



**Załącznik nr 6 Formularz indywidualnej ścieżki wraz z diagnozą zainteresowań – proponowane zagadnienia Zamawiającego**

**CZĘŚĆ 1: INFORMACYJNA**

1. Imię i nazwisko: .....
2. Data urodzenia: .....
3. Miejsce zamieszkania: .....
4. Miejsce stałego zameldowania: .....
5. Ukończone szkoły: .....
6. Inne posiadane kwalifikacje i uprawnienia: .....
7. Informacje o niepełnosprawności.....

**I. Dane ewidencyjne:**

1. Data złożenia indywidualnego programu usamodzielnienia: .....
2. Planowany termin usamodzielnienia: .....
3. Planowany termin zatrudnienia:.....
4. Powiat udzielający:
  - pomocy pieniężnej na usamodzielnienie: .....
  - pomocy rzeczowej na zagospodarowanie: .....
4. Gmina, w której osoba niepełnosprawna usamodzielnia się: .....

**II. Dane dotyczące rodziny/institucji:**

1. Charakterystyka rodziny: .....
2. Podstawa umieszczenia w instytucji: .....
3. Pobyty w innych placówkach: .....
4. Warunki materialne: .....
5. Warunki mieszkaniowe: .....
6. Zakres i rodzaj pomocy oferowany przez osobę niepełnosprawną: .....
7. Możliwości korzystania z pomocy zewnętrznej/institucji pomocowych.....

**III. Charakterystyka środowiska:**

1. Osoby i instytucje wspierające: .....
2. Kontakty z rodziną naturalną: .....
3. Zagrożenia ze strony środowiska: .....
4. Możliwości do wykorzystania:.....



**IV. Analiza własnej sytuacji przez uczestnika projektu:**

1. Zgłaszane oczekiwania, plany, życzenia: .....
2. Możliwości uczestnika projektu: .....

**V. Propozycje Specjalisty/teki ds. indywidualnej ścieżki wraz z diagnozą zainteresowań:**

Priorytety:.....

**VI. Ocena wstępna indywidualnej ścieżki reintegracji:**

1. Trudności, które należy rozwiązać: .....
2. Możliwości uczestnika/-czki projektu, umożliwiające przeciwstawienie się problemom: .....
3. Motywacja uczestnika projektu: .....

**CZĘŚĆ II – USTALENIE CELÓW DZIAŁANIA**

Lp.	Zadania do realizacji	Termin realizacji	Sposób realizacji	Osoby i instytucje wspomagające
1.	Proces uczenia się kształcenia			
2.	Uzyskanie odpowiednich warunków mieszkaniowych			
3.	Współdziałanie z innymi instytucjami			
4.	Współdziałanie w utrzymywaniu kontaktów z rodziną i w procesie integracji ze środowiskiem			
5.	Dodatkowe działania niezbędne do przeprowadzenia zgodnie z regulaminem konkursu i założeniami projektu			
6.	Pomoc pieniężna na usamodzielnienie, pomoc na zagospodarowanie w formie rzeczowej			
7.	Inne działania wynikające z sytuacji osobistej,			



### CZĘŚĆ III – POMIAR I ANALIZA

#### OCENA POTRZEB WARSZTATOWYCH

<b>OKREŚLENIE PROBLEMU SPOŁECZNEGO:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ .....</li> </ul>
<b>OGRANICZENIA ZDROWOTNE:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ TAK</li> <li>■ NIE</li> <li>■ PRZECIWSKAZANIA DO PRACY/ INFORMACJA O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI:</li> </ul>
<b>ZALECANE WARSZTATY I USŁUGI INDYWIDUALNE:</b>	<p>PODSTAWOWE</p> <p>.....</p> <p>UZUPEŁNIAJĄCE</p> <p>.....</p> <p>DODATKOWE</p> <p>.....</p>

#### DIAGNOZA PREDYSPOZYCJI INDYWIDUALNYCH I POTENCJAŁU PSYCHOSPOŁECZNEGO

<b>Adres</b> (proszę zaznaczyć krzyżykiem w odpowiedniej kolumnie)	miasto	wieś
<b>Wiek</b> (proszę podać wiek)		
<b>Poziom wykształcenia</b> (proszę zaznaczyć krzyżykiem rodzaj wykształcenia)	brak wykształcenia	
	gimnazjalne	
	Podstawowe	
	ponadgimnazjalne	
	Inne, jakie?	
<b>Badanie bilansu kompetencji kluczowych</b> (opis braków)		



## DODATKOWE INFORMACJE

<b>Zainteresowania</b> (proszę wymienić czynności, które Pan/Pani lubi wykonywać; Jakie jest Pana/Pani hobby?)	
<b>Cechy charakteru</b> (proszę podać 5 cech, które charakteryzują Pana/Pani osobę)	
<b>Umiejętności</b> (proszę podać 5 umiejętności, w których Pan/Pani ocenia się dobrze)	



## **DIAGNOZA TALENTÓW I ZAINTERESOWAŃ**

(w oparciu o zaadoptowaną metodę Hollanda)

**Proszę otoczyć kółkiem numer stwierdzenia, z którym się Pan/Pani zgadza. Jeżeli nie zgadza się Pan/Pani z danym stwierdzeniem, proszę pominąć je i nic nie zaznaczać.**

