



Odabir karijere

Radionica: Moja karijera

Tri klasične faze planiranja karijere:

- **Razdoblje maštanja**
 - Niži razredi osnovne škole (5. i 6.)
 - Izbori su konkretni i uzbudljivi (nisu realistični)
 - Odluke su emocionalne, a ne praktične
- **Razdoblje istraživanja**
 - **Počinje s pubertetom (svakako u 7. i 8. razredu)**
 - U suvremenom svijetu sve se više produžuje (do srednjih godina)
 - Karakterizira ga nešto realističniji pokušaji **usklađivanja interesa, sposobnosti i vrijednosti**
 - **Srednja škola je najintenzivnije razdoblje istraživanja kod većine djece (u većoj mjeri karakterizira gimnazije i općeobrazovne SŠ)**
- **Realistično razdoblje**
 - Planiranje primjerenog školovanja, analiza prilika na tržištu rada
 - **Počinje u srednjoj školi (u većoj mjeri karakterizira strukovne škole, odgođeno je u gimnazijama – karakteristično za završni razred)**

Razdoblje istraživanja (srednja škola)

- **Univerzalni ciljevi:**
 - osvještavanje *sposobnosti, interesa i vrijednosti*
 - upoznavanje sa svijetom rada
 - razvoj doživljaja samoefikasnosti
 - (*važna ranija iskustva = osnovna škola*)
- **Poseban cilj:**
 - konačan odabir zanimanja (svi)
 - priprema za tržište rada (pozicioniranje, strategije traženja posla)
- **Nije cilj:**
 - prestanak istraživanja

Individualne karakteristike

Sposobnosti

Normativna i ipsativna
analiza
(Intelligence vs.
Aptitudes)

Interesi

Povezane su sa
sposobnostima
(doživljaj
samoefikasnosti)

Vrijednosti

Predviđaju dugoročno
zadovoljstvo i uspjeh
(Kvantitativan i kvalitativan
aspekt)

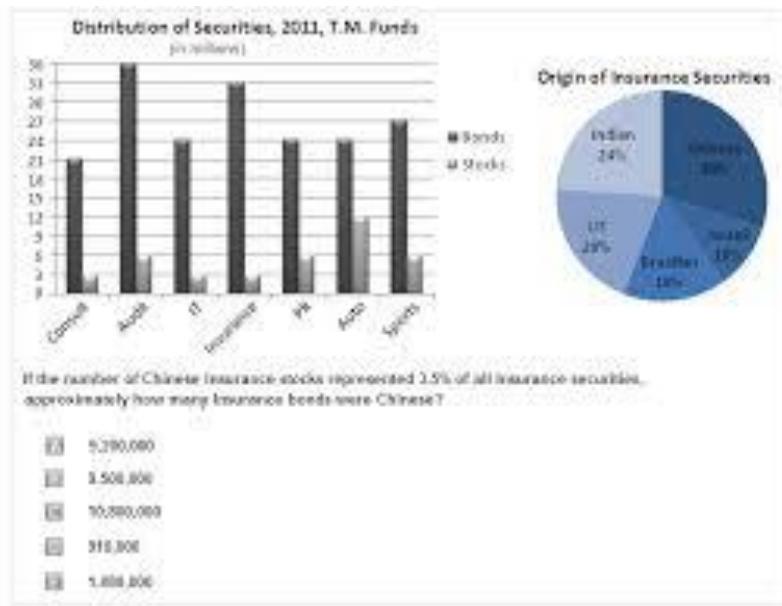
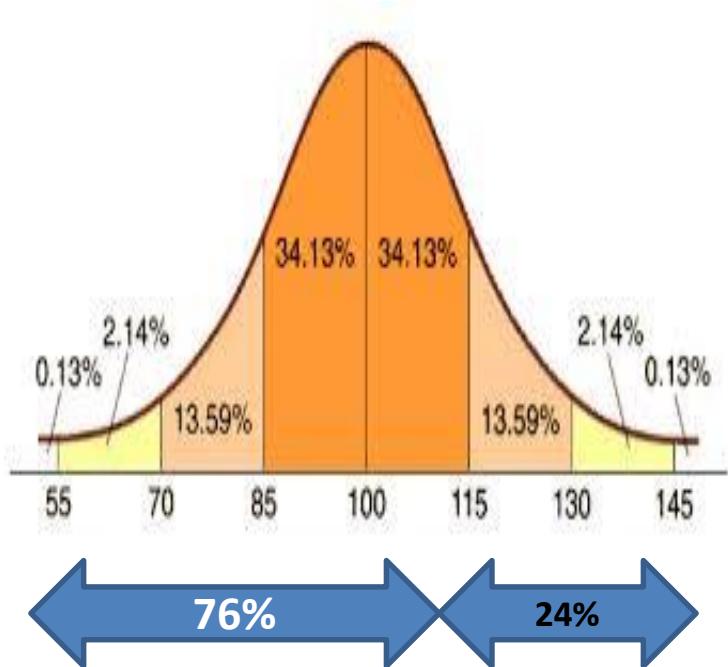
Normativna analiza

