

Obsah

Vysvětlivky k ikonám	5
Úvod	7
1 Teoretická část	9
1.1 Co je volba povolání (profesionální orientace)?	9
1.2 Jak probíhá volba povolání?	10
Shrnutí	12
1.3 Jaký je profesní vývoj člověka?	12
Shrnutí	14
1.4 Jaké jsou možnosti pomoci dospívajícím při volbě povolání?	14
1.5 Jakou formu by měla mít poradenská pomoc výchovného poradce dospívajícím?	15
1.6 Jaké cíle a funkce by měla školní příprava pro volbu povolání plnit?	16
1.7 Jaké metody by měla školní příprava pro volbu povolání uplatnit?	17
Shrnutí	18
2 Praktická část	19
2.1 Sebepoznání	21
Cvičení 1: Ledy	21
Cvičení 2: Zpětná vazba	22
Cvičení 3: Vlastnosti	23
Cvičení 4: Zvědavost	23
Cvičení 5: Mé silné stránky	23
Cvičení 6: Co dělám rád?	24
Cvičení 7: Erb	26
Cvičení 8: Moje reklama	27
Cvičení 9: Sebehodnocení	28
Cvičení 10: Sebehodnocení, hodnocení druhým	29
2.2 Přání obecně a profesní přání	30
Cvičení 1: Přání 1	30
Cvičení 2: Důsledky	31
Cvičení 3: Přání 2	31
Cvičení 4: Vlastní a cizí přání	32
Cvičení 5: Čemu věřím?	32
Cvičení 6: Udělej to!	33
2.3 Rozhodování	34
Cvičení 1: „Plusy a mínusy“	34
Cvičení 2: Rozhodnutí, která činím (modelové situace)	35
Cvičení 3: Rozhodování	36
2.4 Hospodaření s penězi a vztah k nim	37
Cvičení 1: Kapesné	37
Cvičení 2: Co беру vážně?	38
Cvičení 3: Putující desetikoruna	39
Cvičení 4: Zlatý déšť	39

2.5	Hospodaření s časem a učební styly	40
	Cvičení 1: Styl učení	40
	Cvičení 2: Jak se mohu vyhnout práci?	42
	Cvičení 3: Místo učení	42
	Cvičení 4: Strategie učení	42
	Cvičení 5: Cit pro čas	43
	Cvičení 6: Volný čas	44
	Cvičení 7: Promarněný čas	44
	Cvičení 8: Využití času	44
	Cvičení 9: Rozdělení času	45
2.6	Volba povolání (profesionální orientace)	46
	Cvičení 1: Profesionální orientace 1	46
	Cvičení 2: „Kufr“	47
	Cvičení 3: Profesionální orientace 2	47
	Cvičení 4: Profesionální povolání	47
	Cvičení 5: Profesionální orientace 3	47
	Cvičení 6: Reklama	48
	Cvičení 7: Profesionální orientace 4	48
	Cvičení 8: Profesionální orientace – DŮLEŽITÉ INFOR- MACE	50
	Cvičení 9: Profesionální informace	50
	Shrnutí	52
	Závěr	53
	Příloha	55
	Použitá a doporučená literatura	57