1. Wierzę w to, że mam wpływ na różne rzeczy.
2. Doceniam jak ktoś jasno wytycza mi kierunki działania, tak, że dokładnie wiem, co mam robić.
3. Zwykle potrafię sam dawać sobie radę.
4. Doceniam piękne otoczenie, zwracam uwagę na kolorystykę.
5. Doceniam fakt, gdy mogę dzielić się moimi osobistymi sprawami z innymi.
6. Jestem zadowolony, gdy mogę być najważniejszą osobą w grupie,.
7. Nie przeszkadza mi, gdy w czasie pracy zabrudzę sobie ręce.
8. Wykształcenie to dla mnie nieustające rozwijanie się i poprawa mojego sposobu myślenia.
9. Czasami mogę siedzieć godzinami i pracować nad rozwiązaniem problemów, czytać lub myśleć o życiu.
10. Potrafię wyobrazić sobie różne rzeczy.
11. Czuję się dobrze, gdy mogę zająć się innymi ludźmi.
12. Czuję się podbudowany, gdy wiem, że dobrze i starannie rozwiązałem powierzone mi zadanie.
13. Najchętniej chciałbym być sobą i wykonywać rzeczy praktyczne.
14. Lubię wprowadzać w życie nowe pomysły.
15. Zanim podejmę działania analizuję dany problem gruntownie.
16. Kiedy jest mi przykro, znajduję przyjaciela, by z nim porozmawiać.
17. Praca na świeżym powietrzu dodaje mi energii.
18. Ciągłe zadaję pytanie „dlaczego?”.
19. Uważam za ciekawe brać udział w podejmowaniu ważnych decyzji.
20. Cieszę się, gdy ktoś inny przejmuje kierownictwo.
21. Lubię, gdy moje otoczenie jest proste i praktyczne.
22. Pozytywne stosunki z innymi ludźmi są dla mnie ważne.
23. Możliwość wpływania na innych ludzi jest dla mnie niezmiernie ciekawą rzeczą..
24. Kiedy przyrzekam, że coś zrobię, wykonuję to do najdrobniejszego szczegółu.
25. Chciałbym nauczyć się wszystkiego na tematy, które mnie interesują.
26. „Powiedz mi, jak ci mogę pomóc?” – to twierdzenie pasuje do mojej osoby.
27. By kontynuować sprawę dalej jestem gotów podjąć ryzyko.
28. Kiedy coś zaczynam lubię jasne i precyzyjne linie postępowania.
29. Kiedy czymś się zajmuję, mam tendencję do zapominania o całym świecie.
30. Martwi mnie, że jest tylu ludzi, którzy potrzebują pomocy.
31. Zwykle znajduję wyjście z tzw. sytuacji bez wyjścia.
32. Zabawnie jest być w dobrym humorze i robić coś niezwykłego.
33. Zwykle mówię komuś żeby się nie denerwował gdyż wspólnie możemy przemyśleć sprawę i zaplanować następny krok.
34. Byłoby mi trudno wyobrazić sobie moje życie bez pięknych rzeczy wokół mnie.
35. Zazwyczaj nawiązuję kontakt z ludźmi, którzy mogą pokazać mi drogę do nowych możliwości.
36. Nie potrzebuję wiele, by być w życiu szczęśliwym.



## WYNIKI TESTU

Proszę otoczyć kółkiem te same liczby, które zostały zakreślone w teście samooceny. Następnie proszę dodać do siebie liczbę zakreślonych kółek.

**UWAGA!** nie dodajemy do siebie wartości poszczególnych liczb w kolumnie

R	B	A	S	P	K
3	8	4	5	1	2
7	9	10	11	6	12
13	15	14	16	19	20
17	18	29	22	23	24
21	25	32	26	27	28
31	33	34	30	35	36

Proszę zapisać liczbę cyfr zakreślonych w każdej kolumnie i wpisać ją przy kolejnej literze. (np. gdy w kolumnie R zakreśliła Pan/Pani 3 odpowiedzi, to poniżej obok tej samej litery proszę wpisać tą samą wartość, czyli w tym przypadku 3; tak samo proszę postąpić przy podliczaniu kolejnych liter kolumnami).

R \_\_\_\_\_ B \_\_\_\_\_ A \_\_\_\_\_ S \_\_\_\_\_ P \_\_\_\_\_ K \_\_\_\_\_

Proszę wpisać litery, które otrzymały największą liczbę punktów, po kolei od największej ilości punktów do najmniejszej.

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

**Interpretacja:** (wypełnia osoba opiniująca)

.....

**DIAGNOZA CELÓW OSOBISTYCH****Moje wartości – moje cele**

Czytając poniższe zdania proszę oszacować, w jakim stopniu pasują one do Pana/Pani. Proszę otoczyć kółkiem numer stwierdzenia, z którym się Pana/Pani zgadza. Jeżeli nie zgadza się Pan/Pani z danym stwierdzeniem, proszę pominąć je i nic nie zaznaczać.

1. Warto walczyć w życiu o szacunek i uznanie innych ludzi.
2. Z pewnością szczęśliwym i zadowolonym człowiekiem jest ktoś, kto dużo zarabia.
3. Uznanie, brawa, oklaski, miejsce na podium – to moje marzenia.
4. Wdzięczność i radość innych ludzi daje mi ogromną satysfakcję.
5. Wykonując pracę zawodową człowiek powinien mieć możliwość pełnego rozwoju osobowości.
6. Pragnę, by znajomi i rodzina doceniali moją pracę.
7. Lubię drogie i luksusowe przedmioty.
8. Możliwość awansu i rozwoju - to musi dawać mi moja praca zawodowa.
9. Lubię pomagać innym ludziom, organizować pomoc dla innych.
10. Nie wolno zmarnować w życiu tego, co wyposażyla nas matka natura
11. Zawód, jaki wybiorę powinien mieć duże uznanie społeczne.
12. Pierwsze pytanie, jakie przychodzi mi na myśl, gdy wybieram pracę to: „Ile będę tu zarabiał?”
13. Jeśli bić się to tylko po to by wygrać, a jeśli wspinać się to zawsze na sam szczyt!
14. Często angażuję się w pracę, dzięki, której pomagam innym ludziom.
15. Czuję, że muszę w pełni rozwinąć swoje możliwości w zawodzie wybranym przez siebie.
16. W życiu warto zdobywać tytuły zawodowe.
17. W życiu pragnę być niezależnym finansowo od innych osób i instytucji.
18. Ważne jest dla mnie, gdy widzę, że wykonywana przeze mnie praca przynosi rezultaty.
19. Podziwiam pracę wolontariuszy pomagającym ludziom, ich bezinteresowne zaangażowanie w sprawę.
20. Realizacja swoich pasji jest bardzo istotna dla każdego człowieka.