- Ključna za sve postupke selekcije
 - učenika koji će upisati neku srednju školu
 - studenata koji će upisati neki fakultet
 - kandidata za posao

Ipsativna analiza

- Ključna za profesionalnu orijentaciju i poticanje profesionalne zrelosti
- Učenika ne uspoređujemo s drugima već uspoređujemo njegove vlastite sposobnosti i osobine jedne u odnosu na druge
 - Cilj je utvrditi istaknute sposobnosti, osobine, interes i vrijednosti

Normativna vs. ipsativna analiza



Normativna vs ipsativna analiza sposobnosti

Testovi općeg rezoniranja (g-faktor)

- Ravenove progresivne matrice
 - Analiza pojedinca u odnosu na norme
 - Prognozira razinu

Testovi diferencijalnih sposobnosti

- DAT - Differential Aptitude Tests
 - Posebne sposobnosti (*aptitudes*) kao što je računanje, pamćenje...
 - Rezultat su interakcije individualnih osobina i okolinskih prilika za učenje.
 - Koriste se za predviđanje individualnih potencijala za postignuće u određenom području.
 - Dodatnim treningom napredovat će učinak u nekom području za koje dijete pokazuje posebne sposobnosti.

Interesi

- Važno je poznavati izvannastavne aktivnosti (ne samo formalne)
- Interesi govore i o sposobnostima i osobinama ličnosti
 - sakupljači minerala vs. članova debatnih klubova
 - odabir literature, filmovi, igre, način provođenja slobodnog vremena, hobi, usmjerenost prema drugima, usmjerenost prema stvarima...
- Interesi su pozitivno povezani sa sposobnostima
 - **Volim ono što dobro radim !**

Povezanost interesa i sposobnosti

- Objašnjava je fenomen *samoefikasnosti*
 - (A. Bandura)
= *uvjerenje u vlastite sposobnosti da ćemo uspjeti u nekoj specifičnoj situaciji*
Razlikujemo generaliziranu samoefikasnost i situacijsku samoefikasnost
Glavni psihološki faktor koji određuje kakve ćemo si postaviti ciljeve u životu, zadatke i izazove
Stječe se na temelju opažanja i socijalnog iskustva
(ključne su povratne informacije koju nam o našem učinku šalje okolina – socijalna komparacija (normativni podaci)

Ljudi koji imaju snažan doživljaj samoefikasnosti

- Probleme promatraju kao zadatke koje trebaju biti svladani
- Razvijaju duboku zainteresiranost za aktivnosti u kojima sudjeluju
- Razvijaju snažan osjećaj odanosti vlastitim interesima i aktivnostima
- Brzo se oporavlјaju nakon neuspjeha ili razočaranja
- **Uspješni su u radu, inovativni i fleksibilni, zadovoljniji karijerom... (u SŠ bolje ocjene, zadovoljniji školom i nastavnicima, uključeni u izvannastavne aktivnosti...)**

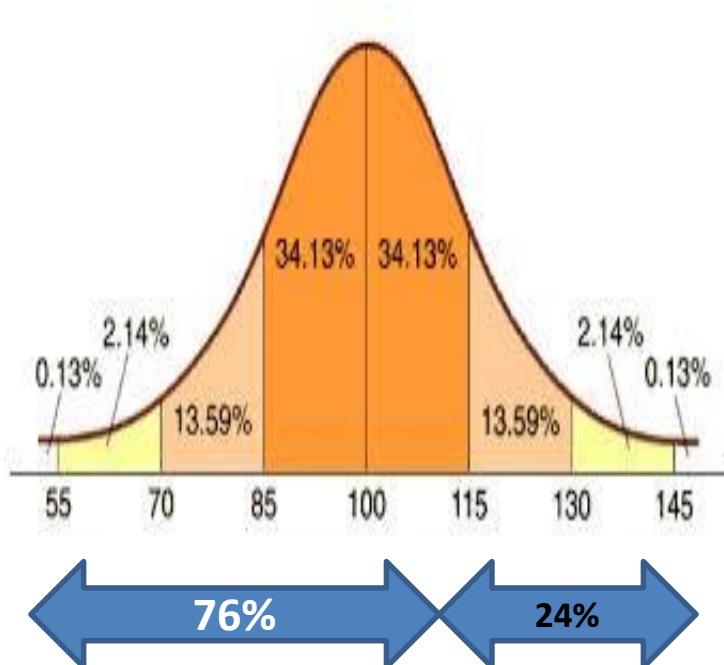
Ljudi koji imaju doživljaj niske samoefikasnosti

