhu práce).

Činnosť kariérového poradenstva sa inštitucionálne prerozdeľuje tak, aby čo najkomplexnejšie a najefektívnejšie smerovala k splneniu cieľa kariérového poradenstva.

Samotná profesijná orientácia v rámci kariérového poradenstva v CPPPaP prebieha v troch fázach:

- *riadený rozhovor* – so žiakom (i rodičom), zameraný na analýzu jeho školského prospechu, aspirácií, záujmov, špecifických schopností, očakávaní a pod.,
- *diagnostika* – intelektových schopností, osobnostných faktorov a záujmov žiaka, môže byť individuálna/skupinová, v škole/v poradenskom zariadení,
- *konzultácia* – so žiakom (i rodičom), zahŕňa interpretáciu výsledkov, spätnú väzbu i konfrontáciu, ako aj poskytnutie zásadných informácií ohľadne profilových predmetov, požiadaviek na prijímacie pohovory, náplne zvažovaných študijných odborov či povolání, vhodných alternatív a pod.

Súčasťou **kariérového poradenstva** sú aj *prednášky* „Efektívne učenie“ a „Efektívna príprava k maturitnej skúške“, ktoré realizujú odborní zamestnanci CPPPaP priamo v školách.

Pre základné školy je možnosť *preventívneho programu* „Nájdí svoje povolanie“, nakoľko výber strednej školy znamená významný krok, ktorý ovplyvňuje budúcu osobnú i pracovnú kariéru žiakov.

Rodičia najčastejšie vyhľadávajú naše služby v čase riešenia ďalšieho vzdelávania svojich detí (výber strednej/vysokej školy, výber odborných seminárov počas strednej školy, mimoškolskej záujmovej činnosti, ale aj pri zmene školy, resp. profesijnej reorientácii).

Ak ste v obdobnej situácii, môžete nás kontaktovať a vzájomnou kooperáciou nájdeme pre Vaše dieťa tú najlepšiu cestu.

Odborní zamestnanci CPPPaP