**WYNIKI**

Proszę otoczyć kółkiem te same numery, które zostały zakreślone w teście powyżej. Następnie proszę dodać do siebie liczbę zakreślonych kółek.

**UWAGA!** Nie dodajemy do siebie wartości poszczególnych liczb w kolumnie

I. UZNANIE SPOŁECZNE	II. PIENIĄDZE	III. SUKCESY	IV. POMOC INNYM	V. ROZWÓJ OSOBOWOŚCI
1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
<b>SUMA:</b>	<b>SUMA:</b>	<b>SUMA:</b>	<b>SUMA:</b>	<b>SUMA:</b>

**ANALIZA WYNIKÓW.**

1. Proszę wybrać kolejne 3 wartości, które uzyskały najwyższy wynik i wpisać je kolejno poniżej.
2. Następnie proszę zastanowić się i wymienić 3 zawody, w których można zrealizować preferowane wartości.

**NAJWAŻNIEJSZE WARTOŚCI****ZAWODY**

1.....

1.....

2.....

2.....

3.....

3.....

Imię i nazwisko:.....

**DIAGNOZA CELÓW SPOŁECZNYCH****CO JEST DLA CIEBIE WAŻNE?**

Proszę nadać numery podanym poniżej wartościom (od 1 do 14 zgodnie z indywidualną oceną) w taki sposób, że wartość, która zdaniem Pani jest najważniejsza w pracy powinna uzyskać pierwszą lokatę, a na ostatnim miejscu powinna znaleźć się wartość najmniej ważna w pracy.

Następnie proszę podkreślić te wartości, którym nadał/a Pan/Pani numery od 1 do 5.

Lp.	Wartości związane z pełnieniem ról społecznych	Wartości uszeregowane kolejno od 1 do 14 zgodnie z Pana/Pani indywidualnym zdaniem
1.	Satysfakcja z życia	
2.	Pozycja społeczna	
3.	Pieniądze	
4.	Awans zawodowy	
5.	Samorealizowanie się	
6.	Tworzenie nowych rzeczy	
7.	Rozwijanie się	
8.	Podejmowanie decyzji	
9.	Urozmaicenie	
10.	Poczucie bezpieczeństwa	
11.	Miejsce i warunki pracy	
12.	Bycie własnym szefem	
13.	Praca w zespole	
14.	Przyjaźń	





Fundusze Europejskie  
dla Śląskiego

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



Województwo  
Śląskie

## **CHARAKTERYSTYKA UCZESTNIKA:**

### **1. Profil edukacyjny:**

Wykształcenie, ukończone kursy i uprawnienia:

.....

Umiejętności, kompetencje, zainteresowania:

.....

Uwarunkowania zdrowotne:

.....

Orzeczenie o stopniu niepełnosprawności, ograniczenia i konsekwencje dla kariery zawodowej:

.....

Inne cechy charakterystyczne uczestnika:

.....

### **2. Diagnoza mocnych i słabych stron uczestnika**

.....

### **3. Oczekiwania dotyczące przyszłej roli społecznej i dorosłości**

.....

### **4. Wartościowanie celów życiowych i zawodowych**

.....

### **5. Utrzymanie aktywnego stosunku do własnej przyszłości:**

- a. Wypracowanie własnych metod aktywnego poszukiwania źródeł finansowych

.....



b. Zakres niezbędnych do zdobycia umiejętności w dorosłym życiu

.....

c. Uwarunkowania społeczno - ekonomiczne

.....

d. Konstrukcja ścieżki rozwoju zainteresowań

.....

e. Decyzje do realizacji celów dorosłości uczestnika

.....

f. Podjęte działania uczestnika

.....

Poziom zapotrzebowania na wsparcie w zakresie indywidualnej ścieżki

ZAKRES	POZIOM ZAPOTRZEBOWANIA					
	BARDZO WYSOKI	WYSOKI	ŚREDNI	NISKI	BARDZO NISKI	BRAK ZAPOTRZ.
Samodzielność w sytuacjach życia codziennego						
Organizacja czasu wolnego						
Budowanie więzi i kontaktów pozainstytucjonalnych						
Celowa współpraca z innymi osobami						
Wiara we własne możliwości						
Aktywny stosunek do własnej kariery						
Umiejętność znalezienia się w sytuacji pracy						
inne						



Fundusze Europejskie  
dla Śląskiego

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



Województwo  
Śląskie

Motywacja do udziału w programie:

<b>BARDZO WYSOKA</b>	<b>WYSOKA</b>	<b>ŚREDNIA</b>	<b>NISKA</b>	<b>BARDZO NISKA</b>

#### **DIAGNOZA ZAINTERESOWAŃ**

--

#### **PLAN DZIAŁANIA W ZAKRESIE ROZWOJU ZAINTERESOWAŃ**

--



## Mój autoportret – kapitał:

1. Moje wartości (zał. 1):

.....

2. Moje zainteresowania (zał. 2):

.....

3. Moje uzdolnienia i umiejętności (zał. 3):

.....

4. Moje wzory pracy i uczenia się (zał. 4):

.....

5. Moje mocne strony:

.....

## II. Moja samoocena kompetencji społecznych.

1. Zastanów się, jak kluczowe z punktu widzenia społecznego cechy i kompetencje wyglądają w Twoim przypadku.

Oceń siebie w skali 1-6, gdzie 1 oznacza, że masz w tym zakresie jeszcze wiele do zrobienia, a 6, że pod danym względem jest wszystko dobrze i nie musisz nic poprawiać. Spróbuj dokonać rzetelnej, uczciwej samooceny.