- Izbjegavaju izazovne zadatke
- Vjeruju da nemaju dovoljno kapaciteta da bi se uspješno nosili s komplikiranim zadacima i situacijama
- Fokusirani su na doživljene neuspjehe i negativne ishode, razvijaju strah od pogreške
- Brzo gube vjeru u vlastite sposobnosti
- **Manje uspješni u radu, manje zadovoljni karijerom, nisu proaktivni, skloniji doživljavaju stresa i sagorijevanju, teže se oporavlјaju od gubitka posla, teže podnose nesigurnost posla, manje zapošljivi...(u SŠ niže ocjene, manje zadovoljnici, neskloni istraživanju, prebrzo ulaze u realistično razdoblje...)**

Razvoj samoefikasnosti

- Počinje u ranom djetinjstvu kroz iskustvo s različitim zadacima i situacijama
- **Ključnu ulogu igra škola**
- Razvija se i mijenja tijekom cijelog života (ključne su obrazovne institucije i posao)

Doživljaj samoefikasnosti određuju normativni podaci

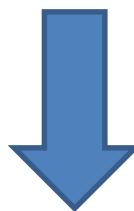


- U SŠ djeca dolaze s formiranim doživljajem samoefikasnosti u akademskom području
- Na njoj u velikoj mjeri temelje samopoštovanje

Slobodna mjesta u tercijarnom obrazovanju

Izvori doživljaja samoefikasnosti

- **Vlastito iskustvo uspjeha**
 - Najučinkovitiji način razvoja snažnog doživljaja samoefikasnosti je iskustvo uspješnog savladavanja zadatka
 - Zato volimo ono u čemu smo dobri.
 - Zato je nužno pronaći aktivnost u kojoj smo uspješni. (**Nastavnici trebaju dati priliku da učenik postigne svoj maksimum!**)



Izvori samoefikasnosti

- **Socijalno učenje**
 - Opažanje drugih ljudi sličnih osobina našima koji su uspjeli zahvaljujući uloženom trudu, povećava vjerovanje da i sami posjedujemo sposobnosti da uspijemo u sličnoj aktivnosti
- 
- **Ponuđeni modeli trebaju biti slični!**



Izvori samoefikasnosti

- **Izravni socijalni utjecaj**

- Drugi ljudi mogu izravno utjecati na naše uvjerenje o vlastitim sposobnostima = verbalno ohrabrvanje pomaže ljudima da prevladaju sumnje i energiju usmjere na zadatak



- **Važno je verbalno ohrabrvanje učenika!**

Izvori samoefikasnosti

- **Psihofiziološke reakcije**
 - Emocionalne i fiziološke reakcije te razina stresa u nekoj situaciji utječu na doživljaj samoefikasnosti = nije važna samo razina reakcija već i njihova interpretacija
- 
- **Važno je učiti kako smanjiti doživljaj stresa i upravljati raspoloženjem**



Vrijednosti

- Relativno trajni **ciljevi** koje smatramo važnima u životu
- Skup vjerovanja, mišljenja i stavova o tome što je ispravno, dobro i poželjno
- Govore o tome tko smo, dio su identiteta
- Stječu se socijalizacijskim procesima
- Bitna je relativna važnost = hijerarhija potreba:
 - Utilitarne vrijednosti, samoaktualizacijske, socijalne, individualističke, avanturističke

Vrijednosti

- Odabir karijere koji je sukladan vlastitoj hijerarhiji vrijednosti osigurava dugoročno zadovoljstvo u radu, manju izloženost stresu, bolju prilagodbu u međuljudskim odnosima, dulji radni vijek
- Pubertet je početak intenzivnog preispitivanja vrijednosti
- U adolescenciji su ključne za odabir karijere

Kvantitativni aspekt radnih vrijednosti

- Zaokupljenost radom (*Protestantska radna etika*)
- *Salijentnost rada*
 - Važno je društveno iskustvo vrednovanja rada
 - Nastavnici kao modeli radnika

Zanimanja

- Pripadnici različitih grupa zanimanja razlikuju se u hijerarhiji vrijednosti
 - **Utilitarna, socijalna, individualistička, samoaktualizacijska, avanturistička** zanimanja
- Primjeri?
- Zanimanja se razlikuju u tome stavljuju li **naglasak na sposobnosti, vrijednosti ili osobine ličnosti**
- Primjeri?