Motywacja do pracy	1	2	3	4	5	6
Rzetelność	1	2	3	4	5	6
Kultura osobista	1	2	3	4	5	6
Umiejętność współpracy z innymi	1	2	3	4	5	6
Dobra organizacja	1	2	3	4	5	6
Punktualność	1	2	3	4	5	6
Umiejętność dogadywania się z kolegami	1	2	3	4	5	6
Umiejętność autoprezentacji	1	2	3	4	5	6
Wytrwałość w realizacji zadań	1	2	3	4	5	6
Umiejętność dobrania stroju do okoliczności	1	2	3	4	5	6
Odpowiedzialność	1	2	3	4	5	6
Inne, jakie?	1	2	3	4	5	6



Cechy, które mam najlepiej rozwinięte to:
1.
2.
3.

Mogę je wykorzystywać w:

.....

Kompetencje, którą mam najmniej rozwinięte to:
1.
2.
3.

Mogę je wzmocnić poprzez:
1.
2.
3.

## 2. Moje atuty sytuacyjne:

Dostęp do źródeł informacji (jakich?):
1.
2.
3.



Dostęp do instytucji, szkół?:
1.
2.
3.

Krąg znajomych i przyjaciół, a dzięki nim łatwiejszy dostęp do informacji i instytucji dla Ciebie ważnych i potrzebnych:
1.
2.
3.

### 3. Trudności, bariery, luki do wypełnienia.

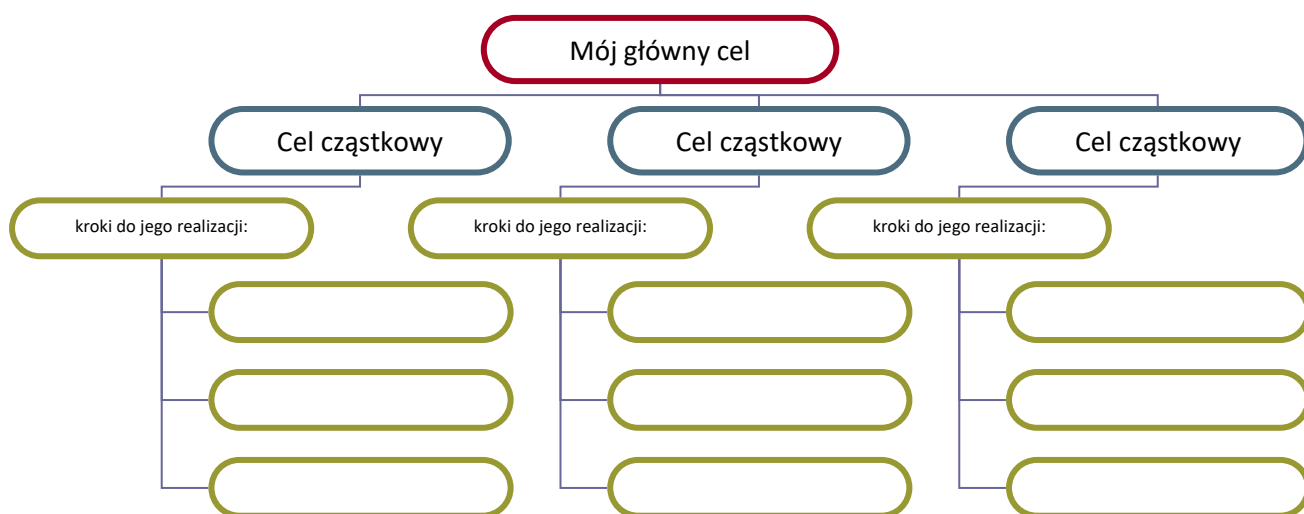
<b>Trudności o charakterze wewnętrznym</b>
1. Słabe strony charakteru i osobowości: .....
2. Luki wiedzy i informacji: .....
3. Braki w doświadczeniu i umiejętnościach: .....
<b>Trudności o charakterze zewnętrznym:</b>
1. Odległości geograficzne, niekorzystna lokalizacja: .....
2. Brak informacji lub dostępu do informacji: .....
3. Dodatkowe obowiązki życiowe: .....
4. Sytuacja finansowa: .....



#### 4. Moja mapa wsparcia.

Wspierające mnie osoby i instytucje
1. Lista wspierających osób: .....
2. Wykaz pomocnych instytucji i organizacji: .....
3. Firmy i przedsiębiorstwa: .....
4. Ważne adresy internetowe i inne kontakty: .....

#### III. Moje cele:





Wartości – zestaw do q-sort (zestaw na podstawie kwestionariusza wartości S.H. Schwartz)

1. równość	20. samodyscyplina	39. wywieranie wpływu
2. wewnętrzna harmonia	21. życie prywatne	40. szacunek dla rodziców i starszych
3. władza społeczna	22. zdolności	41. decydowanie o własnych celach
4. przyjemności	23. bezpieczeństwo rodziny	42. zdrowie
5. wolność	24. uznanie społeczne	43. religijność
6. życie duchowe	25. jedność z naturą	44. akceptacja swojego miejsca w życiu
7. poczucie przynależności	26. życie urozmaicone	45. uczciwość
8. porządek społeczny	27. mądrość	46. dbanie o opinię
9. ekscytujące życie	28. autorytet	47. wypełnianie powinności
10. sens życia	29. prawdziwa przyjaźń	48. inteligencja
11. uprzejmość	30. świat piękna	49. uczynność
12. bogactwo	31. sprawiedliwość społeczna	50. radość z życia
13. bezpieczeństwo narodowe	32. niezależność	51. odpowiedzialność
14. poczucie własnej godności	33. umiar	52. ciekawość
15. wzajemna wymiana przysług	34. lojalność	53. wybaczenie
16. twórczość	35. ambicja	54. odnoszenie sukcesu
17. pokój na świecie	36. otwartość umysłu	55. czystość
18. poszanowanie tradycji	37. skromność odwaga	56. pobbżanie sobie
19. dojrzała miłość	38. ochrona środowiska	

Załącznik 2 źródło: Metody grupowego poradnictwa zawodowego. Kurs inspiracji (1998), W: Zeszyty informacyjno-metodyczne doradcy zawodowego, Warszawa: Krajowy Urząd Pracy.

TEST: PROFIL ZAINTERESOWAŃ\*

**Celem tego testu jest lepsze samopoznanie. Masz przed sobą test zainteresowań – tabelę. W każdym polu tabeli umieszczono po dwa zawody. Twoim zadaniem jest zdecydowanie, który z podanych w okienku zawodów wolałbyś wykonywać. W każdym ze 100 okienek należy dokonać wyboru, a wybrane zawody zaznaczyć (otoczyć kółkiem znak „•” albo „Δ”). Litery, którymi oznaczono wiersze i kolumny, dotyczą poszczególnych grup/dziedzin zawodowych. Następnie należy policzyć wyniki. W pierwszej kolumnie (M) sumujemy zakreślone symbole „•”i dodajemy do nich zsumowane symbole „Δ”z pierwszego wiersza. Uzyskany wynik umieszczamy w kwadracie z prawej strony arkusza. Podobnie postępujemy z pozostałymi wierszami i kolumnami. Otrzymane liczby należy przenieść do tabeli i wykreślić profil zainteresowań, najlepiej w postaci słupków.**





- M - mechanika, rzemiosło (np. kowal, cieśla itp.),
- R - rachunkowość,
- H - handel i praca biurowa,
- J - język-używanie języka, tłumacz, nauczyciel itp.,
- W - zawody wymagające wyższego wykształcenia,
- S - sfera społeczna, bliski, ciepły kontakt z ludźmi,
- K - kontakt z ludźmi - „zimny” kontakt,
- T - transport, podróżowanie,
- P - zawody wykonywane na świeżym powietrzu,
- A - kreatywność, pomysłowość, twórczość.

### PROFIL ZAINTERESOWAŃ

	M	R	H	J	W	S	K	T	P	A	
19											19
18											18
17											17
16											16
15											15
14											14
13											13
12											12
11											11
10											10
9											9
8											8
7											7
6											6
5											5
4											4
3											3
2											2
1											1

• źródło: Metody grupowego poradnictwa zawodowego. Kurs inspiracji (1998) W: *Zeszyty informacyjno-metodyczne doradcy zawodowego*, Warszawa: Krajowy Urząd Pracy



Załącznik nr 3. źródło Małgorzata Rosalska, *Warsztat diagnostyczny doradcy zawodowego. Przewodnik dla nauczycieli i doradcy*, Warszawa 2012 str.132-133.

### Kwestionariusz uzdolnień szczegółowych według koncepcji H. Gardnera

Przyznaj sobie od 0 do 5 punktów w zależności od tego, z jakim natężeniem sformułowanie do Ciebie pasuje:

Przeczytaj stwierdzenia zawarte w tabeli. Przyznaj sobie od 0 do 5 punktów w zależności od tego, w jakim stopniu dane sformułowanie do Ciebie pasuje:

1. Lubię rozwiązywać zagadki i problemy logiczne.	21. Jestem wrażliwy na to, co myślą i czują inni.
2. Jestem dobry w liczeniu w pamięci, szacowaniu i mierzeniu.	22. Jestem przekonujący i potrafię uczyć innych tego, czego się nauczyłem.
3. Jestem dobry w wyszukiwaniu połączeń pomiędzy zagadnieniami.	23. Lubię należeć do klubów lub kółek zainteresowań.
4. Lubię przedmioty ścisłe i techniczne	24. Lubię pracować w zespole i dobrze przychodzi mi uczenie się w grupie.
5. Potrafię dobrze zaplanować czas, jaki poświęcam na pracę domową i uczę się dobrze dzięki logicznym wyjaśnieniom.	25. Łatwo zawieram przyjaźnie.
6. Lubię słowa – czytanie książek, chodzenie do teatru, poezję.	26. Mam zmysł orientacji i potrafię dobrze oceniać odległości i przestrzenie.
7. Lubię rozwiązywać krzyżówki i zagadki słowne.	27. Jestem dobry w wyobrażaniu sobie rzeczy w umyśle.
8. Łatwo uczę się z książek, kaset, Internetu i wykładów.	28. Jestem dobrym obserwatorem – dostrzegam rzeczy, których nie zauważają inni.
9. Jestem dobrym rozmówcą, posługuję się bogatym słownictwem.	29. Uczę się z wykresów, diagramów i map.
10. Dobrze piszę, np. opowiadania, poezję, listy, polecenia.	30. Jestem dobry w sztuce, modelowaniu lub rzeźbieniu.
11. Lubię ćwiczenia fizyczne.	31. Interesują mnie kwestie związane ze środowiskiem naturalnym.
12. Uczę się dobrze, gdy mogę coś wykonać.	32. Podobają mi się programy przyrodnicze i/lub trzymam w domu zwierzęta.
13. Jestem dobry w sporcie i grach.	33. Potrafię rozpoznać i nazwać wiele rodzajów kwiatów, roślin i drzew.
14. Mam zdolności manualne, np. potrafię sporządzać modele, majsterkować, szyć.	34. Potrafię wyobrazić sobie siebie pracującego w rolnictwie, albo jako biologa lub astronoma.
15. W tańcu czuję się jak ryba w wodzie.	35. Interesują mnie sprawy związane ze zdrowym życiem, zdrowym jedzeniem, itp.
16. Jestem dobry w tworzeniu muzyki, śpiewaniu lub graniu na instrumentach.	36. Jestem dobry w tworzeniu planów i określaniu swoich celów.
17. Z łatwością zapamiętuję wiersze, poezję i rymowanki.	37. Lubię pracować/uczyć się samotnie i w ciszy.
18. Często słucham muzyki i łatwo przychodzi mi rozpoznawanie melodii.	38. Jestem dobry w uczeniu się na swoich błędach i doświadczeniach.
19. Mam dobre wyczucie rytmu.	39. Prowadzę pamiętnik lub zapiski.
20. Czytam nuty, umiem komponować muzykę.	40. Przejmuję się losami naszej planety.



Twój profil wielorakiej inteligencji Howarda Gardnera:

	pytanie					
NAZWA INTELIGENCJI	1	2	3	4	6	SUMA
Matematyczno – logiczna						
NAZWA INTELIGENCJI	6	7	8	9	10	SUMA
Językowa						
NAZWA INTELIGENCJI	11	12	13	14	15	SUMA
Ruchowa						
NAZWA INTELIGENCJI	16	17	18	19	20	SUMA
Muzyczna						
NAZWA INTELIGENCJI	21	22	23	24	25	SUMA
Interpersonalna						
NAZWA INTELIGENCJI	26	27	28	29	30	SUMA
Wizualno – przestrzenna						
NAZWA INTELIGENCJI	31	32	33	34	35	SUMA
Przyrodnicza						
NAZWA INTELIGENCJI	36	37	38	39	40	SUMA
Intrapersonalna						

Załącznik 4. źródło: Kolb D.A., *Learning Style Inventory*, 1985, Paszowska-Rogacz A., *Warsztat pracy europejskiego doradcy kariery zawodowej*, Warszawa 2002, s. 87-99.



## Kwestionariusz: STYL UCZENIA SIĘ

(autor: David A. Kolb)

### Instrukcja

Celem tego kwestionariusza jest ustalenie, jaka jest Twoja metoda uczenia się. Prosimy o przypisanie najwyższej rangi (najwyższej liczby punktów) tym zdaniom, które najlepiej opisują sposób, w jaki się uczysz, a niskiej rangi (najmniejszej liczby punktów) tym zdaniom, które nie charakteryzują Twojego sposobu uczenia się. Nie ma tu odpowiedzi dobrych i złych. Różne cechy charakterystyczne opisane w Kwestionariuszu są równie dobre, a wypełnienie tego Kwestionariusza ma posłużyć do opisania tego, jak się uczysz, nie zaś do oceniania Twoich umiejętności uczenia się.

W Kwestionariuszu umieszczono dwanaście zdań o różnej treści, w zależności od tego, czy jako zakończenie wybierze się punkt a, b, c czy d. Przy zakończeniu zdania, które najlepiej opisuje Twój sposób uczenia się, postaw cyfrę **4**; przy zdaniu, które jest następne w kolejności - cyfrę **3**; cyfrę **2** - przy takim zakończeniu zdania, które jeszcze słabiej opisuje Twój styl uczenia się; a cyfrę **1** - przy zdaniu, które w najmniejszym stopniu opisuje Twój sposób uczenia się. Różne zakończenia tego samego zdania nie mogą mieć tych samych rang.

1. Kiedy uczę się czegoś:

- a) lubię, gdy porusza to moje uczucia.....
- b) lubię obserwować i słuchać co się dzieje.....
- c) lubię rozmyślać o różnych sprawach i analizować je.....
- d) lubię robić coś, działać.....

2. Najwięcej mogę się nauczyć kiedy:

- a) zaufam swojej intuicji i uczuciom.....
- b) słucham i obserwuję uważnie.....
- c) logicznie rozumiem.....
- d) pracuję ciężko i widzę rezultaty.....

3. W czasie uczenia się czegoś:

- a) angażuje się emocjonalnie i silnie reaguje na to czego się uczę.....
- b) odnoszę się do tego spokojnie i z rezerwą.....
- c) mam tendencję do pojmowania rzeczy rozumowo.....
- d) czuje się za wszystko odpowiedzialny.....



4. Uczę się czegoś poprzez:

- a) odczuwanie.....
- b) obserwację.....
- c) myślenie.....
- d) działanie.....

5. Kiedy uczę się czegoś:

- a) jestem otwarty na nowe doświadczenia.....
- b) przyglądam się wszystkim aspektom zagadnienia.....
- c) lubię analizować zagadnienia i badać ich szczegółowe aspekty.....
- d) lubię eksperymentować.....

6. W czasie uczenia się czegoś:

- a) wierzę swojej intuicji .....
- b) obserwuję.....
- c) myślę logicznie.....
- d) jestem aktywny.....

7. Najwięcej mogę się nauczyć dzięki:

- a) osobistym kontaktom z ludźmi .....
- b) obserwacji.....
- c) spójnej teorii.....
- d) możliwości sprawdzenia i zastosowania wiedzy w praktyce.....

8. Kiedy uczę się czegoś:

- a) czuję się w to osobiście zaangażowany.....
- b) zanim podejmę działania potrzebuję czasu do namysłu.....
- c) lubię opierać się na różnych teoriach.....
- d) lubię widzieć rezultaty mojej pracy.....



9. Najwięcej mogę się nauczyć:

- a) kiedy zaufam swoim odczuciom.....
- b) zdam się na własną obserwację.....
- c) w oparciu o własne koncepcje i pomysły.....
- d) kiedy sam mogę wszystko wypróbować.....

10. W czasie uczenia się czegoś:

- a) jestem osobą nastawioną na akceptację .....
- b) jestem osobą chłodną i z rezerwą.....
- c) jestem osobą racjonalną.....
- d) jestem osobą odpowiedzialną.....

11. Kiedy uczę się czegoś:

- a) bardzo się we wszystko angażuję.....
- b) lubię obserwować.....
- c) oceniam i wydaję opinie.....
- d) lubię być aktywny.....

12. Najwięcej mogę się nauczyć kiedy:

- a) nastawię się na bezstronny odbiór.....
- b) jestem ostrożny i poddający w wątpliwość.....
- c) dokonuję analizy koncepcji i pomysłów.....
- d) stosuję rozwiązania w praktyce.....



Fundusze Europejskie  
dla Śląskiego

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



Województwo  
Śląskie

---

## CEL I JEGO REALIZACJA

źródło: **Paszkowska-Rogacz, A.** (2002). *Warsztat pracy europejskiego doradcy kariery zawodowej*, Warszawa: Krajowy Ośrodek Wsparcia Edukacji Zawodowej, s. 121.

*Zastanów się i spróbuj odpowiedzieć sobie na następujące pytania:*

1. Czy to co zamierzasz jest możliwe do osiągnięcia?
2. Czy warto to zdobywać?
3. Czy dzięki temu zdobędziesz to, co naprawdę pragniesz?
4. Czy być może inny cel nie byłby bardziej adekwatny do Twojego systemu wartości?
5. Czy to, co trzeba będzie zrobić, aby osiągnąć określony cel warte jest tego celu i czy koszt nie będzie wyższy od tego, co osiągniesz?

**Jaki jest wiodący typ twojej inteligencji?**

(oprac. Na podstawie J. M. Stine „Supermoc umysłu. Jak wykorzystać ukryte zasoby umysłu i odnieść sukces” Poznań 2002, Rebis, [www.gazeta.pl/praca](http://www.gazeta.pl/praca))

**Wstaw X w odpowiedniej kolumnie**

Pytanie	TAK	NIE
1: Potrafisz wysłuchać rozmówcy z uwagą, rozumiejąc jego sytuację.		
2: Nie znosisz czytać instrukcji, wolisz sam „rozpracować” działanie jakiegoś urządzenia, manipulując gałkami, przyciskami		
3: Jesteś świetnym obserwatorem, zauważysz każdy szczegół.		
4: W szkole byłeś lepszy z matematyki niż z polskiego czy historii.		
5: Jesteś gadułą, uwielbiasz spędzać czas na pogawędkach.		
6: Masz opinię osoby oryginalnej i pomysłowej.		
7: Jesteś osobą serdeczną, pozytywnie nastawioną do innych.		
8: Poruszasz się harmonijnie, masz dobrą koordynację ruchów.		
9: Denerwują cię dyskusje nie zakończone konkretnym wnioskiem i decyzją.		
10: Twoje rachunki telefoniczne są wysokie, bo trudno ci skończyć rozmowę ze znajomymi czy przyjaciółmi.		
11: Masz zadatki na dobrego fotografa, potrafiłbyś ciekawie nakręcić film na wideo.		
12: Wolisz gry zespołowe od sportów indywidualnych.		
13: Lubisz sam wykonywać prezenty dla przyjaciół lub obdarowywać ich czymś niezwykłym.		
14: Dbasz o właściwe odżywianie i kondycję, dlatego mało chorujesz.		
15: Lubisz analizować, liczyć, robić zestawienia.		
16: Nudzi Cię rutyna, lubisz zmiany i niespodzianki.		
17: Duże znaczenie ma dla Ciebie estetyka mieszkania, miejsca pracy itp.		
18: Łatwo nawiązujesz rozmowę, potrafisz ciekawie ją poprowadzić.		
19: Zdecydowanie bardziej interesuje Cię literatura faktu niż poezja.		
20: Jesteś ruchliwy i aktywny, nie znosisz długo siedzieć w miejscu.		
21: Jesteś tolerancyjny wobec niedociągnięć i błędów innych.		
22: Lubisz zebrania i narady, jesteś "żelaznym dyskutantem".		
23: Lubisz chodzić na wystawy, uwielbiasz kino.		
24: Masz talent do wymyślania zabaw, rozrywek, ciekawie spędzasz czas.		
25: Wyrażasz swoje zdanie w sposób jasny i bezpośredni.		
26: Czytasz dużo literatury pięknej, od poezji po kryminały.		
27: W zespole często przyjmujesz rolę pragmatyka, realisty, który analizuje pomysły z praktycznego punktu widzenia.		
28: Odpowiada Ci praca polegająca na przemieszczaniu się, podróżach.		
29: Chętnie zbierasz zdjęcia, pocztówki, znaczki, inne ładne rzeczy?		
30: Prawie zawsze panujesz nad swoimi emocjami.		
31: Źle się czujesz w instytucjach uregulowanych, gdzie obowiązuje sztywny kodeks postępowania		
32: Uchodzisz za osobę, która ma talent do sportu.		
33: Odprężasz się przy komputerowych grach strategicznych, czytając teksty popularnonaukowe, rozwiązując zagadki.		
34: Masz łatwość wystąpień publicznych, często proszą Cię o zabranie głosu.		
35: Wolisz zająć się majsterkowaniem lub pracą w ogrodzie niż np. rozwiązywać krzyżówki.		
36: Jesteś uzdolniony plastycznie, muzycznie, aktorsko i masz artystyczne zainteresowania.		
37: Bez trudu odczytujesz stan emocjonalny i nastrój innych ludzi.		





38: Łatwiej jest Ci coś narysować, przedstawić graficznie niż o tym opowiedzieć.		
39: Masz naturę eksperymentatora i badacza.		
40: Masz talent pedagogiczny, lubisz kogoś uczyć, coś tłumaczyć.		
41: Z łatwością przypominasz sobie rozmiary i kształty przedmiotów.		
42: Lubisz opanowywać nowe umiejętności, nowe hobby, poznawać inne kultury czy punkty widzenia.		
43: Potrafisz rozpoznać, kiedy ktoś jest znudzony rozmową z Tobą.		
44: Weekend bez sportu i ruchu to weekend stracony.		
45: Za granicą wolisz zwiedzać muzea i poznawać historię obcego kraju niż wylegiwać się na plaży lub bawić na dyskotekach.		
46: Lubisz dyskutować, pomysły innych inspirują Cię.		
47: Lubisz informacje podawane w postaci wykresów, diagramów.		
48: Masz łatwość improwizacji, wymyślania historii, parodiowania kogoś.		
49: Lubisz korespondować, mailować, coś sobie notować, czasem coś napiszesz do szuflady?		
50: Gdy Cię rozpira energia, idziesz na długi spacer, biegasz, jeździsz na rowerze.		
51: Żeby podjąć decyzję, musisz przeanalizować problem i dokonać bilansu zysków i strat.		
52: W towarzystwie masz „refleks”, potrafisz szybko znaleźć ripostę, odpowiedzieć żartem na złośliwość.		
53: Masz bogatą, plastyczną wyobraźnię - w myślach wszystko „widzisz”.		
54: Dobra muzyka, film czy spektakl potrafią oderwać Cię od tego, co sobie zaplanowałeś.		
55: Najbardziej się męczysz, kiedy siedzisz beczynnie.		
56: Jesteś towarzyski, lubisz poznawać nowych ludzi.		
57: Jesteś pewien, że nawet największe tajemnice ludzkości można zawsze racjonalnie wyjaśnić.		
58: Czekając np. u lekarza, wolisz coś sobie poczytać niż przyglądać się ludziom.		
59: W dzieciństwie bawiłeś się, budując z pasją z klocków lego, sklejając modele, układając puzzle.		
60: Lubisz rozwiązywać testy na inteligencję i zagadki logiczne.		
61: Potrafisz okazywać uczucia i nie wstydzisz się tego.		
62: Masz żywą gestykulację i mimikę twarzy.		
63: Aby wprowadzić innowacyjne rozwiązanie, gotów jesteś ponieść ryzyko porażki.		
64: Masz łatwość uczenia się języków obcych - łatwo dostrzegasz podobieństwa między nimi.		
65: Masz dobrą pamięć do twarzy.		
66: Lubisz odróżniać się od ?szarego tłumu?, podkreślać swą indywidualność.		
67: Potrafisz przyjąć krytykę i wyciągnąć z niej wnioski.		
68: Umiesz wyciągnąć wiele informacji z tonu i brzmienia czyjegoś głosu.		
69: Kiedy zabierasz się za obsługę nowego sprzętu, zawsze zaczynasz od przeczytania instrukcji.		
70: Najbardziej lubisz oglądać w telewizji sport i filmy akcji.		
71: Razi Cię niegustowny strój, wystrój wnętrza, przywiązujesz wagę do harmonii kształtów i kolorów.		
72: Potrafisz zrobić ?coś z niczego? niemal w każdej dziedzinie życia codziennego (np. gotowanie, dekoracja wnętrza, ubiór).		
73: Nie lubisz rozmawiać przez telefon, dążysz do spotkań twarzą w twarz.		
74: Szybko uczysz się tańca czy nowych sportów.		
75: Potrafisz wykryć każdy błąd logiczny i nieścisłość.		
76: Czytając książkę czy gazetę zwracasz uwagę na dobre tytuły, sprawność operowania słowem, dowcip, lekkie pióro.		
77: Jesteś uważany za osobę pomocną i bezinteresowną.		
78: Lubisz pomysły, które rodzą się spontanicznie, nieoczekiwane zmiany planów.		
79: Lubisz pomagać innym, chętnie udzielałbyś się w organizacjach charytatywnych.		
80: Potrafisz jak mało kto spakować walizkę, ułożyć rzeczy w bagażniku, zręcznie coś podnieść.		
81: Potrafisz szybko regenerować siły, masz dużo energii.		



82: Lubisz robić notatki, podkreślać coś w tekście, zaznaczać coś w kalendarzu.		
83: Wybierając pokój w hotelu czy ośrodku wczasowym, kierujesz się przede wszystkim tym, jaki jest widok z okna.		
84: Fascynują Cię nietypowi, niekonwencjonalni ludzie.		
85: Twoją silną stroną jest współpraca w zespole.		
86: Twoją silną stroną jako pracownika jest dobra organizacja, planowanie, precyzyjne wystawianie się		
87: Masz talent do wyciągania kwintesencji z wypowiedzi, np. z łatwością potrafisz streścić czy podsumować artykuł.		
88: Lubisz jeździć w nieznaną, zaglądać w malownicze zaułki, poznawać nowe miejsca.		
89: Masz dobrą orientację w terenie i wyobraźnię przestrzenną.		
90: Chętnie słuchasz radia zamiast oglądać TV.		

źródła załączników:

1. Małgorzata Rosalska, *Warsztat diagnostyczny doradcy zawodowego. Przewodnik dla nauczycieli i doradcy*, Warszawa 2012, str. 128.
2. Metody grupowego poradnictwa zawodowego. Kurs inspiracji (1998), W: Zeszyty informacyjno-metodyczne doradcy zawodowego, Warszawa: Krajowy Urząd Pracy.
3. Małgorzata Rosalska, *Warsztat diagnostyczny doradcy zawodowego. Przewodnik dla nauczycieli i doradcy*, Warszawa 2012 str.132-133.
4. Kolb D.A., *Learning Style Inventory*, 1985, Paszowska-Rogacz A., *Warsztat pracy europejskiego doradcy kariery zawodowej*, Warszawa 2002, s. 87-99.
5. Paszkowska-Rogacz, A. (2002). *Warsztat pracy europejskiego doradcy kariery zawodowej*, Warszawa: Krajowy Ośrodek Wspierania Edukacji Zawodowej, s. 121.
6. oprac. Na podstawie J. M. Stine „Supermoc umysłu. Jak wykorzystać ukryte zasoby umysłu i odnieść sukces” Poznań 2002, Rebis, [www.gazeta.pl/praca](http://www.gazeta.pl/praca).